

Manager's Corner



Educación nutricional

COORDINADOR DEL PROYECTO

Theresa Stretch, MS, RDN, CP-FS

DIRECTOR EJECUTIVO

Aleshia Hall-Campbell, PhD, MPH



NUTRITION



OPERATIONS



ADMINISTRATION



COMMUNICATIONS/
MARKETING

Institute of Child Nutrition

The University of Mississippi

El Institute of Child Nutrition fue autorizado por el Congreso en 1989 y establecido en 1990 en The University of Mississippi en Oxford y es operado en colaboración con The University of Southern Mississippi en Hattiesburg. El instituto opera bajo de un convenio de subvención con el Departamento de Agricultura de los Estados Unidos, Food and Nutrition Service.

PROPÓSITO

Mejorar la operación de los programas de nutrición infantil a través de la investigación, educación y capacitación y de la disseminación de información.

VISIÓN

Encabezar a la nación al proporcionar investigaciones, educación y recursos para promover la excelencia en los programas de nutrición infantil.

MISIÓN

Proporcionar información relevante basadas en investigaciones y servicios que promueven la mejoría continua de los programas de nutrición infantil.

Este proyecto ha sido financiado parcialmente con fondos federales del Departamento de Agricultura de los EE. UU, Food and Nutrition Service a través de un acuerdo con el Institute of Child Nutrition en The University of Mississippi. El contenido de esta publicación no refleja necesariamente las opiniones ni las políticas del Departamento de Agricultura de los EE.UU, y la mención de nombres registrados, productos comerciales u organizaciones no implica su aprobación por parte del gobierno de los EE. UU.

The University of Mississippi es un empleador que cumple con EEO/AA/Título VI/Título IX/Sección 504/ADA/ADEA.

En acuerdo con la ley federal y la política del Departamento de Agricultura de los EE.UU, esta institución tiene prohibido discriminar en base de raza, color, origen nacional, sexo, edad o discapacidad.

Para presentar una queja de discriminación, escriba a USDA, Director, Office of Civil Rights; Room, 326-W, Whitten Building, 1400 Independence Avenue, SW, Washington, DC 20250-9410 o llame al (202) 720-5964 (voz y TDD). USDA es un proveedor y empleador que ofrece igualdad de oportunidades.

© 2020, Institute of Child Nutrition, The University of Mississippi, School of Applied Sciences

Excepto por las condiciones expresadas a continuación, usted puede usar el texto y la información contenidas en este documento libremente para uso sin fines de lucro o fines educativos, sin costo para el participante de la capacitación a condición que los siguientes créditos sean incluidos. Este material no debe ser incorporado en otros sitios web o en libros de texto y no puede ser vendido.

Cita bibliográfica sugerida:

Institute of Child Nutrition. (2020). *Recursos del gerente: Educación nutricional*. University, MS: Author.

Las fotografías e imágenes en este documento pueden ser propiedad de terceros y usadas por The University of Mississippi bajo un convenio de uso. La universidad no puede, por tanto, otorgar permiso para usar estas imágenes.

Para más información, por favor comuníquese con helpdesk@theicn.org.

Febrero 11, 2020

Índice

Estándares profesionales.....	1
Introducción.....	1
Descripción general de la lección.....	2
Preguntas para el personal	2
Actividad: Sugerencias sobre educación nutricional	3
Referencias	7

Estándares profesionales

EDUCACIÓN NUTRICIONAL – 1200

El empleado será capaz de utilizar los recursos para preparar e integrar el currículo de la educación nutricional apropiada según la edad/año escolar con el programa de nutrición escolar.

1220 – Interacción entre las clases y la cafetería

Integrar el currículo de la educación nutricional con el programa de nutrición escolar, utilizar la cafetería como un ambiente de aprendizaje. (Incluyendo los recursos de Team Nutrition.)

Nota: Para información adicional sobre Team Nutrition visite el sitio web: (<https://team-nutrition.usda.gov>).

Introducción

Recursos del gerente: Educacipón nutricional está diseñado para empoderar gerentes a usar la capacitación de su personal. Cada lección dura máximo 15 minutos. Esta lección contiene:

- Objetivos de aprendizaje
- Enunciado explicando la importancia del tema
- Lista de materiales
- Instrucciones sobre cómo presentar la información
- Preguntas para el personal
- Una actividad para fortalecer o refrescar el conocimiento del personal

Descripción general de la lección

Instrucciones para la lección:

- Repase el objetivo de la lección y la información del contexto.
- Repase la razón por la cual la lección es importante.
- Cuestione al personal las preguntas.
- Facilite la actividad descrita.
- Aporte tiempo para que el personal haga preguntas.

Objetivo: Identificar maneras de incorporar mensajes de nutrición en el plan de estudios escolar.

Información contextual: El personal de nutrición escolar puede desempeñar un papel importante en la educación nutricional. Los gerentes y el personal pueden colocar mensajes cortos en las barras de comida, anunciar en la bocina del salón y exhibir carteles con educación nutricional.

¿Por qué es importante? El incorporar educación nutricional en el plan de estudios puede ayudar a los niños a aprender sobre nutrición y bienestar y así tomar decisiones sanas por sí mismos. El incorporar educación nutricional en el plan de estudios ayudará a los estudiantes a comprender que la nutrición es una parte muy importante de su vida.

Preguntas para el personal

- **¿Qué podemos hacer como equipo de nutrición para ayudar a educar a los estudiantes sobre nutrición?**

Respuesta: Los gerentes y el personal de nutrición pueden colocar mensajes en las barras de comida, anunciar en la bocina del salón y exhibir carteles con educación nutricional.

- **¿Qué tipo de temas deberían de incluirse al hablar de nutrición con los estudiantes?**

Respuesta: Los gerentes y el personal de nutrición pueden educar a los estudiantes en temas como frutas y vegetales, mostrar fotos y videos divertidos. También pueden educar a los estudiantes sobre etiquetas de información nutricional y qué significa, y enseñarlos a tomar decisiones saludables cuando comparen etiquetas de información nutricional.

¿En dónde puedo encontrar recursos didácticos y de promoción?

Respuesta: El equipo de Nutrición del Departamento de Agricultura de los Estados Unidos (USDA, por sus siglas en inglés) cuenta con varios recursos (¡gratis!) que pueden incluirse en los mensajes de educación nutricional que se imparte a los estudiantes. El equipo de nutrición cuenta con plan de estudios (incluyendo actividades que pueden conectar a la cafetería con el salón de clases y con el hogar), boletines informativos para familias con mensajes que promueven los nutrientes de las comidas escolares, guías para planear eventos de nutrición, imágenes para promover las comidas escolares, carteles de educación nutricional, carteles de ofrecer versus servir para promover las decisiones de los estudiantes, calcomanías/stickers de “Día de prueba”, distintivos para las barras de servir, colecciones de recetas aprobadas por niños y mucho más. Estos materiales están disponibles en línea y copias gratis se pueden ordenar en (<https://www.fns.usda.gov/tn/school>).

Actividad: Sugerencias sobre educación nutricional

Materiales de la actividad incluidos en este documento:

- **Sugerencias sobre educación nutricional**
- **Sugerencias sobre educación nutricional - Clave de Respuestas**

Materiales provistos por la operación nutricional de la escuela:

- Copias de los folletos
- Plumas/Lápices

Instrucciones de la actividad:

- Antes de este entrenamiento, el gerente tiene que visitar la página web de Team Nutrition (<https://www.fns.usda.gov/tn/school>) y ordenar o descargar algunos materiales como carteles de nutrición, calcomanías, e imágenes para desayuno y almuerzo para usarlos en el entrenamiento.
- Imprimir los folletos y las hojas de trabajo.
- Pedir al personal completar la actividad **Sugerencias sobre educación nutricional** usando la información que se haya discutido en equipo.
- Pedir al personal proponer temas que puedan debatir sobre educación nutricional e ideas de cómo pueden hacer que los estudiantes se interesen en aprender sobre nutrición.

- Al finalizar la actividad, revisar el documento **Sugerencias sobre educación nutricional - Clave de Respuestas.**

Sugerencias sobre educación nutricional

Instrucciones: Escriba su respuesta a las siguientes preguntas en el espacio previsto y tenga un diálogo abierto con su personal.

¿Cuáles son algunos mensajes que se pueden compartir con los niños sobre nutrición?

¿Cuáles son algunas maneras en que podemos fomentar el interés de los estudiantes en aprender más sobre alimentos nutritivos?

Considere la variedad de materiales disponibles creados por el Team Nutrition. Escoja al menos tres y explique cómo los podría usar en su programa

NOTA: Estas respuestas son subjetivas y variarán por programa.

Tenga en cuenta: Las respuestas proporcionadas son solo ejemplos y no incluyen todas las respuestas posibles.

Sugerencias sobre educación nutricional

Clave de respuestas

Instrucciones: Escriba sus respuestas en el espacio previsto y tenga un diálogo abierto con el personal.

¿Cuáles son algunos mensajes que se pueden compartir con los niños sobre nutrición?

Ejemplos de respuestas (del folleto *Discover MyPlate*):

- “Los frijoles pertenecen a ambos grupos, el de vegetales y el de proteínas”
- “Los niños de cada edad necesitan calcio, proteína y vitamina D presentes en la leche”
- “Los niños necesitan al menos 60 minutos de educación física al día”

¿Cuáles son algunas maneras en que podemos fomentar el interés de los estudiantes en aprender más sobre alimentos nutritivos?

Ejemplos de respuestas:

- Concursos
- Imágenes coloridas
- Videos divertidos
- Degustaciones
- Panel de anuncios
- Sitio web del distrito
- Actividades creadas por el Equipo de Nutrición

Considere la variedad de materiales disponibles creados por el Team Nutrition. Escoja al menos tres y explique cómo los podría usar en su programa

NOTA: Estas respuestas son subjetivas y van a variar según el programa.

Tenga en cuenta: Las respuestas provistas son solo ejemplos y no incluyen la lista de respuestas posibles.

Referencias

- Institute of Child Nutrition. (2019). *School nutrition STAR: Nutrition and menu management instructor's manual*. University, MS: Author.
- United States Department of Agriculture. (2014). *Discover myplate* parent handouts. <https://www.fns.usda.gov/tn/discover-myplate-parent-handouts>
- United States Department of Agriculture. (2015). *Professional standards for school nutrition professionals*. <https://www.fns.usda.gov/school-meals/professional-standards>
- United States Department of Agriculture. (2016). *Nutrients and health benefits*. <https://www.choosemyplate.gov/vegetables-nutrients-health>
- United States Department of Agriculture. (2017). *Serving up myplate: A yummy curriculum*. <https://www.fns.usda.gov/tn/serving-myplate-yummy-curriculum>
- United States Department Health and Human Services and United States Department of Agriculture. (2015). *Dietary guidelines 2015-2020, key elements of healthy eating patterns*. <https://health.gov/dietaryguidelines/2015/guidelines/chapter-1/a-closer-look-inside-healthy-eating-patterns/>



The University of Mississippi
School of Applied Sciences

800-321-3054
www.theicn.org