

MUNICIPIO DE SAN JUAN
Sistema Educativo Municipal Integrado de San Juan

PROGRAMA DESAYUNO, ALMUERZO Y MERIENDA

**PLAN DE TRABAJO PARA EL DESARROLLO E IMPLANTACIÓN DE LA POLÍTICA DE BIENESTAR ESCOLAR
2022-2023**

NOMBRE DE LA ESCUELA - **Escuela Especializada en Matemáticas, Ciencias y Tecnología**
CÓDIGO - **045-2**

REGIÓN - **San Juan**

DIRECCIÓN – **PO Box 70179, San Juan PR 00936-8179**
Carretera Estatal 17, calle Montellanos, San Juan, PR 00936

TELÉFONO: **787-480-3997**

EMAIL - **daniel.vazquez@sjmathsciencetechnology.org**

FAX :

NIVEL - **Secundario**

NOMBRE DEL DIRECTOR ESCOLAR

Dr. Daniel Vázquez Alvarado

FIRMA - **Firmado**

FECHA - **24 de mayo 2022**

PROPÓSITO O RACIONAL DE LA POLÍTICA LOCAL DE BIENESTAR (PLB)

Debido a que una dieta sana está relacionada con la capacidad del estudiante para aprender eficazmente y alcanzar mayores niveles de aprovechamiento, en las Escuelas del Sistema Educativo Municipal Integrado de San Juan nos proponemos, desarrollar estrategias y alianzas para lograr cambios significativos en nuestra comunidad escolar. La Política Local de Bienestar es una herramienta para trabajar con las necesidades identificadas en la Escuela Especializada en Matemáticas, Ciencias y Tecnología. Establecemos el compromiso de cumplir con los patrones de alimentación, las regulaciones que nos rigen federales y locales y divulgar la información a los padres y estudiantes. También establecemos nuestro plan de Trabajo basándonos en metas que nos ayudarán a cumplir con este propósito y lograr una comunidad sana, dinámica e integrada.

Ofreceremos las comidas escolares reembolsables gratis, según nuestra Política de Funcionamiento, donde nos aseguraremos de:

- Proporcionar comidas escolares reembolsables que **satisfagan** los requisitos establecidos en las leyes y las reglamentaciones federales aplicables al Programa de Nutrición del Niño, incluyendo los estándares nutricionales.
- Establecer diálogo con toda la comunidad para realizar cambios profundos en colaboración con la comunidad. Conocimiento y actitud es igual a Éxito.
- Cambios de Impacto en nuestra comunidad escolar para estar acorde con las metas de la Política de Bienestar Escolar. Buscar alternativas saludables para las actividades escolares y extracurriculares en donde llevemos el mismo mensaje:
 - ✓ Establecer reglas, procedimientos, horarios y otros según aplique en cuanto al uso y regulaciones establecidas por la escuela
 - ✓ Identificar las situaciones donde se pueden servir, vender o distribuir alimentos y bebidas, en la escuela o como parte de las actividades educativas.

A continuación, se presenta el Plan de Trabajo de la Política de Bienestar Escolar de la Escuela Especializada en Matemáticas, Ciencia y Tecnología para la gestión, desarrollo y cumplimiento.

| A. METAS DE EDUCACION EN NUTRICIÓN | | | | | |
|--|---|---|--|--------------------------------|---|
| Objetivo | Actividad | Recurso | Indicador de logro | Fecha programada | Observaciones |
| 1. Organizar el Comité de Política Local de Bienestar. | <p>Se constituirá nuevamente el Comité compuesto por:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Encargada del Comedor escolar • Un(a) Maestro(a) de salud y educación física • Director Escolar • Un(a) enfermero (a) • Un(a) Trabajador social • Coordinador(a) del comité PBL • Representante de Estudiante • Representante de Padres | Director(a) Coordinador(a) comité PBL | <p>Cuantitativo: <i>Representación completa de los miembros que deben componer el comité</i></p> <p>Cualitativo: <i>Recomendaciones por parte de los representantes del comité</i></p> <p><i>Cantidad de reuniones y minutas</i></p> | Comienzo año escolar 2022-2023 | <i>Comité ya constituido y debidamente representado. Los miembros del comité continúan con sus posiciones</i> |
| 2. Prevenir enfermedades. | <ol style="list-style-type: none"> 1. Pesar y medir estudiantes como medida preventiva para mantenerlos en un peso óptimo según edad y sexo. 2. Se ofrecerá asistencia a aquellos estudiantes que evidencien problemas con su peso. 3. Si fuese necesario; referido a trabajadora social escolar y clínica externa de nutrición. 4. Proveer herramientas a los estudiantes que los ayuden a mejorar sus hábitos de alimentación y reducir o eliminar un estilo de vida sedentario. | Enfermero(a) Trabajador(a) social | Tabla con las anotaciones de la enfermera-monitoreo de pesaje y medidas antropométricas | Agosto 2022 Enero 2023 | |
| 3. Desarrollar buenos hábitos alimentarios en los estudiantes, mejorar calidad de vida y promover la actividad como parte de una salud integral. | <ol style="list-style-type: none"> 1. Integrar educación en nutrición en cada clase dirigidas a aprender más sobre grupos de alimentos, calorías, ingesta de azúcar, grasa y sal; relación de una dieta balanceada y hacer ejercicio regularmente con un estilo de vida saludable. <ol style="list-style-type: none"> a. Orientar a los estudiantes sobre la buena nutrición, “mi plato” y estilos de vida saludable para reducir o eliminar el sedentarismo- (3 actividades por semestre sobre el tema de educación en nutrición) | Maestros(as) en la sala de clases | <p>Cualitativo: Fotos e informe de logros</p> <p>Cuantitativo: Cantidad de integraciones</p> | Durante el año escolar | |

| A. METAS DE EDUCACION EN NUTRICIÓN | | | | | |
|---|---|---|--|--|----------------------|
| Objetivo | Actividad | Recurso | Indicador de logro | Fecha programada | Observaciones |
| | <p>Presentar propuesta para la semana del almuerzo escolar y la semana de la nutrición</p> <p>a. Celebrar semana del almuerzo escolar y la semana del desayuno escolar: Integrar actividades, recomendaciones y materiales de <i>Team Nutrition- USDA</i> y del Departamento de Educación, Agencia Estatal, Servicio de Alimentos y Nutrición</p> <p>b. Orientar a los estudiantes sobre la buena nutrición, estilos de vida saludables.</p> | Leslie Flores y representantes del comité | Propuesta presentada y aprobada Informe de logros con fotos | Octubre 2022 Marzo 2023 | |
| 4. Proveer ambiente escolar seguro, cómodo y con tiempo suficiente para el consumo de las comidas, con menús nutritivos y diferentes que incluyan la influencia étnica de nuestros estudiantes. | <p>Diseñar un ambiente en los comedores de manera que estimule el consumo de los alimentos:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Decorar o ambientar el comedor 2. Proveerle a cada estudiante un desayuno, almuerzo y merienda sana y nutritiva para que esté preparado para aprender a su capacidad máxima. 3. Presentar y servir de forma atractiva las comidas en un ambiente agradable, con el tiempo suficiente para comer. | Encargado(a) comedor | <p>Cualitativo:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Fotos de plato servido en el comedor escolar -Fotos del comedor escolar ambientado | Durante el año escolar | |
| 5. Conocer el nivel de satisfacción de los estudiantes sobre el servicio del comedor escolar y la calidad de los alimentos. | <ol style="list-style-type: none"> 1. Editar y actualizar cuestionario de evaluación del servicio del comedor escolar y calidad de los alimentos 2. Suministrar el cuestionario a los estudiantes de EMCT. 3. Tabular resultados y presentar estadísticas. | Coordinadora PLB | <p>Documentos donde se evidencie:</p> <ul style="list-style-type: none"> *Cuestionario *Participación de los estudiantes en la encuesta | Mayo 2023 | |
| 6. Involucrar a las familias como recursos en el proceso de aprendizaje donde se promueve la salud del estudiante y la reducción de la obesidad infantil. | <ol style="list-style-type: none"> 1. Compartir material educativo a través de correo electrónico o literatura impresa en la biblioteca sobre temas de nutrición (una vez por semestre) 2. Ofrecer charlas sobre nutrición a los padres, madres y/o encargados de los estudiantes (1 charla durante el año escolar sobre el tema de educación en nutrición). | Coordinador(a) comité PBL y maestro de salud Especialista en el área de salud y/o nutrición | -Documentos donde se evidencie: *Material compartido Copia de taller-Asistencia de padres al taller- Nivel de Satisfacción de los participantes del taller | Durante el año Escolar 2022-2023 Marzo 2023 | |

B. METAS DE ACTIVIDAD FÍSICA

| Objetivos | Actividad | Recurso | Indicador de logro | Fecha programada | Observaciones |
|--|--|----------------|--------------------------------|----------------------------------|----------------------|
| 1. Motivar la participación de toda la Comunidad Escolar en acciones dirigidas a promover la actividad física. | 1. Integrar en las clases actividades recreativas donde se requiera movimiento físico (3 actividades por semestre donde se integre el tema de actividad física). Por ejemplo: participar de torneos, "Field Day", carrera del pavo, competencias de baile, entre otros. | Maestros SEMI | Fotos o copia de integraciones | Durante el año escolar 2022-2023 | |

C. OTRAS METAS DE BASE ESCOLAR ("SCHOOL-BASED") PARA PROMOVER EL BIENESTAR DEL AMBIENTE Y DEL ESTUDIANTE

| Objetivos | Actividad | Recurso | Indicador de logro | Fecha programada | Observaciones |
|---|---|--|---|-------------------------|----------------------|
| 1. Fomentar la educación en los estudiantes en asuntos ambientales y en su formación como ciudadanos. | 1. Realizar diversas actividades acordes a: <i>Litter Less</i> , Bandera Verde, Limpieza de playas 2. Integrar el tema de educación ambiental en los cursos. Ejemplos: Huertos escolares Excursiones a granjas o fincas Reciclaje Monitoreo de agua Experiencias culinarias | Maestros (as) | Actividades: –fotos o hoja de integración con detalles de la actividad | Durante el año escolar | |
| 2. Proveer alimentos y bebidas de valor nutricional durante el horario escolar. | <ul style="list-style-type: none"> - Divulgar en la comunidad escolar la Política Pública sobre Estándares Nutricionales para el Ofrecimiento de Alimentos y Bebidas en las Escuelas Públicas, Privadas e Instituciones sin Fines de Lucro que Participan de los Programas de Desayuno, Almuerzo y Merienda Escolar—mediante correo electrónico. - Promover el consumo de alimentos sanos y nutritivos durante el periodo de meriendas y/o actividades escolares extracurriculares. Ej. Durante fiestas, Big Mentor, semanas educativas, etc. - Mantener a la comunidad informada sobre las directrices sobre la no ventas de alimentos. | Coordinadora PLB Coordinadora asuntos estudiantiles Director escolar | Documentos donde se evidencie-correo electrónicos. | Durante el año escolar | |

| | | | | | |
|--|---|--|--|--|--|
| | <p>Las actividades de clases graduandas son fuera del horario de clases.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Las máquinas expendedoras ofrecerán solo artículos aprobados por la Política Pública sobre Estándares Nutricionales. Ej. Venta de agua | | | | |
|--|---|--|--|--|--|

GUÍAS, REFERENCIAS O LOS ESTÁNDARES DE NUTRICIÓN QUE SE APLICARÁN A TODOS LOS ALIMENTOS SERVIDOS, VENDIDOS O DISTRIBUIDOS EN LA ESCUELA

Los cambios en los patrones alimentarios son notables y necesarios por lo que debemos conocer y utilizar algunos de los estándares de nutrición disponibles:

- Ley Pública 111 -296- “Healthy – Hunger – Free – Kids Act 2010”
- USDA – Food Nutrition Service
- La Guía de Sana Alimentación y Actividad Física para Puerto Rico 2021-2026
- Mi Plato
- Material de USDA - Team Nutrition
- Otros

PLAN DE IMPLANTACIÓN

A. IDENTIFICAR QUIÉN SERÁ RESPONSABLE DE SUPERVISAR EN CONFORMIDAD DE LA POLÍTICA

El comité de Política Local de Bienestar se asegurará de cumplir con la legislación federal establecida, cumpliendo cada uno con el rol establecido, para garantizar cambios positivos en nuestra comunidad escolar. Estamos comprometidos de divulgar los resultados de los esfuerzos realizados en la escuela.

| Personal | Puesto | Rol |
|--------------------------------|------------------------|---|
| <u>Daniel Vázquez</u> | Director Escolar | Dirigir y Supervisar que se cumpla con la Política Local de Bienestar Escolar (PLB), Ambiente Escolar, presentar informe de cumplimiento de metas |
| <u>Moraima Avilés Soler</u> | Encargada de Alimentos | Preparación de alimentos, cumplimiento con los estándares nutricionales |
| <u>Leslie J. Flores Jaimán</u> | Bibliotecaria | Coordinadora del Comité, redactar y revisar PLB, Coordinar actividades para la PLB. Preparar informes. |

| | | |
|---|---|--|
| <u>Betel Cardona</u> | Enfermera EMCT | Educación Nutricional, Pesar y medir estudiantes, Ofrecer asistencia y herramientas a los estudiantes, asistir en actividades relacionadas a la nutrición. |
| <u>Rachel Calo</u> | Trabajadora Social | Educación Nutricional, ofrecer talleres y asistir en actividades relacionadas a la nutrición. Proponer actividades para la semana del desayuno y almuerzo escolar. |
| <u>Wilfredo Feliciano</u> <u>Yohanny Santana</u> | Maestro de Salud Maestra de Educación Física | Educación Nutricional, Actividades Físicas, Integrar educación en nutrición en las clases, coordinar actividades. |
| <u>Liana Gutiérrez</u> | Representante de madres | Proponer, promover y divulgar actividades dirigidas al bienestar nutricional y físico. Promover actividades y presentar sus preocupaciones y recomendaciones a la escuela. |
| <u>Natanael Avilés Rodríguez</u> | Representante de estudiantes | Proponer, promover y divulgar actividades dirigidas al bienestar nutricional y físico. Presentar sus preocupaciones y recomendaciones a la escuela. |