

# UN ARGUMENTO

# A

de las comidas escolares sanas y preparadas en el momento



# FAVOR

Copyright © 2014 Center for Ecoliteracy  
Publicado por Learning in the Real World

Todos los derechos reservados. Si va a compartir este material en formato digital, incluya un enlace a **[www.ecoliteracy.org](http://www.ecoliteracy.org)**. Se prohíbe toda otra forma de reproducción o redistribución de este material salvo para su uso por parte de educadores y administradores escolares con fines no comerciales. Toda copia, distribución, divulgación o modificación de este material por parte de educadores y administradores escolares con fines no comerciales debe incluir además el aviso de “©2014 Center for Ecoliteracy”. Para obtener información acerca de otros usos permitidos, comuníquese con Center for Ecoliteracy por correo electrónico a [publications@ecoliteracy.org](mailto:publications@ecoliteracy.org).

## Learning in the Real World<sup>©</sup>

Learning in the Real World

Center for Ecoliteracy (Centro para la Ecoalfabetización)  
David Brower Center  
2150 Allston Way, Suite 270  
Berkeley, CA 94704-1377

Para obtener más información acerca de esta publicación, envíe un correo electrónico a [info@ecoliteracy.org](mailto:info@ecoliteracy.org) o visite [www.ecoliteracy.org](http://www.ecoliteracy.org).

Learning in the Real World es una publicación de Center for Ecoliteracy, organización sin fines de lucro y exenta de impuestos. Learning in the Real World ofrece recursos para apoyar la sustentabilidad de la escolarización, las experiencias de las comunidades escolares y el marco ecológico que informa acerca del trabajo del Centro.



## CENTER FOR ECOLITERACY

El Center for Ecoliteracy se complace en ofrecer estos recursos para ayudarlo a contar con un argumento a favor de las comidas escolares sanas y preparadas en el momento.

Nuestra intención es crear una variedad de herramientas que puedan ser utilizadas para aumentar la colaboración entre los administradores escolares y otros educadores, miembros de juntas escolares, padres y profesionales de los servicios de nutrición, de manera que todos trabajen en conjunto en pos del éxito académico y la salud de los alumnos y las comunidades.

Todos los días, las personas que trabajan en los servicios de nutrición ven la importancia que tienen las comidas escolares cuando son nutritivas y atractivas. Los materiales que aquí presentamos fueron preparados para demostrar a las personas a cargo cómo las comidas escolares pueden ayudarlos a cumplir con sus responsabilidades ofreciendo más oportunidades de mejorar el desempeño académico y promoviendo la seguridad y la salud entre los alumnos bajo su cuidado. También incluimos hallazgos que confirman que mejorar la comida escolar puede ser beneficioso para las finanzas de los distritos y el bienestar económico de las comunidades.

En los casi veinte años en que venimos trabajando en este campo, hemos visto el crecimiento de un movimiento a favor de la comida escolar de alta calidad, sana y preparada en el momento. Constantemente nos inspiramos con la dedicación, la creatividad y el compromiso de las personas que lideran este movimiento en sus distritos y comunidades escolares, y nos alegra poder compartir estos recursos con usted.

Agradecemos profundamente a TomKat Charitable Trust por su apoyo en este proyecto y su compromiso de años con la salud, la educación y el cuidado del medioambiente.

Atentamente,

Zenobia Barlow

Directora ejecutiva, Center for Ecoliteracy



## Escuchamos.

Y lo que oímos es que usted desea que otros comprendan que las comidas escolares sanas y preparadas en el momento no solo son importantes, sino también posibles: todos y cada uno de los días de clase.

Nosotros lo apoyamos. Por eso seguimos haciendo lo que hacemos desde hace casi 20 años en el **Center for Ecoliteracy**: entrevistamos a los directores, accionistas y miembros del personal que han tenido éxito en el sector del servicio alimentario y recolectamos investigaciones a lo largo del país para crear **Making the Case** (Un argumento a favor): esperamos que esta serie de herramientas le resulte útil en su trabajo con los socios comerciales del distrito y los padres de los alumnos.

Making the Case incluye investigaciones en las áreas de **Salud, Desempeño académico y Finanzas**, donde incluimos datos importantes. Escuchamos el testimonio de profesionales exitosos del área de servicios de alimentos, que compartieron sus mejores prácticas y consejos útiles para contar con un argumento a favor del cambio. Descubrimos que para algunos directores de los servicios de nutrición la mejor oportunidad de tener éxito es realizar presentaciones convincentes ante **los superintendentes de su distrito escolar, las juntas escolares o los gerentes escolares**; mientras que para otros esta oportunidad se presenta recurriendo directamente a los **padres o maestros**. Algunos usan una combinación de estos enfoques. Esperamos que este documento le ayude a comprender cómo dirigirse a una variedad de audiencias.

Para complementar este documento, hemos creado una **presentación de Power Point** para ayudarlo a contar con un argumento a favor de su liderazgo. Todos los distritos escolares son diferentes y cada presentador es único. Lo invitamos a adaptar la presentación para contar con un argumento a su manera.

**Making the Case** se puede descargar en:

[www.ecoliteracy.org/downloads/making-case](http://www.ecoliteracy.org/downloads/making-case)

# 6

## SEIS RAZONES POR LAS CUALES LAS JUNTAS Y ADMINISTRADORES ESCOLARES DEBERÍAN PREOCUPARSE POR LAS COMIDAS ESCOLARES

La comida que se sirve en las escuelas afecta de diversas formas la capacidad de un distrito para cumplir con sus responsabilidades. Aquí hay seis razones por las cuales preocuparse:

- 1.** Los distritos escolares, dirigidos por sus juntas y administradores, son responsables de brindar las mejores oportunidades para alcanzar el éxito académico, mantener la seguridad y la salud de los alumnos, y contribuir con el bienestar de sus comunidades.
- 2.** La nutrición está fuertemente ligada al desempeño académico. Los 44 millones de desayunos y almuerzos que se sirven diariamente en los Estados Unidos son importantes para determinar si los alumnos tienen la nutrición que necesitan para alcanzar el éxito académico. En promedio, los alumnos consumen aproximadamente el 35 por ciento de las calorías diarias en la escuela.<sup>1</sup> Muchos consumen la mitad, o más, de sus calorías en la escuela.<sup>2</sup>
- 3.** Las comidas escolares son especialmente esenciales para muchos alumnos. En 2012, 49 millones de estadounidenses, de los cuales 15.9 eran niños, vivían en hogares con inseguridad alimentaria. Uno de cada cinco hogares con niños informó inseguridad alimentaria.<sup>3</sup> Algunas escuelas ahora sirven desayuno, almuerzo, colaciones por la tarde, suplementos lácteos y cena, y envían a los niños a casa con mochilas con comida para los fines de semana.
- 4.** Las comidas sanas y atractivas pueden ser beneficiosas para las finanzas de los distritos. Los alumnos saludables se ausentan menos, por lo que los distritos reciben más fondos por el promedio de asistencia. Los alumnos menos saludables también representan una carga mayor para los servicios de salud, asesoramiento y educación especial de los distritos. Una mejor calidad en las comidas, que no tienen por qué ser costosas de producir, por lo general lleva a una mayor participación en el programa de comidas y, por lo tanto, hace que aumenten los ingresos.<sup>4</sup>

# 6

## SEIS RAZONES POR LAS CUALES LAS JUNTAS Y ADMINISTRADORES ESCOLARES DEBERÍAN PREOCUPARSE POR LAS COMIDAS ESCOLARES

**5.** El poder de compra de los distritos escolares (las cafeterías escolares son los “restaurantes” más grandes de muchos lugares) tiene un impacto en sus regiones. En un estudio de 2011 se calculó que por cada dólar que se gasta localmente se agrega \$1.86 a la economía, y que cada empleo que crean las compras del distrito produce un incremento total de 2.43 empleos.<sup>5</sup> Colectivamente, las escuelas y otras instituciones importantes pueden ayudar a crear una demanda suficiente para apoyar la agricultura regional sostenible.

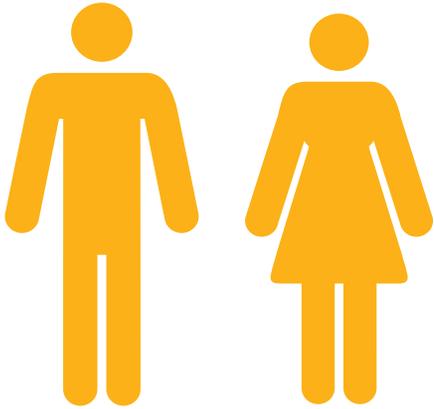
**6.** Hay apoyo público. Una investigación de Field Research Corporation para Kaiser Permanente en el año 2013 indicó que el 90 por ciento de los encuestados adultos creía que las escuelas deberían participar en la reducción de la obesidad; el 64 por ciento creía que los jardines de infantes y escuelas primarias deberían jugar un papel *principal*.<sup>6</sup> Las encuestas han demostrado que medidas tales como los bonos escolares y el impuesto a parcelas han resultado ser más atractivos para los votantes cuando incluyen disposiciones para la mejora de los programas de nutrición escolar.<sup>7</sup>



## COMIDAS ESCOLARES Y DESEMPEÑO ACADÉMICO

Cada vez hay más evidencia sobre la relación entre la nutrición y el desempeño académico de los alumnos. Estos son algunos de los hallazgos de diferentes estudios:

- Mejorar las comidas escolares tiene consecuencias casi inmediatas en el desempeño académico de los alumnos.<sup>9</sup>
- Un consumo inadecuado de los grupos alimentarios clave priva a los niños de vitaminas, minerales, grasas y proteínas esenciales que son necesarios para un funcionamiento cognitivo óptimo.<sup>10</sup>
- Se ha asociado significativamente el aumento en el consumo de frutas y vegetales y una ingesta reducida de grasas alimentarias con una mejora en el desempeño académico.<sup>11</sup>
- Los aumentos en la participación en los programas de desayunos escolares están asociados con mejoras en las calificaciones de las pruebas de matemática y lectura, la asistencia diaria, la participación en clase y reducciones en las tardanzas y ausencias.<sup>12 13</sup>
- Los niños que desayunan en la escuela tienen un mejor desempeño en las pruebas de estándares que aquellos que se saltean el desayuno o lo toman en su casa.<sup>14</sup>
- La ingesta alimentaria suele trabajar de manera sinérgica en combinación con otros factores como la actividad física y el sueño.<sup>15</sup>
- Los niños mal alimentados tienen más tendencia a ser hiperactivos, ausentarse o llegar tarde, tienen más problemas de conducta, suelen repetir de grado y requieren más servicios de educación especial y salud mental.<sup>16</sup>
- Los niños anémicos tienden a obtener bajas calificaciones en las pruebas de vocabulario, lectura y otras. La deficiencia de hierro puede aumentar la fatiga, acortar el período de atención, disminuir la capacidad de trabajo, reducir la resistencia a las infecciones y perjudicar el desempeño intelectual.<sup>17</sup>



## COMIDAS ESCOLARES Y DESEMPEÑO ACADÉMICO

- La deficiencia de nutrientes, azúcares y carbohidratos refinados, los residuos de pesticidas, los conservantes y los colorantes artificiales en la comida han sido asociados con alteraciones en el pensamiento y la conducta y con trastornos del desarrollo neurológico como el trastorno por déficit de atención/hiperactividad.<sup>18</sup>
- Las escuelas que eliminaron las gaseosas de sus máquinas expendedoras tuvieron menos tardanzas, menos derivaciones disciplinarias y mayores calificaciones en matemática.<sup>19</sup>
- Los niños con inseguridad alimentaria aprenden a un ritmo menor que sus compañeros, lo que los deja cada vez más atrás en su progreso dentro del sistema educativo.<sup>20</sup>
- Se ha hallado que los estudiantes adolescentes que se consideran con sobrepeso u obesos (ya sea que cumplan o no con las definiciones médicas estándar) suelen tener peores calificaciones.<sup>21</sup>



## COMIDAS ESCOLARES Y NUTRICIÓN Y SALUD DE LOS ALUMNOS

Las investigaciones demuestran una relación significativa entre las dietas de los alumnos, que incluyen las comidas escolares, y su salud. Estos son algunos de los hallazgos de diferentes estudios:

- De acuerdo con un estudio de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (Centers for Disease Control and Prevention) del año 2009, menos del 10 por ciento de los niños californianos consumen las porciones diarias mínimas recomendadas de frutas y vegetales.<sup>23</sup>
- Los participantes de los Programas Nacionales de Desayunos y Almuerzos Escolares (National School Breakfast and Lunch Programs) tienden a tener menos insuficiencias nutricionales; suelen consumir más frutas, vegetales y leche; y tienen menos tendencia a consumir postres y colaciones que los niños que no participan.<sup>24</sup>
- Los estudiantes que reciben comidas escolares a través del Programa Nacional de Almuerzos Escolares (National School Lunch Program) y el Programa Nacional de Desayunos Escolares (School Breakfast Program) suelen tener un peso saludable.<sup>26</sup> Los estudiantes tienen menos tendencia a ganar peso durante el año escolar en comparación al verano, cuando no van a la escuela.<sup>27</sup>
- Cuando las escuelas ofrecen colaciones total o parcialmente saludables, a la carta o a través de máquinas expendedoras, durante la hora del almuerzo, los estudiantes responden con mejoras en sus dietas.<sup>28</sup>
- Los niños en edad escolar con bajos recursos tienen una calidad alimentaria generalmente mejor que aquellos niños que desayunan en otra parte o se saltean el desayuno.<sup>29</sup>
- En los días en que comen en los programas extraescolares financiados federalmente, los niños en edad escolar tienen una mayor ingesta diaria de frutas, vegetales, leche y nutrientes clave como calcio, vitamina A y ácido fólico que en los días en que no lo hacen.<sup>30</sup>



## COMIDAS ESCOLARES Y NUTRICIÓN Y SALUD DE LOS ALUMNOS

- En 2010, más de un tercio de los niños y adolescentes de los Estados Unidos tenían sobrepeso u obesidad<sup>31</sup>; sin embargo, las autoridades dan crédito a los recientes cambios en la comida escolar por la nivelación o disminución de la obesidad en varias ciudades y estados.<sup>32 33</sup>
- Los niños obesos tienen más posibilidades de presentar fracturas que los mantienen alejados de la escuela<sup>34</sup> y son más propensos a tener hipertensión, diabetes, apnea del sueño, anormalidades menstruales, alteración del equilibrio y problemas ortopédicos antes que sus pares con peso normal.<sup>35</sup>
- Los niños con sobrepeso pueden experimentar mayores niveles de hostigamiento escolar, lo que se relaciona con una salud mental deficiente y una disminución en la actividad física.<sup>36</sup>
- Si bien la obesidad afecta a ambos sexos y a todos los grupos raciales y de edad, los niños con bajos recursos y los que tienen inseguridad alimentaria tienen un riesgo aún mayor.<sup>37</sup>
- La salud oral deficiente está asociada con un menor desempeño escolar, una dificultad para mantenerse alerta e involucrado en un entorno de aprendizaje y una baja autoestima.<sup>38</sup>



## COMIDAS ESCOLARES: IMPLICACIONES FINANCIERAS

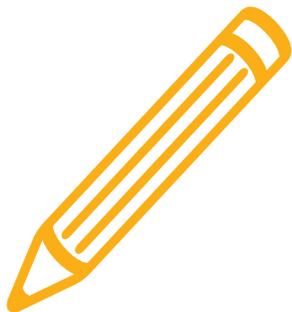
De acuerdo a los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades, “un conjunto cada vez mayor de evidencias sugiere que las escuelas pueden contar con estándares fuertes en el área de nutrición y mantener su estabilidad financiera”.<sup>39</sup> Estos son algunos de los hallazgos de diferentes estudios e informes a cargo de los distritos escolares:

- Las investigaciones y varias historias exitosas indican que mejorar la calidad de las comidas aumenta la participación y los beneficios de los programas de comidas, y que las mejoras de calidad en la comida y el servicio de comidas no tienen por qué ser costosas.<sup>40</sup>
- En un estudio trienal publicado en 2012, se demostró que las escuelas que sirven opciones más saludables tuvieron más beneficios sobrantes que otras escuelas que no cuentan con estas opciones.<sup>41</sup>
- Se ha demostrado que los almuerzos escolares hechos con alimentos del Departamento de Agricultura de los Estados Unidos (USDA, por sus siglas en inglés) y preparados con mayor cantidad de materias primas son más saludables e igual de costosos de preparar que aquellos procesados fuera del establecimiento.<sup>42</sup>
- Los investigadores han identificado numerosas maneras efectivas y de bajo costo para reconfigurar la línea de almuerzos y utilizar otras técnicas “más prácticas en el área de almuerzos” para guiar a los alumnos en el uso de opciones más inteligentes.<sup>43</sup>
- Se ha hallado que los programas para mejorar la comida en las escuelas inglesas tienen resultados rápidos y son “muy redituables”.<sup>44</sup>
- Una evaluación de Robert Wood Johnson Foundation/Pew Charitable Trust demostró que los distritos escolares que han adoptado estándares fuertes en el área de nutrición para el uso de colaciones y comidas y bebidas a la carta no experimentaron una disminución en sus beneficios generales.<sup>45</sup>
- Un estudio de la Universidad de California patrocinado por The California Endowment concluyó que “los estudiantes y padres aprueban abrumadoramente” los cambios de la Ley de nutrición y salud infantil (Healthy Hunger-Free Kids Act) que entraron en vigencia a partir de 2012-2013. Después de la implementación del programa, las tasas de participación en las comidas dentro de las escuelas fluctuaron solo apenas o aumentaron en siete de los diez estados donde se realizó el estudio.<sup>46</sup>



## COMIDAS ESCOLARES: IMPLICACIONES FINANCIERAS

- En los estados que asignan fondos en parte según el promedio de asistencia diaria, cada día que un alumno asiste a la escuela aumentan los ingresos del distrito. Los niños mal alimentados tienen una menor capacidad para resistir infecciones y tienen más probabilidades de enfermarse y ausentarse de la escuela.<sup>47</sup>
- Según un estudio de la Universidad de Pensilvania se estima que los estudiantes con obesidad tienen un 20 por ciento más ausencias a clase.<sup>48</sup> En otro estudio, se demostró que la obesidad es el indicador más eficaz para predecir las ausencias.<sup>49</sup>
- La incorporación de desayunos saludables está asociada con reducciones en el ausentismo<sup>50</sup> y menos visitas a la enfermería<sup>51</sup>. Se ha demostrado que servir el desayuno en el aula es la manera más efectiva de aumentar la participación en los programas de desayunos.<sup>52 53</sup>
- Los distritos de California hubieran recibido más de \$365 millones de ayuda federal adicional entre 2010 y 2011 si los estudiantes aptos para las comidas gratuitas y con precios reducidos hubieran participado en los desayunos escolares al igual que lo hacían en los almuerzos escolares.<sup>54</sup>
- Los niños que están dentro de la categoría de “desnutridos” tienen casi el doble de probabilidades que los que no lo están de recibir servicios de educación especial y de repetir de grado.<sup>55</sup> El costo total de educar a un niño que requiere servicios de educación especial es casi el doble del gasto anual que se necesita para un niño sin necesidades especiales (Departamento de Educación de los Estados Unidos).<sup>56</sup>
- Se estima que los alumnos californianos pierden 874.000 días de clase al año debido a problemas de salud oral, lo que le cuesta a los distritos escolares aproximadamente \$28.8 millones (cifras de 2010 ).<sup>57</sup>
- Las encuestas a posibles votantes antes de las iniciativas electorales de emisión de bonos (Oakland, 2012) e impuesto a las parcelas (Davis, 2007) demostraron que las medidas que beneficiaban de diferentes maneras a los distritos escolares eran *más atractivas* para los votantes debido a la inclusión de disposiciones para la mejora de los programas de comidas escolares dentro de las mismas.<sup>58</sup>
- Anualmente, los estudiantes desechan millones de dólares en comida no consumida.<sup>59</sup> Al mismo tiempo, los estudios demuestran que los niños responden bien a los programas de nutrición escolar si se les dan opciones en los alimentos y si las comidas se sirven de manera atractiva, fresca, conveniente, amigable para los niños, culturalmente adecuada y a la temperatura correcta.<sup>60 61</sup>



## NOTAS

<sup>1</sup> R.R. Briefel, et al (2009). “School Food Environments and Practices Affect Dietary Behaviors of US School Children”. *Journal of the American Dietary Association*, 109 (Suplemento N.º 2), págs. 91–107.

<sup>2</sup> Action for Healthy Kids (2012). *The Learning Connection: What You Need to Know to Ensure Your Kids Are Healthy and Ready to Learn*, pág. 8.

[www.actionforhealthykids.org/storage/documents/pdfs/afhk\\_thelearningconnection\\_digitaledition.pdf](http://www.actionforhealthykids.org/storage/documents/pdfs/afhk_thelearningconnection_digitaledition.pdf).

<sup>3</sup> A. Coleman-Jensen, et al (2013). “Household Food Security in the United States 2012”. US Department of Agriculture Economic Research Service. [www.ers.usda.gov/publications/err-economic-research-report/err155.aspx#.Uml1LCS4B\\_k](http://www.ers.usda.gov/publications/err-economic-research-report/err155.aspx#.Uml1LCS4B_k).

<sup>4</sup> Food Research and Action Center (2010). “How Improving Federal Nutrition Program Access and Quality Work Together to Reduce Hunger and Promote Healthy Eating”, pág. 4.

[www.frac.org/pdf/CNR01\\_qualityandaccess.pdf](http://www.frac.org/pdf/CNR01_qualityandaccess.pdf).

<sup>5</sup> Ecotrust. “The Impacts of Seven Cents”. [http://www.ecotrust.org/farmentoschool/downloads/Kaiser-ReportFINAL\\_110630.pdf](http://www.ecotrust.org/farmentoschool/downloads/Kaiser-ReportFINAL_110630.pdf).

<sup>6</sup> Field Research Corporation (2013). “Nationwide Findings from the 2013 Kaiser Permanente Childhood Obesity Prevention Survey”, págs. 6–8. [xnet.kp.org/newscenter/pressreleases/nat/2013/downloads/2013-KP-Childhood-Obesity-Prevention-Survey-Findings.pdf](http://xnet.kp.org/newscenter/pressreleases/nat/2013/downloads/2013-KP-Childhood-Obesity-Prevention-Survey-Findings.pdf).

<sup>7</sup> Michael K. Stone/Center for Ecoliteracy (2009). *Smart by Nature* (Healdsburg, CA: Watershed Media), pág. 134.

<sup>8</sup> James F. Bogden, Martine Brizius, y Elizabeth M. Walker (2012). *Fit, Healthy, and Ready to Learn* (Arlington, VA: National Association of State Boards of Education), Capítulo E, pág. 5.

[www.nasbe.org/wp-content/uploads/FHRTL-E\\_Healthy-Eating\\_NASBE\\_November-2012.pdf](http://www.nasbe.org/wp-content/uploads/FHRTL-E_Healthy-Eating_NASBE_November-2012.pdf).

<sup>9</sup> Michèle Belot y Jonathan James (2011). “Healthy School Meals and Educational Outcomes”. *Journal of Health Economics* 303(3), págs. 489–504.

<sup>10</sup> V.J. Drake (2011). “Micronutrients and Cognitive Function”. *Linus Pauling Institute Research Newsletter*, Oregon State University.



## NOTAS

lpi.oregonstate.edu/ss11/cognitive.html. Citado en California School Boards Association (2012). *Student Wellness: A Healthy Food and Physical Activity Policy Resource Guide*, pág. 5.

<sup>11</sup> M.D. Florence, M. Asbridge, y P.J. Veugelers (2008). “Diet Quality and Academic Performance”. *Journal of School Health* 78(4), pág. 213. [onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/j.1746-1561.2008.00288.x/abstract](http://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/j.1746-1561.2008.00288.x/abstract).

<sup>12</sup> California School Boards Association (2012). *Student Wellness: A Healthy Food and Physical Activity Policy Resource Guide*, pág. 5. [En la publicación se citan ocho referencias en este punto].

<sup>13</sup> David E. Frisvold (2012). “Nutrition and Cognitive Achievement: An Evaluation of the School Breakfast Program”. Documento de trabajo, Emory University. [www.econ.gatech.edu/files/seminars/Frisvold\\_SP2012.pdf](http://www.econ.gatech.edu/files/seminars/Frisvold_SP2012.pdf).

<sup>14</sup> N. Vaisman, H. Voet, A. Akivis, y E. Vakil (1996). “Effects of Breakfast Timing on Cognitive Functioning of Elementary School Students”. *Archives of Pediatric and Adolescent Medicine* 150, págs.1089–1092. Citado en Food Research & Action Center (2011). “Child Nutrition Fact Sheet: Breakfast for Learning”. [frac.org/wp-content/uploads/2009/09/breakfastforlearning.pdf](http://frac.org/wp-content/uploads/2009/09/breakfastforlearning.pdf).

<sup>15</sup> Charles E. Basch (2010). *Healthier Students Are Better Learners: A Mission Link in School Reforms to Close the Achievement Gap*. The Campaign for Educational Equity, Teachers College, Columbia University, pág. 50. [www.equitycampaign.org/i/a/document/12557\\_equitymattersvol6\\_web03082010.pdf](http://www.equitycampaign.org/i/a/document/12557_equitymattersvol6_web03082010.pdf).

<sup>16</sup> Food Research & Action Center (2011). “Child Nutrition Fact Sheet: Breakfast for Learning”. [frac.org/wp-content/uploads/2009/09/breakfastforlearning.pdf](http://frac.org/wp-content/uploads/2009/09/breakfastforlearning.pdf).

<sup>17</sup> K.B. Troccoli (1993). *Eat to Learn, Learn to Eat: The Link between Nutrition and Learning in Children*. National Health/Education Consortium. También J.M. Murphy, et al (1998). “The Relationship of School Breakfast to Psychosocial and Academic Functioning”. *Archives of Pediatric Adolescent Medicine* 152, págs. 899–907. Citado en California School Boards Association (2012). *Student Wellness: A Healthy Food and Physical Activity Policy Resource Guide*, pág. 5.

<sup>18</sup> Alan Greene. “Brain Food for Children”. Center for Ecoliteracy. [www.ecoliteracy.org/essays/brain-food-kids](http://www.ecoliteracy.org/essays/brain-food-kids).



## NOTAS

<sup>19</sup> Joshua Price (2012). “De-fizzing Schools: The Effect on Student Behavior of Having Vending Machines in Schools”. *Agricultural and Resource Economics Review* (41(1)), págs.92–99. [ageconsearch.umn.edu/bitstream/123316/2/price,%20joshua%20-%20current.pdf](http://ageconsearch.umn.edu/bitstream/123316/2/price,%20joshua%20-%20current.pdf).

<sup>20</sup> K. Alaimo, et al (2001). “Food insufficiency and American School-Aged Children’s Cognitive, Academic, and Psychosocial Development”. *Pediatrics* 108(1), págs. 44-53. Citado en Carolyn Murphy, Stephanie Ettinger de Cuba, y John Cook (2008). *Reading, Writing, and Hungry: The Consequences of Food Insecurity on Children, and on Our Nation’s Economic Success*. (New York: Partnership for America’s Economic Success), pág. 25. [frac.org/newsite/wp-content/uploads/2010/03/reading\\_writing\\_hungry\\_report.pdf](http://frac.org/newsite/wp-content/uploads/2010/03/reading_writing_hungry_report.pdf).

<sup>21</sup> T.A. Florin, J. Shults, and N. Stettler (2011). “Perception of Overweight Is Associated with Poor Academic Performance in US Adolescents”. *Journal of School Health* 81, págs. 663–670.

<sup>22</sup> California School Boards Association (2012). *Student Wellness: A Healthy Food and Physical Activity Policy Resource Guide*, pág. 10.

<sup>23</sup> University of California Division of Agriculture and Natural Resources (2013). “Farm to School Programs Increase Children’s Access to Fresh, Seasonal Produce”. [ucanr.org/?blogpost=11806&blogasset=60503](http://ucanr.org/?blogpost=11806&blogasset=60503).

<sup>24</sup> M.A. Clark y M.K. Fox (2009). “Nutritional Quality of the Diets of US Public School Children and the Role of the School Meal Programs”. *Journal of the American Dietetic Association* 109(2 Suplemento 1), págs. S67–S78. Citado en Food Research and Action Center (2010). “How Improving Federal Nutrition Program Access and Quality Work Together to Reduce Hunger and Promote Healthy Eating”, pág. 2. [www.frac.org/pdf/CNR01\\_qualityandaccess.pdf](http://www.frac.org/pdf/CNR01_qualityandaccess.pdf).

<sup>25</sup> E.M. Condon, M.K. Crepinsek, y M.K. Fox (2009). “School Meals: Types of Foods Offered to and Consumed by Children at Lunch and Breakfast”. *Journal of the American Dietetic Association* 109(2 Suplemento 1), págs. S67–S78. Citado en Food Research and Action Center (2010). “How Improving Federal Nutrition Program Access and Quality Work Together to Reduce Hunger and Promote Healthy Eating”, pág. 2. [www.frac.org/pdf/CNR01\\_qualityandaccess.pdf](http://www.frac.org/pdf/CNR01_qualityandaccess.pdf).

<sup>26</sup> Sonja J. Jones (2003). “Lower Risk of Overweight in School-aged Food Insecure Girls Who Participate in



## NOTAS

Food Assistance”. *Archives of Pediatric and Adolescent Medicine*, agosto de 2003. Citado en School Nutrition Association. “School Meals Proven a Healthy Choice”. [www.schoolnutrition.org/Content.aspx?id=6926](http://www.schoolnutrition.org/Content.aspx?id=6926).

<sup>27</sup> *Journal of the American Dietetic Association*, febrero de 2009. Citado en School Nutrition Association (2013). “School Lunch Across the USA”. [www.schoolnutrition.org/Level2\\_NSLW2013.aspx?id=18467](http://www.schoolnutrition.org/Level2_NSLW2013.aspx?id=18467).

<sup>28</sup> Kathleen Lees (2013). “You Are What You Eat: Schools with Healthy Options Have Healthy Students”. *Scienceworldreport*, 13 de noviembre de 2013. <http://www.scienceworldreport.com/articles/10879/20131113/you-are-what-you-eat-schools-with-healthy-options-have-healthy-students.htm>.

<sup>29</sup> P.P. Basiotis, M. Lino, y R.S. Anand (1999). “Eating Breakfast Greatly Improves Schoolchildren’s Diet Quality”. *Nutrition Insight* 15. US Department of Agriculture, Center for Nutrition Policy and Promotion. [courses.washington.edu/nutr531/StartStrong/Nutrition\\_Insight.pdf](http://courses.washington.edu/nutr531/StartStrong/Nutrition_Insight.pdf).

<sup>30</sup> M.L.K. Plante y K.S. Bruening (2004). “Supper Meal Improves Diets of Children at Nutritional Risk”. *Journal of the American Dietetic Association* 104(Supplement 2), pág. 42. Citado en Food Research and Action Center (2010). “How Improving Federal Nutrition Program Access and Quality Work Together to Reduce Hunger and Promote Healthy Eating”, pág. 2. [www.frac.org/pdf/CNR01\\_qualityandaccess.pdf](http://www.frac.org/pdf/CNR01_qualityandaccess.pdf).

<sup>31</sup> C.L. Ogden, M.D. Carroll, B.K. Kit, y K.M. Flegal (2012). “Prevalence of Obesity and Trends in Body Mass Index among US Children and Adolescents, 1999-2010”. *Journal of the American Medical Association* 307(5), págs. 483–490. [jama.jamanetwork.com/article.aspx?articleid=1104932](http://jama.jamanetwork.com/article.aspx?articleid=1104932).

<sup>32</sup> Nanci Hellmich (2012). “Childhood Obesity Declines in Several States, Cities”. *USA Today*, 24 de octubre de 2012. <http://www.usatoday.com/story/news/nation/2012/10/24/childhood-obesity-declines/1652955/>.

<sup>33</sup> Jennifer Lubell (2013). “Victories against Childhood Obesity, but Harder to Find among Poor”. *American Medical News*. American Medical Association, 19 de julio de 2013. [www.amednews.com/article/20130719/government/130719965/8/](http://www.amednews.com/article/20130719/government/130719965/8/). Los factores citados para explicar un descenso del 5 por ciento en Filadelfia entre 2006 y 2010 incluyen la eliminación de gaseosas y otras bebidas endulzadas de las máquinas expendedoras de las escuelas públicas, la prohibición de freidoras en las cocinas escolares, el cambio por leche reducida



## NOTAS

en grasas y la creación de una política de bienestar escolar en todo el distrito.

<sup>34</sup> F.R. Greer y N.F. Krebs (2006). “Optimizing Bone Health and Calcium Intakes of Infants, Children, and Adolescents”. *Pediatrics*, febrero de 2006; 117(2), págs. 578–585.  
[pediatrics.aappublications.org/content/117/2/578.full.pdf](http://pediatrics.aappublications.org/content/117/2/578.full.pdf).

<sup>35</sup> Committee on Prevention of Obesity in Children and Youth (2005). *Preventing Childhood Obesity: Health in the Balance* (Washington, DC: National Academies Press), págs. 66–67. Citado en James F. Bogden, Martine Brizius, y Elizabeth M. Walker (2012). *Fit, Healthy, and Ready to Learn* (Arlington, Virginia: National Association of State Boards of Education), Capítulo E, pág. 9.  
[www.nasbe.org/wp-content/uploads/FHRTL-E\\_Healthy-Eating\\_NASBE\\_November-2012.pdf](http://www.nasbe.org/wp-content/uploads/FHRTL-E_Healthy-Eating_NASBE_November-2012.pdf).

<sup>36</sup> E.A. Storch, et al (2007). “Peer Victimization, Psychosocial Adjustment, and Physical Activity in Overweight and At-Risk-for-Overweight Youth”. *Journal of Pediatric Psychology* 32, no. 1, págs. 80–89.

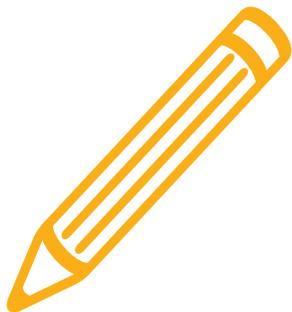
<sup>37</sup> Food Research and Action Center (2010). “How Improving Federal Nutrition Program Access and Quality Work Together to Reduce Hunger and Promote Healthy Eating”, pág. 2.  
[www.frac.org/pdf/CNR01\\_qualityandaccess.pdf](http://www.frac.org/pdf/CNR01_qualityandaccess.pdf).

<sup>38</sup> California School Boards Association (2012). *Student Wellness: A Healthy Food and Physical Activity Policy Resource Guide*, pág. 7.

<sup>39</sup> Division of Adolescent and School Health, National Center for Chronic Disease Prevention and Health Promotion, Centers for Disease Control and Prevention (2011). “Implementing Strong Nutrition Standards for Schools: Financial Implications”. [www.cdc.gov/healthyyouth/nutrition/pdf/financial\\_implications.pdf](http://www.cdc.gov/healthyyouth/nutrition/pdf/financial_implications.pdf).

<sup>40</sup> Food Research and Action Center (2010). “How Improving Federal Nutrition Program Access and Quality Work Together to Reduce Hunger and Promote Healthy Eating”, pág. 4.  
[www.frac.org/pdf/CNR01\\_qualityandaccess.pdf](http://www.frac.org/pdf/CNR01_qualityandaccess.pdf).

<sup>41</sup> Action for Healthy Kids (2012). “The Learning Connection: What You Need to Know to Ensure Your Kids Are Healthy and Ready to Learn”, pág. 10.



## NOTAS

[www.actionforhealthykids.org/storage/documents/pdfs/afhk\\_thelearningconnection\\_digitaledition.pdf](http://www.actionforhealthykids.org/storage/documents/pdfs/afhk_thelearningconnection_digitaledition.pdf).

<sup>42</sup> Ellen Braff-Guajardo, Kristin Kiesel, y Gail W. Lopez (2012). Presentación en Center for Ecoliteracy California Food for California Kids Conference (Oakland, CA, septiembre de 2012). Publicación pendiente.

<sup>43</sup> Brian Wansink, David R. Just, y Joe McKendry (2010). “Lunch Line Redesign”. *New York Times*, 21 de octubre de 2010. [nytimes.com/interactive/2010/10/21/opinion/20101021\\_Oplunch.html](http://nytimes.com/interactive/2010/10/21/opinion/20101021_Oplunch.html). Véase también: Cornell Center for Behavioral Economics in Child Nutrition Program’s Smarter Lunchrooms Movement. [smarterlunchrooms.org](http://smarterlunchrooms.org).

<sup>44</sup> Michèle Belot y Jonathan James (2011). “Healthy School Meals and Educational Outcomes”. *Journal of Health Economics* 303(3), págs. 489–504. [www.iser.essex.ac.uk/files/iser\\_working\\_papers/2009-01.pdf](http://www.iser.essex.ac.uk/files/iser_working_papers/2009-01.pdf).

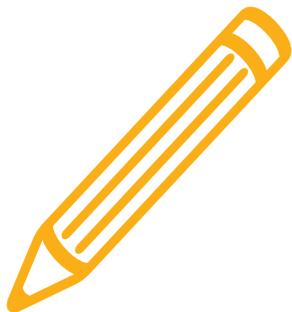
<sup>45</sup> Health Impact Project (2010). “Health Impact Assessment: National Nutrition Standards for Snack and à la Carte Foods and Beverages”, pág. 4. [www.rwjf.org/content/dam/farm/reports/reports/2012/rwjf73231](http://www.rwjf.org/content/dam/farm/reports/reports/2012/rwjf73231).

<sup>46</sup> The California Endowment (2013). “UC Study: Students Prefer New, Healthier School Meals”. [tcenews.calendow.org/releases/uc-study:-students-prefer-new-healthier-school-meals](http://tcenews.calendow.org/releases/uc-study:-students-prefer-new-healthier-school-meals).

<sup>47</sup> California School Boards Association (2012). *Student Wellness: A Healthy Food and Physical Activity Policy Resource Guide*, pág. 9.

<sup>48</sup> “Childhood Obesity Indicates Greater Risk of School Absenteeism, University of Pennsylvania Study Reveals” (2007). *Penn News*, 10 de agosto de 2007. [www.upenn.edu/pennnews/news/childhood-obesity-indicates-greater-risk-school-absenteeism-university-pennsylvania-study-revea](http://www.upenn.edu/pennnews/news/childhood-obesity-indicates-greater-risk-school-absenteeism-university-pennsylvania-study-revea).

<sup>49</sup> Andrew B. Geier, Gary D. Foster, Leslie G. Womble, et al (2007). “The Relationship between Relative Weight and School Attendance among Elementary Schoolchildren”. *Obesity* 15, No. 8 (agosto de 2007), págs. 2157–2161. Citado en James F. Bogden, Martine Brizius, y Elizabeth M. Walker (2012). *Fit, Healthy, and Ready to Learn* (Arlington, VA: National Association of State Boards of Education), Capítulo E, pág. 9. [www.nasbe.org/wp-content/uploads/FHRTL-E\\_Healthy-Eating\\_NASBE\\_November-2012.pdf](http://www.nasbe.org/wp-content/uploads/FHRTL-E_Healthy-Eating_NASBE_November-2012.pdf).



## NOTAS

<sup>50</sup> J.M. Murphy, et al (1998). “The Relationship of School Breakfast to Psychosocial and Academic Functioning”. *Archives of Pediatric Adolescent Medicine* 152, págs. 899–907. [archpedi.jamanetwork.com/article.aspx?articleid=189855](http://archpedi.jamanetwork.com/article.aspx?articleid=189855).

<sup>51</sup> Minnesota Department of Children, Families, and Learning (1998). “School Programs Energizing the Classroom”, pág. 5. [www.californiahealthykids.org/articles/energize.pdf](http://www.californiahealthykids.org/articles/energize.pdf).

<sup>52</sup> D.C. Hunger Solutions (2011). *Breakfast in the Classroom in D.C. Public Schools*. [www.dchunger.org/pdf/dc\\_classroom\\_breakfast\\_2010-2011report.pdf](http://www.dchunger.org/pdf/dc_classroom_breakfast_2010-2011report.pdf).

<sup>53</sup> Food Research and Action Center (2011). “Breakfast in the Classroom”. [frac.org/wp-content/uploads/2009/09/universal\\_classroom\\_breakfast\\_fact\\_sheet.pdf](http://frac.org/wp-content/uploads/2009/09/universal_classroom_breakfast_fact_sheet.pdf).

<sup>54</sup> California Food Policy Advocates (2012). “2010–11 School Meal Analysis”. [cfpa.net/ChildNutrition/ChildNutrition\\_CFPAPublications/SchoolMealAnalysis-StateSummary-2010-11.pdf](http://cfpa.net/ChildNutrition/ChildNutrition_CFPAPublications/SchoolMealAnalysis-StateSummary-2010-11.pdf).

<sup>55</sup> R. Kleinman, et al (1998). “Hunger in Children in the United States: Potential Behavioral and Emotional Correlates”. *Pediatrics* 101(1):e3, pág. 3. [pediatrics.aappublications.org/content/101/1/e3.full.pdf+html](http://pediatrics.aappublications.org/content/101/1/e3.full.pdf+html).

<sup>56</sup> Thomas Skelly (2001). “Letter to the Hon. Patsy Mink”. Citado en Carolyn Murphy, Stephanie Ettinger de Cuba, and John Cook (2008). *Reading, Writing, and Hungry: The Consequences of Food Insecurity on Children, and on Our Nation’s Economic Success*. Partnership for America’s Economic Success, pág. 26.

<sup>57</sup> Children Now (2010). *California Report Card 2010: Setting the Agenda for Children*, pág. 10. [www.childrennow.org/uploads/documents/reportcard\\_2010.pdf](http://www.childrennow.org/uploads/documents/reportcard_2010.pdf).

<sup>58</sup> Michael K. Stone/Center for Ecoliteracy (2009). *Smart by Nature* (Healdsburg, CA: Watershed Media), p.134.

<sup>59</sup> Los investigadores de un estudio acerca de las sobras de alimentos en cuatro escuelas secundarias de Boston calcularon que anualmente se desechan \$400.000 en comida y predijeron que ese nivel de desechos, si se trasladara a nivel nacional, llegaría a más de \$1.2 mil millones de pérdidas. Juliana F.W. Cohen, et al



## NOTAS

(2013). “School Waste among Middle School Students”. *American Journal of Preventive Medicine*, febrero de 2013, págs. 114–121.

<sup>60</sup> Institute of Medicine (2009). *School Meals: Building Blocks for Healthy Children* (Washington, DC: The National Academies Press). Citado en Food Research and Action Center (2010). “How Improving Federal Nutrition Program Access and Quality Work Together to Reduce Hunger and Promote Healthy Eating”, pág. 4. [www.frac.org/pdf/CNR01\\_qualityandaccess.pdf](http://www.frac.org/pdf/CNR01_qualityandaccess.pdf).

<sup>61</sup> Q. Moore, H.L. Hulse, y M. Ponza (2009). “Factors Associated with School Meal Participation and the Relationship between Different Participation Measures”. *Contractor and Cooperator Report 53* (Washington, DC: US Department of Agriculture, Economic Research Service). Citado en Food Research and Action Center (2010). “How Improving Federal Nutrition Program Access and Quality Work Together to Reduce Hunger and Promote Healthy Eating”, pág. 4. [www.frac.org/pdf/CNR01\\_qualityandaccess.pdf](http://www.frac.org/pdf/CNR01_qualityandaccess.pdf).



## CITAS

### Algunas citas inspiradoras y útiles acerca de las comidas escolares:

Las escuelas son los restaurantes más grandes de todas las ciudades y los pueblos. pero nadie lo sabe.  
—David Binkle, director del Servicio de Alimentos, Distrito Escolar Unificado de Los Ángeles

La reforma en las comidas escolares es parte del trabajo básico que debemos hacer para corregir la injusticia sistémica, alcanzar la igualdad y darles a nuestros hijos el mejor futuro posible.  
—Tony Smith, ex superintendente, Distrito Escolar Unificado de Oakland

Involucrar al personal en la capacitación fue la mayor ventaja para el éxito. —Sandy Curwood, directora de Servicios de Alimentación y Nutrición, Distrito Escolar Unificado de Ventura

El desayuno ayuda a que los niños lleguen a tiempo a la escuela. Además, van menos a la enfermería.  
—Gary Petill, director de Servicios de Alimentación y Nutrición, Distrito Escolar Unificado de San Diego

¿Los alimentos frescos son más caros? Puede ser, pero la participación y los ingresos superarán con creces los costos. —Scott Soiseth, director de Servicios de Nutrición Infantil, Distrito Escolar Unificado de Turlock

[Acerca de por qué la cocina con materias primas es rentable] He visto estadísticas que demuestran que los envases pueden representar el 50% del costo de la comida. Si usted no tuviera que desechar ese envase, estaría ahorrando una segunda porción.

— Marc Zammit, vicepresidente de Corporate Sustainability Initiatives, The Compass Group, de la publicación *Rethinking School Lunch Guide* de Center for Ecoliteracy

No hablé demasiado acerca de la comida poco sana. Saqué lo poco sano de modo que pudieran elegir solamente comidas sanas.

—Rodney Taylor, director de Nutrición Escolar, Distrito Escolar Unificado de Riverside

Podemos crear una cultura —imagínense esto— en la cual nuestros niños pidan opciones saludables en lugar de resistirse a ellas.

— Michelle Obama, primera dama

# UN ARGUMENTO

A de las comidas escolares sanas y preparadas en el momento



# FAVOR

Las comidas escolares son una **gran oportunidad** para lograr un cambio positivo.

¿Qué importancia tiene?

Las escuelas son los restaurantes más grandes de todas las ciudades y los pueblos pero nadie lo sabe.

David Binkle  
Director Adjunto del Servicio de Alimentos  
Distrito Escolar Unificado de Los Ángeles

¿Qué dicen las cifras?

## DESAYUNO

Aproximadamente 13 MILLONES por día o 2.2 MIL MILLONES por año.



## ALMUERZO

Aproximadamente 31 MILLONES por día o 5.2 MIL MILLONES por año.  
Departamento de Agricultura de los Estados Unidos (USDA)

# 35%

Porcentaje de calorías que consume un niño promedio en la escuela diariamente

Medidas para la salud de los niños

# 50%+

Muchos niños obtienen más de la mitad de las calorías en la escuela.

Boletín informativo de la Asociación Dietaria Estadounidense  
(Journal of the American Dietary Association)

¿Por qué es importante?

Porque los distritos escolares cumplen un **papel fundamental** en el bienestar y el desempeño académico de los niños.

Y las comidas escolares saludables y preparadas en el momento son parte de la estrategia que **ayuda a los distritos a alcanzar el éxito.**

¿Cómo?

Mejorar las comidas escolares tiene consecuencias casi inmediatas en el desempeño académico.

Boletín informativo sobre Economía Sanitaria (Journal for Health Economics)

También tienen un **efecto positivo** en la asistencia y las calificaciones de las pruebas.

Asociación de Juntas Escolares de California; Universidad de Emery

Las comidas escolares son **especialmente importantes** para algunos alumnos.

**49 MILLONES**

Cantidad de estadounidenses que vivían en hogares con **inseguridad alimentaria** en 2012

Departamento de Agricultura de los Estados Unidos (USDA)

**15.9 MILLONES**

Cantidad de **niños** que vivían en hogares con **inseguridad alimentaria** en 2012

Departamento de Agricultura de los Estados Unidos (USDA)

**1 de cada 5**



hogares estadounidenses que informan inseguridad alimentaria

Departamento de Agricultura de los Estados Unidos (USDA)

Además de aliviar el hambre, las comidas escolares saludables ayudan a promover **la salud general de los alumnos.**

Eso es especialmente significativo cuando se considera uno de los desafíos sanitarios más importantes de la historia de este país — **la obesidad.**

1 de cada 3

niños estadounidenses tienen sobrepeso u obesidad

Boletín informativo de la Asociación Médica Estadounidense  
(Journal of the American Medical Association)

1 de cada 2

En algunas comunidades, es la mitad.

Boletín informativo de la Asociación Médica Estadounidense  
(Journal of the American Medical Association)

**La obesidad** es el indicador más eficaz para predecir las ausencias.

Saludable, en forma y listo para aprender

Los niños obesos suelen tener **problemas de salud** como fracturas, hipertensión y diabetes, que los hacen **faltar a la escuela.**

Pediatría

Cuando los alumnos faltan a la escuela, se **quedan atrás académicamente** y se **aíslan socialmente.**

En los estados que asignan fondos según el promedio de asistencia diaria, cada día que un alumno se ausenta **disminuyen los ingresos del distrito.**

Las escuelas con programas de alimentación saludable tienen **índices de obesidad significativamente más bajos.**

Kaiser Permanente

Y esas mismas comidas saludables también fomentan **la participación** lo que, a su vez, incrementa los ingresos.

## Ejemplos concretos

En el **Distrito Escolar Unificado de Turlock**, la participación se incrementó un **300%** cuando el distrito lanzó una campaña para promocionar los alimentos frescos entre los alumnos.

Centro para la Ecoalfabetización (Center for Ecoliteracy)



¿Los alimentos frescos son más caros? Puede ser, pero la participación y los ingresos superarán con creces los costos.

Scott Soiseith  
Director de Servicios de Nutrición Infantil  
Distrito Escolar Unificado de Turlock

En el **Distrito Unificado de San Diego**, la participación creció de **18 a 25 millones** de comidas por año cuando se comenzaron a utilizar carritos para servir comidas escolares saludables.

Centro para la Ecoalfabetización (Center for Ecoliteracy)

El desayuno ayuda a que los niños lleguen a tiempo a la escuela. Además, van menos a la enfermería.

Gary Petill  
Director de Servicios de Alimentación y Nutrición  
Distrito Escolar Unificado de San Diego

En el **Condado de Ventura**, el promedio de participación diaria **se duplicó** cuando **cinco distritos trabajaron juntos** para mejorar la calidad de las comidas.

Centro para la Ecoalfabetización (Center for Ecoliteracy)

Involucrar al personal en la capacitación fue la mayor ventaja para el éxito.

Sandy Curwood  
Directora de Servicios de Alimentación y Nutrición  
Distrito Escolar Unificado de Ventura

Si trabajan colectivamente, las escuelas pueden ayudar a crear una demanda suficiente para apoyar la **agricultura regional sostenible...**

...como se demostró con el éxito de tantos programas "**de la granja a la escuela**".

Esos casos de éxito pueden contribuir a la **prosperidad local**.

**\$1 = \$1.86**

Cada dólar que se gasta localmente equivale a \$1.86 que se agrega a la economía.

Ecotrust

**1 = 2.43**

**EMPLEO EMPLEOS**

Cada empleo que crean las compras del distrito produce un incremento total de 2.43 empleos.

Ecotrust

**El público** valora el poder de las comidas saludables.

**2013**

**Kaiser Permanente**

**64%**



De los adultos coinciden en que las escuelas deben desempeñar un **papel importante** en la reducción de la obesidad

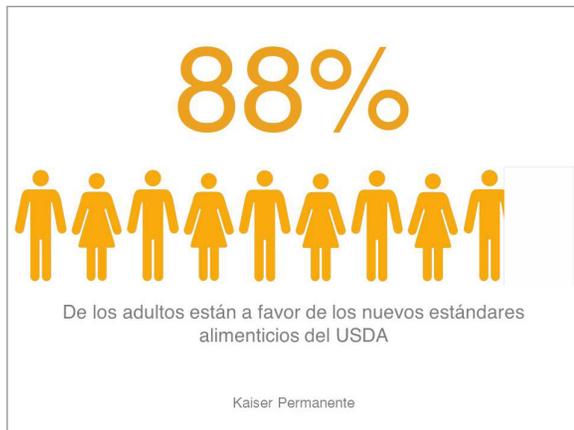
Kaiser Permanente

**78%**



De los adultos concuerda en que las comidas escolares más saludables afectan el rendimiento académico

Kaiser Permanente



Algunas comunidades utilizaron ese respaldo para impulsar **propuestas sometidas a plebiscito que resultaron exitosas.**

De hecho, los sondeos revelan que las propuestas sometidas a plebiscito resultan **más atractivas** cuando incluyen medidas para mejorar las comidas escolares.

Centro para la Ecoalfabetización (Center for Ecoliteracy)

Este es un ejemplo...

En 2012, las escuelas de Oakland solicitaron financiamiento para mejorar las instalaciones, incluidas **algunas cocinas nuevas y una granja de 1.5 acres dentro del terreno escolar.**

Se la denominó **Medida J.**

**\$475 MILLONES**  
para mejorar las instalaciones escolares de Oakland

**83.6%**  
fue el porcentaje con el que se aprobó la Medida J

Es un éxito rotundo y una visión que todos podemos compartir.

Niños saludables.

Mejores resultados en el aprendizaje.

Economías locales más saludables con más empleos.

Utilización más prudente de nuestros recursos, incluidos los recursos naturales.

Además, la oportunidad de contribuir de manera real y duradera al futuro.

UN ARGUMENTO  
A de las comidas escolares sanas y preparadas en el momento  
FAVOR



CENTER FOR  
ECOLITERACY

Gracias al Center for Ecoliteracy  
[www.ecoliteracy.org](http://www.ecoliteracy.org)



## CRÉDITOS

### Un argumento a favor de las comidas escolares sanas y preparadas en el momento fue producido por:

**Michael K. Stone**, editor principal y escritor

**Karen Brown**, directora creativa y diseñadora

**Wendy Weiden**, investigadora

**Zenobia Barlow**, directora ejecutiva

Esta publicación se hizo realidad gracias al apoyo generoso de TomKat Charitable Trust.

**Créditos de imágenes:** Zanahoria: istockphoto 000011049101, suslik83. Cifras: istockphoto 9842870, pukrufus. Cubiertos: istockphoto 10937367, browndogstudios. Lápiz: Istockphoto 8875112, Dizzle52. Mapa: istockphoto 17137974, omemergenc. Casa: istockphoto 17955506, miniature. Bowl: istockphoto 15219967, Areasur.



**CENTER FOR  
ECOLITERACY**

## Acerca del Center for Ecoliteracy

Center for Ecoliteracy promueve la educación ecológica en jardines de infantes y escuelas primarias. Para poder crear comunidades fuertes que vivan en armonía con el mundo natural, los alumnos necesitan experimentar y comprender la forma en que la naturaleza sustenta la vida. Fundado en 1995, el Centro se compromete con comunidades escolares, fundaciones, cineastas y otros agentes de cambio para impulsar una educación inteligente, esperanzadora y vital. Ofrecemos libros y recursos, desarrollo profesional y asesoramiento estratégico. Nuestro trabajo parte del pensamiento sistémico, la dinámica del liderazgo y la forma en que los jóvenes aprenden. Creemos que la naturaleza es nuestra maestra y que la sostenibilidad es una práctica comunitaria.

Se nos conoce por el trabajo relacionado con la alimentación, la cultura, la salud y el medio ambiente y abordamos problemas en múltiples niveles, desde el local hasta el nacional. Rethinking School Lunch Oakland es un proyecto integral para redefinir la alimentación escolar en un distrito escolar extenso y urbano, desde el aprovisionamiento y las instalaciones, hasta la enseñanza y el aprendizaje. California Food for California Kids™ es nuestra iniciativa para incorporar alimentos frescos de estación a las comidas escolares, preservar el medio ambiente y promover las economías locales y regionales. Nuestro Food Systems Project (Proyecto de sistemas alimenticios), identificado como una de las diez subvenciones principales del Departamento de Agricultura de los Estados Unidos de una década de trabajo en pos de la seguridad de los alimentos, ayudó a inspirar la creación de políticas de bienestar de los distritos en todo el país. Tenemos diversas publicaciones de Rethinking School Lunch para descargar, entre ellas: *Making the Case for Healthy, Freshly Prepared School Meals*, nuestro marco de planeamiento, denominado *Rethinking School Lunch Guide* y nuestro libro de cocina y guía de desarrollo profesional, *Cooking with California Food in K-12 Schools*.

Obtenga más información en **[www.ecoliteracy.org](http://www.ecoliteracy.org)**.