PÓLIZA

DISTRITO ESCOLAR

CONJUNTO DE ESCUELAS

SECUNDARIAS DE DELANO

DE

BIENESTAR

Actualizado

2/2023

Póliza de bienestar del Distrito Escolar Conjunto de Escuelas Secundarias

Índice

Preámbulo ……3

Comité de bienestar escolar ……..4

Implementación de póliza de bienestar, monitoreo, responsabilidad, y participación comunitaria ……5

Nutrición ……..7

Actividad física/Educación física ……..14

Educación sobre la salud…….....17

Otras actividades que promueven el bienestar de los estudiantes ….17

Confidencialidad……....19

Instalaciones……19

Emergencias de atención médica……20

Servicios de salud mental..…….20

Glosario ...……23

Pólizas de bienestar del Distrito Escolar Conjunto

Preámbulo

El Distrito Escolar Conjunto de Escuelas Secundarias de Delano (al que nos referiremos como el Distrito) se compromete al desarrollo óptimo de cada estudiante. El Distrito cree que para que los estudiantes tengan la oportunidad de alcanzar éxito personal, académico, de desarrollo y social, necesitamos crear un ambiente de aprendizaje positivo, seguro y que promueva la salud en cada nivel, y en cada entorno, durante todo el año escolar.

Las investigaciones muestran que dos componentes, la buena nutrición y la actividad física antes, durante y después del día escolar, están fuertemente correlacionados con los resultados positivos de los estudiantes. Por ejemplo, la participación de estudiantes en el Programa de desayunos escolares del Departamento de agricultura de EE. UU. (USDA) se asocia con calificaciones más altas y puntajes de exámenes estandarizados, menos ausentismo y mejor desempeño en tareas cognitivas. [1,2,3,4,5,6,7] Por el contrario, el consumo poco adecuado de alimentos específicos, como frutas, verduras y productos lácteos, se asocia con bajas calificaciones en los estudiantes. [8,9,10] Además, los estudiantes que están físicamente activos a través del transporte activo hacia y desde la escuela, el recreo, los descansos de actividad física, la educación física de alta calidad y las actividades extracurriculares, tienen mejores resultados académicos. [11,12,13,14] Finalmente, existe evidencia de que una hidratación adecuada se asocia con un mejor rendimiento cognitivo. [15,16,17]

Esta póliza describe el enfoque del Distrito para garantizar ambientes y oportunidades para que todos los estudiantes tengan una alimentación saludable y actividad física durante todo el día escolar mientras que minimizan las distracciones. Específicamente, esta póliza establece objetivos y procedimientos que garantizan:

- Los estudiantes en el Distrito tienen acceso a alimentos saludables durante el día escolar—a través de comidas escolares reembolsables, así como otros alimentos disponibles en todas las escuelas -de acuerdo con los estándares de nutrición estatales y federales;
- Los estudiantes reciben educación nutricional de calidad que los ayuda a desarrollar comportamientos de alimentación saludables para toda la vida;
- Los estudiantes tienen oportunidades para estar físicamente activos antes, durante y después de la escuela;
- Las escuelas participan en la promoción de actividades físicas, nutrición, y otras actividades que promueven el bienestar de los estudiantes;
- Se le recomienda y apoya al personal de la escuela a practicar comportamientos de nutrición saludable y actividad física dentro y fuera de la escuela;
- La comunidad se compromete a apoyar el trabajo del Distrito en la continuidad entre la escuela y otros entornos para que los estudiantes y el personal practiquen hábitos saludables de por vida; y
- El Distrito establece y mantiene una infraestructura para la administración, supervisión, implementación, comunicación y monitoreo de la póliza y sus metas y objetivos establecidos.

Esta póliza se aplica a todos los estudiantes, el personal y las escuelas del Distrito. Los objetivos y resultados específicos se identifican dentro de cada sección a continuación.

I. Comité de bienestar escolar

Rol y membresía del comité

El distrito convocará un comité representativo de bienestar del distrito (a esto denominado como DWC o trabajo dentro de un comité de salud escolar existente) que se reúna al menos dos veces al año para establecer objetivos y supervisar las pólizas y programas de salud y seguridad, incluido el desarrollo, implementación y revisión periódica y actualización de esta póliza de bienestar a nivel de distrito (hasta ahora denominada "póliza de bienestar").

La membresía de DWC representará a todos los niveles escolares e incluirá (en la medida de lo posible), pero no se limitará a: padres y guardianes; estudiantes; representantes del programa de nutrición escolar (p. ej., director de nutrición escolar); profesores de educación física; maestros de educación de salud; profesionales de la salud escolar (p. ej., maestros de educación sanitaria, personal de servicios de salud escolar [p. ej., enfermeras, médicos, dentistas, educadores de salud y otro personal de salud afín que brinden servicios de salud escolar], y personal de servicios de salud mental y sociales [por ejemplo, consejeros escolares , psicólogos, trabajadores sociales o psiquiatras], administradores escolares (p. ej., superintendente, director, subdirector), miembros de la junta escolar, profesionales de la salud (p. ej., dietistas, médicos, enfermeras, dentistas) y el público en general. La membresía también incluirá coordinadores de Educación del Programa de Asistencia Nutricional Suplementaria (SNAP-EDEDSNAP-Ed). En la medida de lo posible, el DWC incluirá representantes de cada edificio escolar y reflejará la diversidad de la comunidad.

Liderazgo

El Superintendente o la (s) persona (s) designada (s) convocarán el DWC y facilitará(n) el desarrollo y las actualizaciones de la póliza de bienestar, y se asegurará(n) de que cada escuela cumpla con la póliza. Individuos interesados en participar en el Comité de Bienestar del Distrito o preguntas sobre el Comité de Bienestar o Plan se pueden dirigir a:

Ana Hernandez, Enfermera del Distrito – 661-720-5296 o ahernandez1@djuhsd.org.

Rene Ayon, Director de Servicios Estudiantiles – 661-720-4113 o rayon@djuhsd.org

Andrea Popoy, Directora de Servicios de – 661-720-4305 o apopoy@djuhsd.org

II. Implementación de las normas de bienestar, monitoreo, responsabilidad, y participación comunitaria

Plan de implementación

El Distrito desarrollará y mantendrá un plan de implementación para administrar y coordinar la ejecución de esta póliza de bienestar. El plan delinea los funciones, responsabilidades, acciones y plazos específicos de cada escuela; e incluye información sobre quién será responsable de hacer qué cambio, por cuánto, dónde y cuándo; así como metas y objetivos específicos para estándares de nutrición para todos los alimentos y bebidas disponibles en el campus escolar, comercialización de alimentos y bebidas, promoción y educación de la nutrición, actividad física, educación física y otras actividades escolares que promuevan el bienestar de los estudiantes. Se recomienda que la escuela use las herramientas en línea del Programa de Escuelas Saludables Healthy Schools Program online tools para completar una evaluación a nivel escolar basada en el Índice de Salud Escolar de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades, crear un plan de acción que fomente la implementación y genere un informe de progreso anual.

Esta póliza de bienestar y los informes de progreso pueden encontrarse en: www.djuhsd.org, bajo Departamentos y Servicios bajo Servicios de Salud.
Department & Services / Wellness Plan (djuhsd.org)

Mantenimiento de registros

El Distrito retendrá registros para documentar el cumplimiento de los requisitos de la póliza de bienestar en 1720 Norwalk Street, Delano, California 93215, Oficina del Distrito – W9. La documentación mantenida en este lugar incluirá, pero no se limitará a:

- La póliza escrita de bienestar;
- Documentación que demuestre que la póliza se ha puesto a disposición del público;
- Documentación de esfuerzos para revisar y actualizar la Póliza de Bienestar de las Escuelas Locales; incluida una indicación de quién está involucrado en la actualización y los métodos que el distrito usa para informar a los interesados sobre su capacidad para participar en el DWC.;
- Documentación que demuestre el cumplimiento de los requisitos anuales de notificación pública;
- La evaluación más reciente sobre la implementación de la póliza de bienestar escolar local;
- La documentación que demuestre la evaluación más reciente sobre la implementación de la política de bienestar escolar local se haya puesto a disposición del público.

Notificación Anual de Póliza

El Distrito informará a las familias y al público cada año la información básica sobre esta póliza, incluido su contenido, las actualizaciones de la póliza y el estado de la implementación. El Distrito pondrá a disposición esta información a través del sitio web del distrito y / o de las comunicaciones del distrito. El distrito proporcionará la mayor cantidad de información posible sobre el entorno nutricional escolar. Esto incluirá un resumen de los eventos o actividades del Distrito relacionados con la implementación de la póliza de bienestar. Anualmente, el distrito también dará a conocer el nombre y la información de contacto de los

funcionarios del distrito / escuela que dirigen y los que coordinan el comité, así como información sobre cómo el público puede involucrarse con el comité de bienestar escolar.

Evaluaciones Trienales de Progreso

Al menos una vez cada tres años, el Distrito evaluará si se está cumplimiento con la póliza de bienestar para evaluar la implementación de la póliza e incluirá:

- Si Las escuelas bajo la jurisdicción del Distrito están cumpliendo con la póliza de bienestar;
- La medida en que la póliza de bienestar del Distrito se compara con la póliza de bienestar modelo de la Alianza para una Generación más Sana; y
- Una descripción del progreso realizado en el logro de los objetivos de la póliza de bienestar del distrito.

El puesto / persona responsable de dirigir la evaluación trienal y la información de contacto es: Ana Hernandez, Enfermera del Distrito - 661-720-5296 o ahernandez1@djuhsd.org

El DWC, en colaboración con escuelas individuales, controlará el cumplimiento de las escuelas con esta póliza de bienestar.

El Distrito notificará activamente a las familias sobre la disponibilidad del informe de progreso trienal.

Revisiones y actualización de la póliza

El DWC actualizará o modificará la póliza de bienestar en función de los resultados del índice anual de salud escolar y las evaluaciones trienales y / o según cambien las prioridades del distrito; la comunidad necesita cambio; objetivos de bienestar se cumplen; surgen nuevas ciencias de la salud, información y tecnología; y se emiten nuevas pautas o estándares federales o estatales. La póliza de bienestar se evaluará y actualizará según lo indicado al menos cada tres años, después de la evaluación trienal.

Participación Comunitaria, Alcance y Comunicaciones

El Distrito se compromete a ser receptivo a los comentarios de la comunidad, que comienza con la conciencia de la póliza de bienestar. El Distrito comunicará activamente las formas/maneras en que los representantes de DWC y otros pueden participar en el desarrollo, implementación y revisión periódica y actualización de la póliza de bienestar a través de una variedad de medios apropiados para este distrito. El distrito también informará a los padres sobre las mejoras que se han realizado en las comidas escolares y el cumplimiento de las normas de comidas escolares, la disponibilidad de programas de nutrición infantil y cómo aplicar, y una descripción y cumplimiento de bocadillos (Smart Snacks) en los estándares de nutrición escolar. El Distrito usará mecanismos electrónicos, como correos electrónicos o mostrando avisos en el sitio web del distrito, así como mecanismos no electrónicos, como boletines, presentaciones a los padres, notificaciones de llamadas o el envío de información a los padres para garantizar que todas las familias se les notifica activamente sobre el contenido, la implementación y las actualizaciones de la póliza de bienestar, así como sobre cómo participar y apoyar la póliza. El Distrito se asegurará de que las comunicaciones sean cultural y lingüísticamente apropiadas para la

comunidad, y se llevarán a cabo a través de medios similares a otras formas en que el distrito y las escuelas individuales comunican información escolar importante a los padres.

El Distrito notificará activamente al público sobre el contenido o cualquier actualización de la póliza de bienestar anualmente, como mínimo. El Distrito también usará estos mecanismos para informar a la comunidad sobre la disponibilidad de los informes anuales y trienales.

III. COVID-19

El Distrito Escolar Conjunto de Escuelas Secundarias de Delano se adherirá al marco de pruebas para las escuelas K-12 para el año escolar 2022-2023 como lo describe el Departamento de Salud Pública de California. Cada seis meses, DJUHSD revisa el Programa de prevención de COVID-19 (CPP) y realiza las actualizaciones necesarias descritas por CDPH, las Regulaciones de no emergencia para COVID-19 y Kern Public Health.

Testing Framework for K–12 Schools for the 2022–2023 School Year (ca.gov)
Marco de prueba para escuelas K–12 para el año escolar 2022–2023 (ca.gov)

COVID-19 Updates & Information / COVID-19 Prevention Program (CPP) (djuhsd.org)
Actualizaciones e información de COVID-19 / Programa de prevención de COVID-19 (CPP) (djuhsd.org)

IV. Nutrición

Almuerzos escolares

Nuestro distrito escolar se compromete a servir comidas saludables a los estudiantes, con muchas frutas, vegetales, granos integrales y leche descremada y baja en grasa; que sean bajas en sodio, bajas en grasas saturadas y tengan cero gramos de grasas saturadas por porción (etiqueta nutricional o especificación del fabricante); y para satisfacer las necesidades nutricionales de los estudiantes de la escuela dentro de sus requerimientos de calorías. Los programas de comidas escolares tienen como objetivo mejorar la dieta y la salud de los estudiantes, ayudan a mitigar la obesidad infantil, modelan la alimentación saludable para apoyar el desarrollo de patrones de alimentación saludable de por vida y respaldan elecciones saludables a la vez que satisfacen las preferencias alimentarias culturales y las necesidades dietéticas especiales.

Todas las escuelas dentro del Distrito participan en los programas de nutrición infantil del USDA, incluyendo el Programa Nacional de Almuerzos Escolares (NSLP), el Programa de Desayunos Escolares (SBP) y el Programa Especial de Leche (SMP), el Programa de Servicios de Alimentos de Verano (SFSP), el programa Supper. Todas las escuelas dentro del Distrito se comprometen a ofrecer comidas escolares a través de los programas NSLP y SBP, y otros programas federales de nutrición infantil aplicables, que:

- sean accesibles a todos los alumnos;
- Apelen y atraigan a los estudiantes;
- Sean atendidos en ambientes limpios y agradables;

- Cumplir o superar los requisitos de nutrición actuales establecidos por los estatutos y reglamentos locales, estatales y federales. (El distrito ofrece comidas escolares reembolsables que cumplen con los estándares de nutrición del USDA nutrition standards.)
- Promover opciones saludables de alimentos y bebidas utilizando al menos 6 de los siguientes Smarter Lunchroom techniques (Técnicas de comedor más inteligentes):

  - Las opciones de frutas se muestran en cestas atractivos (en lugar de platos con rozaduras o sartenes de hoteles).
  - Fruta rebanada o cortada disponible todos los días.
  - Las opciones de fruta diarias se muestran en un lugar en la línea de visión y alcance de los estudiantes.
  - Todas las opciones vegetales disponibles tienen nombres creativos o descriptivos.
  - Las opciones diarias de verduras se incluyen en todas las comidas rápidas disponibles para los estudiantes.
  - Todos los miembros del personal, especialmente los que sirven, han sido capacitados para solicitar educadamente a los estudiantes que seleccionen y consuman las opciones diarias de vegetales con su comida.
  - La leche blanca se coloca en frente de otras bebidas en todos los refrigeradores.
  - Las alternativas de comida (por ejemplo, barra de ensaladas, yogur, etc.) se destacan en carteles en todas las áreas de servicio y comedor.
  - Se puede crear una comida reembolsable en cualquier área de servicio disponible para los estudiantes (por ejemplo, ensaladas, tentempiés, etc.).
  - Las encuestas de estudiantes y las oportunidades de prueba de sabor se utilizan para informar el desarrollo del menú, la decoración del espacio de comedor y las ideas de promoción.
  - Las ilustraciones del estudiante se muestran en el servicio y / o áreas de comedor.
  - Los anuncios diarios se utilizan para promocionar y comercializar opciones de menú.

- Menús serán publicados en el sitio de internet del Distrito o escuela individual, que incluirá contenidos nutricionales.
- *Los menús serán creados / revisados por un dietista u otro profesional certificado en nutrición.*
- *Las comidas escolares son administradas por un equipo de profesionales de nutrición infantil.*
- *El programa de nutrición infantil del distrito acomodará a los estudiantes con necesidades dietéticas especiales.*
- *Se les permitirá a los estudiantes al menos 10 minutos para desayunar y al menos 20 minutos para almorzar, contar desde el momento en que hayan recibido la comida y estén sentados (cumple con el criterio Nivel Oro del Programa de Escuelas Saludables).*
- *A los estudiantes se les sirve el almuerzo a una hora razonable y apropiada del día.*
- *El almuerzo seguirá el período de receso para apoyar mejor el aprendizaje y la alimentación saludable.*
- *Se promoverá la participación en los programas federales de nutrición infantil entre los estudiantes y las familias para ayudar a garantizar que las familias sepan qué programas están disponibles en la escuela de sus hijos.*
- *El distrito implementará al menos 3 de las siguientes cinco actividades de granja a escuela (cumple con los criterios de nivel de oro del programa de escuelas saludables; marca / encierra en un círculo las cuatro actividades que el distrito planea hacer):*
  - *Los productos locales y / o regionales se incorporan al programa de comidas escolares*
  - *Los mensajes sobre agricultura y nutrición se refuerzan en todo el entorno de aprendizaje*

- *La escuela alberga un jardín escolar;*
- *La escuela organiza excursiones a granjas locales; y o visitar ubicaciones virtuales de aprendizaje.*
- *La escuela utiliza promociones o eventos especiales, como degustaciones, que destacan los productos locales / regionales.*

Certificaciones de Personal y Desarrollo Professional

Todos los directores, gerentes y personal del programa de nutrición escolar cumplirán o excederán las condiciones y los requisitos anuales de educación / capacitación continua en el Normas profesionales del USDA para profesionales de la nutrición infantil. (USDA professional standards for child nutrition professionals). El personal de nutrición de la escuela consultará el sitio web del de Estándares Profesionales para Estándares de Nutrición Escolar del USDA (USDA's Professional Standards for School Nutrition Standards website) para buscar capacitación que satisfaga sus necesidades de aprendizaje.

Agua

Para promover la hidratación, el agua potable gratuita, segura y sin sabor estará disponible para todos los estudiantes durante el día escolar * y en todo el campus escolar * (el "campus escolar" y el "día escolar" se definen en el glosario). El Distrito pondrá a disposición agua potable donde se sirven comidas escolares durante las comidas.

- *Todas las fuentes de agua y contenedores se mantendrán regularmente para garantizar buenas normas de higiene y seguridad sanitaria. Tales fuentes y contenedores pueden incluir fuentes de agua potable, jarras de agua, estaciones de hidratación, chorros de agua y otros métodos para suministrar agua potable.*
- *Se permitirá a los estudiantes traer y llevar botellas de agua (aprobadas) llenas con solo agua durante todo el día.*
- *El Distrito en colaboración con la comunidad (Ciudad de Delano), informara a los padres y estudiantes de la calidad del agua.*

Debido a la pandemia de Covid-19 se han implementado varios cambios con el saneamiento: Múltiples sistemas de filtración de agua instalados en todos nuestros campus.

- ▶ **Se han instalado estaciones de llenado de botellas además de fuentes de agua.**

Alimentos y bebidas competitivos

El Distrito se compromete a garantizar que todas las comidas y bebidas disponibles para los estudiantes en el campus * de la escuela durante el día escolar * respalden una alimentación saludable. Las comidas y bebidas vendidas y servidas fuera de los programas de comidas escolares (p. ej., comidas y bebidas "competitivas") cumplirán con los estándares de nutrición escolar del USDA Smart Snacks, como mínimo. Smart Snacks tiene como objetivo mejorar la salud y el bienestar de los estudiantes, aumentar el consumo de alimentos saludables durante el día escolar y crear un entorno que refuerce el desarrollo de hábitos alimenticios saludables. Un resumen de los estándares y la información, así como una Guía de refrigerios inteligentes en las

escuelas están disponibles en: http://www.fns.usda.gov/healthierschoolday/tools-schools-smart-snacks. La Alianza para una generación más saludable proporciona un conjunto de herramientas para ayudar con la implementación de refrigerios inteligentes (Smart Snacks) disponibles en www.foodplanner.healthiergeneration.org.

Para apoyar la elección de alimentos saludables y mejorar la salud y el bienestar de los estudiantes, todos los alimentos y bebidas no reembolsables se venden a los estudiantes en el campus de la escuela durante el día escolar e idealmente, el día escolar extendido cumplirá o superará los estándares de nutrición del USDA refrigerios inteligentes (Smart Snacks) o, si la póliza estatal es más sólida, "cumplirán o superarán los estándares estatales de nutrición". Estos estándares se aplicarán en todos los lugares y a través de todos los servicios donde se venden alimentos y bebidas, que pueden incluir, entre otros, opciones a la carta en cafeterías, máquinas expendedoras, tiendas escolares y carritos de comida o bocadillos.

Alimentos y bebidas vendidos en el campus

El DJUHSD implementará estrategias para garantizar que todos los alimentos y bebidas que se venden en el campus cumplan o excedan los estándares nutricionales. Las ventas de Organizaciones Estudiantiles deben cumplir con todos los alimentos y bebidas de los estudiantes y de lo siguiente:

1. Cada día se pueden vender hasta tres categorías de alimentos o bebidas (p. ej., papas fritas, refrigerios w/g, jugos, etc.)
2. Los alimentos o bebidas deben ser aprobados previamente o comprados a través del Departamento de Nutrición/Director de Servicio de Alimentos del distrito.
3. Solo una organización estudiantil puede vender cada día.
4. No se pueden preparar alimentos o bebidas en el campus.
5. Las categorías de alimentos o bebidas vendidas no pueden ser las mismas categorías que se ofrecen en el programa de servicio de alimentos en esa escuela, durante el mismo día escolar.
6. Además de una venta de organización estudiantil cada día, todas las organizaciones estudiantiles pueden vender en los mismos cuatro días designados por año escolar. Sin embargo, el distrito establecerá reglas y regulaciones para la recaudación de fondos en el sitio. Todos los artículos que se vendan el día de deberán ser aprobados por el director de servicio de alimentos del distrito.

Celebraciones y recompensas

Todos los alimentos y refrigerios ofrecidos en el campus escolar cumplirán o superarán los estándares de nutrición USDA Smart Snacks in School: https://foodplanner.healthiergeneration.org/calculator/

Recaudación de fondos

Los alimentos y bebidas que cumplan o excedan los estándares de nutrición de Smart Snacks in Schools del USDA se pueden vender a través de eventos para recaudar fondos en el campus de la escuela* durante el día escolar*. Los alimentos y bebidas que no cumplan con los estándares de Smart Snack del USDA no se venderán en el campus a partir de la medianoche hasta media hora después del final del día escolar oficial. El distrito pondrá a disposición de los padres y

maestros una lista de ideas saludables para recaudar fondos y ofrecerá sitios web en línea como Alliance for a Healthier Generation y el USDA.

Promoción de nutrición

DJUHSD promoverá e implementará estrategias para conductas alimentarias saludables mediante el uso de técnicas basadas en evidencia y mensajes de nutrición mediante la creación de entornos alimentarios que apoyen las opciones de nutrición saludable y fomenten la participación en los programas de comidas escolares. Los estudiantes y el personal recibirán mensajes de nutrición consistentes publicados en las escuelas, aulas, gimnasios y cafeterías. La promoción de la nutrición también incluye la comercialización y la publicidad de alimentos y bebidas nutritivos para los estudiantes y es más eficaz cuando se implementa de manera consistente a través de un enfoque integral y multicanal por parte del personal escolar, los maestros, los padres, los estudiantes y la comunidad. El Distrito promoverá opciones saludables de alimentos y bebidas para todos los estudiantes en todo el campus de la escuela, y también alentará la participación en programas de comidas escolares. Esta promoción ocurrirá a través de al menos:

http://calfresh.dss.ca.gov/healthyliving/eating-healthy

El distrito promoverá opciones saludables de alimentos y bebidas para todos los estudiantes en todo el campus escolar y alentará la participación en los programas de comidas escolares. Esta promoción se producirá a través de al menos: Ofreciendo frutas que están fácil de pelar o partir.

- Implementar al menos 3 o más técnicas de promoción de alimentos saludables basadas en evidencia a través de los programas de comidas escolares utilizando el Movimiento Discover the Smarter Lunchrooms de California (healthyeating.org) Ofreciendo frutas que son fáciles de pelar o rebanar.
- Las verduras se ofrecen con una variedad de condimentos.
- Se ofrecieron frutas en al menos dos lugares de las líneas de servicio.
- Ensaladas preenvasadas en áreas de alto tráfico

- Asegurar que el 100 % de los alimentos y bebidas que se promocionan a los estudiantes cumplan con los estándares de nutrición Smart Snacks in School del USDA. Las técnicas de promoción adicionales que el distrito y las escuelas individuales pueden usar están disponibles en Alliance for a Healthier Generation

Educación sobre la nutrición

El Distrito enseñará, modelará, alentará y apoyará la alimentación saludable de todos los estudiantes. Las escuelas proporcionarán educación nutricional y participarán en la promoción de la nutrición que:

- Está diseñada para proporcionar a los estudiantes el conocimiento y habilidades necesarios para promover y proteger su salud;
- Forma parte no solo de las clases de educación de salud, sino también de otras clases de instrucción.

- Incluye actividades divertidas, apropiadas para el desarrollo, culturalmente relevantes y participativas, como demostraciones de cocina o lecciones, promociones, degustaciones, visitas a fincas y jardines escolares;
- Promueve frutas, verduras, productos integrales, productos lácteos bajos en grasa y sin grasa y métodos de preparación de alimentos saludables;
- Enfatiza el balance calórico entre los alimentos y el gasto de energía (promueve la actividad física / ejercicio);
- Enlaces con programas de comidas escolares, actividades de promoción de la nutrición en la cafetería, huertos escolares, programas de granja a escuela, otras comidas y servicios comunitarios relacionados con la nutrición;
- Enseña alfabetización mediática con énfasis en mercadeo de alimentos y bebidas y;
- Incluye entrenamiento en educación nutricional para maestros y otro personal.
- Enseñar a los estudiantes que venden comida chatarra en los sitios escolares que este tipo de alimentos no cumplen con nuestro Plan de Bienestar. ASB trabajará en la reducción de la venta de comida chatarra y dulces en los sitios escolares. Esto ayudará a la pérdida de peso y menos basura en la escuela.

Temas esenciales de alimentación saludable en la educación de salud

El Distrito incluirá en el currículo de educación de salud un mínimo de 8 de los siguientes temas esenciales sobre alimentación saludable:

- Relación entre alimentación saludable y salud personal y prevención de enfermedades
- Orientación alimentaria de MyPlate
- Leer y usar las etiquetas de hechos nutricionales de la Administración de comidas y drogas (FDA)
- Comer una variedad de alimentos todos los días
- Equilibrar la ingesta de alimentos y la actividad física
- Comer más frutas, verduras y productos integrales
- Elegir alimentos que sean bajos en grasa, grasas saturadas y colesterol, y que no contengan grasas trans(saturadas)
- Elegir alimentos y bebidas con poca cantidad de azúcares añadidos
- Comer más alimentos ricos en calcio
- Preparar comidas y bocadillos saludables
- Riesgos sobre prácticas de control de peso no saludables
- Aceptación de diferencias de tamaño de cuerpo
- Seguridad alimentaria
- Importancia del consumo de agua
- Importancia de desayunar
- Tomar decisiones saludables cuando se come en restaurantes
- Trastornos de la alimentación
- Pautas dietéticas para los estadounidenses The Dietary Guidelines for Americans
- Reducir el consumo de sodio
- Influencias sociales sobre la alimentación saludable, incluidos los medios de comunicación, la familia, los compañeros y la cultura
- Cómo encontrar información o servicios válidos relacionados con la nutrición y el comportamiento dietético
- Cómo desarrollar un plan y seguir el progreso hacia el logro de un objetivo personal para comer saludablemente
- Resistencia de la presión de grupo relacionada con el comportamiento dietético no saludable
- Influir, apoyar y abogar por el comportamiento dietético saludable de los demás

Comercialización de alimentos y bebidas en las escuelas

El Distrito se compromete a proporcionar un entorno escolar que garantice oportunidades para que todos los alumnos practiquen hábitos de alimentación saludable y actividad física durante el día escolar, al tiempo que minimizan las distracciones. El Distrito se esfuerza por enseñar a los estudiantes a tomar decisiones informadas sobre nutrición, salud y actividad física. Publicidad de comida será limitada en las propiedades del Distrito. Es la intención del Distrito proteger y promover la salud del estudiante al permitir publicidad solo para aquellos alimentos y bebidas que se permiten vender en la escuela, de conformidad con la póliza de bienestar del Distrito. La comida estará escrita en un pizarrón blanco en todas las cafeterías de las escuelas para promover la alimentación escolar.

Cualquier comida y bebida comercializada o promovida a estudiantes en el campus * durante el día escolar * cumplirá o excederá los estándares de nutrición de la Escuela *Smart Snacks* del USDA, de modo que solo aquellos alimentos que cumplan o excedan esos estándares de nutrición podrán comercializarse o promovido a estudiantes.

La comercialización de alimentos y bebidas se define como publicidad y otras promociones en las escuelas. La comercialización de alimentos y bebidas a menudo incluye declaraciones orales, escritas o gráficas hechas con el propósito de promover la venta de un producto alimenticio o de bebidas hecho por el productor, fabricante, vendedor o cualquier otra entidad con un interés comercial en el producto. Este término incluye, pero no se limita a lo siguiente:

- Marcas, marcas comerciales, logos o etiquetas, excepto cuando se colocan en un producto de alimentos o bebidas presente físicamente o en su contenedor
- Pantallas, como en el exterior de la máquina expendedora
- Marca corporativa, logo, nombre o marca registrada en el equipo escolar, como carpas, tableros de mensajes, marcadores o tableros (Nota: el reemplazo inmediato de estos artículos no es necesario; sin embargo, los distritos reemplazarán o actualizarán tableros u otros equipos duraderos cuando los contratos existentes sean para la renovación o en la medida en que sea económicamente posible en el tiempo para que los artículos cumplan con la política de comercialización).
- Marca corporativa, logotipo, nombre o marca comercial en tazas utilizadas para dispensar bebidas, tableros de menús, refrigeradores, botes de basura y otros equipos de servicio de alimentos; así como en carteles, portadas de libros, libros de asignación de alumnos o útiles escolares exhibidos, distribuidos, ofrecidos o vendidos por el Distrito.
- Anuncios en publicaciones escolares o correos escolares.
- Muestras gratuitas de productos, pruebas de sabor o cupones de un producto, o muestras gratuitas que muestran la publicidad de un producto.

Como el Distrito / servicios de nutrición escolar / Departamento de Atletismo / PTA / PTO revisa los contratos existentes y considera nuevos contratos, las decisiones de compra (y reemplazo)

de equipos y productos deben reflejar las pautas de mercadeo aplicables establecidas por la política de bienestar del distrito.

III. Actividad física/Educación física

Los estudiantes y adolescentes deben participar en al menos 60 minutos de actividad física todos los días. Un porcentaje sustancial de la actividad física de los estudiantes se puede proporcionar a través de un programa integral de actividad física escolar (CSPAP). Un CSPAP refleja una fuerte coordinación y sinergia en todos los componentes: educación física de calidad como base; actividad física antes, durante y después de la escuela; la participación del personal y la participación de la familia y la comunidad, y el distrito se compromete a brindar estas oportunidades. Las escuelas se asegurarán de que estas variadas oportunidades de actividad física se sumen a, y no sustituyan a, la educación física.

En la medida de lo posible, el Distrito se asegurará de que sus terrenos e instalaciones sean seguros y que el equipo esté disponible para que los estudiantes estén activos. El Distrito llevará a cabo inspecciones y reparaciones necesarias.

Educación Física

El Distrito proporcionará a los estudiantes educación física, utilizando un currículo de educación física apropiado para la edad, consistente con los estándares nacionales y estatales para la educación física. El plan de estudios de educación física promoverá los beneficios de un estilo de vida físicamente activo y ayudará a los estudiantes a desarrollar habilidades para participar en hábitos saludables de por vida, así como a incorporar conceptos esenciales de educación de salud. El plan de estudios apoyará los componentes esenciales de la educación física.

Todos los estudiantes tendrán la misma oportunidad de participar en clases de educación física. El Distrito hará los arreglos apropiados para permitir la participación equitativa de todos los estudiantes y adaptará las clases de educación física y el equipo según sea necesario.

Todos **los estudiantes de la preparatoria** de DJUHSD deben tomar el equivalente a dos años académicos de educación física. Estudiantes tiene la oportunidad de tomar clases adicionales de educación física para recibir crédito electivo.

El programa de educación física del distrito promoverá la capacidad física del estudiante a través de la evaluación individualizada de la actividad física y la actividad y utilizará informes basados en criterios para cada alumno. El Distrito se esforzará por implementar los siguientes objetivos en todas las clases de educación física:

- *Los estudiantes estarán moderadamente a vigorosamente activos durante al menos el 50% del tiempo de clase durante la mayoría o todas las sesiones de clases de educación física (cumple con el criterio de nivel Silver del Programa de Escuelas Saludables).*
- *Todas las clases de educación física en DJUHSD son impartidas por maestros con licencia que están certificados o avalados para enseñar educación física (cumple con el programa Gold Schools Program del nivel Gold).*
- *Los estudiantes en el grado once se examinarán anualmente para determinar la estatura, el peso y el BMI para ayudarnos a mejorar los resultados de una mejor salud y se utilizarán*

como un objetivo visible para ver si nuestro plan es efectivo. Los estudiantes serán examinados de oído, visión, prediabetes si es necesario, y estudiantes serán referidos a servicios médicos.

- *Bajo la dirección de los asistentes del director, los maestros de educación física del distrito establecerán metas para la capacidad física utilizando la prueba estatal de estado físico (Physical Fitness Test, PFT) e implementarán prácticas instructivas que apoyarán efectivamente a los estudiantes para lograr estos objetivos.*

Se reanudaron las pruebas de aptitud física para el año escolar 2022-2023 según el CDE (Departamento de Educación de California)

a. El PFT 2022-23 se administrará de acuerdo con los cambios implementados para el año escolar 2021-2022. No se agregarán cambios adicionales para el año escolar 2022-23. La prueba de aptitud física (PFT) 2022-23 se administrará entre el 1 de febrero y el 31 de mayo de 2023

b. DJUHSD deberá presentar los resultados de participación (por componente y grado) como parte de nuestro Informe anual de responsabilidad escolar en lugar de los resultados de Health Fitness Zones.

c. La composición corporal no formará parte del PFT 2022-23. DJUHSD no recopilará la fecha de nacimiento, sexo, género, altura, peso e IMC

1. *Bajo la dirección de los subdirectores del sitio, los maestros de educación física del distrito revisarán el alcance / secuencia actual para proporcionar instrucción de alta calidad en todos los temas relacionados con la aptitud física y la nutrición requeridos establecidos por la política de la Junta e incluidos en los marcos curriculares estatales, con especial énfasis en mejorar la aptitud cardiovascular, minimizar la obesidad infantil y desarrollar la capacidad de estar bien informados, opciones saludables relacionadas con la salud física y la nutrición. Además, los maestros trabajarán en agregar educación nutricional al curso de educación física para educar y motivar el cambio en los hábitos alimenticios.*

2. *Bajo la dirección de los subdirectores del sitio y sobre la base de temas relacionados con la aptitud física y la nutrición establecidos por la política de la Junta e incluidos en los marcos curriculares estatales, los maestros de Educación Física del Distrito desarrollarán e implementarán evaluaciones formativas comunes alineadas con el alcance / secuencia de revisión y los objetivos establecidos de la Prueba de Aptitud Física.*

Temas esenciales de actividad física en educación para la salud

Se requerirá que todos los estudiantes de preparatoria tomen y completen un curso de educación de salud. El Distrito incluirá en el currículo de educación de salud un mínimo de 8 de los siguientes temas esenciales sobre actividad física:

- Los beneficios físicos, psicológicos o sociales de la actividad física
- Cómo la actividad física puede contribuir a un peso saludable
- Cómo la actividad física puede contribuir al proceso de aprendizaje académico
- Cómo un estilo de vida inactivo contribuye a la enfermedad crónica
- Aptitud relacionada con la salud, es decir, resistencia cardiovascular, resistencia muscular, fuerza muscular, flexibilidad y composición corporal

- Diferencias entre actividad física, ejercicio y estado físico
- Fases de una sesión de ejercicio, es decir, calentamiento, entrenamiento y enfriamiento
- Superar las barreras a la actividad física
- Disminuir las actividades inmóviles, como mirar televisión
- Oportunidades para la actividad física en la comunidad
- Prevención de lesiones durante la actividad física
- Seguridad relacionada con el clima, por ejemplo, evitar un ataque de calor, la hipotermia y las quemaduras solares mientras se está físicamente activo
- Cuánta actividad física es suficiente, es decir, determinar la frecuencia, intensidad, tiempo y tipo de actividad física
- Desarrollar una actividad física individualizada y un plan de ejercicio físico
- Monitorear el progreso para alcanzar las metas en un plan individualizado de actividad física
- Peligros de usar drogas para mejorar el rendimiento, como esteroides
- Influencias sociales sobre la actividad física, incluidos los medios, la familia, los compañeros y la cultura
- Cómo encontrar información o servicios válidos relacionados con la actividad física y la aptitud física
- Cómo influir, apoyar o abogar por que otros participen en la actividad física
- Cómo resistir la presión de grupo que desalienta la actividad física.

Académica Activa

Los maestros incorporarán enfoques de aprendizaje de movimiento y kinestésico en la instrucción de materias "centrales" cuando sea posible (p. ej., ciencias, matemáticas, artes del lenguaje, estudios sociales y otros) y pondrán de su parte para limitar el comportamiento inmóvil durante el día escolar.

El Distrito apoyará a los maestros incorporando actividad física y empleando enfoques de aprendizaje kinestésico en asignaciones principales, brindando oportunidades y recursos anuales de desarrollo profesional, incluyendo información sobre actividades principales, opciones de actividades, así como poniendo a disposición material de antecedentes sobre las conexiones entre aprendizaje y movimiento.

Los maestros servirán como modelos a seguir al estar físicamente activos junto con los estudiantes siempre que sea posible.

Actividades antes y después de la escuela

El Distrito ofrece oportunidades para que los estudiantes participen en actividad física antes o después del día escolar (o ambos) a través de una variedad de métodos. El Distrito animará a los estudiantes a estar físicamente activos antes y después de clases mediante:

Ofrecer una amplia variedad de clubes y actividades después de la escuela que infunden actividades kinestésicas y físicas.

- Ofrecer un programa deportivo completo después de la escuela.
- Ofrecer apoyo total a programas athletica después de escuela.
- Brindar oportunidades para programas de fortalecimiento y acondicionamiento antes y después del horario escolar.

- Proporcionar comidas nutritivas que cumplen con las pautas estatales y los mandatos del USDA antes y después del horario escolar.
- Durante la hora del almuerzo y/o después de las actividades escolares: El distrito considerará complementar el ejercicio físico con otras actividades como yoga, club de baile, voleibol fuera de temporada, baloncesto y voleibol.

VI Educación de salud

Se requerirá que todos los estudiantes de secundaria tomen y cumplan al menos un curso de educación sobre salud. El Distrito continuará los esfuerzos para desarrollar el plan de estudios y coordinar las oportunidades de desarrollo del personal para cumplir los siguientes objetivos:

- *Bajo la dirección de los asistentes del director, los maestros de salud revisarán el alcance / secuencia actual a fin de proporcionar instrucción de alta calidad relacionada con: alcohol, tabaco y otras drogas; crecimiento humano, desarrollo y salud sexual (incluida la prevención del VIH / SIDA); prevención y seguridad de lesiones; la salud mental, emocional y social (incluida la prevención del abuso infantil); nutrición y actividad física; salud personal y comunitaria, y todas las pautas prescritas por la Ley de Juventud Saludable de California (California Healthy Young Act).*

- *Bajo la dirección de los asistentes del director, los maestros de salud deben integrar el currículo de prevención de abuso infantil apropiado para la edad y culturalmente sensible en el programa de instrucción. Este plan de estudios explicará el derecho de los estudiantes a vivir sin abuso, les informará sobre los recursos de apoyo disponibles y les enseñará cómo obtener ayuda y reportar los incidentes de abuso. El plan de estudios también incluirá entrenamiento en técnicas de autoprotección.*

- *Bajo la dirección de los asistentes del director, los maestros de salud deben proporcionar a los estudiantes instrucción relacionada con el acoso que promueva la comunicación efectiva y habilidades de resolución de conflictos, habilidades sociales, educación de carácter / valores, respeto por las diferencias culturales e individuales, desarrollo de autoestima, habilidades de asertividad y comportamiento en línea apropiado.*

VII Otras actividades que promueven el bienestar del estudiante

El Distrito integrará actividades de bienestar en todo el entorno escolar, no solo en la cafetería, otros locales de comidas y bebidas e instalaciones de actividades físicas. El Distrito coordinará e integrará otras iniciativas relacionadas con actividad física, educación física, nutrición y otros componentes de bienestar para que todos los esfuerzos sean complementarios, no duplicados, y trabajen hacia el mismo conjunto de metas y objetivos que promuevan el bienestar estudiantil, desarrollo óptimo y fortaleza resultados educativos.

Se anima a las escuelas del Distrito a coordinar el contenido de las áreas curriculares que promueven la salud de los estudiantes, como la enseñanza de conceptos de nutrición en matemáticas, con la consulta proporcionada por la escuela o por los expertos en currículo del Distrito.

Todos los esfuerzos relacionados con la obtención de reconocimiento federal, estatal o de asociación por esfuerzos o subvenciones / oportunidades de financiamiento para entornos escolares saludables se coordinarán con la póliza de bienestar y serán complementarias de la misma, que incluyen, pero no se limitan a garantizar la participación de DWC / SWC.

Todos los eventos patrocinados por la escuela cumplirán con las pautas de la póliza de bienestar. Todos los eventos de bienestar patrocinados por la escuela incluirán actividad física y oportunidades de alimentación saludable cuando corresponda.

Alianzas comunitarias

El Distrito desarrollará y continuará las relaciones con los socios de la comunidad (por ejemplo, hospitales, universidades / colegios, empresas locales, etc.) en apoyo de la implementación de esta póliza de bienestar. Se evaluarán las asociaciones y los patrocinios comunitarios nuevos y existentes para garantizar que sean coherentes con la póliza de bienestar y sus objetivos.

Promoción de salud comunitaria y compromiso familiar

El Distrito promoverá a los padres / cuidadores, las familias y la comunidad los beneficios y enfoques de la alimentación saludable y la actividad física durante el año escolar. Las familias serán informadas e invitadas a participar en actividades patrocinadas por la escuela y recibirán información sobre los esfuerzos de promoción de la salud.

Como se describe en la subsección "Participación comunitaria, divulgación y comunicaciones", el distrito utilizará mecanismos electrónicos (por ejemplo, correo electrónico o visualización de avisos en el sitio web del distrito), así como mecanismos no electrónicos (por ejemplo, boletines informativos, presentaciones a los padres o enviando información a casa a los padres), para garantizar que se notifique activamente a todas las familias sobre las oportunidades de participar en actividades patrocinadas por la escuela y recibir información sobre los esfuerzos de promoción de la salud.

Bienestar del personal y promoción de la salud

El DWC también se enfocará en asuntos de bienestar del personal, identifica y disemina recursos de bienestar y realiza otras funciones que apoyan el bienestar del personal en coordinación con el personal de recursos humanos.

Las escuelas en el Distrito implementarán estrategias para ayudar al personal a promover y modelar activamente las conductas de alimentación saludable y actividad física. El Distrito promueve la participación de los miembros del personal en los programas de promoción de la salud y apoyará los programas para los miembros del personal sobre la alimentación saludable / control de peso que son accesibles y gratuitos o de bajo costo.

- El Distrito continuara a ofrecer clínicas de bienestar y gripa de SISC a los miembros del distrito para apoyar su salud.
- El Distrito continuará proporcionando al personal kits de pruebas rápidas de COVID-19

Aprendizaje profesional

Cuando sea posible, el distrito ofrecerá oportunidades y recursos anuales de aprendizaje profesional para que el personal aumente sus conocimientos y habilidades sobre la promoción de conductas saludables en la clase y la escuela (por ejemplo, aumentar el uso de enfoques de enseñanza kinestésica o incorporar lecciones de nutrición en la clase de matemática). El aprendizaje profesional ayudará al personal del Distrito a comprender las conexiones entre lo académico y la salud y las formas en que la salud y el bienestar se integran en la reforma continua del distrito o en los planes / esfuerzos de mejora académica.

- Capacitaciones anuales para auxiliares de atención médica con práctica
- Capacitación del personal del distrito sobre emergencias de salud en la escuela, como emergencias diabéticas, emergencias convulsivas, emergencias anafilácticas, emergencias de insuficiencia suprarrenal. Capacitación sobre patógenos transmitidos por la sangre.
- Se ofrecen múltiples capacitaciones durante todo el año para promover la seguridad de los estudiantes y el personal con el uso de técnicas efectivas de RCP y primeros auxilios.
- Se ofrecerá capacitación sobre Narcan (naloxona) al comienzo de cada año escolar al personal del distrito para responder eficazmente a los signos y síntomas de sobredosis de opioides. Con esta capacitación, el personal reconocerá, responderá y revertirá la administración efectiva de una sobredosis en aerosol nasal de naloxona. Si bien esta capacitación no es obligatoria, todo el personal tendrá la opción de recibirla.

IV. Confidencialidad

El personal de la escuela y el personal de salud escolar son responsables de mantener la confidencialidad del paciente según lo establecen dos leyes federales importantes, HIPPA (Ley de portabilidad y responsabilidad del seguro médico) y FERPA (Ley de privacidad y derechos educativos de la familia). Además, debido a que la mayoría de los usuarios de servicios de salud escolar aún no tienen 18 años, los proveedores deben comprender y cumplir las leyes de consentimiento menores de California, que permiten a los adolescentes de 12 años y más dar su consentimiento a ciertos servicios sin la participación de padres o tutores. Los administradores y supervisores del sitio llevarán a cabo sesiones de desarrollo del personal para todos los miembros del personal que tengan acceso a información confidencial del estudiante relacionado con la salud a fin de que estos miembros del personal conozcan todos los requisitos de la póliza. Los miembros del personal con acceso a registros confidenciales cumplen con las pautas estatales y federales con respecto a la confidencialidad.

Referencias de póliza:

BP/AR 5125: Registros estudiantiles
BP/AR 5141.3: Exámenes de salud

V. Instalaciones

La Administración del Distrito, los Directores Atléticos y el Supervisor de Custodia implementarán las disposiciones de la Ley de Escuelas Saludables en relación con el Manejo Integrado de Plagas (MIP). Todo el personal del sitio escolar será entrenado de acuerdo con las pautas de

Manejo Integrado de Plagas y se apegará a todas las regulaciones con respecto a la aplicación de pesticidas y productos químicos.

Referencias de póliza:
BP 3514.1: Sustancias peligrosas
AR 3514.2: Manejo integrado de plagas

VI. Emergencias de atención médica

La Administración del Distrito y las Enfermeras del distrito deberán proporcionar al personal apropiado capacitación sobre el uso adecuado de los desfibriladores externos automáticos (AED) y los auto inyectores de epinefrina.

- El Distrito proporcionara entrenamiento de primeros auxilios para todo el personal al principio del año escolar.
- Por lo menos, 4 entrenamientos de primeros auxilios, desfibriladores externos automáticos/ reanimación cardiopulmonar (CPR/AED), y técnicas como detener una hemorragia, serán disponibles a todo el personal y los entrenadores deportivos a través del año escolar para promover la preparación de emergencia del Distrito.

Referencias de póliza:
AR 5141: Cuidado de la salud y emergencias
AR 5141.21: Administración de medicamentos y control de las condiciones de salud.

VII. Servicios de salud mental

El programa de salud mental del Distrito de Escuelas Preparatorias de Delano está dedicado a promover el desarrollo social, emocional y conducta saludable de los estudiantes. Las barreras al aprendizaje deben tratarse para que el bienestar general de los estudiantes, las familias y el personal de la escuela se pueda mejorar en colaboración con otros servicios y apoyo estudiantil integral.
Los programas de Salud Mental Escolar apoyan la salud emocional y el crecimiento académico de todos los estudiantes a través de:

- Una gama integral de servicios y apoyo efectivos y eficientes integrados en todo el apoyo estudiantil. Las actividades de promoción de la salud mental y prevención del suicidio se ofrecen con la colaboración de ASB y NAMI para difundir la conciencia en el campus.
- Incorpora un enfoque de tres niveles al evaluar las necesidades de salud mental escolar a través de intervenciones universales, selectivas y específicas.
    - Para el año escolar 2022-2023, se trajeron psicólogos internos a todas las escuelas, incluida la Escuela Secundaria Valley.
    - También se contratará a un trabajador social escolar para brindar servicios de salud mental.
- Accesibilidad a servicios y programas de salud conductual y mental;
- Utilización de personal de servicios de salud mental para brindar el apoyo y los servicios necesarios; y Relaciones de colaboración que involucran a la escuela, la familia y la comunidad.

Durante el año escolar 2022-2023, nuestro psicólogo escolar, MFT, consejeros de intervención y consejeros académicos se han unido a ASB para promover el apoyo a la salud mental utilizando las redes sociales. Proporcionar mítines, asambleas y discutir formas de lidiar con la depresión y el estrés. DJUHSD continúa ofreciendo todos los servicios de salud mental durante el aprendizaje a distancia.

- Todo el personal de DJUHSD deberá participar en la capacitación sobre los componentes básicos de la prevención del suicidio (identificación de factores de riesgo de suicidio y señales de advertencia, prevención, intervención, remisión y postvención) al comienzo de su empleo. Los miembros del personal empleados anteriormente deberán asistir a un mínimo de una hora de capacitación general sobre prevención del suicidio virtual Capacitación sobre prevención del suicidio SISC.
- DJUHSD ha publicado información AB 988 Suicide and Crisis Lifeline en todos sus campus y en los sitios web del distrito. Los estudiantes también tienen líneas directas para la prevención del suicidio en sus identificaciones.
- Al inicio del año escolar todo el personal completó la Capacitación virtual de Prevención del Suicidio SISC.
- Se han realizado presentaciones escolares en todos los sitios para generar conciencia sobre el impacto negativo de las drogas, que incluyen, entre otros; sobredosis de opioides, abuso de sustancias y abuso de alcohol.

DETÉNGALO Soluciones (STOP IT Solutions)

- El Programa StopIt ayuda a crear un lugar más seguro y saludable para aprender, trabajar y vivir al proporcionar a los estudiantes, empleados y ciudadanos soluciones integrales de seguridad y bienestar para ayudar a proteger el bienestar físico, social y emocional.

Ori Aprendizaje socioemocional (Ori Social-Emotional Learning)

- El plan de estudios Ori SEL será utilizado por el equipo de salud mental del distrito para proporcionar asesoramiento individual y grupal a los estudiantes con los objetivos de mejorar las actitudes y comportamientos de rendimiento académico, disminuir los comportamientos negativos y reducir el estrés emocional.

Referencias de póliza:

BP 5141.52: Prevención de Suicidio

Servicios de modelo:

Apoyo en salud mental en el sitio – los proveedores de servicios de salud mental con licencia ofrecen tratamientos individuales, en grupos y familiares; e intervenciones de crisis en el campus escolar.

Programa del Equipo de Respuesta Escolar (SRT) – ofrece evaluaciones, consultas, observaciones en clase, intervenciones de crisis, desarrollo profesional para maestros, capacitación de padres y referencias para tratamiento en la comunidad.

STARS (Detección del estudiante en riesgo) – implementado por psicólogos escolares. Ofrece exámenes de detección de suicidio y depresión y derivaciones para evaluaciones psicológicas adicionales según sea necesario.

Capacitación para maestros de estudiantes en riesgo – Un programa de capacitación para enseñar a educadores y otros a identificar, acercarse y derivar a estudiantes que muestran signos de angustia psicológica.

Presentaciones – Presentaciones y capacitaciones sobre una amplia variedad de temas emocionales relevantes para los jóvenes. Presentación de recursos para el personal y las familias.

Acoso cibernético - Los psicólogos ayudarán a la administración del sitio a diseñar e implementar estrategias para minimizar los incidentes de acoso cibernético.

Glosario:

Día escolar extendido – el tiempo durante, antes y después de la escuela que incluye actividades tales como clubs, deportes, prácticas de banda y coro, ensayos dramáticos y más.

Campus escolar - áreas que son propiedad o arrendadas por la escuela y utilizadas en cualquier momento para actividades relacionadas con la escuela, incluso en el exterior de la escuela, autobuses escolares u otros vehículos utilizados para transportar estudiantes, campos atléticos y estadios (por ejemplo, en marcadores, refrigeradores, tazas y botellas de agua) o estacionamientos.

Día de escuela – el tiempo entre la medianoche de la noche anterior y 30 minutos después del final del día de instrucción.

Trienal – recurrente cada tres años.

[1] Bradley, B, Green, AC. Do Health and Education Agencies in the United States Share Responsibility for Academic Achievement and Health? A Review of 25 years of Evidence About the Relationship of Adolescents' Academic Achievement and Health Behaviors, Journal of Adolescent Health. 2013; 52(5):523–532.
[2] Meyers AF, Sampson AE, Weitzman M, Rogers BL, Kayne H. School breakfast program and school performance. American Journal of Diseases of Children. 1989;143(10):1234–1239.
[3] Murphy JM. Breakfast and learning: an updated review. Current Nutrition & Food Science. 2007; 3:3–36.
[4] Murphy JM, Pagano ME, Nachmani J, Sperling P, Kane S, Kleinman RE. The relationship of school breakfast to psychosocial and academic functioning: Cross-sectional and longitudinal observations in an inner-city school sample. Archives of Pediatrics and Adolescent Medicine. 1998;152(9):899–907.
[5] Pollitt E, Mathews R. Breakfast and cognition: an integrative summary. American Journal of Clinical Nutrition. 1998; 67(4), 804S–813S.
[6] Rampersaud GC, Pereira MA, Girard BL, Adams J, Metzl JD. Breakfast habits, nutritional status, body weight, and academic performance in children and adolescents. Journal of the American Dietetic Association. 2005;105(5):743–760, quiz 761–762.
[7] Taras, H. Nutrition and student performance at school. Journal of School Health. 2005;75(6):199–213.
[8] MacLellan D, Taylor J, Wood K. Food intake and academic performance among adolescents. Canadian Journal of Dietetic Practice and Research. 2008;69(3):141–144.
[9] Neumark-Sztainer D, Story M, Dixon LB, Resnick MD, Blum RW. Correlates of inadequate consumption of dairy products among adolescents. Journal of Nutrition Education. 1997;29(1):12–20.
[10] Neumark-Sztainer D, Story M, Resnick MD, Blum RW. Correlates of inadequate fruit and vegetable consumption among adolescents. Preventive Medicine. 1996;25(5):497–505.
[11] Centers for Disease Control and Prevention. *The association between school-based physical activity, including physical education, and academic performance*. Atlanta, GA: US Department of Health and Human Services, 2010.
[12] Singh A, Uijtdewilligne L, Twisk J, van Mechelen W, Chinapaw M. *Physical activity and performance at school: A systematic review of the literature including a methodological quality assessment.* Arch Pediatr Adolesc Med, 2012; 166(1):49-55.
[13] Haapala E, Poikkeus A-M, Kukkonen-Harjula K, Tompuri T, Lintu N, Väisto J, Leppänen P, Laaksonen D, Lindi V, Lakka T. *Association of physical activity and sedentary behavior with academic skills – A follow-up study among primary school children*. PLoS ONE, 2014; 9(9): e107031.
[14] Hillman C, Pontifex M, Castelli D, Khan N, Raine L, Scudder M, Drollette E, Moore R, Wu C-T, Kamijo K. *Effects of the FITKids randomized control trial on executive control and brain function*. Pediatrics 2014; 134(4): e1063-1071.
[15] Change Lab Solutions. (2014). *District Policy Restricting the Advertising of Food and Beverages Not Permitted to be Sold on School Grounds*. Retrieved from http://changelabsolutions.org/publications/district-policy-school-food-ads

Nombre del Sitio: DISTRITO ESCOLAR CONJUNTO DE ESCUELAS SECUNDARIAS
Fecha revisada por el Comité de Bienestar: 28 de febrero del 2023
Aprobado por la Mesa Directiva: 14 de febrero del 2023