



RESUMEN

DE LA NUTRICIÓN ESCOLAR EN WISCONSIN
(WISCONSIN SCHOOL NUTRITION IN A NUTSHELL)

SMART SNACKS

Normas de nutrición para todas las comidas que se venden en las escuelas

La Norma Final de Smart Snacks estableció pautas de nutrición basadas en la ciencia para los alimentos competitivos vendidos en el campus escolar durante el día escolar. Los alimentos y las bebidas que se venden en las escuelas deben cumplir con las normas generales y nutricionales que se detallan en la regla final a menos que califiquen para una exención.

Alimentos

Normas generales

Los platos principales, los refrigerios y los acompañamientos deben cumplir con uno de los siguientes criterios:

- Ser un producto de grano integral.
- Tener como ingrediente principal frutas, vegetales, productos lácteos o alimentos proteicos (carne, frijoles, aves, etc.). (Nota: si el ingrediente principal es agua, el segundo ingrediente debe ser uno de estos).
- Tener una combinación de alimentos con, al menos, $\frac{1}{4}$ de taza de frutas o vegetales.

Normas nutricionales

Las normas nutricionales deben evaluarse según el tamaño de la porción disponible para la compra e incluir todos los acompañamientos. Los platos principales, los refrigerios y los acompañamientos deben cumplir con las siguientes normas nutricionales:

Límite permitido por nutriente

Nutriente	Plato principal	Refrigerio o acompañamiento
Calorías	≤ 350 calorías	≤ 200 calorías
Grasas totales	≤ 35 % de calorías totales de grasas	≤ 35 % de calorías totales de grasas
Grasas saturadas	< 10 % de calorías totales de grasas saturadas	< 10 % de calorías totales de grasas saturadas
Sodio	≤ 480 mg	≤ 200 mg
Azúcar	≤ 35 % del peso total proveniente de azúcares	≤ 35 % del peso total proveniente de azúcares

Platos principales

Un plato principal es la porción más importante de una comida que cumple con una de las siguientes definiciones:

- Es una combinación de carne o una alternativa a la carne y granos integrales o enriquecidos.
- Es una combinación de carne o una alternativa a la carne y vegetales o frutas.
- Es solo carne o una alternativa a la carne (no incluye yogur, queso, nueces, semillas, mantequillas de nueces o semillas o refrigerios de carne, como la cecina de res).
- Es un plato principal de solo granos servido como parte del School Breakfast Program (Programa de Desayuno Escolar).

Si un producto no cumple con ninguna de las calificaciones para ser considerado un plato principal, debe ser evaluado según los estándares nutricionales para un refrigerio o acompañamiento.

Excepciones de las normas generales y nutricionales

Los siguientes productos están exentos de las normas generales y nutricionales:

- Un plato principal el día en que se sirve como parte de una comida reembolsable y también el día siguiente.
- Frutas o vegetales frescos o congelados sin ingredientes agregados excepto agua.
- Frutas enlatadas sin ingredientes agregados excepto agua, que están empacadas en 100 % jugo, jarabe extra ligero o jarabe ligero.
- Vegetales enlatados bajos en sodio y sin sal ni grasa agregadas.

Excepciones de las normas de grasas totales y saturadas

Los siguientes productos están exentos de las normas de grasas totales y saturadas:

- Queso reducido en grasa, incluida la mozzarella parcialmente descremada.
- Frutas secas con nueces o semillas sin grasas ni endulzantes nutritivos agregados.
- Nueces, semillas, mantequilla de nueces y semillas.
- Huevos enteros.

Excepciones de las normas de grasas totales

Los siguientes productos están exentos de la norma de grasas totales:

- Mariscos sin grasas agregadas.
- Salsas de frijoles, incluidos productos etiquetados como hummus y cualquier salsa de frijoles hecha de distintos frijoles, guisantes y lentejas.

Excepciones de las normas de azúcar

Los siguientes productos están exentos de las normas de azúcar:

- Frutas o vegetales secos o deshidratados sin endulzantes nutritivos agregados.
- Frutas secas con endulzantes nutritivos que se necesitan para el procesamiento o la palatabilidad, incluidos los arándanos rojos secos, cerezas ácidas secas y arándanos azules secos.
- Frutas secas solo con nueces o semillas (sin grasas ni endulzantes nutritivos agregados).

Bebidas

Bebidas permitidas sin restricción de tamaño

Tipo de bebida	Escuela primaria	Escuela secundaria	Preparatoria
Agua (simple), sin gas o con gas	Todos los tamaños	Todos los tamaños	Todos los tamaños
Leche baja en grasa o sin grasa (con sabor o sin sabor)	≤8 fl oz	≤12 fl oz	≤12 fl oz
100 % jugo, puede estar diluido con agua; con gas o sin gas	≤8 fl oz	≤12 fl oz	≤12 fl oz
Bebidas sin calorías (<5 kcal/8 fl oz; ≤10 kcal/20 fl oz), sin gas o con gas Puede contener cafeína	No permitido	No permitido	≤20 fl oz
Bebidas bajas en calorías (≤5 kcal/fl oz), sin gas o con gas Puede contener cafeína	No permitido	No permitido	≤12 fl oz

Definiciones

- **Alimentos combinados:** los alimentos que contengan más de un componente que represente a más de uno de los grupos alimenticios recomendados (frutas, vegetales, carne o alternativas a la carne, granos y leche).
- **Alimentos competitivos:** todos los alimentos y bebidas que se vendan al estudiantado en el campus escolar durante el día escolar, además de las comidas reembolsables.
- **Alimentos exentos combinados:** productos alimenticios que se determinan exentos de uno o más de los requisitos nutricionales mencionados anteriormente, empaquetados sin ingredientes adicionales. Estos productos alimenticios combinados mantienen su exención individual para grasas totales, grasas saturadas o azúcar cuando se empaquetan juntos y se venden, pero deben cumplir con los límites designados de calorías y sodio para los Smart Snacks. Las excepciones combinadas que pueden servirse juntas como Smart Snack se detallan en el [USDA Memo SP 63-2014](#).
- **Campus escolar:** todas las áreas de la propiedad bajo la jurisdicción de la escuela y accesibles al estudiantado durante el día escolar.
- **Día escolar:** el período desde la medianoche anterior hasta 30 minutos después del final del día escolar de clases.

Recaudaciones de fondos

Las recaudaciones de fondos que se realizan en el campus escolar, durante el día escolar, deben cumplir con las normas de Smart Snacks. El Wisconsin Department of Public Instruction (Departamento de Instrucción Pública de Wisconsin) permite dos excepciones para recaudaciones por organización estudiantil, por escuela, por año escolar. Cada recaudación no puede exceder las dos semanas consecutivas. Una recaudación exenta puede vender alimentos y bebidas no permitidos bajo la regla de Smart Snacks, pero no en el área de servicio de comidas durante los horarios de servicio de comidas.

Las normas de Smart Snacks representan las normas mínimas, mientras que la política de excepciones representa las excepciones máximas permitidas. Las school food authorities (autoridades alimenticias escolares, SFA) pueden establecer restricciones adicionales sobre los

alimentos competitivos y más límites en las excepciones para las recaudaciones a través de la Local School Wellness Policy (Política Local de Bienestar Escolar), siempre y cuando cumplan con los requisitos federales.

Cada escuela debe contar con una persona responsable de documentar el cumplimiento en las recaudaciones y en las demás ventas de alimentos y bebidas. En la [página web de DPI SNT Smart Snacks](#) (Smart Snacks del programa SNT del DPI) encontrará herramientas de seguimiento.

Herramientas para evaluar el cumplimiento

Para los alimentos o bebidas preempaquetados:

- La calculadora de productos de Smart Snacks de la Alliance for a Healthier Generation: Alliance for a Healthier Generation cuenta con una [calculadora de productos de Smart Snacks](#), la cual puede usarse para determinar si un producto con una etiqueta de información nutricional cumple con las normas generales y nutricionales de Smart Snacks.

Para productos hechos de cero:

- Se deben usar programas de análisis nutricionales aprobados por la USDA.
- Se debe usar la [herramienta de análisis de ingredientes de Smart Snacks](#) del programa SNT del DPI.

Los resultados obtenidos con cualquiera de los métodos mencionados deben guardarse como documentación de cumplimiento de las normas de Smart Snacks. El Equipo de nutrición escolar revisará el cumplimiento de Smart Snacks en su escuela como parte del proceso de revisión administrativa.