

## Webinario Creación de un entorno alimentario saludable

April Powell: Bienvenidos a todos. Gracias por esperar. Mi nombre es April Powell y soy la gerente del programa del Centro Nacional de Salud y Bienestar en la Primera Infancia. Me complace darles la bienvenida a todos al webinar de hoy: Creación de un entorno saludable para la alimentación. Antes de comenzar, tengo un par de comentarios sobre administración interna. En primer lugar, todos los participantes estarán silenciados durante toda la parte de la presentación del webinar, y hay una presentación de diapositivas que se muestra en el sistema del webinar a la que solo los presentadores tendrán acceso. Si tienen una pregunta técnica o de contenido, escríbanla en el cuadro de texto. Veo que algunas personas se han presentado, no duden en usar ese cuadro de texto para hacer cualquier pregunta técnica o de contenido.

Algunas de las preguntas que formulen las responderemos de inmediato, y algunas las dejaremos para el final. Antes de finalizar el webinar, podrán acceder a su certificado en el cuadro de archivos para descargar. Y pueden ingresar su nombre y guardar el documento como constancia. Debajo del cuadro de archivos para descargar, verán algunos enlaces a los que haremos referencia durante el webinar. Y al finalizar el webinar, dejaremos la plataforma abierta solo unos minutos para que hagan su evaluación. Por favor, tómense un minuto para responder la encuesta al final del webinar. Por último, este webinar se está grabando, y se les enviará por correo electrónico una versión archivada poco después del webinar. También estará disponible a largo plazo en el sitio web E-C-L-K-C en un clic. Ahora les paso la palabra a nuestros oradores expertos.

Florence Rivera: Gracias, April. Soy Florence Rivera, del Centro Nacional de Salud y Bienestar en la Primera Infancia. Espero que todos me puedan oír bien. Si no pueden oír bien, usen el cuadro de texto para notificarnos. Como mencionó April, estarán silenciados. Pero no duden en escribir sus preguntas o si tienen alguna idea o comentario en particular a medida que tratamos el contenido de hoy. Trataré de estar atenta al cuadro de texto, para responder la mayor cantidad de preguntas que pueda a medida que avanzamos con las presentaciones para responder a sus preguntas relacionadas en tiempo real. Si no, trataré de responderlas al final de la presentación. En el peor de los casos, si no respondemos su pregunta, nos aseguraremos de hacer un seguimiento y darle la respuesta que necesita. Comencemos. Estamos hablando de crear un entorno saludable para la alimentación.

Aquí está. Y quiero comenzar antes de realmente hablar de lo que eso significa o qué implica, quiero señalar que la hora de la comida es mucho más que la comida. Los alimentos saludables son importantes para un entorno de alimentación saludable y son importantes para el desarrollo de un niño sano, pero no es lo único que la hora de la comida implica. Pensamos en el aspecto socioemocional para permitir que nuestros niños pequeños establezcan un vínculo con nosotros como proveedores de cuidado y educación en la primera infancia o también con sus miembros de la familia. También es una oportunidad para que desarrollen las habilidades motrices finas. No tenemos tiempo hoy para hablar de las diferentes áreas de aprendizaje y cómo se puede utilizar la hora de la comida como herramienta de aprendizaje, pero espero poder ofrecer pequeños fragmentos a medida que avanzamos para reflexionar más allá de la conformación del menú, qué tipo de comidas sirven a la hora de la comida.

Y un buen recurso que me gusta usar para pensar en esto es reflexionar sobre sus propias experiencias, particularmente en torno a celebrar un hito determinado con la familia o amigos u ofrecer consuelo en un momento de necesidad. Muy a menudo, esas experiencias se centran en la comida. Para demostrar el aspecto socioemocional, esa relación que tenemos con la comida. Otra pregunta que me gusta abordar cuando hablo con el personal es ¿cómo eran las comidas cuando usted era pequeño? Muchos de nosotros reflexionamos sobre nuestra propia infancia y las rutinas comunes que tuvimos. ¿Dónde se solían sentar? ¿Comían todos juntos? ¿Pasaban tiempo juntos e interactuaban o solían tener el televisor encendido? ¿Qué tipo de alimentos comían? Y

Lo importante sobre esta pregunta a medida que reflexionan sobre sus propios hábitos de su infancia es si son de veras un indicativo de cómo nos sentimos o si son un indicativo de cómo implementamos los entornos para la alimentación, no solo en nuestros propios hogares, sino en el entorno de nuestro programa.

Por lo tanto, si tuvieron un enfoque y una interacción muy positivos con la familia y los cuidadores regularmente a la hora de la comida, posiblemente sea más fácil involucrar a los niños pequeños en el entorno del programa con interacciones positivas. Si esta no ha sido su experiencia, es posible que les cueste un poco implementar esto. Espero que hoy podamos hablar un poco sobre eso y brindar sugerencias de algunas formas para hacer cambios o mejorar su entorno para la alimentación. Es posible que algunos de ustedes hayan crecido como miembros del club de limpiar todo el plato, ese tipo de mentalidad de que tenemos que terminar toda la comida en el plato o de lo contrario, estamos derrochando. Yo crecí con esa mentalidad y de veras me costó como adulto reprogramarme para prestar atención a las señales internas de hambre y saciedad. ¿De veras estoy comiendo hasta que mi cuerpo me dice que estoy satisfecha?

¿O presto atención a las señales externas, como si mi plato está vacío, no tengo más tiempo, lo que sucede con frecuencia cuando corremos de reunión en reunión? Y puede ser realmente difícil cambiar esta forma de pensar sobre la hora de la comida, y que no terminé hasta que mi plato está limpio. Por lo tanto, un buen primer paso cuando hablamos con el personal sobre cómo implementamos el entorno de la comida o cuando hablamos con las familias es reconocer que algunas de esas experiencias pueden afectar cómo implementamos esto en el programa o en el hogar. ¿Cómo creen que esto afecta la forma en la que come? Esta es una excelente pregunta de seguimiento. Específicamente, pienso en un ejemplo que sería, ¿alguna vez que estaban estresados comieron más de lo que necesitaban, o eligieron algo dulce o salado con un contenido más alto de grasa como recompensa o un mecanismo para manejar ese estrés?

Hablaremos un poco sobre la relación que afecta el entorno para la alimentación. Y luego la pregunta de seguimiento es ¿cómo les gustaría que los niños consideraran la comida? ¿Les gustaría que tuvieran la misma relación? ¿Quieren que relacionen el brócoli con un sufrimiento que tienen que atravesar para poder comer chocolate? ¿O limpiar el plato antes de estar realmente satisfechos? Ese tipo de cosas. Si pueden responder esta pregunta, es muy útil para avanzar y considerar qué tipo de habilidades queremos que nuestros niños pequeños tengan cuando piensan en la comida y cómo logran una alimentación saludable. Y, esencialmente, así es cómo diseñan su entorno para la alimentación. En realidad, nuestro punto aquí es que mucho de lo que somos y de dónde venimos y qué compartimos con nuestros niños se relaciona con la comida. Y hoy no tengo mucho tiempo para hablar sobre cómo la hora de la comida— Lo siento, Gloria. Me estoy riendo de tu comentario.

Sí, yo cocino para un ejército en lugar de solo lo que necesito, lo cual es muy buena observación. Y muchos de nosotros estamos programados para eso, en especial si venimos de familias numerosas. Y luego tratamos de ajustar la comida para familias más pequeñas. Gracias por mencionarlo. Entonces, cómo usar la hora de la comida como una forma de apoyar el desarrollo y aprendizaje del niño es una pregunta que me gusta plantear a nuestro personal docente. Realmente no debería ser cuando preparan su entorno para la alimentación, algo adicional que hacen o un tiempo fuera del plan de lecciones o cómo alcanzar sus metas de aprendizaje. Debe ser parte de su plan de lecciones, porque puede alcanzar sus metas de aprendizaje utilizando la hora de la comida. Por ejemplo, hablé sobre el desarrollo de las habilidades motrices finas hace solo un minuto o las relaciones socioemocionales. ¿Aprendemos cómo compartir? ¿Aprendemos cómo pasar la comida?

¿Aprendemos buenos modales? Por favor y gracias. Toda esa negociación, relación y negociación, es realmente importante a la hora de la comida. Especialmente para los niños del nacimiento a los 3 años, una gran parte de lo que hacemos se trata realmente de alimentarlos, limpiar y prepararnos para volver a alimentarlos, esto es un punto crucial de cómo desarrollamos una parte de esa relación. Además, hay otras áreas que usamos a la hora de la comida. La cognición. Nuestros niños mayores aprenden sobre la percepción espacial cuando les pedimos que se

sirvan la comida ellos mismos o que se viertan su propia leche o agua en un vaso. E incluso con los niños más pequeños, la percepción espacial en cuanto a si practican la habilidad para comer solos. ¿Soy capaz de levantar un tenedor y juzgar qué tan lejos o cómo llevármelo a la boca y así sucesivamente? Otras áreas de aprendizaje en torno al idioma y la lectoescritura. Les enseñamos palabras, les enseñamos nuevos colores.

Les damos la oportunidad de explorar los alimentos en un entorno seguro, y luego matemáticas, por supuesto. Contar, clasificar formas, etcétera. Desafortunadamente, no tengo mucho tiempo hoy, porque queremos mostrarles dos nuevas herramientas, que creo que no hemos mencionado antes. En los enlaces que brindamos además de la encuesta de opinión, están los enlaces directos a dos herramientas que señalaremos aquí al final con respecto a cómo hacemos esto. ¿Cómo pueden evaluar si su programa está implementando o no un entorno positivo para la alimentación? Este es un dato que me gustaría señalar. La bibliografía nos indica que, a los 2 años, los niños pequeños han asimilado los hábitos de alimentación de su familia. Esto es muy importante por varias razones. Espero que podamos definir algunos puntos importantes.

Uno puede ser que probablemente conozcamos muy bien los hábitos de alimentación de las familias que atendemos, y sabemos muy bien que tal vez esos hábitos no sean tan saludables como deberían ser. Si consideramos que nuestros niños de 2 años comen de la misma manera que algunas de las familias que atendemos puede ser algo alarmante, especialmente cuando empezamos a hablar de nutrientes específicos que se necesitan en la primera infancia para apoyar el desarrollo del cerebro y el crecimiento saludable. Sabemos que si la dieta consiste en bebidas endulzadas con azúcar y comida chatarra o procesada, no tenemos una fuente constante de los nutrientes específicos que buscamos como, por ejemplo, hierro o vitamina B, ácido fólico y otros. Si no tenemos alimentos saludables con regularidad en la dieta, nuestros niños pequeños no reciben la cantidad suficiente para desarrollar el cerebro y el cuerpo de la manera que necesitan.

Lo segundo que espero que retengan de esta afirmación es que nunca es demasiado temprano para adquirir hábitos saludables. No debemos esperar hasta que el niño esté en kindergarten o en la escuela para hablarles a los niños sobre esto. En realidad, debemos hablar sobre esto por— si hablo con personas de Early Head Start, cuando inscriben a las madres embarazadas, entonces es cuando deben hablar sobre esto. Los alimentos que comen de hecho afectan las preferencias alimentarias del bebé más adelante. Y lo que es interesante al hablar de comenzar tan temprano es que en realidad vemos que surgen patrones de alimentación para adultos o familias alrededor de los 9 meses de edad. Y si tenemos a maestros en el teléfono hoy, espero que puedan alcanzar el hito de desarrollo que estamos buscando alrededor de los 9 meses, que es el desarrollo del agarre de pinza, la habilidad de agarrar algo con el dedo índice y el pulgar, objetos pequeños.

Suelen ser cosas como Cheerios o refrigerios más inflados. Entonces, vemos que los hábitos saludables comienzan a los 6 meses cuando introducimos los alimentos sólidos. Vemos mucho consumo de frutas y verduras. Sin embargo, a los 9 meses vemos el desarrollo del agarre de pinza, y de pronto el consumo de estas frutas y vegetales cae. El consumo cae, y empiezan a comer muchos más carbohidratos y luego asimilan los hábitos de alimentación de su familia. Entonces, en realidad, eligen los mismos alimentos que hay en los platos de su familia o también comparten las comidas. Por lo tanto, en resumen, nunca es demasiado temprano para adquirir estos hábitos saludables, realmente debemos hablar sobre esto lo antes posible, en cuanto ingresan a su programa. Y lo tercero y último que espero que retengan de esta afirmación es el hecho de que adquirimos los hábitos familiares juntos. No podemos tratar los hábitos de alimentación del niño como algo separado.

Entonces, cuando piensen en el entorno para la alimentación en su programa, que es principalmente en lo que nos enfocamos hoy, es realmente útil también pensar en cómo esto debe ocurrir en el hogar y no solo para ese niño de forma individual sino para toda la familia junta, que este es un esfuerzo de grupo y no podemos hacer que aumente el consumo de frutas y verduras en los niños pequeños sin hacer que aumente el consumo de frutas y verduras de sus familias. Para los que compran y preparan las comidas y demás, esto no es una actividad aislada en

lo absoluto. Bien, así más o menos sentamos la base de por qué estamos aquí y por qué hablaremos del entorno para la alimentación, y de otros factores que intervienen en el entorno para la alimentación. ¿Qué es un entorno para la alimentación? Espero que sea evitar la mentalidad de limpiar todo el plato. Se trata de alentar a los niños a escuchar sus propias señales de hambre y saciedad.

Por lo tanto, los niños pueden leer sus señales. Se les brinda la oportunidad de determinar si— Lo siento, estoy leyendo, Gloria también dice que tiene un plato contento. Eso me saca de las casillas. Por lo tanto, alentar a los niños a escuchar sus propias señales de hambre y saciedad. Entonces, me gustaría referirme a esto, y hablaremos sobre esto en un minuto. De hecho se trata de una alimentación perceptiva, que se puede resumir en que el padre provee o usted provee y el niño decide. Por lo tanto, los niños son responsables de decidir si comerán, si comerán o no, cuánto comerán, etcétera. Como dije, hablaré sobre esto en breve. Pero este tercer punto es que estamos creando este efecto positivo en las preferencias alimentarias del niño, que realmente vemos cuando creamos este entorno positivo para la alimentación, donde los niños tienen la oportunidad de poner en práctica su independencia, para tomar sus propias decisiones, para decidir si tienen hambre o si están satisfechos, que realmente tienen mejores resultados.

Que es más probable que prueben nuevas comidas, que asocien ese entorno positivo para la alimentación con comer las comidas saludables que les estamos ofreciendo. Sí, Charlie. Hablaremos sobre el mordisco de agradecimiento. Gracias. Me aseguraré de hablar sobre eso, porque tenemos, por supuesto, la preocupación con respecto a las regulaciones CACFP y la alimentación perceptiva. No se preocupen, que me aseguraré de hablar sobre eso. La ciencia nos ha demostrado que cuando creamos ese entorno realmente positivo, les brindamos a los niños un camino apropiado en términos de desarrollo para probar nuevas comidas y explorar los alimentos. Por otro lado, cuando tenemos un entorno que es muy restrictivo o directivo, cuando les decimos que tienen que comer, que deben limpiar el plato, tienen que probar esto, etcétera, observamos que los niños esencialmente se rebelan. Y comienzan a asociar esa experiencia con ese alimento.

Entonces, muchas veces un vegetal se convierte en una experiencia que han tenido y que ha sido muy desagradable. Por lo tanto, sería un descuido si no hablo un minuto sobre la comida estilo familiar, porque sin duda este es un componente de nuestro entorno para la alimentación que brinda comidas en un estilo familiar. Por supuesto, reconoceré que para mis programas de Head Start ya no se requiere que hagan esto, pero se les alienta. No obstante, siempre se les alienta si se trata de programas de Head Start de cuidado infantil o cuidado infantil familiar a través de las normas del Cuidado de nuestros niños y a través de sus patrones de comida de CACFP, si se le reembolsa a través de esos requisitos, siempre han promovido las comidas estilo familiar. No obstante, no son un requisito. Entonces, si hacen esto, esta es la logística general que quiero asegurarme de cubrir aquí. Y luego hablaremos un poco sobre lo que significa, porque la mayoría de los programas hacen estas cosas en esta diapositiva.

Pueden marcar estos casilleros. Se consideran muy manejables y fáciles de implementar. Se trata del entorno y organizar un entorno que sea muy positivo y que reconozca nuestras propias experiencias lo que es más difícil, por supuesto. Entonces, debemos asegurarnos de involucrar a los niños, esperamos que nuestros niños en edad preescolar laven y pongan la mesa, lleven la comida a la mesa, pasen o compartan la comida y puedan limpiar. Para los niños pequeños, por supuesto, esto es un poco más complicado y sus maestros u otros miembros del personal podrán determinar el nivel de participación según el logro de desarrollo de nuestros niños pequeños. Y el ejemplo de los adultos, esto es un punto realmente difícil, también. A la mayoría de los programas les cuesta algún aspecto del ejemplo de los adultos. Espero que tenga al menos un adulto, y quiero tener cuidado y no decir maestro aquí, porque si ofrece a los miembros del personal un período de descanso durante el día, en general es durante el período de comida, por lo que podría tener a otro personal para esto.

Y sentarse, preferentemente comer los mismos alimentos con los niños. Entonces, no traer bebidas de afuera, dejar los teléfonos, y dar el ejemplo de algunas de las conductas. Por lo tanto, probamos comida que al personal le puede o no gustar, lo que puede ser realmente difícil, pedirles a los adultos que hagan esto. Y sé que terminó siendo un problema común que surgió cuando cambiamos los patrones de la comida hace un par de años. Mucho de esto surgió con respecto a los ejemplos de los adultos, algunos de estos cambios también, y hubo opiniones en torno a estos menús más saludables. Y ya hemos hablado sobre esto, los niños deciden si quieren comer, qué comer y cuánto comer. Y espero que estén usando bols, platos y utensilios del tamaño de la porción para niños, uno de los mecanismos para que los niños visualicen una porción adecuada para ellos.

Disculpen, denme un minuto. Disculpen, tuve un problema técnico, pero ya estoy de regreso. Estamos hablando de bols, platos y utensilios del tamaño de la porción para niños, para que los niños puedan visualizar una porción adecuada para ellos, y el personal también. Si usamos platos demasiado grandes o bols demasiado grandes, es muy difícil para los adultos darse cuenta de cuál es el tamaño de porción adecuado. Además, usamos tazas medidoras que también son un indicativo de una porción para niños pequeños y niños en edad preescolar, un cuarto de taza o media taza. Sheryl ha compartido un comentario aquí. Cuando sé que un niño es quisquilloso con la comida, solo coloco de uno a tres artículos de comida en el plato para que pueda sentir la satisfacción de comer, y creo que es una excelente idea, Sheryl. Gracias por compartir. Siempre es más fácil tener cantidades manejables para un niño pequeño, para no presionarlo a probar algo que parece insuperable.

Por lo tanto, es una maravillosa sugerencia, que sigan surgiendo. Gracias por compartir. Tengo una pregunta aquí, ¿cómo afecta las prácticas de CACFP? Si hablamos de pequeñas cantidades. Entonces hablaremos sobre esto aquí. Los programas con frecuencia tienen preguntas sobre ¿cómo permito que un niño decida si comerá o no y qué alimentos comerá y aun recibir el reembolso por patrón de comida? Por eso creo que alguien aquí, tengo que desplazarme hacia arriba, pero alguien había mencionado que lo hace con los resultados del club de los dos mordiscos, donde se alienta a cada niño a poner comida en su plato, pero no se le obliga a comer. Y esa es la frecuencia con la que los programas pueden equilibrar esas dos preocupaciones, que no estamos obligando a los niños pequeños a probar algo, pero reconocemos la necesidad de reembolso de los alimentos que ya ha preparado. Luego tenemos pequeños grupos de cinco a siete que espero que ya estén aplicando.

Si están evaluando un cambio logístico, sin duda me aseguraría de tener un miembro del personal cada cinco a siete en grupos pequeños, tratando de organizar la hora de la comida. Cualquier cosa superior a eso sería todo un desafío, especialmente para nuestros niños pequeños. A Patricia le gustaría más información sobre los quisquillosos con la comida durante este webinar. Haré lo posible, pero por favor, háganme saber si no respondo alguna pregunta específica. No tengo ningún problema en responderlas. Bueno, algunos beneficios para los niños. Brindamos una estructura y expectativas que realmente los preparan para el éxito en kindergarten. Se espera que coman en grupos más grandes en el kindergarten dependiendo del sistema escolar de su comunidad y necesitarán el éxito y estas rutinas y expectativas claras para que tengan éxito. Están desarrollando independencia, que es algo realmente importante para recordar aquí, que es apropiado para la edad, algo que debemos esperar en nuestros niños pequeños en este grupo de edad y también recordárselo a las familias.

Que los quisquillosos con la comida es generalmente, para quienes tenían preguntas sobre qué es ser quisquilloso con la comida, generalmente se asocia con este hito de desarrollo, por lo que debemos esperar esto. La comida [Inaudible], quieren comer lo mismo una y otra vez, o cuando aceptan una comida un día y luego la rechazan al día siguiente, todo esto es parte del desarrollo normal. Nuestro trabajo es brindar ese entorno donde puedan explorar y rechazar una comida, y luego más adelante aceptarla. No estamos creando este entorno que les enseña que una comida es mejor que la otra. Mejoramos el desarrollo de las habilidades motrices, el idioma y las habilidades sociales, y creo que hablamos sobre esto un poco antes. Y desarrolla su autoestima, que se relaciona con su confianza y luego se relaciona con su motivación intrínseca. Para mis educadores en el teléfono, sabemos que la

motivación intrínseca es tan importante para nuestros estudiantes de educación temprana en torno a tener la confianza para probar esa actividad en el aula que es un poco más difícil y que aún no han dominado.

Y más adelante, en edad escolar, se trata de ese niño que tiene más confianza para levantar la mano y responder la pregunta, etcétera. Espero que estén encontrando algunos beneficios para el personal y para las familias de un entorno que no sea temible ni para ustedes como personal ni en el hogar. Que estén creando este entorno que les da permiso para sentirse bien con respecto a si el niño ha comido todo el plato o no. Y diré esto desde la perspectiva de un padre, esta es una de las pocas oportunidades que tengo como padre cuando puedo decir no y sentirme bien al respecto, de que he hecho lo correcto, que les he ofrecido a mis hijos una comida saludable y cuando la rechazaron, como se espera en términos de desarrollo, me siento muy cómoda para decir, bueno, eso es lo que ofrezco para la cena. No voy a preparar otra cosa.

Y cuando tengan hambre, esta es la comida que les ofreceré. Y en muchos casos como padre, este realmente no es el caso. Uno siempre duda de sus decisiones, y este es uno de los pocos casos cuando uno dice, no, realmente hice lo correcto. Y para el personal, también permite que se alivie un poco de la presión. Hay un comentario aquí que quiero abordar. He oído decir que los niños no van a dejarse morir de hambre. También me gusta decir que no van a hacer una huelga de hambre. Pero especialistas me han informado que algunos niños han rechazado la comida hasta el punto de adelgazar y tener bajo peso. Por lo tanto, este es un buen comentario, porque hay mucha ansiedad al respecto. Diré que he visto a niños que han hecho largas huelgas de hambre con respecto a comer en el entorno del programa si la comida es muy diferente a lo que se les sirve. Y en mi opinión, se relaciona menos con los alimentos que se les sirven y más con el desarrollo socioemocional del niño.

En realidad esto ocurre con frecuencia con niños que pueden estar experimentando un trauma o en comunidades con violencia. Entonces podrían estar teniendo problema para encontrar un lugar de control, y dónde pueden mostrar independencia y estar seguros. Esto puede ser algo para tratar con un profesional de la salud mental o un trabajador de servicios para la familia. Este es un caso especial que trasciende lo que llamaré una experiencia típica. Pero ciertamente no está fuera del ámbito de lo posible. Bien, otros beneficios. Es su oportunidad de hablar con los niños. Nuevamente como padre, en general es mi primera vez en el día para hablar con mis hijos. Es mi oportunidad de ser padre. En cuanto al personal, también es la oportunidad que tienen para aprender un poco sobre ellos. Como personal, ustedes pasan la mayor parte del día dando directivas, diciéndoles a los niños qué hacer, y guiando el plan de lecciones.

Y esta es su oportunidad de escucharlos y apoyarlos desde un segundo plano. Y quiero regresar a hablar sobre el segundo punto rápidamente. Es una estrategia para desalentar al quisquilloso para comer. Entonces, si tiene al quisquilloso con la comida, no es solo su entorno de alimentación, del que hablamos hace un minuto, más propicio para que el niño pruebe y explore nuevos alimentos para que esté más dispuesto en un entorno positivo para la alimentación, también tiene otras estrategias. Mi otra pregunta sobre los quisquillosos con la comida es si otra estrategia es si sentar a un niño que es quisquilloso con la comida junto a un niño que come bien hará que pruebe más alimentos o coma más alimentos. Y creo que hemos hablado sobre esto, y mejorará. Voy a mi último punto, porque quiero asegurarme de darle a Stephanie suficiente tiempo para hacer hincapié en los recursos— si mejora las conductas a la hora de comer. Cuando los niños tienen expectativas claras de cómo se espera que actúen, qué viene después, observarán estas mejoras en la conducta a la hora de comer.

Y si hay otro pequeño detalle que se pueden llevar de aquí hoy, son las rutinas sólidas antes de la hora de la comida y después de la hora de la comida, lo que es extremadamente importante para el éxito de su entorno para la alimentación. Bien, siento que he revelado un secreto, porque hemos dado vueltas al respecto. La alimentación perceptiva. Espero que hayan escuchado al respecto antes. Ustedes son responsables de ofrecer alimentos y refrigerios saludables a los niños, y por eso espero que cuenten con un dietista certificado, otro nutricionista que revise sus menús para proporcionar las comidas más saludables posibles dentro de su presupuesto. Y luego los

niños son responsables de decidir si van a comer o no, cuáles de esos alimentos van a comer, y cuánto de esos alimentos saludables les gustaría comer. Y así hemos resumido el concepto de usted provee, el niño decide. Esto es realmente importante, y comienza en el primer año de vida.

Y observarán aquí, estos gráficos son sobre el primer año de vida. Los resaltaré ahora aquí. El niño da una señal de hambre o saciedad, y su padre reconoce y responde a esas señales. Y eso significa el cuidador también. Para aquellos que atienden a bebés y niños pequeños, los alimentan a demanda, y así responde a esas señales de hambre y saciedad. Y desarrolla esa relación. El niño sabe que se abordarán sus necesidades de forma regular. Algunos de los beneficios de esta alimentación perceptiva— Creo que hemos hablado mucho ya sobre esto. Apoya la autorregulación, y eso significa que el niño busca y recibe apoyo y presta atención a esas señales internas de hambre y saciedad, que se les alienta a hacer eso. Y quiero asegurarme de hacer algunas sugerencias reales para poder hacer esto en solo unas diapositivas. Y así se desarrolla apego, como hemos hablado. Y apoya la habilidad de regular el consumo de alimentos en la adultez.

Cuando comenzamos la conversación hoy con preguntas sobre la autorreflexión, muchos de nosotros tal vez reconocimos en nosotros la inhabilidad de regular el consumo de comida en la adultez. Cuando comemos un poco más de lo que necesitamos o cuando comemos por estrés, comemos de manera emocional, son indicativos de nuestra falta de capacidad de autorregular y prestar atención a esas señales internas. Hablaré sobre esto brevemente, se espera que los bebés, especialmente desde el nacimiento hasta los 6 meses, solo tomen leche materna o fórmula. Entonces, no les damos leche de vaca u otras cosas para reemplazar eso. Se les sostiene cuando se les alimenta a demanda. Lo interesante es que pasamos la mayor parte de nuestro tiempo, sobre todo en los primeros meses de vida, solo alimentando a los niños pequeños y luego los hacemos dormir nuevamente. Por lo tanto, apoyar el biberón en un objeto nos quita nuestra habilidad de establecer un vínculo con ellos y desarrollar la relación.

E incluyo este punto aquí sobre no dar agua durante los primeros 4 meses. Leo entre 4 y 6 meses, pero quiero ser muy clara, porque parece ser un concepto erróneo común para las familias. No les leeré todas las señales de hambre y saciedad, pero quería asegurarme de que las tengan. Pienso que es realmente interesante para las familias, aunque espero que nuestro personal también pueda hacer esto, es que a menudo cuando trabajo con una familia y pregunto: ¿Pueden decirme cómo su bebé expresa que tiene hambre? Pueden enumerar la mayoría de estas cosas aquí en los primeros meses. Cuando pregunto cómo el bebé les dice que está satisfecho, les cuesta un poco más esa pregunta. Y, por eso, es una buena pregunta. Si hace una evaluación de la nutrición con las familias durante la inscripción y regularmente a lo largo de los servicios del programa, resulta realmente útil hacer estas preguntas por separado.

Y nuevamente, no voy a leerles todas, pero comenzamos a avanzar un poco más a los 3 a 6 meses, y luego queremos hablar un poco sobre el niño que está preparado en términos de desarrollo para la comida sólida. Recomendamos que se introduzca comida sólida a los 6 meses. En general, los alimentos en puré que se preparan en el hogar o que se compran en una tienda. Y hay indicadores del desarrollo específicos que debemos observar cuando un bebé está listo para sólidos. Entonces, ¿cómo dicen que están preparados? Y les ofrezco varias formas diferentes para hablar sobre esto con las familias. El reflejo de empuje de la lengua empieza a desaparecer, por lo que probablemente no le preguntaría eso a la familia, pero diría algo o incluso a veces con el personal. Pero si les ponemos la comida en frente de la boca, ¿la empujan con la lengua? ¿Pueden tomar la comida sin empujarla con la lengua, y pueden moverla hacia la parte de atrás de la boca y tragar sin ahogarse?

Pueden sentarse con apoyo y tener buen control de la cabeza y el cuello. Esos son los indicadores que realmente estamos buscando. Andrea, quiero responder tu pregunta aquí. Para la alimentación de bebés, ¿qué sucede si el padre solicita mezclar leche materna con fórmula en el mismo biberón? No recomiendo esto, porque tenemos mucho— y tampoco CACFP que notan aquí, porque hay muchas cuestiones de seguridad de los alimentos. Y

también puede ser difícil saber cuánto están tomando de cada uno y demás. Entonces, no recomendaría hacerlo, y me gustaría saber por qué el padre considera que es importante, en lugar de dar dos biberones separados. Por lo tanto, las señales de hambre y saciedad de 6 a 9 meses son un poco más avanzadas. Y recuerde, a los 9 meses es cuando vemos el indicador de desarrollo del agarre de pinza, y es cuando vemos el cambio en los hábitos de alimentación. Estoy tratando de prestar atención al tiempo para no apresurar a Stephanie más adelante cuando esté mostrando los recursos.

Pero quiero hablar sobre nuestros niños pequeños y niños en edad preescolar. ¿Qué significa tener un entorno positivo para la alimentación para un niño pequeño o un niño en edad preescolar? Se espera que se sienten en la mesa, que tengan contacto visual con los niños. Tiene expectativas claras y rutinas establecidas. Algo que recomiendo mucho si aún no lo hacen en el entorno del programa— y si lo hacen en el entorno del programa, asegurarse de que las familias lo puedan hacer en el hogar— colgar fotos de la rutina de la hora de la comida en el entorno para la alimentación o incluso en el aula, dependiendo de cómo se establece la rutina en cuanto a nos lavamos las manos, ponemos la mesa, luego comemos. Limpiamos, cantamos una canción, etcétera. Colgamos fotos para que podamos indicar visualmente a los niños qué viene después. Y luego el miembro del personal puede guiarlos al respecto también.

Y lo mismo aquí. Aún alentamos a nuestros niños a prestar atención a las señales de hambre y saciedad, y participar de un estilo de conversación recíproca positiva. Permítanme seguir adelante, mi próxima diapositiva aquí. Es interesante que a menudo pensamos que hacemos esto. Pensamos que marcamos todos estos casilleros. Que me siento en la misma mesa, tengo una rutina muy clara, soy muy claro con respecto a mis expectativas. Y hablo con los niños, y tenemos una conversación agradable. Pero a menudo decimos— y no estoy inventando esto. Sacamos esto de las publicaciones y de las observaciones del personal. A menudo usamos estas palabras. Come más de esto. ¿Puedes, por favor, comer un bocado más? Y luego en el hogar, tenemos la tendencia de usar la comida como recompensa o castigo. Debes comer toda la espinaca antes de comer el postre.

En cambio, deben asegurarse de que el personal use palabras como estas. Sus observaciones deben incluir palabras como ¿estás satisfecho? ¿Has comido lo suficiente? Y mi favorita, ¿cómo te sientes la barriga? ¿Tiene suficiente comida o te gustaría comer más? Lo mismo para los padres. Espero que no hagan esto en un entorno del programa pero los padres suelen hacer esto. Y no es algo intencional. Todos lo hacemos con nosotros mismos. Si hago ejercicio, puedo beber esa gaseosa que quiero, o la copa de vino, lo que sea. Por lo tanto, todos hacemos esto con nosotros mismos, pero tenemos que prestar mucha atención con lo que les enseñamos a nuestros niños pequeños, cómo se les enseña a pensar en la comida. Entonces, a menudo tenemos el concepto de si pruebas un bocado de este vegetal, podrás comer postre, o si no recoges tus juguetes, entonces no podrás tener el refrigerio que quieres. Tratar de equipar a los padres con cosas para decir— aquí es donde debemos equipar al personal con cosas para decir.

Recuerden las primeras diapositivas, probablemente todos estemos programados un poco diferente a pensar con respecto a la comida, y esto puede ser un cambio de paradigma para nosotros en cuanto a cómo consideramos los alimentos y cómo apoyamos a los niños pequeños a considerar la comida. Y nuevamente, no voy a leerles todo esto, pero necesitarán un poco de paciencia. Probablemente esté predicando a los conversos aquí, y diré que el personal de educación temprana, donde sea que estén, ya tienen una paciencia infinita. Hemos hablado de minimizar las distracciones. Recordarles a los padres que cuando hacen esto en casa, son maestros también. Empoderarlos para involucrar a su hijo en algunas de las oportunidades de aprendizaje de las que hablamos antes. Pero mi último punto es probablemente el más importante o el principal, porque es donde los programas se resisten. Darles a los niños el tiempo suficiente, pero sin obligarlos a sentarse, por supuesto. Dar 30 minutos para los refrigerios, 45 minutos para las comidas.

Eso parece ser un poco problemático para algunos programas, pero les recomiendo encarecidamente, sobre todo si usan la hora de la comida como parte del plan de lecciones, que tengan suficiente tiempo para que los niños coman. Entonces, 30 minutos para los refrigerios, 45 minutos para las comidas. Desafortunadamente, no tengo mucho tiempo. Sí, eso es mucho más de lo que ofrecemos. Y siento que muchos programas han dicho eso también. E incluso he dicho que no es posible. Pero nuestros niños pequeños necesitan ese tiempo para explorar sus alimentos, para estar dispuestos a probar nuevas comidas, y tener ese entorno. Si no sacan nada, realmente vuelvan con el personal del programa y piensen, ¿hay opciones para agregar más tiempo? Y puede no ser, al principio, 45 minutos para las comidas, pero digamos que ofrecen 20 o 25 minutos, ¿pueden ofrecer 30 minutos? Gracias por mencionarlo. No tengo mucho tiempo para hablar sobre la inseguridad alimentaria hoy, pero afecta el entorno para la alimentación.

Y cómo organizan el entorno para la alimentación es fundamental para apoyar al niño con respecto a la inseguridad alimentaria. Y Jessica, no, no aliento a los niños pequeños a picotear a lo largo del día por varias razones. Primero, quiero que vengan a la mesa con hambre para que se establezca un entorno positivo para la alimentación en el que de verdad coman. Tradicionalmente, nuestras opciones de refrigerios cuando picotean tienden a ser carbohidratos simples. Tienden a ser más bocadillos de queso y galletitas con forma de animales, etcétera y no solo en el entorno del programa, que no sé si tendrán la oportunidad de permitir que los niños pequeños picoteen, sino en el hogar, llevan consigo el vaso antiderrame con jugo o leche todo el día, y entonces no tienen hambre a la hora de la comida. Entonces, no, en general no recomiendo que picoteen. Preguntas sobre la inseguridad alimentaria. ¿Su familia puede afrontar el gasto de comidas balanceadas? ¿Reducen el tamaño de las comidas?

Si reducen la calidad y la variedad de la dieta puede ser un indicativo de inseguridad alimentaria. Lo interesante aquí y la razón por la que quiero incluir esto es porque me hacen muchas preguntas con respecto a ¿qué sucede con el niño que tiene un IMC muy alto, estamos hablando de niños de 2 a 5 años, que quiere seguir sirviéndose más y más comida? Las porciones están fuera de control, y es cuatro o cinco o seis porciones. Y en general presiono un poco y digo: Tal vez se trata de un niño con inseguridad alimentaria, y podría tratarse en realidad de ansiedad de tener suficiente comida. Porque incluso nuestros niños con IMC altos muy a menudo pueden sufrir de inseguridad alimentaria. Y el entorno para la alimentación es una excelente manera para apoyar al niño con inseguridad alimentaria con rutinas sólidas, y ayudarlos a entender que habrá suficiente comida, y que recibirán suficiente comida de manera regular en el programa.

Entonces, estas son solo algunas preguntas de evaluación de ejemplo si realiza una evaluación de la nutrición durante el programa. E incluso si no la hace, es útil identificar a las familias que podrían tener inseguridad alimentaria para poder derivarlas a recursos de la comunidad. Por supuesto, no hagan preguntas a menos que tengan los recursos preparados para compartir con las familias. Y si no hay ningún recurso en su comunidad, aun así puede ser útil saber en caso de que exista alguna manera para apoyar a las familias. Bueno, voy a pasarle la palabra a Stephanie en un momento, pero realmente la mejor manera de entender si su programa establece o no un entorno para la alimentación es evaluar el programa.

Deben ir y realmente observar qué sucede en el entorno a la hora de comer. Y hay varias herramientas validadas para hacerlo. Y Stephanie, mi colega, presentará una autoevaluación que también los ayudará. Pero asegúrense de hacer estas preguntas. ¿Cómo hacen los maestros para que los niños participen durante la hora de la comida? ¿Se utiliza como una herramienta de aprendizaje? ¿Dan el ejemplo? ¿El personal sabe cuáles son los tamaños de porción apropiados para los niños de 2 años y de 4 años? Bueno, le paso la palabra a mi colega Stephanie Womack, que compartirá recursos con ustedes.

Stephanie Womack: Gracias, Florence. Muy bien, sí, solo queremos repasar algunos recursos que tenemos disponibles hoy en día. Estamos solucionando un problema técnico. Gracias. Espero que esto sea algo que vieron o

escucharon antes. Tenemos que ingresar al enlace en el cuadro de enlaces, y ya he notado que algunas personas han descargado o están viéndolo. Entonces, esta es la versión en PDF de la herramienta de autoevaluación del entorno positivo para la alimentación que tenemos. Y en realidad tiene la intención de servir de guía a la versión interactiva que demostraremos un poco más adelante. Esto se puede utilizar para debates entre el personal, para la planificación de política, y para enfocarnos en las conductas de referencia a la hora de la comida. Creo que alguien preguntó cuál es la diferencia entre esta herramienta y Knapsack. Knapsack es una herramienta de evaluación muy formal, y esta en realidad tiene la intención de observar las prácticas básicas.

Obviamente, pueden utilizar algunas de las otras herramientas. Pero queremos repasar esta versión de la herramienta y también repasar la versión interactiva para que puedan ver cómo se complementan entre sí. Entonces, la versión en PDF, pueden ver que es muy breve. Tiene la intención de ser fácil de usar. Está realmente diseñada para evaluar la disponibilidad de alimentos nutritivos y saludables y el entorno de la hora de comer en sí. Hay cinco secciones en la herramienta, y vemos frutas, vegetales, bebidas, selección del menú y el rol del proveedor de ECE que prepara esta comida y refrigerio. Y pueden ver que debajo de cada afirmación hay tres opciones para que evalúen el nivel de frecuencia de actividad en esas áreas o conducta. Entonces, tienen la opción de frecuentemente, a veces o nunca. Y luego también pueden ver el último cuadro para listo para comenzar, que realmente puede ayudarlos a determinar su área de enfoque cuando tienen debates entre el personal o cuando están considerando cambiar algunas políticas para apoyarlos en estas áreas.

Y serán realmente importantes cuando lleguemos a la versión interactiva de la herramienta para ayudar a guiarlos. También hay una hoja de trabajo de planificación para esta versión en PDF del plan de acción, donde pueden ver que hay algunos ejemplos de objetivos que tal vez quieran considerar, algunas medidas, cómo el entorno del programa necesita establecerse para apoyar esto y políticas adicionales, y también quién es responsable. Todos son pasos importantes al pensar en tomar un plan o trabajar un plan con su personal y otras personas que puedan estar involucradas para realmente resaltar qué harán y para asignar quién será responsable y que sea tangible con algunos datos. Entonces, pueden encontrar estos recursos en ECLKC, y también tenemos los enlaces a estos recursos que hemos mencionado en los cuadros de enlaces aquí en la plataforma del webinar.

Pero solo deben ir ahí, ingresar la herramienta de alimentación positiva en el cuadro de búsqueda, y luego obtendrán una lista de recursos que incluyen el PDF. Y también los llevará a la versión interactiva de la herramienta. Entonces, queremos pasar lo que nos queda de tiempo resaltando y repasando esto. Y sé que nos acercamos a la hora, y también quiero dedicar al menos un poco de tiempo para las preguntas. Por lo tanto, solo haremos una breve demostración. Y nuevamente, esto es un reflejo de la versión en PDF de la herramienta. Pero esta herramienta realmente nos permite analizar en detalle para aprender sobre algunas de las buenas prácticas en relación con el tema que ya hemos hablado, en relación con las frutas, los vegetales, las bebidas, etcétera. Y realmente pensar y planificar algunos próximos pasos importantes para crear un entorno para la alimentación más positivo. Cuando lleguen a la herramienta, también verán cuando ingresan, que pueden volver al enlace de la evaluación en PDF allí en la herramienta interactiva.

Y realmente los alentamos a completar esa versión en PDF primero, porque realmente los ayudará a enfocarse en lo que consideran es la mejor área para su programa en ese momento y poder avanzar con la herramienta un poco más rápido. Pero no significa que tienen que apresurarse con la herramienta, porque siempre pueden regresar al plan de acción interactivo. En la siguiente página, verán información básica de introducción y cómo funciona la herramienta. Y también los alentamos a elegir una sección a la vez para analizar y trabajar, y esto es por dos razones realmente. Una, porque el cambio lleva tiempo, y dos, porque pueden continuar regresando a la herramienta. Los alentamos a usar el PDF para realizar una evaluación básica y luego usar el plan de acción interactivo para comprobar dónde están, para realmente elaborar el plan y luego tal vez, regresar.

Si tienen algunas metas para un mes, seis meses, vuelvan al plan de acción para comprobar cómo están y dónde están. Por lo tanto, la intención es que regresen y usen la herramienta una y otra vez. Se les pedirá que seleccionen qué tipo de programa representa con más precisión cómo ven su programa, porque la herramienta se puede personalizar un poco según el tipo de programa. Entonces, también es un paso importante que se debe seguir. Y solo para avanzar, seleccionaremos cuidado basado en centros. Hagan clic en continuar. Y también para avanzar, seleccionaremos frutas aquí. Y lo que los impulsará a trabajar es si están viendo la versión en PDF de la herramienta, las áreas donde marcaron nunca y listo para comenzar, esas son las áreas en las que deben enfocarse cuando van a su plan de acción. Entonces, seleccionaremos frutas aquí, y verán que una vez que hacen una selección para lo que quieren trabajar, obtendrán información adicional sobre el valor de las frutas y algunas instrucciones sobre cómo comenzar a crear su plan.

La siguiente sección es donde obtienen un poco más de información general sobre los estándares que sirven de guía para esta sección en particular, y las prácticas recomendadas son de El cuidado de nuestros hijos, las normas de desempeño del Programa Head Start y el Programa de Alimentos para el Cuidado de Niños y Adultos CACFP. Y si hacen clic en este pequeño hipervínculo aquí, sobre estos estándares se desplegará un recuadro que brinda información de alto nivel sobre estos estándares. Entonces, si regresan a la página donde se encuentran los estándares, verán que hay un pequeño triángulo a la izquierda de todo el contenido. Y eso les permite ver una lista desplegable de contenido, y realmente a lo largo de toda la herramienta verán esos pequeños triángulos. Y si hacen clic en esos, se desplegará el contenido. Entonces, podrán hacer clic en las diferentes recomendaciones y las prácticas recomendadas dentro de esos recursos que mencionamos en relación con el tema que han seleccionado.

Entonces, para las frutas, esos son los estándares que hemos desplegado. Y también queremos señalar que cuando hace clic en un enlace dentro de la herramienta, se abrirá en una ventana separada y tendrá la posibilidad de alternar entre la nueva ventana y la herramienta, para que no pierda su lugar en la herramienta. Nuevamente, si regresan, podrán alternar la herramienta, y estarán aquí en la página de los estándares. Y aquí es donde comenzarán a desarrollar su plan de acción sobre la base de las áreas en las que quieren trabajar. Y hay tres categorías de prácticas recomendadas, en relación con políticas del programa, selección del menú y entorno del programa. Entonces, nuevamente, verán que los triángulos a la izquierda de cada encabezado se desplegarán para dar más contenido. Y cuando despliegan el contenido, recibirán educación e información y políticas de ejemplo que podrían considerar para su plan de acción.

También observen el signo de más a la derecha del contenido. Esto es lo que les permite agregar ese contenido al plan de acción final, y también podrán agregar notas; entonces, si hay algo específico que quieren asegurarse de anotar para una sección determinada, aquí es donde pueden agregar esas notas. Y esto se desplegará en la pantalla. Pueden agregar comentarios, preguntas específicas que tengan o puntos que quieren abordar con SAP. Este es el lugar donde pueden agregar todos los comentarios que tengan, y deben asegurarse de hacer clic para guardar, y luego salir. Ahora verán que el icono cambió. Ahora pueden editar la nota que agregaron o eliminar este contenido del plan de acción final. Entonces, el pequeño lápiz es para editar, y el círculo rojo allí es para eliminar eso de su plan de acción. También quiero señalar que a lo largo de la herramienta y en varias secciones, verán enlaces en vivo que brindan información adicional o recursos sobre ese tema en particular. Estos enlaces funcionarán de la misma manera que los estándares.

Los recursos se abrirán en una ventana diferente, pero podrán mantener su mismo lugar en la herramienta. Y, nuevamente, esto es solo a lo largo de la herramienta, varias áreas para más aprendizaje, recursos adicionales. Entonces, no olviden hacer clic en el contenido desplegado para que puedan ver el aprendizaje adicional y el contenido sobre ese tema. Nuevamente, solo me aseguro de mostrarles que hay todo tipo de objetivos y políticas de ejemplo a lo largo de la herramienta que simplemente pueden agregar a su plan de acción final. Para que no tengan que empezar de cero. Eso es lo principal. Esta es una oportunidad para que reflexione sobre cuáles son

realmente las áreas en las que quiere trabajar y qué cosas son manejables para ustedes y el personal de su programa para poder mejorar estas áreas con respecto al entorno de la hora de comer.

Y por último, aquí es donde podrán imprimir o guardar su plan de acción, entonces pueden imprimirlo directamente si lo desean. O si quieren guardarlo y luego regresar, pueden hacerlo. Pueden guardar el PDF, pero cuando salen de la herramienta, tienen que volver a comenzar. Así que no pueden guardar su lugar, pero pueden imprimirlo aquí o guardarlo en PDF aquí. Y aquí hay un vistazo rápido de cómo podría verse su plan de acción final con todas sus notas y todo. Estarán todas aquí. También incluirá toda la información relacionada con la sección en la que han decidido trabajar con sus notas. Ahora, creo que nos quedan aproximadamente cinco minutos para preguntas, comentarios o cualquier cosa en el cuadro de texto. Para recursos adicionales para aquellos que— Veo algunas preguntas, las abriremos. Gracias.

April: Bueno, Stephanie, si puedes responder esta pregunta, Loray pregunta, ¿el plan debe completarse de una sola vez, o se debe recrear?

Stephanie: Sí, está diseñado para que se complete de una sola vez. No se puede guardar el lugar; si se salen de la herramienta, no podrán regresar al mismo lugar exacto en el que estaban, a menos que hayan abierto otra ventana. Pueden alternar, pero una vez que salen de la ventana en donde está la herramienta, no podrán regresar al mismo lugar exacto. Entonces, si no pueden completarlo de una sola vez, probablemente lo mejor sería guardarlo donde estén, y luego volver a hacer clic fácilmente y regresar donde estaban.

Florence: Y agregaré, los alentamos, de todas formas, a hacer una sola sección a la vez para que sea más manejable. Espero que sea útil en ese aspecto, y podrán guardar el PDF para que puedan recordar qué dijeron y demás. Y luego, creo que antes vi que Sheryl tenía una pregunta sobre alimentos locales, incorporar alimentos locales. En la autoevaluación, no hay una pregunta específica sobre si se deben usar o no alimentos locales, pero tendrán algunos enlaces en la herramienta del plan de acción con respecto a promover alimentos locales, cuando corresponda, si eso ayuda a responder tu pregunta, Sheryl. Bueno, tengo algunos minutos. Voy a leer algunas de las preguntas. Bueno, una pregunta aquí es, para mi programa es difícil el servicio de comidas estilo familiar en el sistema escolar. Supongo que se trata de una falta o inhabilidad de implementación. Clases donde el estilo familiar se ve mal o no está disponible. Entonces, el sistema escolar es una pregunta difícil de responder. Cada sistema escolar lo hace de manera un poco diferente.

Nuestras escuelas y nuestras aulas tienden a ser mucho más grandes que lo que podemos ofrecer en la primera infancia Y entonces es mucho más difícil preparar comidas estilo familiar. Y entonces la supervisión del personal es completamente diferente; así que si esto es algo en lo que les interesa trabajar con su sistema de escuela pública para implementar, ¡muy bien! Sin duda deben involucrarse y ayudarlos. Yo diría, probablemente sería cosas muy pequeñas que se pueden implementar en términos de si pueden ofrecer más tiempo. Hubo muchas conversaciones con respecto a que los sistemas escolares no ofrecen suficiente tiempo para que los niños pequeños coman y demás, o el desarrollo del menú y algunos de los alimentos saludables que ofrecen. Oh, bueno. Lo siento. Su programa se encuentra allí. Ellos nos proveen la comida. Por lo tanto, es muy difícil, especialmente desde la perspectiva de servicio, que no proporcionan la comida de la misma manera, e incluso cómo probablemente realizan el reembolso. En realidad, recibí esta pregunta la semana pasada.

Y realmente sugiero que trabaje con su proveedor CACFP en el nivel estatal. E incluso creo que tenemos a alguien aquí en la línea. Vi una breve mención. Tenía una muy buena observación, lamento no haber podido leerla aún, con respecto a mezclar leche materna y fórmula. Pero sugiero que trabajen con ellos, porque eso tiene que ver con la forma en que se relaciona su financiamiento dentro del sistema escolar y con la forma en que todos usan el mismo proveedor de servicios de alimentos. Entonces, es un tipo de enfoque con matices que les recomiendo

intentar trabajar con ellos. Bueno, ya es la hora, si no respondí su pregunta, lo siento. Trataremos de responder todas las preguntas aquí, y me aseguraré de que reciban las respuestas en lo adelante. April, ¿quieres decir algo?

April: No tengo mucho que decir, sino gracias a ambas. Gracias, Stephanie, y gracias, Florence por toda la información. Estoy segura de que todos aprendieron mucho. Yo aprendí un poco, aunque ya escuché esto antes. Gracias nuevamente. Y mantendremos la plataforma abierta por unos minutos. Si pueden deslizarse hacia abajo hasta el pequeño cuadro que dice enlace para realizar la encuesta de opinión, agradeceremos sus opiniones sobre cómo estuvo todo. Y si van a los archivos para descargar, allí obtendrá su certificado del webinar. Entonces, dejaremos la plataforma abierta por unos minutos para que todos puedan tener acceso a esas dos cosas. Si tienen algún problema con esto, y ya hemos cerrado la plataforma, envíennos un correo electrónico a [health@ecetta.info](mailto:health@ecetta.info); y así finalizamos nuestra presentación. Gracias a todos.