

Salud America!

The Robert Wood Johnson Foundation Research
Red de Investigación para Prevenir la Obesidad entre los Niños Latinos

RESEÑA TEMÁTICA

Mayo 2013

Snacks Más Saludables en la Escuela & los Niños Latinos

Introducción

Los niños y adolescentes consumen una proporción alta de sus calorías diarias en la escuela, lo cual significa que es importante considerar los tipos de alimentos y bebidas disponibles en las escuelas, junto con el impacto que estos productos pueden tener en las dietas y el peso de los estudiantes.

Los estudiantes latinos están muy expuestos en las escuelas a los snacks y bebidas que se venden en las filas a la carta, en las máquinas dispensadoras, las tiendas, las barras de snacks y otros lugares. Estos productos, a veces, son llamados alimentos competitivos, ya que se venden en competencia con la comida escolar reembolsable. Estos snacks y bebidas a menudo son altos en grasa, calorías, azúcar y/o sal y ofrecen poco valor nutricional.

El acceso a los snacks y bebidas en las escuelas tiene un efecto desproporcionadamente negativo en la salud de los estudiantes latinos, y las escuelas con un mayor porcentaje de estudiantes latinos tienden a tener políticas más débiles en cuanto al acceso a estos productos.

Se tiene proyectado que los latinos representen el 35 por ciento de la población juvenil de los EE.UU. en el 2050. La Implementar y hacer cumplir estándares de nutrición más fuertes para los snacks y bebidas que se venden en la escuela puede ayudar a asegurar que los estudiantes tengan opciones más saludables en la escuela y puede ayudar a que esta población en crecimiento mantenga un peso saludable.

La Evidencia

Los estudiantes latinos tienen mayor acceso a los lugares que venden snacks.

- En el 2010, los estudiantes latinos de 6° a 8° de secundaria en todo el país tuvieron un acceso significativamente mayor a las tiendas escolares o a las barras/carros de snacks que los estudiantes blancos o negros.
- Los estudiantes latinos de 9° a 12° de secundaria tuvieron mayor acceso a comida rápida de marca comercial en las escuelas que el que tuvieron sus compañeros negros o blancos en el 2005.

Los estudiantes latinos son más propensos a comprar y comer snacks en la escuela, cuando éstos están disponibles.

- De acuerdo a varios estudios, los estudiantes latinos tienen al menos el doble de probabilidades que los estudiantes blancos de comprar snacks de una máquina dispensadora, cuando está disponible en la escuela.
- Un estudio del 2011 encontró que una población estudiantil mayormente latina en California, consumió más alimentos poco saludables en la escuela y también compró y consumió productos no saludables si estaban disponibles, independientemente de su participación en el programa de almuerzos escolares.



ACERCA DE ESTA RESEÑA TEMÁTICA

Estareseña temática está basada en el reporte de investigación preparado por Carolyn Beam, Ph.D., Beam Medical Communications, y Amelie G. Ramirez, Dr.P.H., y Kipling J. Gallion, M.A., University of Texas Health Science Center in San Antonio. El reporte completo de investigación, incluyendo las referencias, está disponible en www.salud-america.org.

Para más información sobre Salud America!, visite www.salud-america.org.

Las escuelas mayormente latinas tienden a tener políticas más débiles con respecto a los snacks y las bebidas escolares y pueden ser menos propensas a implementar directrices nutricionales por lo que el consumo va en aumento.

- Los estados con una proporción relativamente alta de estudiantes latinos son más propensos a tener leyes débiles—aquellas con lenguaje débil o estándares no específicos. Estas leyes tuvieron una menor probabilidad de tener un impacto positivo en el peso de sus habitantes que los estados con leyes fuertes, según un análisis realizado del 2001 al 2008.
- Las escuelas de mayoría latina fueron menos propensas a implementar las directrices nutricionales del Programa de Escuelas Saludables (Healthy School Program) para los alimentos y las bebidas escolares.

Las políticas que reducen el acceso a los snacks y las bebidas en las escuelas, tienden a reducir el consumo de productos poco saludables en los estudiantes latinos durante el día escolar.

- Después de que California adoptara estándares de nutrición estrictos para la alimentación escolar en el año 2007, disminuyeron la disponibilidad y el consumo de bebidas azucaradas, chips, dulces, etc.
- Después de las reglas, una población estudiantil de mayoría latina reportó beber más agua.
- Después de las reglas, una población estudiantil de mayoría latina consumió menos grasa, azúcar y un promedio de 158 calorías menos por día que los estudiantes en los estados sin tales reglas.

Las políticas fuertes que reducen el acceso a los snacks y las bebidas en la escuela tienen el potencial de influir positivamente en el peso de los estudiantes latinos.

- En las escuelas de California con poblaciones estudiantiles mayormente latinas, las políticas “fuertes”—esas con un lenguaje específico que requiere estándares nutricionales—se asocian con mejoras significativas en las tendencias de sobrepeso de los estudiantes.
- Una evaluación del impacto de salud en el 2012 indicó que un estándar nacional de nutrición para los alimentos y las bebidas en la escuela puede apoyar a promover un peso saludable y a reducir el riesgo de sobrepeso/obesidad entre los estudiantes latinos.

Conclusiones e Implicaciones de la Política

Conclusiones

- El equilibrio nutricional de los estudiantes latinos se ve comprometido por el acceso sin restricciones a los snacks y a las bebidas poco saludables en las escuelas.
- Las escuelas con un alto porcentaje de estudiantes latinos tienden a tener estándares más débiles para los alimentos y las bebidas escolares. Las políticas más fuertes con estándares de nutrición específicos para snacks y bebidas escolares tienen el potencial de afectar el peso de los estudiantes.
- Aunque muchas de las observaciones anteriores pueden ser aplicadas a todos los jóvenes, los resultados tienen una mayor influencia entre los latinos, debido al creciente porcentaje de la población estudiantil latina en EE.UU. y al alto riesgo de obesidad en esta población.

Implicaciones de la Política

- Dado a que sólo las políticas con estándares específicos de nutrición han sido asociadas con una disminución al acceso, a la compra, y al consumo de snacks y bebidas, las regulaciones nacionales finales del Departamento de Agricultura de los EE.UU. para proporcionar snacks escolares más saludables deben ser fuertes, integrales y ejecutarse en forma coherente en los diferentes grados escolares y lugares de oferta.
- Debido a que muchas escuelas con un alto porcentaje de estudiantes latinos actualmente no tienen o tienen estándares nutricionales débiles para los snacks y las bebidas escolares, los elaboradores de decisiones deben dar prioridad a ayudar a las escuelas en las comunidades latinas para que implementen efectivamente los estándares federales finalizados.