



MARCO DE POLÍTICA ESCOLAR

EJECUCIÓN DE LA ESTRATEGIA MUNDIAL
DE LA OMS SOBRE RÉGIMEN ALIMENTARIO,
ACTIVIDAD FÍSICA Y SALUD



**Organización
Panamericana
de la Salud**



Oficina Regional de la
Organización Mundial de la Salud



**Organización
Mundial de la Salud**
OFICINA REGIONAL PARA LAS
Américas

MARCO DE POLÍTICA ESCOLAR

EJECUCIÓN DE LA ESTRATEGIA MUNDIAL
DE LA OMS SOBRE RÉGIMEN ALIMENTARIO,
ACTIVIDAD FÍSICA Y SALUD

TRADUCCIÓN AL ESPAÑOL

Preparada por la

Organización Panamericana de la Salud

Área de Desarrollo Sostenible y Salud Ambiental (SDE)



**Organización
Panamericana
de la Salud**



Oficina Regional de la
Organización Mundial de la Salud



1902 - 2012



OFICINA REGIONAL PARA LAS

**Organización
Mundial de la Salud**
Américas

Edición original en inglés: School policy framework: implementation of the WHO global strategy on diet, physical activity and health © World Health Organization, 2008
ISBN 978-92-41-59686-2

Catalogación por la Biblioteca de la OMS

Marco de Política Escolar: Ejecución de la Estrategia Mundial de la OMS sobre Régimen Alimentario, Actividad Física y Salud ©Organización Mundial de la Salud, 2012.

1. Instituciones académicas. 2. Ejercicio. 3. Nutrición en salud pública. 4. Estilo de vida. 5. Promoción de la salud. 6. Enfermedad crónica -prevención y control. I. Organización Mundial de la Salud.

ISBN 978-92-75-31717-4

©Organización Mundial de la Salud, 2012. Todos los derechos reservados.

La edición en español fue realizada por la Organización Panamericana de la Salud. Las solicitudes de autorización para reproducir, íntegramente o en parte, esta publicación deberán dirigirse a Servicios Editoriales, Área de Gestión de Conocimiento y Comunicación, Organización Panamericana de la Salud, Washington, D.C., Estados Unidos de América (correo electrónico: pubrights@paho.org).

Las publicaciones de la Organización Panamericana de la Salud están acogidas a la protección prevista por las disposiciones sobre reproducción de originales del Protocolo 2 de la Convención Universal sobre Derecho de Autor.

Las denominaciones empleadas en esta publicación y la forma en que aparecen presentados los datos que contiene no implican, por parte de la Secretaría de la Organización Panamericana de la Salud, juicio alguno sobre la condición jurídica de países, territorios, ciudades o zonas, o de sus autoridades, ni respecto del trazado de sus fronteras o límites.

La mención de determinadas sociedades mercantiles o de nombres comerciales de ciertos productos no implica que la Organización Panamericana de la Salud los apruebe o recomiende con preferencia a otros análogos. Salvo error u omisión, las denominaciones de productos patentados llevan en las publicaciones de la OPS letra inicial mayúscula.

La Organización Panamericana de la Salud ha adoptado todas las precauciones razonables para verificar la información que figura en la presente publicación, no obstante lo cual, el material publicado se distribuye sin garantía de ningún tipo, ni explícita ni implícita. El lector es responsable de la interpretación y el uso que haga de ese material, y en ningún caso la Organización Panamericana de la Salud podrá ser considerada responsable de daño alguno causado por su utilización.

Agradecimientos:

Este documento es el resultado del trabajo conjunto de las siguientes personas: Dr. F Lagarde (Universidad de Montreal, Canadá), Dra. CMA LeBlanc (Universidad de Alberta, Canadá) y Dra. M McKenna (Universidad de Nuevo Brunswick, Canadá); Dr. T Armstrong, Sra. V Candeias, Sra. T de Bruin, Sr. J Sattelmair, Sra. D Siegel y Sr. N Thompson (Organización Mundial de la Salud, Ginebra, Suiza).

Se agradecen las observaciones de los participantes en la mesa redonda de expertos sobre el Marco de Política Escolar de la Estrategia Mundial de la OMS sobre Régimen Alimentario, Actividad Física y Salud (DPAS), que tuvo lugar los días 6 y 7 de junio del 2007 en Vancouver, Canadá (véase la lista de participantes en el anexo 1).

La OMS agradece a los puntos focales de la DPAS de las Oficinas Regionales de la OMS y a los colegas de los departamentos de Enfermedades Crónicas y Promoción de la Salud, Nutrición para la Salud y el Desarrollo, y Salud del Niño y del Adolescente de la Sede de la OMS por su apoyo en la preparación de este documento y por las observaciones que proporcionaron mediante el proceso de consulta electrónica. Asimismo, la OMS agradece a todos los Estados Miembros que han contribuido a la elaboración de este documento.

La mesa redonda de expertos sobre el Marco de Política Escolar y la producción de este documento contaron con el apoyo financiero del Organismo de Salud Pública del Canadá y de Salud Canadá.

Créditos de las fotos, cubierta: Brenton Collas

ÍNDICE

Introducción	1
Creciente carga de morbilidad	1
Mandato	1
Iniciativas actuales de la OMS sobre salud escolar	2
Finalidad y público destinatario	3
Mesa redonda de expertos	3
Cómo usar este documento	3
Cómo iniciar una política escolar	5
Establecer un equipo coordinador	5
Realizar un análisis de situación	6
Formular un plan de trabajo y un sistema de vigilancia	7
Fijar metas y objetivos	7
Difundir la política	8
Opciones de política	9
Reconocimientos a las escuelas	10
Plan de estudios	11
Consumo de alimentos	14
Entorno físico	20
Promoción de la salud para el personal escolar	22
Servicios de salud escolar	23
Participación de partes interesadas	25
Gobierno	26
Docentes y otro personal escolar	27
Alumnos	28
Padres y familias	29
Comunidad en general	30
Seguimiento y evaluación	34
Tipos de seguimiento y evaluación	34
Actividades de seguimiento y evaluación	36
Elaboración de indicadores nacionales	36
Referencias	41
Anexo 1: Participantes en la mesa redonda de expertos	42
Anexo 2: Ejemplos de países	44

INTRODUCCIÓN

Creciente carga de morbilidad

Las enfermedades no transmisibles (ENT) son, en gran medida, la principal causa de muerte en el mundo, y su impacto es cada vez mayor. En el año 2005, 35 millones de personas murieron debido a las ENT, lo que representa 60% del número total de muertes en ese año. Por otra parte, entre los años 2005 y 2015, se estima un aumento del 17% de muertes debido a las ENT. Esta epidemia, en su mayor parte invisible, es más grave en los países de ingresos bajo y medio, donde ocurren 80% de todas las ENT.

Las principales causas de las ENT son conocidas. La mayoría de las ENT graves son causadas por un grupo de factores de riesgo comunes: la dieta poco saludable, la inactividad física y el consumo de tabaco. La eliminación de estos factores de riesgo, que son modificables, prevendría 80% de la cardiopatía prematura, 80% de los accidentes cerebrovasculares, 80% de la diabetes de tipo 2 y 40% de los casos de cáncer.

Los niños no son inmunes a esta carga de morbilidad. El sobrepeso, así como la obesidad y la diabetes de tipo 2 en niños y adolescentes son problemas cada vez más graves. A nivel mundial, casi 22 millones de niños menores de 5 años tienen exceso de peso. Los niños con sobrepeso y obesos tienden a seguir siendo obesos en la edad adulta y es más probable que sufran alguna ENT como la diabetes y enfermedades cardiovasculares a una edad más temprana.

Están disponibles intervenciones eficaces y se requiere acción urgente (1).

Mandato

En respuesta a la creciente carga de ENT y con el objeto de reducir el impacto de los principales factores de riesgo como la dieta poco saludable y la inactividad física, la Asamblea Mundial de la Salud adoptó la "Estrategia mundial sobre régimen alimentario, actividad física y salud," o DPAS por sus siglas en inglés, en mayo del 2004. En una de sus medidas, la DPAS exhorta a los Estados Miembros a formular y poner en práctica políticas y programas escolares que promuevan regímenes alimentarios saludables y eleven los niveles de actividad física.

El párrafo 43 de la DPAS establece que: "Las políticas y los programas escolares deben apoyar la alimentación sana y la actividad física. Se alienta a las escuelas a que impartan educación física todos los días, para lo cual deben tener las instalaciones y el equipo adecuados. Se alienta a los gobiernos a que adopten políticas que favorezcan una alimentación saludable en las escuelas y limiten la disponibilidad de productos con alto contenido de sal, azúcar y grasas" (2).

Iniciativas actuales de la OMS sobre salud escolar

El cuadro 1 presenta un resumen de las principales iniciativas mundiales de la Organización Mundial de la Salud (OMS) en el campo de la salud escolar. El Marco de Política Escolar de la DPAS se fundamenta en el conocimiento y la experiencia que ya existen. Por otro lado, el marco añade una herramienta de política mundial que se centra en las medidas gubernamentales para mejorar los hábitos alimentarios y aumentar la actividad física en el entorno escolar. Se prevé que las políticas escolares nacionales sean de gran ayuda para las escuelas locales en sus iniciativas para promover la alimentación saludable y la actividad física.

CUADRO 1: Iniciativas mundiales sobre la salud escolar en las que participa la OMS

INICIATIVA	META	PARTES INTERESADAS
<p>Iniciativa Mundial de Salud Escolar (incluyendo diferentes redes de escuelas promotoras de la salud)</p> <p>www.who.int/school_youth_health/gshi</p>	<p>Aumentar el número de escuelas promotoras de la salud (programa de</p>	<p>Escuelas</p>
<p>Focusing Resources on Effective School Health (FRESH) [Focalizar recursos para la salud escolar eficaz – FRESH]</p> <p>www.freshschools.org</p>	<p>Concientizar al sector educativo sobre el valor de adoptar programas eficaces de salud escolar como estrategia principal para lograr la meta de educación para todos (abogacía)</p>	<p>Escuelas, a través de los ministerios de salud</p>
<p>Nutrición – Iniciativa de la escuela amiga (NFSI)</p> <p>www.who.int/nutrition/topics/nut_school_aged</p>	<p>Aumentar el número de escuelas que se preocupan por la nutrición (programa de reconocimientos)</p>	<p>Escuelas</p>
<p>Encuesta mundial de salud a escolares (GSHS)</p> <p>www.who.int/chp/gshs</p>	<p>Apoyar a los Estados Miembros para medir y evaluar los factores de riesgo de comportamiento y los factores protectores en 10 áreas clave en los jóvenes (vigilancia)</p>	<p>Gobiernos</p>

Finalidad y público destinatario

La finalidad del Marco de Política Escolar de la DPAS es guiar a los tomadores de decisiones a niveles nacionales y subnacional en la formulación y ejecución de políticas que promuevan la alimentación saludable y la actividad física en el contexto escolar mediante cambios en el entorno, el comportamiento y la educación. Este marco es una de las herramientas que la OMS está elaborando y difundiendo para ayudar a los Estados Miembros y a las partes interesadas a poner en práctica la DPAS.

El Marco de Política Escolar de la DPAS está dirigido principalmente a los ministerios de educación y de salud, dado que en la mayoría de los Estados Miembros estos organismos son los responsables de las políticas de salud escolar. No obstante, también se alienta a otros ministerios como los de finanzas, agricultura, transporte, medio ambiente, deportes, recreación, cultura y a otros interesados directos a utilizar este marco para mejorar los hábitos alimentarios y de actividad física en el entorno escolar. Según la situación local, los tomadores de decisiones pueden operar a nivel nacional, subnacional, regional o local.

El Marco de Política Escolar de la DPAS está diseñado principalmente para los países de ingresos bajo y medio, pero muchos de sus elementos también son adecuados para países de ingresos altos. El documento está concebido para ayudar a los países que aún no han comenzado a formular una política escolar así como para aquellos que ya cuentan con (partes de) una política escolar.

Mesa redonda de expertos

Para comenzar a elaborar el Marco de Política Escolar de la DPAS, la OMS organizó una reunión de expertos en Vancouver (Canadá), los días 6 y 7 de junio del 2007. Los objetivos principales de esta reunión fueron examinar y formular observaciones acerca de los conocimientos y los datos probatorios actuales relativos a las políticas escolares nacionales y subnacionales sobre el régimen alimentario y la actividad física, y elaborar un esquema del marco. Como seguimiento de esta reunión, los participantes en la mesa redonda de expertos (véase el anexo 1) examinaron versiones preliminares del Marco de Política Escolar de la DPAS.

Cómo usar este documento

En este documento se describen los elementos esenciales de la formulación y la ejecución de una política escolar nacional o subnacional sobre el régimen alimentario, actividad física y salud. En el capítulo 2 se indica la manera de comenzar una política escolar. En el capítulo 3 se consideran las diferentes opciones de política para las instancias normativas. En el capítulo 4 se explica cómo incluir a las partes interesadas. En el capítulo 5 se ofrece orientación sobre el seguimiento y la evaluación. En el anexo 2 se incluyen ejemplos de políticas escolares de cuatro Estados Miembros de la OMS.

Se invita a los países a que adapten el marco genérico de política escolar a sus propias necesidades y circunstancias. Si bien no es necesario seguir estrictamente los pasos descritos en este marco, es importante asegurar que se incluyan los elementos esenciales de la formulación y ejecución de una política escolar.

Al adaptar el marco genérico a la situación local, se alienta a los países a que promuevan la participación directa de los niños y los adolescentes, ya que ellos cuentan con un enorme potencial para formular ideas nuevas, creativas y lo que es más importante, ideas atractivas para mejorar el régimen alimentario y los comportamientos en cuanto a la actividad física en el entorno escolar (véase también la sección sobre los alumnos en el capítulo 4).

Se alienta a cada Estado Miembro a que establezca sus propias prioridades, en colaboración con todas las partes interesadas, a fin de decidir en qué medida se abordarán los componentes presentados en el Marco de Política Escolar de la DPAS. Es mejor comenzar con cambios pequeños que sean realizables, en lugar de esperar hasta que se disponga de recursos para incorporar todos los componentes simultáneamente.

CÓMO INICIAR UNA POLÍTICA ESCOLAR

Para iniciar una política escolar eficaz que promueva la alimentación saludable y la actividad física se requiere un liderazgo estratégico nacional (3). Por consiguiente, se alienta a los gobiernos a que tomen las siguientes medidas:

- establecer un equipo coordinador para orientar la formulación, la ejecución, el seguimiento y la evaluación de la política escolar;
- realizar un análisis de situación;
- formular un plan de trabajo y un sistema de vigilancia;
- fijar metas y objetivos;
- difundir la política.

Establecer un equipo coordinador

Es importante contar con un mecanismo coordinador multisectorial, basado en las estructuras existentes, para promover la alimentación saludable y la actividad física en las escuelas. El equipo coordinador debe estar integrado por representantes de todos los grupos de interesados directos (véase el capítulo 4), proporcionar liderazgo a nivel nacional y definir los mecanismos para el liderazgo interno. Asimismo, debe hacer todo lo posible para facilitar y promover la integración del trabajo conjunto de todas las partes interesadas pertinentes a todos los niveles (nacional, regional y local).

Aunque las funciones más adecuadas de este equipo se determinarán a nivel del país, a continuación se proponen algunas funciones posibles:

- facilitar la formulación y la ejecución de una política escolar nacional, incluida la movilización de recursos;
- asumir la responsabilidad de promover y orientar las políticas escolares, las actividades (incluida la investigación) y las estrategias que aplicarán diversos interesados directos;
- coordinar las acciones de diferentes interesados directos a diversos niveles administrativos (nacional, regional y local);
- dar seguimiento a diferentes programas encaminados a promover una alimentación saludable y la actividad física en las escuelas e informar con regularidad.

El equipo coordinador deberá rendir cuentas de sus actividades y ser transparente en su labor. El equipo podría estar dirigido en forma conjunta o rotativa, por ejemplo, por los ministerios de educación y de salud, pero en todo caso esto lo determinará el país (4).

Realizar un análisis de situación

Es esencial realizar un análisis de situación para formular políticas que promuevan la alimentación saludable y la actividad física en las escuelas (5). Al contar con una base de referencia que presente la realidad en el entorno escolar, el análisis de situación ayudará al equipo coordinador nacional a entender mejor las necesidades, los recursos y las condiciones que deben tenerse en cuenta al planificar intervenciones. La siguiente información cuantitativa y cualitativa puede ayudar a determinar las necesidades y a planificar intervenciones que promuevan una dieta saludable y actividad física en las escuelas.

- Estado de salud actual de los alumnos. Se alienta a los gobiernos a que recojan información sobre los niveles de actividad física, el consumo de frutas y verduras, la asistencia a clases y la prevalencia de alumnos con sobrepeso, obesidad, diabetes, etc., en las escuelas.
- Conocimiento, actitudes, creencias, valores, comportamientos y condiciones de los alumnos en lo que se refiere a una alimentación saludable y la actividad física.
- Análisis de los programas gubernamentales existentes, así como de los programas organizados por otros interesados directos, relacionados con la promoción de una alimentación saludable y la actividad física en las escuelas.
- Revisión de la información sobre alimentación saludable y la actividad física en los planes de estudio.
- Recursos disponibles y capacidad actual en el país para promover una alimentación saludable y actividad física en escuelas. Esto incluye recursos financieros y humanos así como la infraestructura sanitaria.

El estado de salud de los alumnos puede evaluarse en las escuelas, las regiones y los países por medio de encuestas estandarizadas. Dos ejemplos de encuestas de alumnos apoyadas por la OMS son: la Encuesta Mundial de la Salud a Escolares (GSHS) (www.who.int/chp/gshs) y el estudio sobre Comportamientos saludables en niños de edad escolar (HBSC) (www.hbsc.org). Se puede obtener información sobre los programas, las políticas y sobre el nivel de preparación de las partes interesadas por medio de encuestas, reuniones y consultas con diversas partes interesadas, entrevistas y grupos de discusión con varias partes interesadas y partes pertinentes.

Es importante actuar sobre la base de los resultados del análisis de situación. El análisis revelará las áreas que pueden fijarse como objetivo para la formulación de políticas. Por ejemplo, el gobierno puede darse cuenta de que debe hacerse más hincapié en la actividad física, o que debe darse más prioridad a las escuelas primarias que a las secundarias, o que las políticas adoptadas tienen que considerar las diferencias entre los sexos y prestar más atención a las cuestiones de género.

Formular un plan de trabajo y un sistema de vigilancia

Después de establecer un equipo coordinador nacional, determinar su función específica y realizar un análisis de situación, se alienta a los integrantes del equipo a que formulen un plan de trabajo para poner en práctica políticas adecuadas en las escuelas. El plan de trabajo debe incluir:

- metas y objetivos
- opciones de política
- ejecución de las opciones de política con el apoyo de las partes interesadas, los cuales darán seguimiento y evaluarán la política escolar nacional.

El seguimiento y la evaluación son vitales para medir la eficacia de las políticas que se aplican dentro de las escuelas. Es importante considerar el seguimiento y la evaluación al comienzo del proceso de planificación y asignar responsabilidades y el financiamiento adecuado. El proceso de seguimiento y evaluación debe tener lugar a intervalos regulares utilizando los indicadores pertinentes (véase el capítulo 5).

Fijar metas y objetivos

Al utilizar la información recopilada en el análisis de situación, el equipo coordinador, en colaboración con las partes interesadas pertinentes, estará preparado para fijar metas y objetivos. Las metas y los objetivos son necesarios para aclarar los propósitos de las intervenciones y para evaluar en qué medida se han alcanzado los resultados deseados.

Las metas pueden definirse como declaraciones generales que describan las mejoras deseadas en relación con la alimentación saludable y la actividad física en las escuelas. Algunos ejemplos de metas son:

- Proporcionar una experiencia favorable, suficientes capacitaciones y modelos de comportamiento inculcados para sentar las bases de una alimentación saludable y actividad física para toda la vida.
- Ayudar a los alumnos a mantener o mejorar su buena forma física.
- Reducir la incidencia de factores de riesgo de ENT en niños de edad escolar y adolescentes.

A continuación, las metas se subdividen en objetivos específicos de proceso y de productos y en objetivos de resultados para que todos comprendan claramente qué debe hacerse para alcanzar cada meta, además de cuándo y por qué es necesario que esto suceda. Estos objetivos deben ser específicos, cuantificables, alcanzables y pertinentes y con posibilidades de lograrse dentro de un plazo específico.

Los objetivos de proceso y productos describen qué se va a cambiar o ejecutar para alcanzar los objetivos de resultados. Algunos ejemplos de objetivos de proceso son:

- Establecer un mecanismo de coordinación de diversos interesados directos, que incluya la representación de todos los sectores pertinentes, en un año.
- Premiar a 250 escuelas por promover una buena nutrición en un plazo de dos años.
- Aumentar el porcentaje, del 50% al 70%, de escuelas que tienen clases diarias de ejercicios físicos como parte de su plan de estudio, en dos años.
- Lanzar para fin de año una campaña pública de información sobre seguridad para los niños que van caminando o en bicicleta a la escuela.

Se establecen objetivos de resultados para definir qué se va a lograr mediante las intervenciones sobre alimentación saludable y actividad física. Algunos ejemplos de objetivos de resultados son:

- Incrementar del 40% al 70% el número de alumnos conscientes de los beneficios para la salud de los hábitos alimentarios saludables y la actividad física en el transcurso de un año.
- Incrementar del 5% al 15% el número de alumnos que caminan o van en bicicleta a la escuela en un periodo de dos años.
- Cambiar la tendencia de aumento del índice de masa corporal (IMC) en los niños en un periodo de tres años.

Difundir la política

Es necesario difundir ampliamente la política escolar nacional para que llegue al público destinatario y promueva modelos de alimentación saludable y actividad física en las escuelas. La diseminación del documento de política a todas las partes interesadas puede hacerse a través de canales formales e informales. Por ejemplo, puede enviarse un memorando oficial a todas las escuelas para anunciar la política. Asimismo, pueden difundirse los mensajes clave de la política por medio de la prensa, medios electrónicos, eventos regionales y locales, personas influyentes, personas ejemplares, personajes famosos y populares, promotores, etc.

No obstante, antes de poder difundir una política, es necesario seleccionar sus opciones. En el siguiente capítulo se presentan pautas para la selección de opciones de política.

OPCIONES DE POLÍTICA

El paso siguiente en la formulación de una política eficaz para promover una alimentación saludable y la actividad física en las escuelas consiste en seleccionar y aplicar las opciones de política. Los principios generales que se presentan a continuación pueden orientar a los tomadores de decisión en el desarrollo y ejecución de una política nacional:

- La política escolar debe ser coherente con las políticas y los planes de acción existentes, como los de promoción de la salud y prevención de enfermedades y, a la vez, complementarlos.
- Para la formulación y la ejecución de políticas se debe seguir un enfoque interdisciplinario, integrado y holístico.
- En la formulación y ejecución de políticas se debe tomar en cuenta los aspectos culturales, las cuestiones de género, la situación de las minorías étnicas y la estructura jurisdiccional y jurídica del país.
- La política escolar debe ser socialmente incluyente y participativa. Debe estar dirigida a todas las clases sociales, sobre todo a los grupos desfavorecidos y más vulnerables.
- Para formular una política escolar sostenible, debe contarse con una asignación presupuestaria específica para su ejecución.
- Siempre que sea posible, se debe tratar de aprovechar las estructuras y los recursos existentes (personal técnico, sociedad civil, información, iniciativas en curso, políticas, etc.) para poner en práctica una política escolar.
- En todo el proceso de formulación y ejecución de políticas se debe realizar actividades de evaluación y seguimiento. Para facilitar esta labor, se debe asignar desde el principio los recursos técnicos y financieros.

En la siguiente sección se describen varias opciones de política. Se alienta a los tomadores de decisión a que integren en su política las opciones más adecuadas y factibles conforme a sus necesidades, características y recursos. Es mejor comenzar con cambios pequeños que sean realizables, en lugar de esperar hasta que se disponga de recursos para incorporar todos los componentes simultáneamente (5). Las opciones de política que se adopten a nivel nacional deben considerar la flexibilidad local para la fase de ejecución.

Las opciones sugeridas de política se presentan en las siguientes categorías:

- Reconocimientos a las escuelas.
- Plan de estudios.
- Servicio de alimentos.
- Entorno físico.
- Promoción de la salud para el personal escolar.
- Servicios de salud escolar.

Reconocimientos a las escuelas

Se invita a los Estados Miembros a que elaboren un programa que estimule a las escuelas a promover la alimentación saludable, la actividad física y a reconocer los esfuerzos de las escuelas.

Sugerencias para preparar el programa:

- Establecer criterios (que sean uniformes en todo el país) para otorgar a las escuelas un estatus especial en reconocimiento de sus esfuerzos para promover una alimentación saludable y la actividad física.
- Incluir indicadores de resultados específicos y cuantificables de alimentación saludable y actividad física.
- Incluir un procedimiento por medio del cual se pueda evaluar las escuelas según criterios definidos y se les pueda otorgar un estatus especial.
- Reevaluar las escuelas que han logrado un estatus especial para corroborar que estén realizando un esfuerzo continuo para mejorar la salud.
- Establecer una meta y una fecha, tanto para el número de escuelas participantes en el programa nacional de reconocimientos, así como para el número de escuelas con que han alcanzado un estatus especial.

Una política de reconocimiento a las escuelas es bajo en costo y relativamente fácil de poner en práctica. Esta opción de política, constituye una manera de que los Estados Miembros demuestren un compromiso de alto nivel para promover una alimentación saludable y la actividad física en las escuelas. Esto ayudará a movilizar a diversas partes interesadas y a obtener apoyo del gobierno. Ya que a menudo las escuelas activas en este campo son las que participan en estos tipos de programas de reconocimiento, se recomienda a los países que centren sus esfuerzos en las escuelas que todavía no están estimulando la alimentación saludable y la actividad física.

La iniciativa nutrición amiga de la escuela (NFSI, por sus siglas en inglés) (www.who.int/nutrition/topics/nut_school_aged) y la iniciativa escuelas promotoras de la salud (www.who.int/school_youth_health/gshi) son ejemplos de dos programas de la OMS que confieren una categoría especial a las escuelas que cumplen con un número de criterios predeterminados. La información disponible en estos sitios web puede ayudarles a los Estados Miembros a elaborar su propio programa de reconocimientos a las escuelas

Sugerencias para la ejecución de esta opción de política:

- Formular criterios y procedimientos para otorgar a las escuelas un estatus especial.
- Movilizar a las escuelas para que participen en el programa de reconocimiento.
- Proporcionar equipo, facilidades y apoyo técnico o financiero a las escuelas que desean participar en el programa de reconocimiento.

Escuelas promotoras de la salud en Singapur

Reconociendo los beneficios de un enfoque holístico, el Ministerio de Salud de Singapur estableció un modelo de escuelas promotoras de la salud en el marco de un programa denominado “Esfuerzos de promoción que mejoran la salud escolar” (CHERISH, por sus siglas en inglés). El reconocimiento que se otorga tiene como objetivo estimular a las escuelas primarias y secundarias a que formulen programas escolares integrales de promoción de la salud. En los cuatro años que transcurrieron desde su lanzamiento, más de 100 escuelas han instituido diferentes actividades, como instrucción de yoga, cursos de capacitación relacionados con la salud para los docentes, días o recesos en los que se consume fruta, campamentos de salud, excursiones, compra de equipo de ejercicios y encuestas o exámenes médicos (véase el anexo 2).

Plan de estudios

Los gobiernos pueden aprovechar las clases de educación de la salud y de educación física para promover la alimentación saludable y la actividad física.

Educación para la salud con énfasis en el régimen alimentario y la actividad física

La educación sobre la salud en escuelas procura ayudar a los alumnos a que adquieran los conocimientos y las aptitudes que se necesitan para tomar decisiones fundamentadas, poner en práctica comportamientos saludables y crear condiciones conducentes a la salud (5). La educación sobre la salud en escuelas puede impartirse de varias maneras, según las necesidades y los recursos disponibles de un país. Puede enseñarse como materia específica, como parte de otra materia (ciencias, economía doméstica, matemática o agricultura) o, lo que es aún mejor, como una combinación de ambos enfoques (5–7).

Las políticas de educación para la salud que se centran en régimen alimentario y la actividad física debe:

- Proporcionar conocimientos y aptitudes, y ayudar a desarrollar actitudes a cerca de la relación entre un buen régimen alimentario, la actividad física y la salud.
- Plantear el tema de la preparación segura de alimentos y su consumo como aspectos esenciales, positivos y agradables de la vida.
- Ofrecer a los alumnos oportunidades de practicar aptitudes importantes, como tomar decisiones sobre los alimentos y la actividad física.
- Permitir a los alumnos que identifiquen los obstáculos para mantenerse físicamente activos y escoger opciones alimentarias saludables, así como las soluciones para superar los obstáculos identificados.
- Proporcionar materiales con información, especialmente en relación con los alimentos y bebidas no alcohólicas, a los estudiantes.
- Invitar a los docentes que hayan recibido la mejor capacitación posible y que posean los conocimientos y las aptitudes necesarias para transmitir mensajes de salud a los alumnos.

Sugerencias para la ejecución de esta opción de política:

- **Elaborar, ejecutar o fortalecer un plan de estudios que incluya información pertinente sobre regímenes alimentarios saludables y actividad física.**
- **Establecer asociaciones con docentes, padres, editoriales, etc. para fomentar la elaboración de criterios y materiales que configuren un plan de estudios adecuado en cuanto al régimen alimentario y la actividad física.**
- **Considerar, según corresponda, un enfoque normativo para declarar obligatorio la educación sobre la salud durante el año escolar.**

Plan de estudios sobre salud y bienestar físico en las Islas Cook

El plan de estudios sobre salud y bienestar físico de las Islas Cook fue elaborado en los años 2003 y 2004. La elaboración del plan y el proceso de consulta se centraron en dos preguntas que se plantearon a alumnos y adultos en diferentes islas:

1. ¿Qué significa para ti estar sano?
2. ¿Qué te impide estar sano en las Islas Cook?

Sobre la base de los resultados del proceso de consulta, se decidió escoger cinco “áreas clave de aprendizaje” como fundamentos del plan de estudios: salud mental, sexualidad, alimentación y nutrición, cuidado del cuerpo y seguridad física, y actividad física.

La ejecución del plan de estudio ha adoptado la forma de:

- desarrollo profesional —contenido y conocimiento pedagógico
- recursos para apoyar el plan de estudios
- apoyo a la planificación, implementación y evaluación de los programas.

Todas las escuelas han elaborado procedimientos para ejecutar los dos áreas esenciales de aprendizaje del plan de estudios: un plan de educación de salud bianual y un plan de educación física anual. El proyecto piloto se inició en 2004 como un esfuerzo colaborativo del Ministerio de Educación de las Islas Cook y la Escuela de Papaarua, en la isla de Rarotonga.

Se han documentado mejoras mediante datos anecdóticos y evaluación formal en el 2007 sobre cambios en el estado de salud de los alumnos (talla, peso, presión arterial y circunferencia de la cintura), niveles de actividad, ingesta dietética, preferencias alimentarias y actitudes sobre selecciones saludables.

Educación física y actividades deportivas

El aumento del número de clases de educación física o actividades deportivas constituye una de las políticas más directas para aumentar la actividad física de los alumnos. Se alienta a los tomadores de decisiones a que se cercioren de que:

- Las clases de educación física contribuyan a la actividad física general diaria de los alumnos en los años escolares.
- La mayor parte del tiempo de las clases de educación física se destinen realmente a actividades físicas: ejercicios aeróbicos, de resistencia, de fuerza, de flexibilidad y de coordinación.
- Se ofrezcan variedades y opciones en las clases de educación física, de manera que se puedan tener en cuenta la edad, el sexo y las capacidades diferentes de los alumnos.
- La actividad física sea agradable, favorezca el desarrollo, promueva el juego limpio y estimule la máxima participación de todos los alumnos.
- Los alumnos aprendan acerca de la relación entre la actividad física y la salud y desarrollen la confianza y las aptitudes necesarias para realizar actividades físicas toda la vida.
- Los profesores de educación física estén bien preparados y capacitados y que se establezcan y apliquen las precauciones adecuadas de seguridad para evitar lesiones y enfermedades como resultado de la actividad física.
- No se utilice como castigo la suspensión o participación en las actividades físicas.

Sugerencias para la ejecución de esta opción de política:

- Promover y apoyar, cuando sea apropiado, el uso de lugares (playas, cerros, etc.) e instalaciones (parques o clubes públicos) para las clases de educación física o para practicar deportes.
- Proporcionar financiamiento suficiente para la educación física o la práctica de deportes, con instalaciones adecuadas y buena capacitación de los docentes.
- Establecer un plan de estudios a nivel nacional para la educación física y considerar, donde corresponda, un enfoque normativo para declarar obligatorio la educación física o la práctica de deportes en las escuelas.

Consumo de alimentos

Para apoyar y facilitar la adopción de hábitos de alimentación saludable, se recomienda que los alimentos y bebidas sin alcohol que se consuman en la escuela (comedores escolares, máquinas expendedoras, puestos de comida, o incluso los que traen los alumnos) tengan un alto contenido de vitaminas, minerales y otros micronutrientes saludables, y bajo contenido de grasas, azúcar y sal.

Podrían considerarse las siguientes opciones de política para asegurar el consumo de alimentos saludables:

- normas nutricionales para los comedores escolares
- programas de alimentación en las escuelas
- áreas donde servirse los de alimentos
- máquinas expendedoras y puestos de golosinas
- comercialización de alimentos y bebidas sin alcohol
- disponibilidad de alimentos cerca de las escuelas.

Normas nutricionales para los comedores escolares

Los alimentos que se sirven en las escuelas deben observar por lo menos las normas nutricionales mínimas, basadas en las directrices alimentarias nacionales o regionales. A continuación se presentan algunas pautas generales de alimentación saludable que podrían considerarse, después de ajustarlas en función de la cultura local, para elaborar normas nutricionales nacionales para las escuelas (adaptado de 8):

- Un régimen alimentario nutritivo debe satisfacer las necesidades nutricionales y calóricas de los alumnos y basarse en una variedad de alimentos de origen principalmente vegetal.
- Se deben consumir diferentes frutas y verduras (preferentemente frescas), cereales integrales, pan, pastas, arroz o papas, de producción local, varias veces al día.
- La ingesta de grasas debe limitarse a no más del 30% del consumo calórico diario y la mayoría de las grasas saturadas deben reemplazarse por grasas no saturadas. Deben evitarse los ácidos grasos trans.
- Debe limitarse el consumo de azúcar y sal. Toda la sal que se utilice debe ser yodada.
- Se debe consumirse bebidas azucaradas y golosinas con poca frecuencia; el azúcar refinada se debe usar con moderación.
- Debe servirse preferentemente pescado y carne con bajo contenido de grasa.
- Los alimentos deben estar preparados de forma higiénica y saludable y sin que presenten riesgos para la salud. Cuando los alimentos se hierven, se cuecen al vapor, al horno o en el microondas, se reduce la cantidad de grasa agregada.

En diversos países donde se proporcionan comidas en la escuela, se utiliza como valor de referencia el 30% de la ingesta de nutrientes recomendada para la edad para planificar el contenido de los alimentos que se sirven. Esta proporción también puede emplearse para calcular el tamaño adecuado de las raciones.

Sugerencias para la ejecución de esta opción de política:

- Considerar la elaboración e implementación de normas nutricionales para los alimentos que se sirven en las escuelas, que concuerden con las directrices alimentarias nacionales o regionales, según corresponda.
- Difundir las normas nutricionales para los alimentos que se sirven en las escuelas en diferentes formatos, para el personal escolar, los padres y los alumnos.
- Considerar una amplia gama de opciones para aplicar estas normas y, si fuera pertinente, adoptar un marco normativo.

Programas alimentarios escolares

Los programas alimentarios escolares tienen como objetivo aumentar la disponibilidad de alimentos saludables en las escuelas. En general, proporcionan desayuno, almuerzo o refrigerios a precios reducidos o de forma gratuita. Estos programas pueden ofrecerse a todos los niños o su elegibilidad es determinada por criterios económicos o de salud. Por lo tanto, dentro de la misma escuela, los alumnos que participan en el programa pueden recibir una comida gratuita, a un precio subsidiado, o pagando el costo total. Es importante asegurar que las comidas proporcionadas sean nutricionalmente adecuadas y observen las normas nutricionales para los alimentos escolares.

Si bien muchas escuelas ofrecen una comida, generalmente el almuerzo, se debe destacar la importancia de suministrar el desayuno. El desayuno puede ser proporcionado a los niños y niñas que puede y quieren llegar a la escuela antes de que comiencen las clases (8). En varios países en los que se sirve el desayuno en la escuela, se utiliza el 20% de la ingesta de nutrientes recomendada para la edad como valor de referencia para planificar el contenido de las comidas que se sirven.

Sugerencias para la ejecución de esta opción de política:

- Promover y apoyar a las escuelas para que dispongan de huertos. Consultar con organismos internacionales pertinentes, como la Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación (FAO), a fin de movilizar apoyo adicional para proyectos de huertos escolares.
- Elaborar, aplicar o fortalecer los programas de alimentación escolar o de distribución de alimentos.
- Proporcionar, conjuntamente con las partes interesadas pertinentes, fondos específicos para programas de desayuno, almuerzo o refrigerios. Cuando se establecen alianzas público-privadas para servir alimentos en la escuela, es importante cerciorarse de que las comidas cumplan con las normas nutricionales para las escuelas o con las directrices alimentarias nacionales.

Programa de alimentación escolar con productos locales

En diez países africanos, el Programa Mundial de Alimentos, junto con diez gobiernos nacionales, el Fondo Internacional de Ayuda a la Infancia de las Naciones Unidas (UNICEF), la FAO y el Grupo de Tareas del Proyecto del Milenio sobre el Hambre, de las Naciones Unidas, lanzaron el Programa de alimentación escolar con productos locales (HGSF, por sus siglas en inglés). Este programa vincula la alimentación escolar con el desarrollo agrícola mediante la adquisición de alimentos producidos localmente o dentro del país, huertos escolares y la incorporación de la agricultura en los planes de estudio. Sus objetivos son reducir el hambre de los alumnos, aumentar el nivel de matriculación escolar y la asistencia, mejorar el estado nutricional y de salud de los escolares y estimular la producción local de alimentos. Puede obtenerse más información en: www.wfp.org.

Área de servicio de alimentos

El área donde se sirven alimentos en la escuela tiene que ser acogedora y agradable (8), para lo cual es necesario que:

- haya múltiples puntos de servicio en los comedores para evitar colas largas y darles tiempo a los alumnos para que elijan lo que van a comer; limpieza;
- se disponga de tiempo suficiente para consumir los alimentos;
- se disponga de tiempo para que los alumnos socialicen y jueguen en el receso, de preferencia antes del almuerzo;
- no se hagan diferencias muy obvias en los alimentos, en especial los que se ofrecen sin costo o a precios reducidos.

Sugerencias para la ejecución de esta opción de política:

- Establecer o fortalecer servicios de alimentos en la escuela.
- Movilizar a las partes interesadas, como las empresas de servicios de alimentos, los trabajadores del comedor, docentes y alumnos para lograr un ambiente acogedor.
- Promover la presencia de un especialista en nutrición en las escuelas para supervisar la inocuidad de alimentos y las bebidas que se sirven y verificar el cumplimiento de las normas de nutrición en todos los alimentos.

Máquinas expendedoras y puestos de golosinas

Se han criticado mucho las máquinas expendedoras y los puestos de golosinas porque ofrecen fácil acceso a alimentos y bebidas con alto contenido calórico pero deficientes en micronutrientes. En muchas escuelas, las máquinas y los puestos son importantes fuentes de ingresos. Los alimentos y las bebidas que se adquieren por estos medios deben ser congruentes con las normas nutricionales para los demás alimentos y bebidas que se sirven en las escuelas o con las directrices alimentarias nacionales para los niños en edad escolar. Para que las escuelas puedan

mantener esa fuente de ingresos, los tomadores de decisiones podrían ordenar que se reemplacen los productos con alto contenido calórico pero deficientes en micronutrientes por leche, yogur sin azúcar agregada, agua, jugos de fruta sin azúcar agregada, sándwiches, frutas, nueces o verduras. Todos estos productos pueden ser buenas opciones para vender en las escuelas.

Sugerencias para la ejecución de esta opción de política:

- Alentar a las escuelas a encontrar otras fuentes alternativas de ingresos, pertinentes a la cultura, como venta de artículos escolares o revistas.
- Donde sea pertinente, considerar la aplicación de medidas financieras, como fijar precios más asequibles para los alimentos y bebidas saludables o compensar monetariamente a las escuelas que mejoren el contenido de las máquinas expendedoras.
- Considerar, si es apropiado, la creación de un mecanismo para limitar la disponibilidad de alimentos con alto contenido calórico pero deficientes en micronutrientes que pueden adquirirse en las máquinas expendedoras y puestos de golosinas, o prohibir que estos se instalen en las escuelas.

Francia prohíbe las máquinas expendedoras en las escuelas

Desde septiembre del 2005, Francia prohibió la instalación de máquinas expendedoras en las escuelas con el objetivo de corregir el problema de la obesidad infantil. El gobierno promulgó una ley que prohíbe la venta de cualquier tipo de alimento o bebida en máquinas expendedoras.

Esta prohibición es parte de un conjunto de reglamentos de salud pública, que incluye planes de multar a productores que anuncien alimentos "chatarra" sin colocar una advertencia de salud en el anuncio. Se puede obtener más información en: <http://www.sante.gouv.fr/adm/dagpb/bo/2004/04-33/a0332364.htm>

Comercialización de alimentos y bebidas sin alcohol

Existen pruebas convincentes de que la publicidad y la comercialización de alimentos y bebidas con alto contenido de grasa y calorías, pero deficientes en micronutrientes, pueden repercutir en las preferencias alimentarias, el comportamiento de compra y el consumo del niño. La comercialización también puede influir en el abastecimiento de alimentos en las escuelas como resultado de los métodos que emplean los patrocinadores. Por consiguiente, los gobiernos deberían poner en práctica un mecanismo normativo para evitar el patrocinio, la publicidad y la comercialización de alimentos y bebidas que no sean compatibles con las prácticas alimentarias saludables (9).

La publicidad y comercialización se puede encontrar en:

- carteles en las instalaciones escolares,
- anuncios en libros de texto,
- anuncios en anuarios y periódicos escolares,
- materiales escolares, como cubiertas de libros o estuches para lápices,
- uniformes e implementos patrocinados para equipos deportivos, estadios, etc. escolares,
- patrocinio de eventos y concursos escolares, intercambio de alumnos o competencias interescolares.

Sugerencias para la ejecución de esta opción de política:

- Si se requiere el patrocinio de eventos escolares, estimular a las escuelas a que encuentren patrocinadores adecuados en una amplia gama de empresas comerciales.
- Incluir información sobre medios de comunicación y publicidad como parte del plan de estudios.
- Considerar, si fuera pertinente y adecuado, la creación de un mecanismo para reducir el impacto o evitar la comercialización o la publicidad de alimentos y bebidas de alto contenido energético pero deficientes en micronutrientes en el ámbito escolar.

Disponibilidad de alimentos cerca de las escuelas

Los esfuerzos para crear un ambiente conducente a la salud también deben tener en cuenta a los vendedores de alimentos en las instalaciones escolares o cerca de ellas. En muchos países existe una alta concentración de restaurantes de comida rápida y una presencia relativamente escasa de tiendas que vendan frutas y verduras cerca de las escuelas.

Sugerencias para la ejecución de esta opción de política:

- En el proceso de preparación de la política escolar, consultar con los representantes de productores de alimentos y bebidas para identificar oportunidades de acción y obtener su compromiso.
- Difundir las normas nutricionales para alimentos escolares a todos los productores, proveedores y distribuidores de alimentos y bebidas que operan en los alrededores de las escuelas.
- Considerar, si fuera apropiado, la creación de un mecanismo para determinar qué alimentos y bebidas pueden venderse en la cercanía de las escuelas.

Entorno físico

El entorno físico de la escuela juega un papel importante para determinar si las intervenciones para promover una alimentación saludable y actividad física serán eficaces y sostenibles (5).

Los elementos que los gobiernos podrían considerar son:

- edificios e instalaciones
- actividades extraescolares
- seguridad para ir caminando o en bicicleta a la escuela.

Edificios e instalaciones

Las instalaciones de las escuelas son un factor clave para que la implementación de políticas de actividad físicas sea exitosa. Estas instalaciones incluyen el edificio de la escuela, las aulas, las instalaciones recreativas y deportivas, y los alrededores de la escuela. Al mejorar las instalaciones escolares, los tomadores de decisiones estimularán a los alumnos a que aprovechen activamente los períodos de receso.

Sugerencias para la ejecución de esta opción de política:

- Aumentar la concientización entre el personal de la escuela sobre el factor clave que el entorno físico de la escuela juega en aumentar la actividad física de los estudiantes.
- Promover y proporcionar espacios e instalaciones seguras y adecuadas en las escuelas para estimular la actividad física de los alumnos.
- Proporcionar orientación y apoyar a las escuelas para que se pongan de acuerdo con las comunidades a fin de crear y utilizar eficazmente instalaciones comunitarias existentes de recreación y deportes.

Patios de recreo de bajo costo en el Reino Unido

Las instalaciones para realizar actividades físicas no tienen que ser complicadas ni costosas. Se ha demostrado que los juegos infantiles de vivos colores en las escuelas fomentan el juego activo en los niños. En un estudio de dos escuelas primarias en una zona bajo ingresos del Reino Unido se observó que los juegos infantiles multicolores son un mecanismo eficaz y de bajo costo para promover juegos activos entre los niños y aumentar la actividad física diaria. Otros estudios señalan beneficios adicionales, como una menor incidencia de peleas, intimidación a otros niños y perturbaciones en el aula (10).

Actividades extraescolares

Las clases de educación física que se imparten en la escuela, a menudo, no cumplen con los niveles recomendados de actividad física de los niños y los adolescentes (10). Las actividades extraescolares pueden complementar las clases de educación física formales. Las actividades extraescolares incluyen cualquier forma de actividad que proporcione la escuela, pero no en clases formales, por ejemplo:

- programas integrales después de las clases que brindan oportunidades de realizar alguna actividad física competitiva o no competitiva;
- ejercicios, bailes tradicionales, etc. en las mañanas, a la hora del almuerzo o después del almuerzo, los recesos, etc.;
- competencias deportivas.

Los beneficios adicionales de las actividades extraescolares incluyen la participación de los alumnos en una variedad más amplia de actividades y mayores oportunidades de cooperación entre las escuelas, los alumnos, los padres y la comunidad.

Cuando se elabora una política para promover actividades físicas extraescolares deben considerarse los siguientes aspectos:

- Las actividades extraescolares no deben ser un sustituto de las clases de educación física.
- Se debe ofrecer una gama de actividades, competitivas y no competitivas, individuales y en equipo, para atender al máximo número de necesidades, intereses y capacidades de los alumnos.
- Los alumnos y la comunidad deben tener acceso a instalaciones adecuadas para realizar una actividad física.

Sugerencias para la ejecución de esta opción de política:

- Véase el recuadro de sugerencias para la ejecución de la sección “Entorno físico”, porque se pueden adoptar enfoques similares para ofrecer oportunidades extraescolares.

Algunas otras recomendaciones específicas:

- Alentar a las escuelas a que organicen competencias deportivas interescolares.
- Movilizar a los padres y a la comunidad para organizar actividades extraescolares.

Seguridad para ir caminando o en bicicleta a la escuela

La posibilidad de ir caminando o en bicicleta a la escuela brinda una gran oportunidad a los niños y adolescentes para mantenerse físicamente activos en forma sistemática (10).

Las políticas que promueven la seguridad para ir caminando o en bicicleta incluyen:

- asignación de guardias en los cruces de calles para que los alumnos puedan llegar con seguridad a la escuela y participar en actividades deportivas y recreativas;
- instalación de bastidores seguros para dejar estacionadas las bicicletas;
- delimitación de zonas sin tránsito vehicular en las horas de mayor circulación de vehículos;
- sendas seguras para caminar y para bicicletas; comunicación entre las sendas y las áreas de juego del barrio;
- alumbrado adecuado durante las horas de oscuridad.

Sugerencias para la ejecución de esta opción de política:

- **Establecer asociaciones con los ministerios de transporte, consejos locales, municipios, comunidades, asociaciones de padres y docentes, y entidades de planificación del tránsito para crear sendas más seguras y fomentar la caminata y el ciclismo como formas de transporte.**
- **Cuando sea apropiado, comprometerse públicamente a establecer rutas seguras para que los alumnos puedan ir caminando o en bicicleta a la escuela, y apoyar a las escuelas interesadas en contribuir.**
- **Organizar campañas de concientización pública para alertar a la población que los alumnos van caminando o en bicicleta a la escuela.**

Promoción de la salud para el personal escolar

La promoción de la salud para el personal escolar es importante porque los docentes y el personal administrativo deben ser conscientes y responsables de los mensajes que transmiten como modelo a seguir para los alumnos y otras personas. Además, se ha demostrado que la promoción de la salud del personal escolar, mediante la promoción de la actividad física y un régimen alimentario saludable, puede mejorar su productividad y estado de ánimo, y reducir gastos médicos o de seguro.

La promoción de la salud para el personal escolar puede incluir:

- capacitación sobre modos de vida sanos
- distribución de material impreso de organizaciones nacionales o locales
- una sala para el personal con un ambiente sano para comer y descansar
- servicio de alimentos saludables en el comedor escolar
- proporcionar alimentos saludables durante los recesos en las reuniones del personal
- talleres impartidos por especialistas en nutrición y maestros de educación física.

Sugerencias para la ejecución de esta opción de política:

- **Mobilizar a partes interesadas, como organizaciones no gubernamentales (ONG), asociaciones deportivas locales y personal de atención de salud para coordinar actividades sobre alimentación saludable y actividad física para docentes.**
- **Alentar a las administraciones escolares a que faciliten la realización de actividades relacionadas con la promoción de la salud para el personal escolar.**
- **Proporcionar fondos para capacitación e incentivos a fin de que los docentes asistan a cursos de capacitación complementarios.**

Servicios de salud escolar

Los servicios de salud escolar ayudan a fomentar la salud y el bienestar de los alumnos y del personal de la escuela; además, cumplen una función de vigilancia, prevención y reducción de problemas o trastornos importantes de salud. En ciertos casos también pueden referir a quienes lo necesiten a los servicios adecuados para recibir tratamiento (10). Los servicios de salud escolar pueden constar de un maestro designado como responsable de la adopción de un régimen alimentario saludable y de la vigilancia de las actividades físicas, una enfermera capacitada o un equipo de salud integrado por un nutricionista o un especialista en regímenes alimentarios o en nutrición.

Aunque no todos los gobiernos pueden proporcionar servicios de salud en las escuelas, cuando existan recursos suficientes podrían considerarse los siguientes servicios (5, 10):

- **Medición regular del peso corporal y la talla de los alumnos y notificación a los padres.** Las escuelas que inician programas de medición del índice de masa corporal (IMC) deben observar medidas preventivas para reducir el riesgo de daño a los alumnos, establecer un entorno seguro y propicio para alumnos de todos los tamaños y aplicar estrategias para promover la actividad física y una alimentación saludable.

- Tamizaje nutricional y recopilación de información pertinente para poder participar en la actividad física.
- Referir a otros servicios escolares y de salud comunitarios sobre la base de los resultados del tamizaje nutricional.
- Recomendaciones acerca de la actividad física para todos los alumnos, incluyendo a alumnos con discapacidades, y sus padres.
- Orientación a los alumnos y sus padres para promover una alimentación saludable y niveles adecuados de actividad física.
- Además de prestar estos servicios de salud regulares, los profesionales de la salud también pueden participar en actividades de investigación, monitoreo y evaluación, educación y promoción.

Sugerencias para la ejecución de esta opción de política:

- Apoyar asociaciones entre las escuelas y los servicios de salud locales para prestar servicios de salud escolar a precios reducidos o sin costo.
- Considerar, según corresponda, la recopilación de información sobre el peso corporal, la talla y los hábitos alimentarios y de actividad física de todos los alumnos a intervalos regulares. Promover y apoyar la confidencialidad y el uso adecuado de los datos recopilados en las escuelas.
- Asignar al equipo de salud escolar la responsabilidad de supervisar la inocuidad de los alimentos y bebidas que se sirven en las escuelas en cumplimiento de las normas nacionales nutricionales.

Examen físico de todos los alumnos en Irán

En la República Islámica del Irán, todos los alumnos deben someterse a un examen físico antes de ingresar a al ciclo de escuela primaria, medio y secundario. En todos los casos se notifican a los padres los resultados del tamizaje y las anomalías que puedan presentar sus hijos (incluyendo niveles bajos o altos de IMC) y, de ser necesario, se refiere al alumno a un médico. Desde el año 2004 se ha alcanzado una cobertura del 100% del tamizaje de los niños al ingresar a la escuela primaria (incluyendo un examen de todos los órganos, optometría, audiometría, medición de la presión arterial, evaluación del cociente intelectual y de la salud mental). Estos exámenes son realizados por el Ministerio de Salud y Educación Médica y el Ministerio de Educación y Capacitación. Todos los servicios son gratuitos. Además, todos los años se realiza un examen médico completo en la mayoría de las escuelas. Los niños que presenten cualquier problema de salud son referidos a especialistas, y los padres deben remitir la respuesta del especialista a la oficina de servicios escolares.

Se almacenan datos de todas las provincias en una base de datos nacional. Los tomadores de decisiones los utilizan para la formulación y ejecución de políticas futuras. Algunos datos anecdóticos indican que, en términos generales, los padres cooperan y están complacidos de contar con programas de tamizaje organizados y gratuitos en las escuelas y de que se les notifiquen los resultados.

Se puede obtener más información en: www.emro.who.int/iran/programmeareas-school-health.htm

PARTICIPACIÓN DE PARTES INTERESADAS

La DPAS recalca la importancia de la participación activa de las partes interesadas para alcanzar sus objetivos. El párrafo 34, que se refiere a las responsabilidades de los actores, señala: "Los cambios en los hábitos alimentarios y las modalidades de actividad física requerirán los esfuerzos combinados de muchas partes interesadas, públicas y privadas, durante varias décadas. Se necesita la combinación de acciones válidas y eficaces a nivel mundial, regional, nacional y local, así como una vigilancia y una evaluación atentas de sus repercusiones". Además, en el párrafo 44 sobre las responsabilidades de los Estados Miembros, se indica explícitamente que: "Se alienta a los gobiernos a que realicen consultas sobre políticas con las partes interesadas. Una amplia participación del público en el examen y la formulación de las políticas puede facilitar la aceptación y aplicación eficaz de éstas." (2)

Las partes interesadas son las que tienen información importante acerca de un tema o ámbito de política, que se verán afectadas por una decisión, o que pueden influir en una decisión. Para formular y ejecutar una política escolar nacional o subnacional en el marco de la DPAS, en la cual sea fundamental la colaboración intersectorial y de diversas partes interesadas, los posibles interesados directos pueden incluir:

- gobiernos (nacionales, regionales y locales)
- docentes y otro personal escolar
- alumnos
- padres y familias
- comunidad en general (incluyendo organismos internacionales, ONG y el sector privado).

En este capítulo se hace referencia a los posibles interesados directos y a las funciones que pueden desempeñar. Se resumen factores con posibilidad de facilitar las actividades y los obstáculos que pueden encontrarse en el contexto de la acción intersectorial en una política escolar en el marco de la DPAS. Por último, se ofrece asesoramiento práctico a ministerios de educación y de salud sobre la manera de incluir a otras partes interesadas.

Colaboración con ministerios de educación y de salud

La responsabilidad de la salud escolar a menudo la comparte el ministerio de educación y el ministerio de salud. Independientemente de cuál sea el ministerio que encabece el inicio de una política escolar en el marco de la DPAS, es esencial que existan vínculos sólidos entre estos ministerios y un compromiso sostenido con las iniciativas para mejorar el régimen alimentario y la actividad física en las escuelas, tanto para el éxito de la iniciativa como para la adopción generalizada de una política escolar.

Entre los factores que facilitan la colaboración entre los ministerios de educación y de salud, se incluyen:

- reconocimiento del potencial de obtener resultados que beneficien a ambos sectores
- estrategias de ejecución viables para ambos sectores
- métodos similares para el seguimiento y la evaluación.

Por el contrario, la colaboración entre estos ministerios puede verse obstaculizada por:

- financiamiento vertical
- puntos de vista divergentes entre diferentes grupos profesionales
- prioridades y procesos decisorios en pugna
- procesos complejos de participación.

Es importante que el gobierno analice tanto los factores facilitantes como los obstáculos posibles para establecer un proceso eficaz de colaboración.

Otros ministerios y niveles de gobierno

Según las opciones de política elegidas, pueden necesitarse otros niveles de gobierno y diversos ministerios para ejecutar eficazmente una política escolar en el marco de la DPAS.

- Finanzas: financiamiento de la política escolar
- Agricultura: servicios y programas alimentarios escolares y plan de estudios adecuados (inclusive huertos escolares)
- Transporte: seguridad para ir caminando o en bicicleta a la escuela
- urbanización y planificación: entorno físico de las escuelas
- Recreación y deportes: instalaciones deportivas y programas de recreación comunitarios.

La política elaborada y adoptada a nivel nacional se pondrá en práctica a nivel local, por lo que se solicita a los gobiernos a crear, desde las primeras etapas de planificación, mecanismos para atraer y facilitar la participación regional y local. Los factores facilitantes y los obstáculos para incluir estos otros ministerios y niveles de gobierno serán similares a los de la colaboración entre los ministerios de educación y de salud.

Agricultura en el aula en Columbia Británica, Canadá

Un ejemplo de un programa en el cual el Ministerio de Educación y el Ministerio de Agricultura suman esfuerzos, es 'Agricultura en el Aula' (AITC, por sus siglas en inglés) en la provincia de Columbia Británica, Canadá (fase piloto). La finalidad de este programa es:

- proporcionar recursos educativos sobre la agricultura
- permitirles a los alumnos tomar decisiones fundamentadas acerca de las elecciones de alimentos, la inocuidad de los alimentos y los productos alimenticios locales
- promover carreras en el ámbito de la agricultura.

El programa AITC está representado por productores, agroempresas, docentes, el Ministerio de Agricultura, el Ministerio de Educación, universidades y un amplio sector de la industria alimentaria de la provincia. Cabe citar, a manera de ejemplo, un proyecto desarrollado por el programa AITC de refrigerios de frutas y verduras que se entregan dos veces por semana a las escuelas de Columbia Británica. Para más información, véase www.aitc.ca/bc

Docentes y otro personal escolar

Son esenciales las consultas con los docentes y el resto del personal escolar acerca de la planificación y ejecución de una política escolar en el marco de la DPAS porque desempeñan una función central en la mejora de los regímenes alimentarios y de la actividad física en las escuelas. El apoyo de la dirección o de la coordinación de docentes es clave.

Los docentes y el personal administrativo tienen un interés directo en una política escolar en el marco de la DPAS porque un régimen alimentario sano y la actividad física refuerzan el potencial de aprendizaje y el bienestar de los niños. No obstante, puede ser difícil lograr su participación activa en la formulación y ejecución de la política escolar, debido a los siguientes obstáculos:

- falta de tiempo para incorporar más responsabilidades en la carga de trabajo del personal;
- una concepción errónea de que el tiempo y la atención dedicados a los regímenes alimentarios saludables y la actividad física tendrán efectos negativos sobre los estándares y calificación académicos;
- falta de capacitación;
- insuficiencia de recursos financieros.

Para superar estos obstáculos y aprovechar los conocimientos, la experiencia y la participación de los docentes y el personal escolar, se alienta a los países a:

- Incluir a los docentes y al resto del personal escolar desde las primeras etapas de la formulación de la política.
- Dar acceso a planes de estudios fáciles de llevar a la práctica, que estén incluidos o alineados con los mandatos académicos y que sean atractivos para los alumnos.
- Impartir capacitación amplia y eficaz para los “docentes que están recibiendo capacitación”, así como a los docentes y el personal administrativo actuales.
- Nombrar promotores para motivar al personal.
- Obtener el apoyo de la dirección.
- Incluir a los sindicatos de maestros en la elaboración de una política escolar en el marco de la DPAS y convencer a los colegas docentes a que pongan en práctica la política.
- Efectuar un examen médico al personal (por ejemplo, medición del IMC, presión arterial, glucosa, colesterol, etc.) y brindar asesoramiento gratuito sobre regímenes alimentarios saludables y actividad física.

Alumnos

Es importante incluir a los alumnos en la planificación y el diseño de la política escolar en el marco de la DPAS para asegurar que sea viable y aceptable. Los jóvenes tienen un gran potencial para desarrollar ideas nuevas, creativas y, lo que es más importante, atractivas, para mejorar el régimen alimentario y fomentar la actividad física en las escuelas.

Las ventajas de incluir a los jóvenes son, entre otras:

- ideas nuevas, no encasilladas por la manera en que siempre se han hecho las cosas;
- información pertinente acerca de las necesidades e intereses de los jóvenes;
- respuestas sinceras acerca de los servicios existentes;
- una comunicación más eficaz que provea información importante entre sus pares;
- recursos humanos adicionales cuando jóvenes y adultos comparten responsabilidades;
- mayor aceptación de la política porque los jóvenes participaron en su elaboración;
- mejores competencias y mayor autoestima de los jóvenes que participan directamente.

Anteriormente, los alumnos y los jóvenes en general tenían pocas oportunidades sistemáticas de participar en la formulación de políticas. Sin embargo, su participación puede proporcionar una situación beneficiosa

para todos: los participantes y los gobiernos. Las asociaciones de jóvenes y estudiantes pueden ser de gran ayuda para los tomadores de decisiones cuando se incluye a los jóvenes. Cuando se ofrecen oportunidades de liderazgo a los alumnos, y se identifican y enuncian los resultados esperados de la participación de los jóvenes, será más firme el compromiso.

Padres y familias

Los padres y otras personas que se ocupan de los niños desempeñan un papel importante porque cuidan, educan, imponen disciplina, ofrecen modelos a imitar y supervisan. Controlan la mayoría de las decisiones sobre los alimentos en casa y su apoyo influye positivamente en la actividad física de niños y adolescentes. Al incluir a los padres en la formulación y la ejecución de una política escolar en el marco de la DPAS, es menos probable que los niños encuentren incongruencias entre las sugerencias y prácticas del hogar y de la escuela.

No obstante, pueden presentarse obstáculos para incluir a los padres, como por ejemplo:

- falta de concientización sobre la importancia de los hábitos alimentarios y la actividad física;
- resistencia a que los docentes o los gobiernos intervengan en el régimen alimentario y las prácticas de actividad física en el hogar, que se percibe como un asunto privado;
- una concepción errónea de que el tiempo y la atención dedicados a los regímenes alimentarios saludables y a la actividad física pueden desviar la atención de temas más importantes o pueden afectar los estándares y calificaciones académicos;
- falta de tiempo y recursos financieros.

La índole de la participación de los padres en la formulación y ejecución de una política escolar en el marco de la DPAS puede adoptar varias formas:

- Incluir a los padres al señalar las necesidades y las preocupaciones por el entorno escolar y permitirles hacer aportes en las opciones de política.
- Organizar grupos de discusión con los padres para tratar las opciones de política que se van a elaborar sobre régimen alimentario saludable y promoción de actividades físicas en las escuelas.
- Proporcionar a los padres información sobre los aspectos prácticos de ejecución de la política.
- Distribuir a los alumnos materiales y muestras de alimentos para llevar a casa.
- Organizar talleres relacionados con la DPAS para los padres.
- Hacer participar a los padres en las peticiones a los docentes, las escuelas o los encargados de adoptar las decisiones para mejorar los regímenes alimentarios y la actividad física en las escuelas.

- Alentar a las escuelas a que hagan de los modelos de régimen alimentario y actividad física una parte imprescindible de las reuniones periódicas entre padres y docentes.

Las asociaciones de padres de familia son excelentes canales para promover la participación de los padres en el proceso de redacción y ejecución de una política escolar en el marco de la DPAS.

Comunidad en general

El apoyo y los recursos comunitarios son vitales para fomentar regímenes alimentarios saludables y actividad física en las escuelas. Varios miembros de una comunidad pueden ayudar a concientizar, y a dar publicidad y visibilidad a los regímenes alimentarios saludables y la actividad física. También pueden contribuir a respaldar, colaborar y copatrocinar diversos programas para los jóvenes.

Los miembros de una comunidad que podrían contribuir son, entre otros:

- profesionales de la salud
- asociados internacionales
- sociedad civil
- organizaciones no gubernamentales (ONG)
- el sector privado, incluidos los agricultores.

Profesionales de la salud

Los profesionales de la salud pueden desempeñar una función significativa al promover regímenes alimentarios saludables y actividad física en las escuelas. Como se describe en el capítulo anterior, la introducción de servicios de salud escolar es una de las opciones de política que está al alcance de los gobiernos. Enfermeras, nutricionistas, médicos, consejeros y personal administrativo pueden ayudar a los alumnos a consumir alimentos saludables y a participar en niveles apropiados de actividad física (véase el capítulo 3 para más información).

Asociados internacionales

Muchos organismos de las Naciones Unidas y supranacionales trabajan en programas relacionados con la escuela para propiciar la adopción de regímenes alimentarios saludables y la actividad física. Estos organismos pueden fomentar la formulación de una política escolar en el marco de la DPAS proporcionando recursos técnicos o financieros.

A continuación se citan algunos programas de asociados internacionales relacionados con el régimen alimentario y la actividad física:

- Iniciativa Mundial de Salud Escolar de la OMS (www.who.int/school_youth_health)
- Focalizar recursos para una salud escolar eficaz (FRESH, por sus siglas en inglés) (www.freshschools.org), una iniciativa conjunta de la OMS, la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO), UNICEF y el Banco Mundial
- Iniciativa de nutrición amiga de la escuela (www.who.int/nutrition/topics/nut_school_aged), lanzada por la OMS conjuntamente con el Education Development Center, la Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación (FAO), el Comité Permanente sobre Nutrición, la UNESCO, UNICEF, el Programa Mundial de Alimentos y el Banco Mundial
- Programa de huertos escolares y educación nutricional (www.fao.org/schoolgarden) de la FAO;
- Alimentación en las escuelas (www.wfp.org/food_aid/school_feeding) patrocinado por el Programa Mundial de Alimentos.

Sociedad civil y ONG

La sociedad civil y las ONG desempeñan un papel importante al influir en el comportamiento individual y en el de organizaciones e instituciones que promueven un régimen alimentario saludable y la actividad física en las escuelas. También pueden proporcionar recursos útiles y ser una influencia clave en la comunidad (sobre todo con los padres y las familias) para apoyar políticas escolares saludables.

En particular, la sociedad civil y las ONG pueden:

- participar en grupos de planificación y coordinación sanitarias;
- insistir en que los regímenes alimentarios saludables y la actividad física en el entorno escolar figuren entre los asuntos de interés público;
- formar redes y grupos de acción para promover la disponibilidad de alimentos saludables y facilitar la actividad física en las escuelas;
- organizar campañas y eventos que estimulen la ejecución de la política escolar en el marco de la DPAS;
- ayudar a coordinar y apoyar cambios en la escuela con actividades en otros entornos, como hogares, lugares de trabajo y comunidades;
- proporcionar recursos y pericia.

Mediante los esfuerzos colaborativos de las ONG Insan Foundation-Pakistán y Right to Play, se puso en marcha un programa de actividad física dirigido a promover la inclusión de las niñas en las actividades recreativas y deportivas en 14 escuelas de Pakistán a las que asisten niños afganos y pakistaníes. El programa se centra en la inclusión de las niñas, a las que se les había prohibido, por razones culturales, participar en los deportes y la actividad física. Se consultó a los ancianos de la comunidad, se modificaron las instalaciones físicas y se organizaron eventos solo para niñas. El proyecto fue bien recibido por los docentes y los alumnos, y la actividad física es ahora un componente importante de estas escuelas. Este programa es un ejemplo de la manera en que las ONG pueden respaldar la ejecución de políticas que promueven la actividad física a la vez que se respetan sensibilidades culturales. Puede obtenerse más información en el informe anual de 2003 de Right to Play. <http://www.righttoplay.com/site/DocServer/annualreport2003.pdf? dclD=281>.

Sector privado

El sector privado puede ser un partícipe significativo al promover regímenes alimentarios saludables y actividad física en las escuelas. Por otro lado, dada la influencia potencial de una política escolar en el marco de la DPAS sobre la disponibilidad de alimentos y bebidas en las escuelas y lo que compran los alumnos, es probable que exista gran interés por parte de este sector en participar en la formulación de la política. Sin embargo, cabe mencionar que el interés del sector privado puede divergir de los intereses de salud pública del gobierno. Es importante que el gobierno reconozca las posibles coincidencias y divergencias.

Entre las medidas que podrían adoptar los productores y distribuidores de alimentos (agricultores, empresas de servicio de comidas, industria alimentaria, restaurantes, empresas pequeñas y medianas que venden alimentos y bebidas en las escuelas o en sus alrededores, etc.) para una política escolar en el marco de la DPAS, se señalan las siguientes:

- ofrecer visitas relacionadas con la salud de los alumnos a sus establecimientos agropecuarios, tiendas y fábricas
- limitar el nivel de grasas, azúcares libres y sal en las comidas (por ejemplo, reformular el menú de alimentos escolares)
- ofrecer productos a precios reducidos o donaciones para los programas de alimentación escolar
- seguir creando opciones asequibles, saludables y nutritivas
- ejercer una comercialización responsable, en particular con respecto a la promoción y el mercadeo de alimentos con alto contenido de grasa, azúcar o sal, ricos en calorías pero pobres en micronutrientes (por ejemplo, seleccionar debidamente los productos que se venden en las máquinas expendedoras instaladas en las escuelas).

A continuación se indican posibles funciones para organizaciones deportivas, piscinas, fabricantes de artículos deportivos, empresas de servicios de recreación etc.:

- compartir con las escuelas instalaciones para actividades físicas;
- ofrecer a las escuelas equipo para realizar actividades físicas;
- alentar a los alumnos a que se incorporen a asociaciones deportivas y organizaciones similares;
- patrocinar actividades escolares con actividad física, competencias deportivas y equipo;
- difundir los beneficios de la actividad física.

Las funciones que podrían desempeñar los medios incluyen:

- promover comportamientos de alimentación saludable y actividad física por todos los canales pertinentes (televisión, historietas gráficas, revistas, medios de comunicación basados en Internet o inclusive conjuntos de bailes);
- enseñar a reconocer las finalidades de las estrategias publicitarias que, por ejemplo, suministran información y promueven exclusivamente un producto determinado.

SEGUIMIENTO Y EVALUACIÓN

El seguimiento y la evaluación son procesos sistemáticos para medir el progreso de las actividades en curso, identificar las limitaciones que necesitan medidas correctivas y determinar la eficacia y la eficiencia de los resultados del programa (11). El seguimiento y la evaluación proporcionan información a los tomadores de decisiones a todas las partes interesadas sobre la ejecución, el avance, los límites y los efectos de una política. Por consiguiente, pueden ayudar en la planificación futura y los procesos decisorios, contribuir a la base de datos probatorios y promover la rendición de cuentas (3).

Junto con la política debe elaborarse un marco para la evaluación. Los objetivos de la política deben coincidir con el tipo apropiado de evaluación, y deben usarse indicadores adecuados en el proceso de seguimiento y evaluación. Para llevar a cabo este proceso en relación con las políticas sobre régimen alimentario y actividad física, los países deben usar y aprovechar las estructuras y encuestas existentes siempre que sea posible y adecuado.

Tipos de seguimiento y evaluación

Existen tres tipos de seguimiento y evaluación: del proceso, del producto y de los resultados.

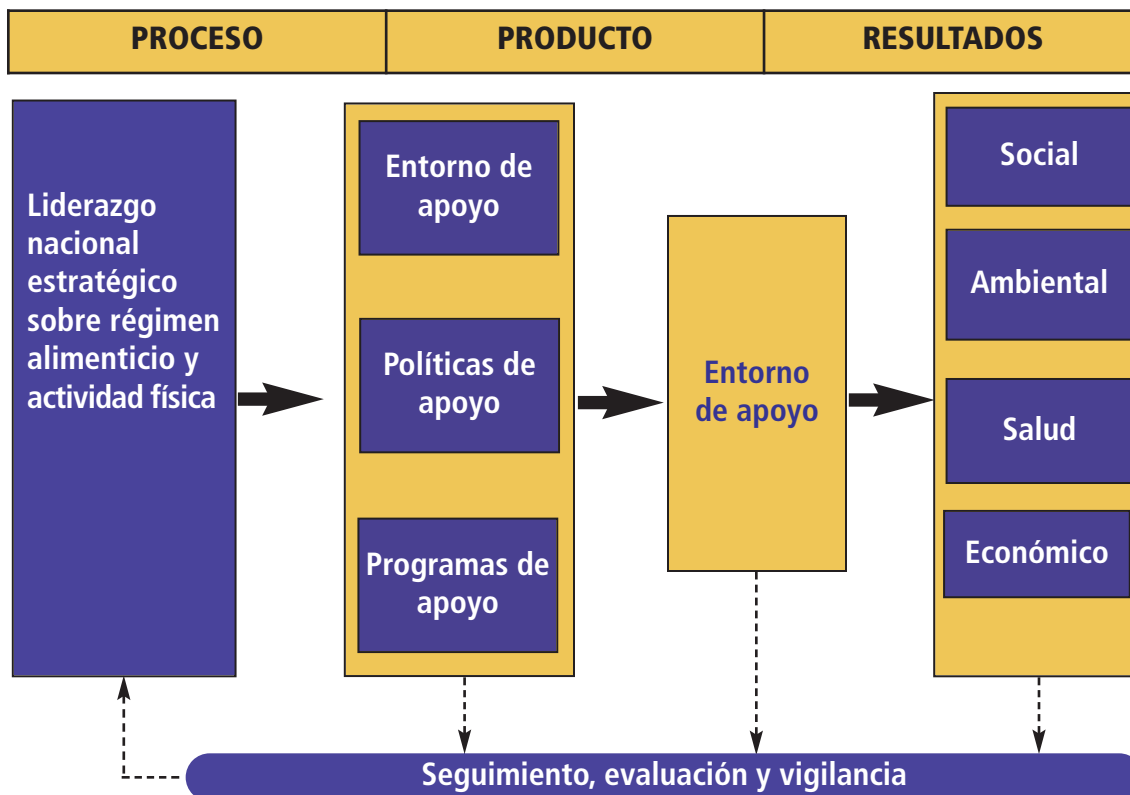
El seguimiento y la evaluación del proceso se emplean para medir el avance de las actividades realizadas. Miden lo que se hizo y no lo que ocurrió como resultado. El seguimiento y la evaluación del producto se emplean para medir los resultados o productos que se obtienen de los procesos. La evaluación del proceso y los productos de las etapas de planificación, formulación y ejecución de las políticas y el programa proporcionan información sobre los ajustes que pueden hacerse a mediados del período. Estos dos tipos de evaluación se consideran juntos en este capítulo.

El seguimiento y la evaluación de los resultados se usan para medir si se han logrado los objetivos y en qué medida. Miden el efecto de las intervenciones y ayudan a determinar si hubo o no cambios después de la ejecución de una política.

El esquema que se presenta en el gráfico 1 tiene por objeto describir cómo las políticas y los programas, y su ejecución, influyen en la población para que modifiquen su comportamiento de cambio y obtengan beneficios

sociales, sanitarios y económicos de más largo plazo. El esquema indica cómo se pueden integrar indicadores adecuados de seguimiento y evaluación en el proceso de cambio. También señala cuándo se debe considerar cada tipo de evaluación en el proceso de formulación y ejecución de políticas.

Figura 1. Modelo esquemático



Actividades de seguimiento y evaluación

Para realizar el seguimiento y la evaluación, es importante contar con:

- Una buena comprensión de las metas, los objetivos y las actividades planificadas de la política.
- El compromiso de aprender más acerca de los puntos fuertes y débiles de las actividades, y de mejorarlos.
- Como mínimo, una persona dispuesta a responsabilizarse del seguimiento y la evaluación, que podría recibir capacitación en el diseño y la ejecución de un sistema de seguimiento y evaluación.
- Asistencia de una persona capacitada en investigación o evaluación, por ejemplo, del ministerio de salud o de educación o de una facultad, universidad u ONG local; alguien con experiencia que pueda ayudar a elaborar un plan de evaluación.

Los datos para el seguimiento y la evaluación pueden proceder de diversas fuentes: datos de vigilancia (por ejemplo, datos recabados en encuestas como la Encuesta Mundial de la Salud a Escolares (GSHS) y la encuesta estudio sobre Comportamientos saludables en niños de edad escolar (HBSC), documentación de políticas, comunicaciones relacionadas con políticas, datos financieros, informes de interesados directos y medidas directas de autnotificación.

Tradicionalmente, la medición de los resultados incluye la recopilación de datos previos y posteriores a la ejecución de la política o el programa. Se recomienda utilizar los mismos datos que fueron recabados durante el análisis de situación (véase el capítulo 2).

Es importante considerar la posibilidad de vigilar los indicadores de resultados como parte de un marco nacional de seguimiento y evaluación.

Elaboración de indicadores nacionales

Los indicadores pueden definirse como variables que ayudan a medir los cambios y que permiten entender mejor hasta dónde ha llegado la política, hacia dónde se dirige y cuán alejada está de sus metas y objetivos planificados. Los indicadores seleccionados deben ser fiables, válidos, sensibles y acordes con el tipo de evaluación que se está llevando a cabo. Los indicadores que se incluyen en esta sección deben verse como ejemplos a seguir, según corresponda, después de adaptarlos a la realidad del país. Los indicadores propuestos tienen por objeto proporcionar una herramienta sencilla y fiable para los Estados Miembros interesados en dar seguimiento y evaluar la elaboración y ejecución de sus políticas escolares nacionales. Los indicadores de proceso y productos que se proponen en el cuadro 2 están organizados en el orden de los capítulos de este documento. Los indicadores de resultados sugeridos se presentan en el cuadro 3.

Ejemplos de indicadores de proceso y productos

Los datos para los indicadores sugeridos en los siguientes cuadros pueden recopilarse a nivel nacional, subnacional, regional o local. Para algunos indicadores, puede considerarse la recopilación de información sobre un número estadísticamente significativo de escuelas.

Cuadro 2. Indicadores de proceso y productos

INICIO DE UNA POLÍTICA ESCOLAR	EJEMPLOS DE INDICADORES
Establecer un equipo coordinador	<ul style="list-style-type: none">■ existencia de un equipo coordinador de diversos interesados directos para elaborar, ejecutar y dar seguimiento a la política escolar nacional sobre régimen alimentario y actividad física;■ composición del equipo coordinador (número de participantes de las diferentes divisiones y niveles de gobierno, docentes y personal de la escuela, alumnos, padres y familias, y comunidad en general);■ número de reuniones del equipo coordinador por año;■ existencia de un sistema que asegure rendición de cuentas y transparencia del trabajo del equipo coordinador.
Realizar un análisis de situación	<ul style="list-style-type: none">■ información de referencia sobre los indicadores de resultados, como:<ul style="list-style-type: none">➢ % de alumnos conscientes de los beneficios para la salud de los hábitos alimentarios saludables y la actividad física;➢ % de alumnos que no realizan una actividad física de por lo menos 60 minutos por día;➢ % de alumnos con sobrepeso;■ información recopilada durante el análisis de situación al alcance del equipo coordinador nacional.
Formular un plan de trabajo y un sistema de vigilancia	<ul style="list-style-type: none">■ existencia de un plan de trabajo para formular y ejecutar la política escolar en el marco de la DPAS;■ existencia de una partida presupuestaria específica para seguimiento y evaluación.
Fijar metas y objetivos	<ul style="list-style-type: none">■ metas claramente establecidas;■ objetivos del proceso, el producto y los resultados claramente establecidos.
Reconocimientos a las escuelas	<ul style="list-style-type: none">■ existencia de criterios y procedimientos escritos para otorgar reconocimientos a las escuelas;■ número de escuelas que recibieron reconocimientos;■ porcentaje de escuelas reevaluadas que mantienen su reconocimiento.

continúa

Cuadro 2. continuación

INICIO DE UNA POLÍTICA ESCOLAR	EJEMPLOS DE INDICADORES
Plan de estudios	<ul style="list-style-type: none"> ■ existencia de normas curriculares para la educación sanitaria con énfasis en el régimen alimentario y la actividad física; ■ número de sesiones de educación de salud por año en el plan de estudios nacional; ■ porcentaje de escuelas que cumplen con las normas del plan de estudios de educación de salud; ■ existencia de normas del plan de estudios de educación física (o actividades deportivas); ■ número de sesiones de educación física (o actividades deportivas) por año en el plan de estudios nacional; ■ porcentaje de escuelas que cumplen con las normas de educación física (o actividades deportivas); ■ porcentaje de escuelas con profesores de educación física capacitados; ■ porcentaje de alumnos absueltos de las clases de educación física; ■ porcentaje de clases de educación física canceladas por grado y por año.
Consumo de alimentos	<ul style="list-style-type: none"> ■ existencia de normas nutricionales publicadas para alimentos y bebidas escolares; ■ porcentaje de escuelas que proporcionan a los niños alimentos y bebidas que cumplen con las normas nacionales para los alimentos escolares; ■ porcentaje de escuelas que ofrecen desayuno, almuerzo, frutas y verduras u otros programas de refrigerios; ■ porcentaje de escuelas con huerto; ■ porcentaje de escuelas con un lugar limpio y supervisado para comer; ■ porcentaje de escuelas con un período adecuado para el almuerzo (por lo menos 20 minutos después de que los alumnos llegan a la mesa con sus alimentos); ■ porcentaje de escuelas con un sistema de distribución de alimentos que no haga distinciones obvias entre los alumnos, sobre todo los que participan en planes de alimentos gratuitos o de bajo costo; ■ porcentaje de escuelas que restringen la disponibilidad de máquinas expendedoras; ■ porcentaje de productos con bajo contenido de grasa, azúcar y sal y abundantes micronutrientes en las máquinas expendedoras;

continúa

Cuadro 2. continuación

INICIO DE UNA POLÍTICA ESCOLAR	EJEMPLOS DE INDICADORES
	<ul style="list-style-type: none"> ■ porcentaje de escuelas que restringen la comercialización y la publicidad de alimentos y bebidas con alto contenido calórico pero deficientes en micronutrientes; ■ existencia y utilización de un mecanismo nacional para vigilar las actividades de comercialización y publicidad dentro de las escuelas.
Entorno físico	<ul style="list-style-type: none"> ■ porcentaje de escuelas con un patio de recreo seguro, juegos infantiles, etc.; ■ porcentaje de escuelas que proporcionan un receso activo diario para todos los alumnos; ■ porcentaje de niños que se quedan en el aula durante los recesos; ■ porcentaje de escuelas con una política y un programa para fomentar que los niños vayan a pie o en bicicleta a la escuela; ■ porcentaje de escuelas con sendas seguras para que los niños vayan a pie o en bicicleta a la escuela; ■ porcentaje de niños transportados en autobús a la escuela; ■ convenio con el ministerio de transporte para mejorar las sendas para que los niños vayan a pie o en bicicleta a la escuela; ■ campaña pública de información sobre seguridad para los niños que van a pie o en bicicleta a la escuela; ■ porcentaje de escuelas que brindan al menos tres oportunidades de actividades físicas extraescolares; ■ porcentaje de escuelas que permanecen abiertas después de las horas de clase para actividades recreativas de la comunidad; ■ convenio con los gobiernos locales para compartir instalaciones recreativas comunitarias con las escuelas durante las horas de clases; ■ porcentaje de escuelas que utilizan instalaciones recreativas comunitarias; ■ porcentaje de alumnos que participan realmente en actividades físicas extraescolares.
Promoción de la salud para el personal escolar	<ul style="list-style-type: none"> ■ porcentaje de docentes que recibieron capacitación en estilo de vida sanos el año anterior; ■ porcentaje del personal escolar que utiliza productos alimenticios con alto contenido calórico pero deficientes en micronutrientes para premiar a los alumnos.

continúa

Cuadro 2. continuación

INICIO DE UNA POLÍTICA ESCOLAR	EJEMPLOS DE INDICADORES
Servicios de salud escolar	<ul style="list-style-type: none"> ■ porcentaje de escuelas que controlan la talla y el peso de los niños; ■ porcentaje de escuelas que utilizan un sistema eficaz de comunicación con los padres y los niños para informar los resultados de las actividades de control periódico de salud ; ■ porcentaje de alumnos que recurren a un profesional para asesorarse sobre la alimentación saludable y la actividad física.

Ejemplos de indicadores de resultados

Con mucha frecuencia, una política escolar en el marco de la DPAS comprende diferentes intervenciones. Pueden usarse los siguientes indicadores de resultados para medir su efecto total en la concientización, el comportamiento y el estado de salud de los alumnos. Los indicadores de resultados que se presentan en el siguiente cuadro se clasifican como: de corto, mediano y largo plazo. Esta estructura permite a los gobiernos dar seguimiento y evaluar diferentes etapas de elaboración y ejecución de una política escolar nacional.

Cuadro 3. Indicadores de resultados

INDICADORES DE RESULTADOS	EJEMPLOS DE INDICADORES
De corto plazo (1 a 2 años)	<ul style="list-style-type: none"> ■ porcentaje de alumnos conscientes de los beneficios para la salud de los hábitos alimentarios saludables y la actividad física; ■ porcentaje de alumnos que recuerdan mensajes positivos acerca de los hábitos de alimentación saludable y actividad física que les transmitieron en los programas de educación de salud escolar.
De mediano plazo (2 a 5 años)	<ul style="list-style-type: none"> ■ porcentaje de alumnos que comen menos de 5 raciones de frutas y verduras por día o porcentaje de alumnos que comen menos de 400g de frutas y verduras por día; ■ porcentaje de niños que participan en actividades físicas por lo menos 60 minutos por día; ■ porcentaje de alumnos que pasan ≥ 3 horas sentados y mirando televisión, jugando en la computadora, conversando con los amigos, o en otras actividades sedentarias en un día típico; ■ porcentaje de alumnos que fueron a pie o en bicicleta a la escuela durante los siete días anteriores; ■ porcentaje de alumnos con un desempeño escolar satisfactorio.
De largo plazo (5-10 años)	<ul style="list-style-type: none"> ■ porcentaje de alumnos con sobrepeso y obesos.

REFERENCIAS

1. *Preventing chronic diseases, a vital investment*. Ginebra, World Health Organization, 2005.
2. *Global Strategy on Diet, Physical Activity and Health*. Ginebra, World Health Organization, 2004.
3. *Global strategy on diet, physical activity and health: a framework to monitor and evaluate implementation*. Ginebra, World Health Organization, 2006.
4. *Fruit and vegetables for health. Report of a joint FAO/WHO Workshop*. Ginebra, World Health Organization, 2004.
5. *Healthy nutrition: an essential element of a health-promoting school*. Ginebra, World Health Organization, 1998 (WHO Information Series on School Health, Document No. 4).
6. *The status of school health*. Ginebra, World Health Organization, 1996.
7. *Comprehensive school health education*. Nueva Delhi, WHO Regional Office for South-East Asia, 1993.
8. *Food and nutrition policy for schools: a tool for the development of school nutrition programmes in the European Region*. Programme for Nutrition and Food Security. Copenhagen, World Health Organization, WHO Regional Office for Europe, 2006.
9. *Nutrition-friendly schools initiative, Part I: NFSI Framework*. Ginebra, World Health Organization, 2007.
10. *Promoting physical activity in schools: an important element of a health-promoting school*. Ginebra, World Health Organization, 2006 (WHO Information Series on School Health, Document No. 12).
11. *Integrated management of healthy settings at the district level*. Ginebra, World Health Organization, 2002.

ANEXO 1: PARTICIPANTES EN LA MESA REDONDA DE EXPERTOS

EXPERTOS DE LA COMUNIDAD ACADÉMICA Y DE MINISTERIOS DE EDUCACIÓN Y DE SALUD	
Dra. Carmen Aldinger	Directora de proyectos, Education Development Center, Estados Unidos de América.
Sr. Eric Arnold	Analista de políticas, Organismo de Salud Pública del Canadá, Canadá.
Sra. Louise Aubrey	Analista principal de políticas, Organismo de Salud Pública del Canadá, Canadá.
Dr. Goof Buijs	Coordinador del programa escolar NIGZ, Instituto para la Promoción de la Salud y la Prevención de Enfermedades, Países Bajos
Dr. Ji Chengye	Director del Instituto de Salud del Niño y del Adolescente, China.
Dra. Anniza de Villiers	Científica, Consejo de Investigación Médica, Sudáfrica.
Sr. Joe Doiron	Analista principal de políticas, Organismo de Salud Pública del Canadá, Canadá.
Sra. Ann Ellis	Asesora en nutrición, Salud Canadá, Canadá.
Dra. Roya Kelishadi (relatora)	Profesora Adjunta de Pediatría, Centro de Investigación Cardiovascular de Isfahan, Universidad de Ciencias Médicas de Isfahan, República Islámica del Irán.
Dra. Claire MA LeBlanc (autora del documento de antecedentes sobre actividad física)	Profesora Adjunta de Pediatría, Universidad de Alberta, Canadá.
Dra. Mary McKenna (autora del documento de antecedentes sobre alimentación saludable)	Profesora Adjunta de Cinesiología, Universidad de Nuevo Brunswick, Canadá.

continúa

Continuación

EXPERTOS DE LA COMUNIDAD ACADÉMICA Y DE MINISTERIOS DE EDUCACIÓN Y DE SALUD	
Sra. Sonia McGeorge	Codirectora del Centro Nacional de la Fundación Británica del Corazón para la Actividad Física y la Salud y Facultad de Ciencias del Deporte y el Ejercicio, Reino Unido de Gran Bretaña e Irlanda del Norte.
Sra. Lisa Mawani	Analista de políticas, Organismo de Salud Pública del Canadá, Canadá.
Dra. Ladda Mo-Suwan	Profesora Adjunto de Pediatría, Universidad Príncipe de Songkla, Tailandia.
Dr. Lawrence St Leger	Profesor Adjunto, Facultad de Desarrollo de la Salud y Social, Universidad de Deakin, Australia.
Sra. Kelly Stone (presidenta)	Científica, Consejo de Investigación Médica, Sudáfrica.
Sra. Patricia Walsh	Gerente, Política Estratégica e Investigación, Organismo de Salud Pública del Canadá, Canadá.
EXPERTOS DE LA COMUNIDAD ACADÉMICA Y DE MINISTERIOS DE EDUCACIÓN Y DE SALUD	
Sra. Mathilde Elizabeth (Tilly) de Bruin Dra. Ulla Uusitalo	Funcionaria Técnica, Departamento de Enfermedades Crónicas y Promoción de la Salud, Sede de la OMS, Suiza. Funcionaria Técnica, Departamento de Nutrición para la Salud y el Desarrollo, Sede de la OMS, Suiza.

ANEXO 2:

EJEMPLOS DE PAÍSES

Chile: A moverse y a comer bien

Antecedentes

En Chile, la prevalencia de la obesidad en niños ha aumentado notablemente en las dos últimas décadas. Los estudios han revelado mayor consumo de refrigerios con alto contenido de grasas y azúcar y un bajo consumo de frutas y verduras (1D4). Es también cada vez más prevalente el comportamiento sedentario de los niños. El Ministerio de Salud de Chile, consciente de las consecuencias de las actuales tendencias y de la carga de morbilidad resultante para toda la población, estableció en 1997 el plan nacional de promoción de la salud Vida Chile. Aunque Vida Chile tiene cobertura para toda la población, y una visión holística de la salud, dos de sus cinco esferas de interés son el régimen alimentario saludable y la actividad física. Sus metas incluyen, entre otras, reducir el comportamiento sedentario en jóvenes de 15 años y mayores y reducir la obesidad del 16% al 12% en escolares de primer grado para 2010. Además de Vida Chile, el Presidente de la República lanzó en el año 2006 la Estrategia Global contra la Obesidad (EGO-Chile) para estabilizar o disminuir el número de casos actuales de obesidad.

Programas específicos

Prevención de la obesidad patrocinada por el gobierno

Sobre la base de la experiencia de la iniciativa Escuelas Promotoras de la Salud en Chile, y teniendo en cuenta el contexto de los planes regionales de salud pública, en el 2007 comenzó una intervención para combinar las acciones que contribuyen a reducir la obesidad y el modo de vida sedentario. Los Ministerios de Educación y de Salud y Deporte están trabajando juntos con el fin de utilizar los recursos con mayor eficiencia y lograr mejores resultados. Se obtienen mediciones de peso y talla de los escolares, y los que corren el riesgo de excederse de peso o volverse obesos son enviados a las unidades de atención primaria de salud para que participen en programas interdisciplinarios contra la obesidad y, si fuera posible, reciban intervenciones en el entorno familiar. Además, se ejecutan programas de vida saludable en las escuelas. A mediano y largo plazo, el objetivo es insertar varios temas y actividades nuevas en los planes de estudios y en actividades extraescolares con padres, docentes y alumnos. Ejemplos: instalación de puestos de salud, distribución de refrigerios saludables, recesos activos en el patio de recreo, pausas activas en el aula y aumento del tiempo de actividad física en las escuelas para satisfacer el requisito del Ministerio de Educación (3 horas por semana). Por último, se mejora la concientización y se capacita a docentes, padres y alumnos en temas

de alimentación saludable y actividad física en reuniones de padres de familia, celebraciones y otras ocasiones. En el 2007, el gobierno trabajó con 700 escuelas, y en el 2008 con 1.000.

Programa Nacional de Almuerzos Escolares

En el marco de este programa, que tiene por objeto facilitar el aprendizaje, no contrarrestar la desnutrición, se proporciona a alumnos seleccionados de una a tres comidas por día. Se califica a las escuelas según la situación socioeconómica de los alumnos, y se ofrecen a los niños comidas que aportan del 40% al 100% de los requisitos calóricos diarios. La preparación de las comidas se contrata con empresas privadas mediante un proceso de licitación. El objetivo es servir alimentos saludables, aunque solo se incluyen frutas y verduras dos o tres veces por semana.

Instituto de Nutrición y Tecnología de los Alimentos (INTA)

Durante mucho tiempo, el INTA, un instituto que pertenece a la Universidad de Chile, ha abordado de manera proactiva los problemas asociados con la obesidad en los escolares. Se pusieron en práctica iniciativas específicas como mediciones antropométricas de los niños, capacitación de docentes en actividad física y nutrición, más horas de educación física y una campaña de "Recreos musicales", para la cual se adquirieron radios a fin de transmitir música en el patio de la escuela. El INTA también elaboró y distribuyó una guía para las escuelas y el gobierno, en la que recomienda las medidas mínimas que deben tomar las escuelas para cumplir con los requisitos sobre actividad física y alimentos.

Seguimiento y evaluación

El INTA llevó a cabo y publicó por lo menos un estudio controlado en el que se mide la eficacia de sus intervenciones en escuelas primarias de ciudades chilenas.

Referencias

1. Yanez R et al. Food consumption in Chilean school children: relationship with food guides and pyramid. *Rev Chil Nutr*, 2001, 28:422–428.
2. Salinas J et al. The Vida Chile Program: results and challenges with health promotion policy in Chile, 1998–2006. *Rev Panam Salud Publica*, 2007, 21(2- 3):136–144.
3. Kain J et al. School-based obesity prevention in Chilean primary school children: methodology and evaluation of a controlled study. *International Journal of Obesity*, 2004:1–11.
4. Olivares S et al. Nutritional status, food consumption and physical activity in Chilean school children: a descriptive study. *European Journal of Clinical Nutrition*, 2004, 58 (9):1278–1285.

Antecedentes

El actual Programa de Educación en Salud Escolar (SHEP, por sus siglas en inglés) comenzó después de la Conferencia Mundial sobre Educación para Todos en 1990. En 1992, el Gobierno de Ghana encomendó a los Ministerios de Educación y de Salud que introdujeran la educación sobre la salud y un servicio de atención médica integrados para complementar componentes académicos de enseñanza formal y supervivencia infantil. Al Ministerio de Educación se le asignó la función principal, en tanto que el Ministerio de Salud presta apoyo técnico.

Visión: Una población escolar saludable bien informada y preparada con destrezas para la vida, que mantenga un comportamiento saludable, apoyado por un sistema de salud receptivo.

Misión: Proporcionar educación y servicios de salud integrales, así como asegurar la disponibilidad y el uso de instalaciones de agua y saneamiento en las escuelas.

Objetivos: Garantizar la educación sanitaria integral en las escuelas y preparar a los niños con destrezas básicas con el objeto de ayudarles a satisfacer sus necesidades académicas, psicológicas y fisiológicas en la vida.

Programas específicos

Focalizar recursos para una salud escolar eficaz (FRESH, por sus siglas en inglés)
Se ha adoptado este marco para intervenciones de salud en la escuela por medio de:

- *Una educación sanitaria basada en aptitudes:* Por medio de actividades regulares y extraescolares, los alumnos adquieren conocimientos y aptitudes como la confianza en uno mismo, la toma de decisiones, etc. para tomar decisiones bien fundamentadas sobre una vida saludable. Se organizaron talleres de formación de capacidad para los coordinadores del programa a los niveles nacional, regional, distrital y escolar. Los niños participan en competencias de conocimientos y en campañas de promoción de la salud en escuelas y comunidades.
- *Competencia por un ambiente escolar saludable:* Desde el año 2003, el programa SHEP ha organizado competencias por un ambiente escolar saludable y se premia a las escuelas que más se han esforzado. Entre las actividades de este proyecto, se incluye la recopilación de datos sobre el estado de la infraestructura de la escuela y las actividades físicas y alimentarias que se practican en la escuela y el ambiente psicosocial, programas de sensibilización de la comunidad escolar y ceremonias de premiación.
- *Servicios de salud escolar:* El personal de salud, los docentes y otros interesados directos se ocupan del tamizaje físico, y de los servicios de orientación y referencia para los alumnos.

Promoción del uso de sal yodada en las escuelas

En apoyo a la Iniciativa sobre yodación universal de la sal del Gobierno de Ghana, el programa SHEP colabora con UNICEF y la Unidad de Nutrición del Servicio de Salud de Ghana para capacitar a docentes y alumnos en el uso y los beneficios de la sal yodada.

Programa de Alimentación Escolar

Con la finalidad de asegurar que los niños en edad escolar se alimenten bien, el Gobierno de Ghana ha iniciado dos tipos de programas:

- a) Raciones para que se lleven a sus casas las niñas que asisten a escuelas en comunidades deprimidas de las tres regiones del norte.
- b) Suministro a los escolares de una comida nutritiva caliente empleando ingredientes producidos localmente (en el Programa de Alimentación Escolar de Ghana o GSFP, por sus siglas en inglés). Actualmente, más de 400.000 alumnos de 987 escuelas se están beneficiando.

Además, el Programa Mundial de Alimentos colabora con el GSFP para financiar la alimentación de los niños en 34 distritos de las tres regiones del norte. Se están beneficiando 31.064 niños en 34 distritos.

Alimentación y nutrición

A nivel escolar básico se integran temas sobre alimentación y nutrición en el plan de estudios. En la escuela secundaria se estudia la materia Alimentos y Nutrición, y los niños deben pasar un examen para aprobarla. Por otra parte, se organizan programas de capacitación en higiene alimentaria y nutrición para proveedores de alimentos escolares. Los proveedores de alimentos deben someterse a un examen físico y obtener un certificado de buena salud antes de que se les permita cocinar y vender en las instalaciones escolares.

Proyecto de salud regeneradora y nutrición

Esta es una nueva dirección de política sanitaria iniciada por el Ministerio de Salud, que cambia el énfasis de la curación a la prevención, para el control de enfermedades no transmisibles. El proyecto subraya el consumo cada vez mayor de frutas y verduras frescas y agua, la participación en alguna forma de ejercicio moderado y el descanso adecuado.

Encuesta Mundial de Salud Escolar

En el 2007 se realizó la Encuesta Mundial de Salud Escolar de Ghana con el objeto de medir el conocimiento y los comportamientos, las elecciones de regímenes alimentarios y la actividad física de los alumnos de escuelas secundarias de todo el país.

Ejercicio físico

El Servicio de Educación de Ghana tiene una Unidad de Educación Física que organiza y supervisa las actividades generales de este tipo en las escuelas. La educación física es una materia que se cursa en forma de actividades prácticas una vez a la semana en el primer y segundo ciclo escolar, pero los alumnos no deben pasar un examen para aprobarla. A nivel terciario se ofrece en forma de

curso. Además, las escuelas organizan competencias entre clases, hogares, escuelas y colegios, y se otorgan premios. Existen asimismo otros juegos tradicionales que también constituyen actividades físicas informales, como el 'Ampe' (un juego para dos niños en el que saltan y aplauden con las manos), rayuela, golfito, carreras de sacos, sillas musicales, bailes y tambores, etc., que los niños disfrutan a la vez que hacen ejercicio físico. Estos juegos podrían proponerse en los recesos, después de que los niños tomen el refrigerio.

Seguimiento y evaluación

Se hacen un seguimiento y una evaluación periódica para medir el avance de las actividades de salud escolar en las regiones, los distritos y las escuelas. Las regiones y los distritos también presentan informes trimestrales sobre las actividades que se llevaron a cabo.

Singapur: Escuelas promotoras de la salud

Antecedentes

Los orígenes de la promoción de la salud escolar se remontan a los años setenta y ochenta, cuando los Ministerios de Salud y de Educación colaboraron en la preparación del programa de estudios y materiales didácticos para la enseñanza de la salud escolar. Con el transcurso de los años, el Ministerio de Salud comenzó a ofrecer una amplia gama de programas que abordaban, entre otros temas, nutrición, ejercicios, tabaquismo y salud mental. Además, reconociendo los beneficios de un enfoque holístico, la Junta de Promoción de la Salud (HPB) del Ministerio de Salud estableció un modelo de escuelas promotoras de la salud en el marco de un programa denominado Esfuerzos de promoción que mejoran la salud escolar (CHERISH, por sus siglas en inglés), como un mecanismo de reconocimiento a las escuelas primarias y secundarias que se consideran proactivas en este tema. Si bien todas las escuelas deben acatar las políticas y los programas dictados por el Ministerio de Educación, muchas han añadido políticas que contribuyen a alcanzar su categoría de escuela promotora de la salud.

Políticas y programas nacionales

Plan de estudios

La educación sanitaria se enseña como materia separada en el ciclo de educación primaria, 30 minutos por semana. En el ciclo de educación secundaria, se incluye la educación sanitaria en diferentes temas; por ejemplo, se enseña nutrición en la clase de economía doméstica. El Ministerio de Educación colaboró con la HPB para elaborar módulos y programas específicos de aprendizaje.

Ejercicio y aptitud física

Todas las escuelas imparten clases de educación física dos o tres veces por semana. Las escuelas también organizan actividades físicas masivas como días de deportes y festivales de juegos para sus alumnos. Además, muchos alumnos realizan actividades extraescolares después de las horas de clase.

Tienda de golosinas

Desde principios de los años noventa, las tiendas de golosinas de las escuelas emplean un sistema de etiquetas verdes: en la pizarra donde se anuncia el menú se colocan marcas verdes para que los alumnos escojan los alimentos más saludables. Además, todas las escuelas deben tener máquinas que dispensan agua en una proporción de 1 máquina por cada 120 alumnos. Además, en el 2003, la HPB introdujo el programa modelo de tiendas de golosinas en las escuelas, en el marco del cual se otorgan reconocimientos a las escuelas que ofrecen opciones alimentarias más saludables de conformidad con las directrices nutricionales.

El reconocimiento CHERISH

Utilizando como modelo la iniciativa de escuelas promotoras de la salud de la Organización Mundial de la Salud, el reconocimiento CHERISH tiene por objeto alentar a las escuelas a que formulen programas integrales de promoción de

la salud escolar. Dependiendo del mérito de sus iniciativas, las escuelas podrán recibir una medalla de platino, oro, plata o bronce. La HPB aporta fondos para reembolsar parcialmente los gastos sufragados por una escuela para mejorar un proyecto en el marco del reconocimiento CHERISH. En sus cuatro años de existencia se beneficiaron más de 100 escuelas, que ejecutaron actividades como instrucción de yoga o cursos de capacitación relacionados con la salud para docentes, días o recesos en los que se come fruta, campamentos de salud, excursiones, compra de equipo de ejercicio, y encuestas y exámenes médicos.

Seguimiento y evaluación

La HPB facilita el intercambio de las mejores prácticas entre las escuelas mediante presentaciones regulares y sesiones de debate, la publicación en libros de programas escolares ejemplares, y la actualización de HealthVine, un boletín electrónico en línea para docentes. Además, se ofrecen cursos de capacitación anuales gratuitos a los docentes. Estos cursos entrenan al personal para planificar y poner en práctica iniciativas de fomento de la salud y para notificar a la HPB las necesidades de las escuelas. Cabe agregar que el programa de reconocimiento CHERISH adoptará un ciclo de dos años, a fin de dar más tiempo a las escuelas para enfocarse en la evaluación de las necesidades, la planificación, la evaluación y el examen de sus iniciativas.

Futuro

Si bien ha sido todo un reto aplicar un conjunto estándar de criterios de evaluación en la gran heterogeneidad de escuelas que existe, esto le ha dado a la HPB la confianza para desarrollar un modelo de escuela promotora de la salud específico para institutos politécnicos y universidades y un enfoque para jardines de infancia. Desde los primeros días de las escuelas promotoras de la salud en Singapur, el Ministerio de Educación ha evolucionado en su función y ahora comparte la dirección con la HPB. Ambas organizaciones esperan multiplicar las instituciones educativas que aspiren a la categoría de escuela promotora de la salud y lo logren.

Eslovenia: Hacia escuelas saludables

Antecedentes

Las observaciones sobre el comportamiento relacionado con la salud de los niños y adolescentes de Eslovenia revelan que los hábitos alimentarios deficientes y los bajos niveles de actividad constituyen problemas de salud pública. La proporción de niños y adolescentes con un peso corporal alto está aumentando en Eslovenia y en otros países europeos.

Iniciativas específicas

Programa Nacional de Nutrición Escolar

Todas las mañanas se sirve una comida o un refrigerio como parte del programa nacional. El financiamiento lo aporta el Ministerio de Educación y Deporte, y cada niño contribuye únicamente el costo de los ingredientes. También existe un programa sin fines de lucro que ofrece comidas adicionales. El gerente del servicio de comidas es la persona clave que verifica que se cumpla la política en la práctica. Además, suele ser el instructor o instructora de economía doméstica y es, por lo tanto, responsable del cumplimiento de los componentes nutricionales del plan de estudios.

Resolución sobre la Política de Alimentos y Nutrición del 2005 al 2010 (ReNNPP)

Aunque el alcance de esta resolución, lanzada por el Ministerio de Salud, se extiende más allá de los niños en edad escolar, uno de sus objetivos principales es reducir la prevalencia de obesidad en niños y adolescentes. Sus objetivos específicos son, entre otros, especificar los productos que venden las máquinas expendedoras, recomendar un abastecimiento higiénico de agua potable para los escolares y subsidiar la leche que consumen los escolares.

Red Eslovena de Escuelas Promotoras de la Salud

Esta red, establecida en 1993 gracias a la cooperación entre el Ministerio de Salud y el Ministerio de Educación y Deporte, crea un marco para integrar enfoques que fomentan la salud mediante la elaboración de planes de estudios y métodos de enseñanza y aprendizaje interactivos y participativos. Tanto la nutrición como la actividad física se consideran esferas de gran interés. La cuarta parte de las escuelas eslovenas forman ahora parte de esta red.

Proyecto "Una manzana en la escuela"

Además del Programa Nacional de Nutrición Escolar Nutricional, el Ministerio de Educación financia la compra de manzanas para que los alumnos reciban tres raciones de fruta por semana además de las que están incluidas en las comidas escolares. En el proyecto participan 26 escuelas primarias y 25 secundarias.

Revisión del plan de estudios

El Instituto Nacional de Salud Pública e institutos regionales organizaron varios talleres para que los maestros del ciclo de educación secundaria incluyan temas de nutrición y actividad física en sus clases. Además, se están elaborando dos programas de educación sanitaria sobre el peso corporal y la actividad física. El objetivo de los programas es enseñar a los adolescentes la importancia de la actividad física y su relación con el peso corporal normal.

Campaña nacional "¡Disfruta!"

Esta campaña fue lanzada por el Ministerio de Salud en octubre del 2004, coincidiendo con el Día Mundial de la Alimentación. Se realizaron actividades en diferentes niveles y ambientes, inclusive en escuelas y jardines de infancia. En la campaña se promovía la actividad física y se destacaba la importancia de consumir cinco porciones de verduras y frutas todos los días.

Seguimiento y evaluación

No se estableció un calendario formal de examen y revisión. No obstante, en el caso del Programa Nacional de Nutrición Escolar, los objetivos y la población destinataria fueron evolucionando desde su inicio en 1950. El programa, que empezó como un medio de corregir las carencias nutricionales estrictamente en alumnos del ciclo de educación primaria, ahora se empeña en promover la salud, mejorar malos hábitos alimentarios y proporcionar educación nutricional a una gama más amplia de alumnos y sus familias. Además, los tomadores de decisiones han identificado metas futuras, no solo para el programa sino también para todas las partes interesadas involucradas en la promoción de un régimen alimentario saludable y actividad física en niños y adolescentes.

"LAS POLÍTICAS Y LOS PROGRAMAS ESCOLARES DEBEN APOYAR
LA ALIMENTACIÓN SALUDABLE Y LA ACTIVIDAD FÍSICA"



MARCO DE **POLÍTICA ESCOLAR**

EJECUCIÓN DE LA ESTRATEGIA MUNDIAL
DE LA OMS SOBRE RÉGIMEN ALIMENTARIO,
ACTIVIDAD FÍSICA Y SALUD



**Organización
Panamericana
de la Salud**



Oficina Regional de la
Organización Mundial de la Salud



**Organización
Mundial de la Salud**
OFICINA REGIONAL PARA LAS
Américas