



**Nutrición PA Y
Autoevaluación de
actividad física
PARA el cuidado infantil**

La receta del éxito:

Children's Express Inc.
Cresson, PA

Directora Ejecutiva
Rebecca Strunk

PA NAP SACC es una herramienta en línea para el mejoramiento continuo de la calidad muy fácil de usar que incluye una Autoevaluación, Planificación de los Pasos, Implementación y Reflexión. PA NAP SACC está diseñada para que los programas de primera infancia puedan evaluar y mejorar las prácticas de nutrición y actividad física así como las políticas de su centro, grupo u hogar de implementación.



Autoevaluación

La autoevaluación fue excelente ya que **aprendimos sobre las áreas que debíamos mejorar**. Por ejemplo, no teníamos muchas imágenes de alimentos saludables o pósteres de nutrición en nuestras aulas. Hablábamos sobre alimentos saludables y teníamos elementos en las áreas de juego pero no los exhibíamos en las aulas.

Medidas tomadas

Como parte de nuestro plan, el personal realizó dos cursos de capacitación sobre movimiento y cuerpos sanos. **Creamos paneles de anuncios con temas de alimentación saludable** para promover la nutrición. Reemplazamos los cupcakes por opciones más saludables en nuestra política de festejos de cumpleaños y **aumentamos nuestras frutas y verduras**.

Enlaces a las políticas

Trabajé con un asesor de salud que me ofreció unos recursos excelentes y nos ayudó a diseñar y completar la redacción de nuestra política nutricional. Gracias a los valiosos recursos que nos dio el asesor de salud, **podimos compartir la información con nuestros padres**.

Consejos para los demás

Nuestro personal aprendió mucho de esta experiencia y obtuvo muchas buenas ideas. **El proceso fue realmente sencillo y las instrucciones del sitio web fueron muy fáciles de seguir**. Además, descubrimos varios lugares de nuestro centro que podríamos mejorar.

¿Le interesa conocer más?

Visite panapsacc.org y comience su viaje al mejoramiento continuo de la calidad realizando las autoevaluaciones.

Esta publicación fue avalada por el Departamento de Salud de Pensilvania a través de las Medidas de Salud Pública del Estado para la Prevención y el Control de la Diabetes, Enfermedades Cardíacas, Obesidad y Factores de Riesgo Asociados, y para Promover el Subsidio de Salud Escolar y el Subsidio en Bloque para Servicios de Salud y Prevención financiados por los Centros de Control y Prevención de Enfermedades. Su contenido queda bajo exclusiva responsabilidad de los autores y no necesariamente representa la opinión oficial de los Centros de Control y Prevención de Enfermedades ni del Departamento de Salud y Servicios Humanos.