



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

# La receta del éxito:

**JOY Center Christian Early Learning**  
Camp Hill, PA

**Directora**  
Melinda Glen

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

He sido docente o administradora de educación temprana por 34 años y creía que “lo sabía todo”. Error. Quedé satisfecha con todas las áreas de la autoevaluación menos con una. Fue duro enterarme de que “necesitaba mejorar”.

**Con la determinación de buscar siempre la excelencia, decidimos trabajar para hacer los cambios necesarios.**

## Medidas tomadas

Descubrimos que debíamos mejorar en cuanto al juego activo en interiores. Trabajé junto a una asesora de salud infantil extraordinaria. **Me mostró dónde encontrar modelos y plantillas para redactar una política y luego me acompañó, paso a paso, a lo largo del proceso.** ¡Fue todo un logro para JOY Center! Todo, incluida la actividad física y la nutrición, debe estar redactado por escrito en nuestro plan curricular y practicado a conciencia. El resultado positivo fue que la política escrita le dio, tanto a los padres como al personal docente, un marco a todos nuestros esfuerzos.

## Enlaces a las políticas

**Jamás había redactado una política sobre nutrición y actividades físicas. El trabajo conjunto con la asesora fue el motor de esta política tan necesaria.** Ella vio lo que teníamos y lo que necesitábamos y nos brindó un profundo apoyo a cada paso del camino. Ahora, busco incluir actividades en la planificación semanal de las clases y me aseguro de combinar actividades de interior y exterior para trabajar junto a los docentes y los niños en la ejercitación física.

## Consejos para los demás

¡Háganlo! **Tengan la valentía de autoevaluarse y luego hagan los cambios que necesiten para que su centro o entorno doméstico puedan ofrecer las mejores prácticas a nivel nacional para los niños.**

## ¿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.