



**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, **pudimos 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](http://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.