

HOJA DE INFORMACIÓN

ESTÁNDARES DE NUTRICIÓN DE CALIFORNIA

¿Qué son los Estándares de Nutrición?

Los estándares de nutrición, regulan cuáles comidas y bebidas “competitivas” (también llamados alimentos individuales o a la carta) pueden venderse a los estudiantes. Los alimentos competitivos pueden ser platillos principales, bocadillos, y bebidas que los estudiantes pueden comprar fuera del programa escolar de alimentos durante el desayuno y el almuerzo. Los alimentos competitivos pueden venderse en la cafetería, máquinas, tienditas, carritos de comida y pueden incluir alimentos que se venden para la recaudación de fondos o que se dan en el salón de clases durante alguna celebración. Los estándares de nutrición de California, o sea, los proyectos de ley 12 y 965, aplican a todo el plantel escolar, durante todo el día y hasta media hora antes y después de la escuela. Los estándares de nutrición para las escuelas primarias son más estrictos que los estándares para las secundarias y preparatorias.

Frecuentemente, los alimentos competitivos son altos en calorías, grasa, sal y azúcar. Los estudiantes prefieren estos productos sobre los alimentos del programa escolar para el desayuno o el almuerzo, que usualmente son más balanceados y bajos en grasa.

¿Cuáles son los Retos Acerca de los Estándares de Nutrición de California?

- ❖ Las escuelas quizás no cumplen con la ley en relación a las comidas y bebidas que venden y sirven.
- ❖ Las escuelas quizás no tienen un sistema para monitorear o evaluar la implementación de los estándares de nutrición.
- ❖ Los estudiantes, maestros, padres y otros grupos tal vez venden comidas y bebidas que no cumplen con los requisitos para recaudar fondos.
- ❖ Las máquinas vendedoras contienen alimentos y bebidas que no cumplen con los requisitos.
- ❖ Los vendedores ambulantes venden comidas y bebidas que no son saludables a los estudiantes.



¿Qué son los Estándares de Nutrición?

Los estándares de nutrición se establecieron para asegurarse de que los estudiantes tengan acceso a alimentos y bebidas más saludables, limitando la grasa, el azúcar, calorías y los productos que se pueden ofrecer en las escuelas. Los distritos pueden establecer estándares más estrictos en su política de bienestar escolar.



- ❖ Restricciones en la venta de alimentos competitivos, pueden reducir la recaudación de fondos escolares que frecuentemente apoyan las actividades deportivas o musicales.

¿Cuál es la Situación Ideal?

- ❖ Que se limite o no se permita la venta de comidas o bebidas competitivas a los estudiantes.
- ❖ Ofrecer sólo el desayuno y almuerzo escolar en la cafetería y asegurarse de que se ofrezcan opciones saludables.
- ❖ Que los alumnos, maestros, y administradores escolares entiendan y sigan los estándares de nutrición.
- ❖ Que los distritos y las escuelas impongan estándares más estrictos de lo que exige la ley (quizás, bajar los estándares para la grasa o estándares para el sodio).
- ❖ Que los padres se involucren y apoyen los estándares de nutrición.
- ❖ Que a los estudiantes sólo les ofrezcan comidas y bebidas que contribuyan a su salud.
- ❖ Que se sigan las reglas relacionadas a los vendedores ambulantes (por ejemplo, en algunas ciudades, ellos necesitan estar a 500 pies de la escuela).

¿Qué Pueden Hacer los Padres?

- ❖ Aprender acerca de las leyes sobre la venta de comidas y bebidas en las escuelas.
- ❖ Aprender acerca de la política de bienestar de sus distritos.
- ❖ Hablar con otros padres acerca de las leyes y las políticas de bienestar.
- ❖ Preguntar quién está a cargo del servicio de alimentos en la escuela y de la política de bienestar. Además, averiguar quién es el responsable de supervisar los estándares de nutrición.
- ❖ Conocer quiénes son las personas que toman las decisiones y hablarles de sus intereses y preocupaciones.
- ❖ Averiguar cuáles alimentos y bebidas competitivas se venden en la escuela de sus hijos.
- ❖ Hablar con el principal, el director de servicios de alimentos, maestros y averiguar cómo los estándares de nutrición y las políticas de bienestar están siendo evaluadas.
- ❖ Pedir que les permitan servir en el concilio o comité escolar responsable de las políticas de bienestar y de los alimentos que se sirven.

Recursos Adicionales

Food Standards Calculator,
California Project LEAN

Herramientas e información sobre los estándares de nutrición de California para las escuelas primarias, secundarias y preparatorias junto con una calculadora que les permite determinar si los alimentos cumplen con estos requisitos.
www.CaliforniaProjectLEAN.org/calculator/

SB 12 and SB 965 Summaries,
California Project LEAN

Un resumen de la información sobre los requisitos del proyecto de Ley SB 12 y SB 965.
www.CaliforniaProjectLEAN.org

¿Qué Estándares de Nutrición Tiene su Política de Bienestar Escolar?