

Los estudiantes de las escuelas públicas de la ciudad de Nueva York consumen casi un millón de comidas cada día. Estas comidas generalmente son saludables. La mayoría de estudiantes reciben muchas calorías en comidas ligeras poco saludables que compran en las escuelas.

¿QUIÉN DECIDE QUÉ ALIMENTOS SE OFRECEN EN LAS ESCUELAS?



¿CÓMO AFECTAN ESTOS ALIMENTOS A NUESTRA SALUD?

¿CÓMO PUEDEN PARTICIPAR LOS ESTUDIANTES EN LA SELECCIÓN DE ALIMENTOS EN LAS ESCUELAS?

En el verano de 2019, CUP y Bronx Health REACH colaboraron con la artista docente Susana Arellano y los estudiantes del Modelo Comprensivo del Proyecto Escolar 327 (CMSP 327) en el Bronx para investigar los alimentos escolares. Los estudiantes salieron de sus clases para documentar las opciones de alimentos en el vecindario, encuestar a los miembros de la comunidad, entrevistar a los profesionales en el tema y crear arte para visualizar lo que aprendieron.

Los estudiantes elaboraron este folleto para ayudar a otros estudiantes a involucrarse en la selección de alimentos en la escuela.

Hay dos tipos de alimentos disponibles en las escuelas públicas de la ciudad de Nueva York:

COMIDAS GRATIS

"[La Oficina de Servicios de Comidas y Nutrición del Departamento de Educación de la Ciudad de Nueva York] ofrece desayuno y almuerzo gratis para todos en todas las escuelas, así que nadie tiene que pagar."

— Stephen O'Brien, Director de Strategic Partnerships and Policy del Department of Education, Office of Food and Nutrition Services de la ciudad de Nueva York



ALIMENTOS QUE COMPITEN

"Los alimentos que compiten son cualquier cosa que se venda en las escuelas además de lo que se sirve a través del plan de alimentación escolar [como] en las máquinas que venden meriendas y bebidas, las tiendas escolares, los carritos de meriendas y las recaudaciones de fondos."

— Kelly Moltzen, Program Manager, Creating Healthy Schools and Communities, Bronx Health REACH



¿CÚAL ES LA DIFERENCIA ENTRE LAS COMIDAS GRATIS Y LOS ALIMENTOS QUE COMPITEN?

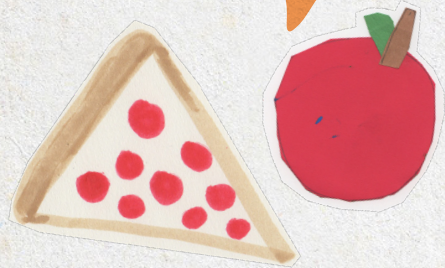
Ambos tipos de alimentos deben cumplir con las normas federales de nutrición, pero las comidas gratis ofrecidas por las escuelas son generalmente más saludables que las meriendas que se venden en las escuelas.

“No se permite que nuestros alimentos tengan ningún colorante o sabor artificial, ni jarabe de maíz (corn syrup) con alto contenido de fructosa (fructose). Tratamos de asegurarnos que estamos usando una buena receta y un buen producto antes de servirlos.”

— Stephen O'Brien



COMIDAS GRATIS



COMIDAS QUE COMPITEN

LAS MERIENDAS DE IMITACIÓN SON UN EJEMPLO DE LOS ALIMENTOS QUE COMPITEN QUE SE VENDEN EN LAS ESCUELAS



MENOS GRASA



“Las meriendas de imitación cumplen los... criterios de nutrición que las meriendas [escolares] deben cumplir, pero [las empresas de alimentos] comercializan las meriendas usando las mismas marcas, nombres de productos, logotipos y personajes que también se usan para comercializar las comidas ligeras.”

— Kelly Moltzen

Las meriendas de imitación pueden crear confusión sobre lo que es saludable y lo que no lo es.

“Puedes ir a la bodega después de la escuela y comprar una bolsa de Doritos y pensar que es saludable porque está permitido venderlo en la escuela, pero en realidad, es sólo una versión menos saludable que la que se sirve en la escuela.”

— Kelly Moltzen



BÚSQUEDA DEL TESORO

Los estudiantes visitaron las tiendas de la escuela y del vecindario para investigar las opciones de alimentos locales. Usaron reproducciones en papel de alimentos saludables y no saludables y reorganizaron los alimentos reales para imaginar opciones más saludables para su comunidad.



¿QUIÉN CREES QUE ES EL RESPONSABLE DE PROMOVER LA BUENA NUTRICIÓN Y LOS HÁBITOS SALUDABLES DE ALIMENTACIÓN?



5 NIÑOS



5 GOBIERNO LOCAL



7 EMPRESAS DE ALIMENTOS



8 GOBIERNO FEDERAL



8 EMPRESAS DE PUBLICIDAD



10 ESCUELAS



12 MÉDICOS



16 PADRES



ENCUESTAS EN LA COMUNIDAD

Los estudiantes hicieron entrevistas en la escuela y en la comunidad para comprender mejor qué tipo de alimentos consideran sanos y cuáles no, y quién tiene la mayor responsabilidad en la promoción de la buena nutrición y los hábitos alimenticios saludables.

¿CUÁLES SON ALGUNAS ALTERNATIVAS SALUDABLES?



COMER ALIMENTOS INTEGRALES...

“Los alimentos integrales son [alimentos como] frutas, verduras, granos enteros, frijoles y otras legumbres. [Estos alimentos] tienen todos los nutrientes que necesitamos, y son los mejores para nosotros.”

— Kelly Moltzen



NUECES Y PASAS

¡ELIGE ALIMENTOS FRESCOS DE GRANJA!

“Otra opción es vender frutas y verduras de una granja. [Esos alimentos] benefician a los agricultores, lo que no es lo mismo que beneficiar a las empresas de alimentos procesados.”

— Kelly Moltzen



...EN LUGAR DE ALIMENTOS PROCESADOS

“Los alimentos procesados han sido modificados de su estado natural. Estos alimentos tienen una menor cantidad de los nutrientes que tu cuerpo necesita. Los alimentos ultraprocesados contienen más grasa, sal, azúcar y otros aditivos que están vinculados a la mala salud y a enfermedades como las cardíacas, diabetes o el cáncer.”

— Kelly Moltzen



¡ORGANIZA RECAUDACIONES DE FONDOS DIVERTIDAS Y SALUDABLES!

“[En lugar de vender comidas ligeras] podrías organizar un baile o una caminata, donde obtendrás una donación por cada media milla que camines... ¡La Office of School Wellness tiene unas herramientas realmente geniales!”

— Stephen O'Brien

Obten más ideas para la recaudación de fondos en:
institute.org/wp-content/uploads/2018/11/Healthy-Celebration-Toolkit-September-2018.pdf

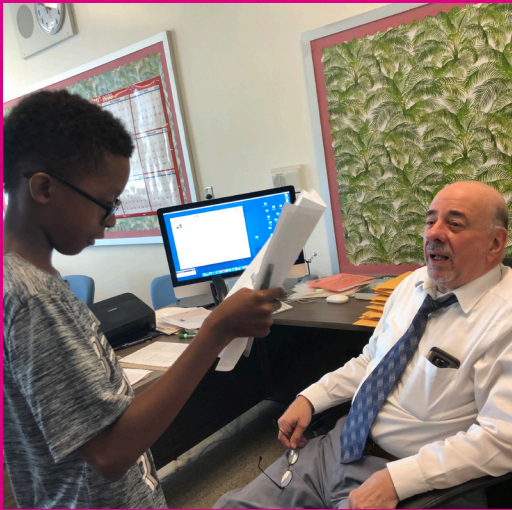
PARTICIPA...

HABLA CON TU DIRECTOR O DIRECTORA

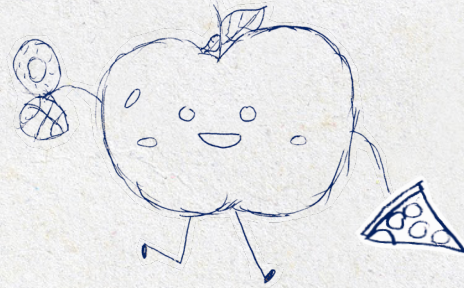
“Hay diferentes menús que las escuelas pueden elegir. El director decide qué menú pedirle a la Office of Food and Nutrition Services para que le envíen a la escuela.”

— Kelly Moltzen

LOS DIRECTORES TAMBIÉN PUEDEN NEGOCIAR CON LAS EMPRESAS PARA VENDER OPCIONES MÁS SALUDABLES EN LAS MÁQUINAS DE MERIENDAS Y BEBIDAS Y LAS TIENDAS DE LAS ESCUELAS.



¡EN LA ESCUELA!



CREA UN EQUIPO ESCOLAR SOBRE EL BIENESTAR

“Los estudiantes pueden ser parte de un equipo que trabaje directamente con el personal de la escuela para probar las comidas y hacer recomendaciones. Esos datos se pueden comunicar directamente al personal de la cafetería y la Office of School Food and Nutrition Services.”

— Kelly Moltzen

Para conocer más ideas, visita:
schools.nyc.gov/school-life/get-involved/school-wellness-councils

PROBAR NUEVAS COMIDAS OFFICE OF FOOD AND NUTRITION, DEPARTMENT OF EDUCATION DE LA CIUDAD DE NUEVA YORK

“Todos los años tenemos visitas escolares a nuestra sede...y los estudiantes prueban las recetas y los alimentos que pensamos poner en el menú del año próximo. Cada año, vienen 2,000 estudiantes y toman las decisiones sobre qué comida es sabrosa y cuál no. Si los estudiantes no aprueban un producto, no lo ponemos en el menú.”

— Stephen O'Brien

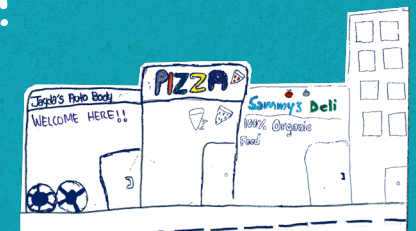


¡EN TU COMUNIDAD!

HABLA CON LOS FUNCIONARIOS DEL GOBIERNO

“Si todos lucháramos para que el gobierno [...] hiciera menos costoso cultivar una mayor variedad de frutas y verduras [...] y que esas frutas y verduras fueran más baratas en la tienda, entonces la comida sana sería más accesible.”

— Kelly Moltzen



HABLA CON LAS TIENDAS LOCALES

“Las bodegas [y otras tiendas locales] por lo general están dispuestas a vender comida sana si la gente está dispuesta a comprarla.”

— Kelly Moltzen

¿QUÉ DICEN LOS ESTUDIANTES?

"La comida tiene gran importancia en nuestras vidas y deberíamos consumir opciones más saludables."

— Andre Netty



"Los alimentos escolares algunas veces son saludables y otras no."

— Angelina Paulino



"Me aseguraría de que no haya meriendas de imitación [en las escuelas] y haría que la comida sea más saludable y no procesada".

— Nikosi Whyte



"Serviría comida más saludable pero también mejor. Por ejemplo, en vez de pollo frito... serviría pollo asado, que es más sano y sabroso."

— Daniyah Brown



"Ofrecería más opciones de comida [en las escuelas] que nos gusten."

— Jayda Biihene

"Aprendí que los alimentos en las escuelas son más saludables que los alimentos de afuera [de las escuelas]."

— Tanih Singleton

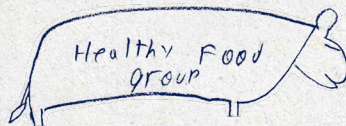


"Me gustaría que hubiera más supermercados y delis en mi comunidad"

— Victor Perez

"Haría que la alimentación sana sea accesible [en mi comunidad]".

— Phenix Scurry



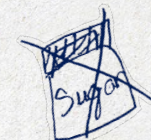
"Me gustaría que en la escuela sirvieran más frutas."

— Rockland Whyte



"Las escuelas deberían vender alimentos de las granjas [locales]."

— Jeremiah Nigaglioni



El **Center for Urban Pedagogy (CUP)** es una organización sin fines de lucro que utiliza el poder del diseño y el arte para aumentar el compromiso cívico significativo, particularmente entre las comunidades históricamente subrepresentadas.

Los **Estudios de la Ciudad** son los programas de CUP basados en proyectos, en clase y después de la escuela que utilizan el diseño y el arte como herramientas para investigar la ciudad. Para obtener más información, visite welcometoCUP.org.

Bronx Health REACH, un proyecto del Institute for Family Health, trabaja dentro de las comunidades para hacer realidad la equidad en la salud. A través de la educación sobre la salud y los esfuerzos de difusión, el cambio de políticas y sistemas, y las asociaciones comunitarias, Bronx Health REACH trabaja para afectar el cambio de políticas y prácticas. Para obtener más información, visite institute.org/bronx-health-reach/.

The **Comprehensive Model School Project** es una escuela pública de la ciudad de Nueva York de 6° a 12° grado, con más de 700 estudiantes, con la creencia de que todos los estudiantes pueden y aprenderán.

CUP

Artista docente: Susana Arellano | Líder del proyecto: Fielding Hong | Apoyo al proyecto: Leigh Taylor

BRONX HEALTH REACH

Directora del programa, creación de escuelas y comunidades saludables: Kelly Moltzen, MPH, RD
Coordinadora del programa, creación de escuelas y comunidades saludables: Moria Byrne-Zaaloff, MPH

NEW SETTLEMENT AT CMSP 327

Director: Alix Ricci | Directora del Programa Extracurricular de Líderes Creativos, Programa de Preparación para la Universidad: Carmen Julia Hernandez | Maestro: Bilal Raza
Líderes creativos es un programa financiado por el DYCD.

Estudiantes: Andre Netty, Angelina Paulino, Daniyah Brown, Elianny Echavarria, Farida Abdulkarim, Helen Diaz, Jayda Biihene, Jendry Gutierrez, Jenny Mateo, Jeremiah Nigaglioni, Katelynn Medina, Katherine Saldana, Lisveth Disla, Nikosi Whyte, Octavio Novas, Phenix Scurry, Robiliana Santos, Rockland Whyte, Silmane Koita, Tanih Singleton, Tomas Polanco, Victor Perez

Gracias a nuestros entrevistados:
Kelly Moltzen, Stephen O'Brien

Un agradecimiento especial a:
Miranda Grundy, Jade Levine



Bronx Health REACH proporcionó este proyecto a los estudiantes del CMSP 327 como ganadores de un concurso para una campaña en contra de la venta de alimentos perjudiciales realizada en colaboración con el Programa de Educadores Juveniles Sobre Alimentos del Instituto de Política Alimentaria Urbana de CUNY. Para obtener más información visite: youthfoodcountermarketing.org.

Este proyecto fue posible gracias al apoyo proporcionado por Bronx Health REACH del Institute for Family Health.

