



**padres,
sabian
ustedes...**



**Desayuno
= Logro**

Un estómago con hambre puede conducir a una mente vacía. El desayuno ayuda a que los estudiantes rindan mejor. Los estudios concluyen en que una buena nutrición conduce a un desempeño mejorado en el aula, calificaciones más altas en las evaluaciones y mejor comportamiento. Podría ser un desafío hacer que los estudiantes pasen por la cafetería antes de la escuela, considere hacer que el desayuno forme parte de la jornada escolar con estos programas alternativos para el desayuno que funcionan.

Grandes beneficios

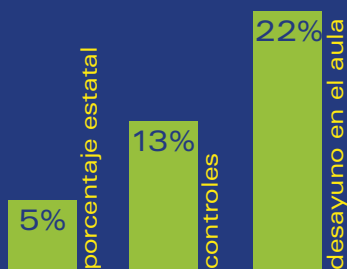
Programas alternativos para Las investigaciones confirman que quienes desayunan...

- ofrecen una solución a padres con poco tiempo
- proporcionan a los estudiantes un entorno sociable donde comer con sus amigos
- se adaptan a los horarios del autobús escolar
- hacen que el desayuno sea conveniente y accesible para todos como parte de la jornada escolar
- obtienen mayores calificaciones en las evaluaciones, trabajan más rápido, cometen menos errores y son más creativos
- son menos propensos a ser enviados con el director o visitar la enfermería de la escuela
- cooperan más y se llevan mejor con los compañeros
- son más sanos y tienen una mejor asistencia
- pueden concentrarse más para aprender

Los programas de desayuno incrementan el potencial mental

El programa de desayuno Maryland Meals for Achievement ofrece desayuno en el aula para todos los estudiantes. El programa descubrió que las llegadas tardes se redujeron un 8 por ciento, las suspensiones se redujeron a 1.6 días por mes, las calificaciones de las evaluaciones estandarizadas se incrementaron un 17 por ciento sobre el promedio estatal y mejoró el comportamiento.

Porcentaje de mejora dentro del índice "satisfactorio" del MSPAP*



* Programa de Evaluación de Desempeño de las Escuelas de Maryland, 2001

marylandpublicschools.org/MSDE/programs/schoolnutrition/meals_achieve.htm

Al ofrecer un desayuno nutritivo a bajo costo o sin costo alguno para todos los estudiantes en más de 300 escuelas primarias, el programa de desayuno escolar Fast Break to Learning de Minnesota contribuyó a preparar a más de 40,000 niños para toda una jornada matutina completa de aprendizaje. Los resultados de este programa de desayuno fortalecen más el vínculo entre contar con un desayuno en la escuela, la disposición del estudiante para aprender y el logro académico.

Para más información,
fns.state.mn.us/FNSProg/PDFAllProg/Resources/FastBreakToLearn01_02.pdf

RECURSOS:

- frac.org
- fns.usda.gov/cnd/breakfast/toolkit
- nutritionexplorations.org

Únicamente Desayuno...Una solución para la política del bienestar
13 por ciento **MEJORA** la capacidad de aprendizaje de los niños
de los estudiantes **INCREMENTA** la atención y el logro
participan del **REDUCE** problemas del comportamiento
Programa Nacional de Desayuno Escolar **MEJORA** las dietas de los niños
de Desayuno Escolar en Washington. **CONTRIBUYE** a reducir la obesidad



Washington State Dairy Council, 4201 198th Street, S.W., Lynnwood, WA 98036
425.744.1616, eatSMART.org

Podría ser reproducido para fines educativos; desarrollado por Wyoming Action for Healthy Kids