

# Partnership to Reduce Disparities in Asthma and Obesity in Latino Schools



clean environment  
healthy children  
better education



# Partnership to Reduce Disparities in Asthma and Obesity in Latino Schools

*Healthy Schools Campaign  
West Town Leadership United  
Little Village Environmental Justice Organization  
University of Illinois at Chicago School of Public Health  
Respiratory Health Association of Metropolitan Chicago  
Cook County Bureau of Health Services*

*Rochelle Davis*, Principal Investigator  
Founding Executive Director, Healthy Schools Campaign

*Guillermo Gomez*, Project Director  
Chicago Director, Healthy Schools Campaign

*Dr. Dianne Rucinski*, Project Evaluator  
University of Illinois at Chicago

*Jovita Flores*  
Organizer, Little Village

*Bertha Morin*  
Organizer, West Town Leadership United

*Idida Perez*  
Executive Director, West Town Leadership United

*Joseph Zanoni*  
University of Illinois at Chicago

**October 2008**

*This project was supported by grant number SR25ES013207-04 from the National Institute of Environmental Health Sciences (NIEHS), NIH. Its contents are solely the responsibility of the authors and do not necessarily represent the official views of the NIEHS, NIH. Supplemental funding has been received by the W.K. Kellogg Foundation.*





*Children in Chicago's Latino communities face staggering rates of asthma and obesity.*

Children in Chicago's Latino communities face staggering rates of asthma and obesity. The consequences of these health disparities can shape the children's health and well-being for a lifetime. In West Town, approximately 65 percent of children are overweight or obese. In Little Village, that number is close to 58 percent. (This compares with a national average of 26 percent.) The numbers are similarly disproportionate for asthma, which in West Town affects nearly a third of all children, more than twice the national average.

More than twice the national average.

The Partnership to Reduce Disparities in Asthma and Obesity in Latino Schools was designed to empower parents and community members to bring about changes in school environmental health and wellness so that children will have the opportunity to live healthy, successful lives.





*Schools have emerged as important places to address childhood asthma, obesity and other epidemic health problems.*

Schools have emerged as important places to address childhood asthma, obesity and other health problems. Children spend most of their waking hours outside of home at school, where they consume nearly 40 percent of their daily calories. Schools also play an important role in the life of a neighborhood; they often serve not only as educational centers but also as community, arts, and sports centers where students, teachers, parents and others get to know each other and share information.

Research shows that school-based programs that include healthy food, physical activity, nutrition education and parent involvement are effective in helping children live healthy lives. Research also shows that healthy students are better prepared to learn and succeed at school.

The CDC defines a healthy school environment as one which includes quality school meals, healthy food options for all food in schools, pleasant eating experiences, comprehensive nutrition education and physical activity and integrated health marketing. In addition to these wellness-related elements, Healthy Schools Campaign considers environmental factors such as indoor air quality at schools.

Despite the great benefits for health—and learning, health-promoting practices, policies and programs are not in place in most schools—including the schools serving communities with disproportionately high rates of childhood asthma and obesity.







The Partnership focused on public schools in two Latino neighborhoods in Chicago and grew to effect change in schools throughout the entire Chicago Public Schools (CPS) system.

One of the goals of the project was to learn how to create health-promoting change in large, urban school districts serving low-income communities of color. The CPS system serves 408,601 students at more than 650 schools. The district's proportion of minority students is around 92 percent, and approximately 85 percent of the students are considered low-income. The district serves more than 56 million school meals per year.

Because the Partnership employed a social-ecological method of engaging parents and the community in healthy lifestyles as a method for making the district's schools healthier places for children, the positive consequences expanded to more than the city's classrooms. In practice, working toward this goal created change that reached beyond the schoolyard to shape neighborhood life in a way that promotes healthy lifestyles for children, families and communities.

### *Principles of the Project*

- » Healthy students are better learners.
- » The school environment, including the air quality, needs to be healthy.
- » The school is an important place for introducing healthy food and nutrition concepts.
- » Parent, student and community involvement are important for creating healthy schools and students.







*Rosa didn't set out to be a community leader or an advocate for school wellness.*

Rosa didn't set out to be a community leader or an advocate for school wellness. When Jovita Flores, the Partnership's community organizer in Rosa's neighborhood, invited her to attend a nutrition class, she wasn't interested. The time and the trip across the neighborhood seemed like too much trouble.

"Then my blood pressure went up, and I remembered Jovita," she said. Depressed, worried about her health and living "behind closed doors," Rosa decided finally to give the nutrition class a try.

"It was so much easier to go to Jovita," than to go to someone outside the community, she explained.

"I was already intimidated—but with her, at least I was comfortable, I knew her."

What she found was something that Jovita describes as "more like a leadership class, completely different from every nutrition class you know." Little by little, Rosa began to feel more confident in her power to make change, and became more interested in the content of the class. Along with other mothers in the neighborhood, she joined conversations about the food pyramid, portion sizes and ways to make traditional recipes more healthy. Instead of trying to lose weight by skipping meals, she began to cook with less fat and salt.

Rosa's cholesterol dropped, her blood pressure went down and she lost weight, going from a size 20W to a size 14. She's not depressed anymore, and instead of staying at home, she is active in her community. Her relationship with her husband is happier. And perhaps most important, she said, her kids are happier because she has the energy to play with them.

"My whole attitude has changed," she said. "Now my family sees me happy and enthusiastic."

Her son, who used to be overweight, is exercising and eating healthier food, greatly reducing his risk for the obesity-related illnesses such as type 2 diabetes that affect disproportionate numbers of children in her community. She exercises with her kids, shows them how to read food labels at the grocery store and teaches them about what she learns each week at nutrition class. Though they used

to refuse vegetables, she said, "Now they're open to trying new foods."

More than anything, Rosa said, she's grateful that she "started in time," passing along healthy habits to her children before they began to suffer from obesity-related conditions such as high blood pressure.

After making such a profound change in her own life, Rosa said she could not stand by and do nothing while obesity and related health problems took over her community.

"I wish I could talk with every person," in the neighborhood, she said, and let them know that wellness resources such as Jovita's nutrition class are available. In the meantime, she is spreading the message to as many people as possible and has become a hugely successful recruiter for the nutrition class, a voice speaking up to let her neighbors know they can take control of their health—and their children's health—no matter how impossible it may seem.

Making changes at home and in the community led naturally to working on change at her children's school. She became a founding member of the first school wellness team at Eli Whitney School, where she hopes children will have a chance to learn the simple lessons about healthy eating that changed her life and will have access to the fresh, healthy food and physical activity that she provides for her children at home.

In less than a year since the wellness team was created, it has increased healthy activities at the school.



The school now:

- » Provides nutrition classes for parents.
- » Offers nutrition education for students in grades K-3.
- » Focuses on healthy food options at parent school meetings.
- » Offers after-school exercise programs: aerobics for parents, sports, folkloric dance, yoga and hip-hop for students.
- » Developed a specific plan for offering more exercise during the school day and offering more healthful options at lunch.

Rosa explained that real change is an ongoing process for her school as it is for herself as an individual. "I'm still in the learning process, too," she said. "I have to take care of myself and my health so I can be here to meet my grandchildren."



### *Chicken Tamales in Banana Leaves*

*A recipe for healthy tamales developed by parents working together in the Partnership nutrition class to create healthy versions of traditional favorite foods. In this recipe, heart-healthy canola oil has replaced lard and the total amount of fat is reduced because the tamales are made with banana leaves rather than corn husks. Parents often replaced the chicken with vegetables, soy protein, or reduced fat cheese.*

Yield: 64 tamales

- » 12 lbs corn flour
- » 1 lb chili pepper
- » 1 bay leaf
- » Whole black pepper
- » 5 cloves
- » Dash of cumin
- » 1-2 bulbs of garlic
- » 2 cups canola oil
- » Salt to taste
- » Banana leaves
- » 2 to 4 lbs cooked and diced chicken
- » Chicken broth
- » Optional: Soy protein, green beans or other vegetables, and reduced-fat cheese

1. Mix the corn flour with oil, salt and water.
2. Cook the pepper, remove seeds, mix in other spices and fry with canola oil.
3. Thaw the banana leaves and cut to size for each tamale.
4. Cook chicken and dice into small pieces. Mix with spices.
5. Press corn flour mixture onto banana leaves, then add chicken and spices and fold.
6. Steam for 30-45 minutes.







My life in Mexico

Mi vida en México



My life in USA

Mi vida en USA



my healthy life

mi vida Saludable



*A diagram developed by project organizer Jovita Flores, used in meetings with parents to discuss the ways that environment shapes health. Rather than telling parents what changes they should make to create healthy lifestyles, Flores led parents in discussions of the ways that their habits and lifestyles differed in Mexico and in the U.S. For example, parents often wrote "garden" and "sports at school every day" under the figure illustrating life in Mexico. Under the figure illustrating their life after moving to the U.S., they often wrote "drive instead of walk" or "more fast food." Under the figure representing a healthy lifestyle in the U.S., the group worked together to brainstorm ideas such as "walking to school" and "neighborhood garden."*

*Oct. 2004*  
**Project Launch**  
First meeting and tour  
of communities.

*Feb. 2005*  
**Advisory Committee  
Meeting**  
Attended by key  
leaders in each  
community.

*Spring 2006*  
**Data Collection**  
Parents collect data  
through assisted  
food diaries.

*Nov. 2004*  
**First Press  
Conference**  
Covered by Chicago's  
major TV, print and  
radio outlets.

*Feb. 2006*  
**Parents Complete  
IRB Training**  
Overcome barriers  
with language,  
technology and more.

*May 2006*  
**Parent Rally**  
More than 700  
parents attend rally  
for healthy schools.



*Aug. 2006*  
**Wellness Policy  
Adopted**

Policy includes School  
Wellness Teams for  
parent involvement.

*Aug. 2007*  
**CPS Makes Changes  
to School Food**

Fresh produce added,  
fryers eliminated, more  
changes planned.

*Feb. 2008*  
**Principal Breakfast**  
Nearly 200 parents  
and principals attend.

*Feb. 2007*  
**Principal Breakfast**  
Innovative principals  
share their experiences.

*Aug. 2007*  
**Parent Training**  
Knowledge and  
strategies for forming  
school wellness teams.

*May 2008*  
**Parent Summit**  
More than 150  
parents attend.

The Partnership to Reduce Disparities in Asthma and Obesity in Latino Schools brought together parents from two Latino communities in Chicago—West Town in the north and Little Village in the south—to create change in schools and the community supporting healthy eating and active lifestyles. These changes combat the staggering rates of childhood obesity and asthma that disproportionately affect families in Chicago's Latino communities.

In a society where children spend many of their waking hours at school, parents are finding that simple but significant changes at a systems level—changes such as adding a few minutes of physical activity to the school day or offering fresh fruit at lunch—can make a difference for children's health.

Positive, health-promoting changes in systems-level policy and school-level programs in Chicago Public Schools illustrate the success of the Partnership's efforts to address asthma and obesity. The numbers tell the story of a project that grew rapidly through natural networks and continues to expand: more than 500 parents who joined nutrition classes; more than 300 parents who took part in community aerobics; 700 parents at a rally for healthy schools; 15 school-based wellness teams working on improved food and fitness at schools; 10,900 children attending schools with healthier environments thanks to the teams' efforts.

But perhaps nothing explains the Partnership's impact more clearly than the experiences of the individuals, like Rosa, who have changed their lives so profoundly since getting involved.

Throughout this report, you'll find more stories of the mothers, teachers, advocates and community members who committed themselves to fighting disparities and creating a healthier future for their children.

You can find more online at [www.healthyschoolscampaign.org/niehs](http://www.healthyschoolscampaign.org/niehs)



## *Building the Coalition*

The Partnership brings together the skills of organizations dedicated to social justice and strong communities: Cook County Bureau of Health Services, Healthy Schools Campaign, Little Village Environmental Justice Organization, the Respiratory Health Association of Metropolitan Chicago, University of Illinois at Chicago School of Public Health, and West Town Leadership United.

The community-based organizations involved in the project are known for their organizing skills rather than for a pre-existing focus on health issues. Throughout the project, the groups' organizing acumen made it possible to effectively recruit members, engage parents and communicate health information. Community leaders report that the project's new focus on health did not compete with other campaigns; in fact, it complemented their fundamental goal of increasing community engagement.

As Idida Perez, executive director of West Town Leadership United, explained: "If people don't feel healthy or confident about themselves, then they're not going to get involved." She found that the reverse is also true: when people feel increased confidence and energy from healthy eating and physical activity, they are motivated to get involved in health-promoting advocacy.

The strong leadership and effective organizing abilities of community leaders created a relationship with university partners in which both groups were able to draw on each others' skills to solve problems. This differs from traditional community-university relationships in which research is directed by the university partner and community groups play more of a supporting role.

For example, in embarking on data-driven assessment based in formal evaluation protocols, community leaders gained new information about their neighborhood. In preparation for conducting the surveys, parents and community leaders completed Institutional Review Board (IRB) training and offered valuable insight into the barriers that exist to community involvement in formal research. Project director Guillermo Gomez has since joined discussions with other national leaders on ideas for reforming the IRB process so that it is more equitable and accessible to community members.



## *Broad Social Change Through Individual Transformation*

Through involvement in the project, parents experienced what has been described as a self-transformation, realizing the power of an individual to shape her own health and her family's health, and the power of a group to effect changes that shape the health of all children in the community. As a result of parents' advocacy, school policies are changing to support the healthy lifestyles that can combat devastating epidemics of childhood obesity and asthma.

Much of the group's work focused on advocating for Chicago Public Schools to adopt a meaningful wellness policy that included formal avenues for parent and community involvement at a school level. When the district adopted this policy, the group's focus shifted to implementing the policy in a meaningful way, and on using it to create the changes necessary for a truly health-promoting environment in schools.

The ultimate goal of the Partnership is to change the way that health and wellness are addressed in schools so that schools offer an environment that promotes health. This goal involves meaningful change at a level that affects the health of entire communities, explained Dr. Dianne Rucinski, project external evaluator.

The Partnership's method for achieving that goal is to provide the opportunity for individuals to experience healthy changes that lead to noticeable personal benefits and an increased awareness of the community-level factors—such as lack of access to fresh produce in the community and physical activity in school—that contribute to epidemics of asthma and obesity. With this awareness comes a motivation to participate in collective action to address those factors.

This approach, described in the public health community as the social-ecological model, allows the Partnership to focus simultaneously on individual and community issues while balancing short-term and long-term outcomes.

A key aspect of that experience is realizing that individual concerns are shared by others in the neighborhood—in other words, realizing that you're not alone.

"I suffered the consequences of obesity myself, of type 2 diabetes," said Jovita Flores, the Partnership's lead organizer in Little Village. "With this project, I realized my neighbors had the same problem. At school, other parents had the same problems, the same concerns for their children. This surprised me—because when I started, I thought it was just me."

Idida Perez, executive director of West Town Leadership United, explained that with information, this realization can lead to collective action. "Often," she said, "what appears to be a personal issue has community solutions."

This perspective is compatible with the organizing models central to the identity of the community groups involved in the project.

It also involves application of a an idea known in the public health world as the health belief model, in which one of the ways that individuals recognize the value of healthy behaviors is through having the opportunity to experience a behavior's related benefits.

In this case, Partnership organizers led parents through health-promoting activities so they began to experience the benefits of healthy eating and physical activity. When parents created healthy lifestyles for their children at home, they noticed the ways in which those lifestyles diverged from the experiences and messages children received at school. With this observation, parents became motivated to advocate for changes that would make the school environment support—rather than contradict—the healthy lifestyles they believe in and work so hard to create at home.





### *Mirca Loves to Exercise*

Mirca loves to exercise. Before she became the exercise teacher and community organizer known as "the Zumba lady" among moms and kids in her community (thanks to the style of dancing she teaches in her classes), Mirca ran a shoe store in the neighborhood and made it her routine to exercise in the store, between shoe racks, after she locked the doors and before going home each evening.

Now, she leads women in her community in exercise and dance classes that many say have affected their self-esteem and outlook on life as much as they have affected their health.

"The secret is that exercise is my passion," she said. "I would love to pass that along to other women. I wish they knew that if they came to the class, they would feel so much better about themselves physically and mentally."

She began teaching with one class at Anderson School as a way to volunteer and to stay in shape herself. "For me, it's a reason to stay fit," she explained. "But I started to realize that at the same time, it was doing something for [the students'] self-esteem."

The students in the class—mothers of children who attend the school, along with some of their neighbors—began performing the dances they learned, and their enthusiasm and word-of-mouth endorsement led to the creation of more classes at schools throughout the neighborhood and across town. Now, mothers in other communities have learned about the "Zumba lady" and her classes, and are bringing together moms to dance in their own





school gyms and cafeterias.

Beyond the physical benefits, many students say they have experienced a change in the way they see themselves, a change that has empowered them to speak up for changes in other parts of their lives and to be strong advocates for healthy environments at school. And experiencing the benefits of exercise makes them more passionate advocates for recess and physical education.

"I do see a lot of changes in the students," Mirca said. "They enjoy dancing more. They become more willing, more willing to be energetic. That's one thing we all want—we want to keep our energy. Exercise helps us keep that."

Schools, she said, are the ideal place for her exercise groups, because they are convenient places for women to meet.

"Schools are really good because it's mothers who come to the class," she said. "That's where you find women who want to be educated about health. I go to the school and I motivate them."

The benefits, it seems, reach beyond the grown-ups.

"When they see their moms dancing, it's good for the kids," she said. "They think, if my mom is doing that, I can do that too. Hopefully they'll take it home with them."



## *"Working in a Group Gives You a Strong Voice"*

Catalina got involved with the Partnership because she wanted to learn how to help her son lose weight. Just as important as the nutrition information she found, however, was the experience of joining together with other parents to raise her voice for change.

"Working in a group gives you a strong voice," she said. "You're no longer just an individual talking to individuals. You come together, and that's how you're able to create change."

As a founding member of the wellness team at McCormick School, she has spoken up for health-promoting initiatives. The team has:

- » Developed a policy prohibiting junk food at school.
- » Discussed nutrition ideas at a monthly meeting of the Local School Council.
- » Provided a workshop for parents on nutrition, healthy food and physical activity.
- » Offered after-school physical activity programs for students.
- » Brought food education sessions from a local nonprofit, Seven Generations Ahead, to the classroom.
- » Planned a social studies fair with a focus on food and fitness across cultures.
- » Developed a plan to incorporate health and nutrition topics into curriculum for all grades.

She credits the success of her team's advocacy efforts in part to the knowledge she gained at the four-part Parents United for Healthy Schools training series in Aug. 2007, a training that provided strategy sessions on building coalitions and leveraging the power of groups to make change. The training also included information on nutrition and physical activity, and the ways that wellness connects to student learning.

"Now I speak with more authority," she said. "I can speak with certainty and explain to people at schools why we need these changes."

As she moved ahead with powerful changes in the community, Catalina's family became healthier as well. She said that this change simply "goes back to information." With the training, she said, "I learned from classes, I looked at my own family. Some of my relatives had diabetes, but I learned from the class that you can change that, prevent it through nutrition and eating habits."

Her son lost weight, as she'd originally hoped. Her husband lost weight, too, and her children have become more willing to join her in exercising rather than watching television. She now prepares dinner with whole-grain tortillas rather than those made from white flour.



It's good to meet these goals, she said, especially because she sees how her family's experience is connected to her community's experience—and how her work making changes at school can so powerfully shape both.

"I like making a contribution," she said. "Even if my participation is only a grain of salt, I know I'm helping make a difference."



## *Focus on Social Justice*

At the heart of the project's power is a focus on social justice.

Numerous public health initiatives have attempted over the years, with little success, to engage Latino parents in promoting healthy lifestyles. In the early stages of organizing the Partnership, Healthy Schools Campaign leaders and organizers in West Town and Little Village examined these past efforts and talked frankly about why the messages had not resonated with parents.

Again and again, a similar theme emerged: parents viewed the public health messages—particularly those related to obesity—as an unwelcome attempt to impose another culture's values on their families. The voices delivering the messages, those of medical staff or university outreach workers, were simply not speaking the parents' language.

Rather than focusing the Partnership's messaging solely on health concepts, project organizers decided to focus their messaging on an issue that spoke to parent's life experiences and community groups' missions: the need for social justice.

"Talking about these issues in the framework of social justice resonated with parents' lived experiences of disparity and discrimination," explained Rochelle Davis, Principal Investigator for the Partnership and Founding Executive Director of the Healthy Schools Campaign. "They experience injustice in so many aspects of their lives every day. Talking about health in that framework makes a lot of sense."

A recent community-level study from Sinai Health System shows dramatically higher rates of childhood obesity and asthma in Chicago's Latino and African-American communities. In West Town, approximately 65 percent of children are overweight or obese. In Little Village, that number is close to 58 percent. (This compares with a national average of 26 percent.) The numbers are similarly disproportionate for asthma, which in West Town affects nearly a third of all children, more than twice the national average.

These rates reflect a huge range of factors, including conditions in the schools. Instead of simply emphasizing that neighborhood children were at risk of disease because of their weight, organizers pointed out that the children lacked access to the healthy food and physical activity that children in other areas of the city had.

Said Little Village organizer Jovita Flores, whose children attend public schools in Little Village: "In the Latino neighborhood in which I live, I see the number of kids who are obese increasing dramatically. I observed in other neighborhoods that they have a healthy lunch with more fruits and vegetables at their schools, and I realized that we don't have healthy lunch options at our own schools. I also realized that we don't have much physical activity in our schools, even though schools in other neighborhoods have recess and PE. I knew then I had to get involved."

Flores worked with other project organizers and parent leaders to arrange a bus tour for parents in Little Village and West Town, so they could visit other public schools in the city that offer healthy food and physical activity to students. Nearly 150 parents visited three schools that offered a salad bar in the cafeteria, daily recess, and innovative nutrition education.

"The field trip was a big eye-opener," said Davis. "It's one thing to talk about disparities and another thing to see first-hand the resources that are available in other schools within the same system. Literally seeing that the things we were talking about could be a reality—things like recess and fresh, healthy food—gave parents a renewed energy to speak up for change. The message was: if this is a reality in other neighborhoods, it can be a reality in my community, too."





## *Shared Language and Shared Knowledge*

The project brings together community leaders, medical professionals and academic researchers in efforts to reach out to parents and to school leaders. In order to make the most of the group's diverse set of strengths, it became essential to develop a common language, as each organization came to the table with different perspectives on—and different ways of talking about—the salient issues.

The common language emerged from multiple meetings over a period of time, explained Rucinski, as the group intentionally built a shared understanding and vocabulary.

"The development of a shared language occurred when all partners recognized the centrality of health disparities and the tie to social justice as an organizing principle," she explained. "In the community and in the public health world, we're focused on justice, and that creates a shared perspective."

Project organizers noticed gaps in the types of information accessible to each member of the group, so they worked to create a shared set of knowledge. Parents in the community did not have ready access to health information in a comfortable environment and needed more knowledge of the causes and opportunities to prevent asthma and obesity. At the same time, researchers in the public health community needed better information about parents' challenges and perspectives, and about the natural networks used to share information among parents within West Town and Little Village. Healthy Schools Campaign brought to the table information about the policy issues at play and the opportunities to connect with relevant legislation.

"We started with the assumption that everyone came to the table with different knowledge, skills and perspectives," said Davis. Project organizers and parent leaders identified the knowledge that parents in the community had and the knowledge they wanted to gain. The group then invited subject matter experts to present information on relevant issues.

For example, when parents told project organizers that "you can't make Mexican food healthy," they gathered in the kitchen of a Chicago chef, originally from Mexico, who specializes in healthy organic



catering with an emphasis on locally grown food. With his basic principles—such as adding vegetables and reducing fat—as a foundation, they experimented together and created healthy versions of traditional favorites.

Organizers in Little Village and West Town took the knowledge—in this case the cooking ideas and the recipes—back to their communities and disseminated it through the organizing models natural to their organizations.

In the case of the healthy Mexican food, Jovita used the principles and the method as the basis for a healthy cooking class that has now spread to more than 350 parents throughout the city. Parents gather at the class to experiment with ways to make traditional recipes more healthy.

The group's shared learning experience mirrors the techniques that community groups use to share information in a way that engages parents and creates a supportive environment in which to learn new information, try new things, practice healthy lifestyles, and begin developing new systems.





## *"If They're Healthier, They're Going to Learn More,"*

When Evelia's son won the district science fair, it had been sixteen years since a student from the neighborhood school in her community had placed at the district level. His project? "It's about which vegetable gives the most power," she explained.

Vegetables have played a big role in the family's life since Evelia first agreed to drop by a community exercise class several years ago, a class that connected her to a wellness movement in her neighborhood and led to her role as a leader in the first school wellness team at Gary School.

Since that first class, her children have not only gotten used to the idea of eating vegetables but now actually know how to grow them. Her husband has lost 35 pounds and is free from the knee pain that plagued him for years. And Evelia is a founding member of the school wellness team. Evelia and other members of the wellness team are working to make the healthy habits that have changed her kids' lives at home a part of their lives at school, too.

"It's very important to continue the good habits at home and school," she said. "It defeats the purpose to have good habits at home but not have healthy food available at school."

Through the wellness team, she hopes to put in place programs that will give children access to healthy fresh food, add more opportunities for kids to participate in sports, and provide health information for families. These opportunities naturally support children's academic success.

"If they're healthier, they're going to learn more," she said.



When Evelia began attending the exercise class, organizer Jovita Flores invited her to join a nutrition class where she and other neighbors talked about eating to support health and began experimenting with ways to make traditional recipes more healthy. Like her neighbors, Evelia enjoyed learning new ways of cooking her favorite dishes—and she loved the chance to try new foods. "I was very excited about learning to prepare these new foods," she said. "Tofu, granola—I didn't know what that was!"

One mother in the class commented that she had changed her food preparation habits when she moved to the U.S. because she no longer had easy access to fresh tomatoes and herbs. Many neighbors agreed.

A neighborhood survey revealed that local grocery stores offered almost no fresh produce, but that many members of the community had agricultural skills they'd learned before moving to the U.S. Some of these neighbors offered to share their skills and, with a little research, Jovita found that the city would provide seeds and workshops on composting.

The women worked together to plant backyard gardens around the neighborhood, successfully producing and sharing a harvest of tomatoes, cucumbers, chili, hot peppers and parsley that allowed them to integrate fresh produce into everyday cooking. Like many, Evelia brought her kids along to garden.

"It's fun for them," she said. "And it helps them recognize where food comes from. Now they like vegetables, in particular raw vegetables. Even I'm surprised about that!" Now, she works to share healthy living messages with her neighbors and other parents who can speak up for change at school. Simple access to fresh ingredients and information provided in a comfortable environment has transformed her family's health, and she hopes the changes she has made will become a way of life throughout the community.

"I want to share what I've learned with the rest of the community because information is what's needed," she said. "At each opportunity, I reinforce the concept of good health and good nutrition."



## *Engaging Parents*

Prepared with this new knowledge of health issues and commitment to creating change in schools, community leaders set out in the neighborhood to recruit parents interested in speaking up for school wellness. What they found was that for many parents, wellness advocacy did not attract a great deal of interest. They garnered more interest by discussing the issue through the framework of social justice and found that the most effective way to engage parents was to give them the opportunity to see the benefits of healthy lifestyles firsthand.

With this in mind, they set about the work of creating opportunities for adults to experience healthy eating and physical activity. Leaders in Little Village kicked off the now-renowned nutrition class and leaders in West Town began to offer aerobics and dance lessons. They began gardening clubs, walking clubs, cooking clubs and informal support networks.

At the same time, project organizers and parent leaders began investigating the resources in and challenges facing the community. In Little Village, they uncovered previously unrealized resources such as neighbors with a wealth of agricultural skills and free gardening supplies from the city. Research also revealed barriers to healthy eating within the community, such as produce shelves at the local market stocked only with a few old, shriveled pieces of fruit. Rather than simply telling parents about these limitations, project leaders engaged parents to survey neighborhood food stores and report back on findings—in this case a lack of access to fresh produce. This model led to an increase in shared information and greater parent engagement.

Parents also worked with their children to complete assisted food diaries, reporting what children ate during the school day. The diaries raised parents awareness of the types of food available to children at school and increased their interest in advocating for more fresh, healthy food.

In West Town, research uncovered changing neighborhood demographics and a serious need for health care geared toward preventing disease and sharing information about healthy lifestyles. As a result, organizers shifted the boundaries of their organization's focus area and identified an appropriate school for placement of a school-based health clinic focused on prevention.



## *Collective Action & City-Wide Policy Change*

As parents were conducting research and preparing to advocate for healthy school environments, school districts around the U.S. began to prepare for a federal requirement that each district adopt a wellness policy addressing food and fitness in schools.

With growing numbers of parents becoming involved in the Partnership and enthusiasm building for wellness initiatives in school and around the community, this federal requirement presented the perfect opportunity for parents to advocate for specific policy issues related to the broad goal of improved school wellness. That is, the district was required to adopt a wellness policy of some sort; project organizers had the opportunity to request that the policy align with their goals for wellness in schools and parent involvement in the process of making school-level decisions related to food and physical activity.

It also represented a shift from focusing on personal transformation to city-wide action.

Word spread around Chicago about the work that parents in the Partnership were doing, and community leaders in other neighborhoods of the city approached the group about joining in the advocacy for healthy environments at school. Out of this interest, Partnership organizers developed Parents United for Healthy Schools/ Padres Unidos Para Escuelas Saludables, a city-wide coalition of parent and community organizations dedicated to advocating for healthy food and physical activity in schools. Representatives from eight groups attended the first meeting; by June 2008, more than 40 organizations were involved.

Creating Parents United for Healthy Schools/ Padres Unidos Para Escuelas Saludables increased the number of individuals—and the number of neighborhoods—represented, giving the group a stronger voice with which to address the school system.

The community-based organizations in the partnership are known for their effective organizing skills and their basis in principles and techniques common to community organizing, including the strategy of analyzing power relationships when working to create change. With this background, project partners

studied how change is made at CPS by examining the efforts of others who were successful in making change in the district. Partners even interviewed a former president of the CPS board to gain insight into the process of making change.

What would it take to create a strong, meaningful policy that did more than sit on a shelf? Project organizers and parent leaders developed the concept of school-based wellness teams that would work with the principal at each school to implement the district policy at a school level. These teams would provide avenues through which parents and community members could be involved in school health decisions, formalizing their right to have a say in the way that the school environment shapes children's health.



After outlining specific policy requests, parents began the advocacy that eventually led to the adoption of a strong wellness policy that includes formal venues for parent involvement, school wellness teams.

With parent leadership in West Town and Little Village and the support of partner organizations, the group organized a Parents Rally for Healthy Schools, an event that drew more than 700 parents along with elected officials, local celebrities, advocates and many, many school children. The rally elevated the issue in the eyes of CPS officials by demonstrating broad, strong public support for addressing school wellness issues.

To ensure that the voices of those who could not attend the rally were heard, parents organized a postcard campaign; more than 3,500 postcards outlining specific wellness policy requests were sent by parents around the city.

When CPS adopted a wellness policy, it included the provision that—as Partnership leaders requested—the policy would be implemented at a school level by a principal working with a school wellness team. This provision, included thanks to parent advocacy through the Partnership-led Parents United for Healthy Schools, institutionalizes parent involvement in school health decisions and empowers parents to be architects in the school policies that shape their children's health. The next step for project organizers was to train parents to be effective members of the school wellness teams, develop a system for making the wellness policy a reality in schools.





## *Coming Face to Face With Serious Health Problems*

In her job at a hospital emergency room, Estela sees every day how children's lives are shaped by the opportunities they have—or the opportunities they lack—to live healthy lifestyles.

"I see a lot of kids with asthma who are very sick," she said. "The way they eat matters. You see a lot of obesity. I think it's very important. Myself, I used to be very sick. Now I try to eat more fruits and vegetables. I'm losing weight, and I don't have those health problems anymore."

Coming face-to-face with serious health problems and becoming concerned about her own eight-year-old son, Estela dove head first into school wellness efforts in her community.

"I try to give one hundred and ten percent for the school," she said, explaining her team's efforts to establish a school-based health clinic that will serve anyone in the community. Rather than focusing on problems when they become emergencies, the clinic will focus on preventing disease by promoting healthy lifestyles.

As part of her school's wellness team, she's worked to bring a salad bar to the cafeteria, providing fresh veggies for the children every day. Her team has worked with staff throughout the school: the librarian is ordering books on healthy eating and the coach is getting tricycles for the gym and working on fun, simple games kids can play indoors on the days it's too cold to go outside in this city that so often experiences "crazy weather." Next, she's focused on bringing her school the CATCH program, a physical activity initiative focused on promoting cardiovascular health through fun exercise. The wellness team has also set its sights on a program to provide healthy breakfast to all students. Though the team has been in existence for less than one full school year, it has already taken visible steps toward improving the school wellness environment. "I'm seeing changes already," Estela said. "I know things are going to change—because it's already happening."

The key, she said, is approaching the inevitable challenges with a team of other individuals dedicated to children's health. "Teamwork always works—we know it by experience," she said. "You can do many things by yourself, but it's better when you can work with other people who have the same concerns. You'll be more successful."



## *"Whatever the School Does Influences the Larger Community."*

In years of working to make his neighborhood a healthier place, Abraham has looked beyond the barriers that others may see between the school and the community.

"Whatever the school does influences the larger community," he said. "In Mexican culture, we have a lot of respect for school. So bad food at school was sending the message that this food must be okay."



When he and his wife moved to Little Village several decades ago, they got tired of having to drive into other areas of the city to find restaurants where they could order fresh, healthy food—so they opened Café Cathedral, a coffee shop featuring a healthy menu and fresh ingredients.

Abraham also joined the Local School Council (LSC) for McCormick School and became involved in the Partnership when project partners began meeting at the café. Now, he often provides the healthy breakfast that has replaced donuts at many LSC and wellness team meetings around the neighborhood.

As someone who has long worked to promote wellness in his community—it's not unusual to find him at the neighborhood butcher shop trying to persuade the butcher to sell healthier cuts of meat—Abraham said that working with the Partnership, the school wellness team and Healthy Schools Campaign has given him tools that make the efforts far more effective.

"You're not alone, you have a whole organization behind you," he explained. "That gives you power—not to impose, but to suggest healthy changes." These changes, he said, will start in the schools but will not end there.

"It's going to be hard to do," he said, "but in the long run, it's valuable. Because it's going to impact not only the children, but anyone who comes into contact with the school or children."



## *"We Can Integrate the Messages into Math, with Science"*

One day while she was teaching, Dolores looked out the window of her kindergarten classroom at McCormick School and saw Jovita Flores exercising with a group. Curious, she talked with Jovita later and learned about the parent exercise group she led, along with her community nutrition class.

She'd noticed that some of the children in her classroom already suffered from asthma and obesity, meaning they had a hard time running and playing. And she knew that her own young daughter's health would improve if she lost a little weight. The conversation with Jovita sparked an idea, and she decided to make lessons about healthy lifestyles a part of every child's experience in her classroom.

"Looking at those little kids who have trouble breathing, trouble exercising—you just reach the point where you say: Stop! It's got to stop," she said.

Dolores started adding exercise to the schedule in her classroom, taking a quick break every hour to stretch and jumping along to a kid-friendly exercise video for twenty minutes every day. She found ways to include messages about healthy eating in her daily lessons—lessons covering math, science, reading, art and everything else kindergarteners study—and became more aware of the ways that unhealthy messages had found their way into her classroom. When a math flash card asked children to count pictures of cookies, for example, she traded it out for a student-made card that asked them to count apples. When a textbook on food groups showed less-healthy foods (such as French fries) as examples, she had children create their own pictures of healthy examples. Every day, she gives the children "homework" of talking about a healthy-food lesson with their parents.

When the class recently had a party, she decided that it would not include soda and chips. Instead, she took the children on a field trip to the grocery store so they could talk about what they liked from the produce aisle and come up with a healthy "party food." They chose to have apples with peanut butter for their party.

"We can integrate the messages into math, with science," she said. "We have to be more conscious of the information we are giving children."

The shift in messaging, she said, has been even easier than she thought it would be. "As a teacher, you say, 'Oh, I don't have time,'" she said. "But you see that it's simple—you do have time." That small investment of time has paid off in benefits to the teacher's major goal: learning.

"They are more open to doing work and finishing their tasks after they are physically active," she said. "They have more energy. Their brains are more focused, more alert. Their brains are working—when they do math, they get through the problems quickly, just like that!"

As she became more conscious of the healthy messages, Dolores found that she made healthier choices at home and noticed changes in her own daughter.

"She's been losing weight because she's not eating grease every day," she said.

"It seems she's more aware of what she can eat and what she can't eat. And now she can run more—even the gym teacher told me she's more involved and can run farther." Still, she said, changes to the school environment are desperately needed so that the children, who are now well-versed in wellness and consider healthy eating the norm, have good options available during the time they are required to be in school.

She is encouraging first-grade teachers to find ways to continue the healthy routines she has worked to instill in her kindergartener class, and hopes the cafeteria will become a place where they can choose fresh, healthy foods.

"The meat tacos, greasy pizza that they serve—the kids don't like it because they learn that it's not fresh," she said. "But they don't have a choice."





### *"We Just Couldn't Conceive of Not Seeing Donuts"*

From any perspective, Raquel is a pillar of her community. President of the Local School Council (LSC) for McCormick Elementary School, she also serves on the LSC of the nearby middle school, participates in the schools' bilingual committees and is involved in a range of cultural and social organizations in her neighborhood. Participation in so many organizations, of course, goes hand-in-hand with attending many meetings—meetings that, until recently, included an unhealthy snack or two.

"We just couldn't conceive of not seeing donuts" at breakfast meetings, she said. "Now at each LSC meeting, we have a nutritional breakfast."

Though the switch in food choices shocked many members of the LSC, she said, the new healthy breakfast quickly won their support and made an important point about the value of healthy food and of modeling healthy behavior. Were there objections to the breakfast of fresh fruit and multi-grain pancakes, the suggestion of the newly-created school wellness team? Or were there objections to the health-promoting changes that the wellness team has been making throughout the school?

"Not really," she said. "Everyone is supportive. I mean, the breakfast we serve is pretty good!"

It's this broad support from individuals at all levels of school operation that make it possible for the wellness team to make meaningful change, she explained. The principal is very supportive, as are teachers, kitchen staff, parents and LSC members. Why?

"The motivating factor is the students, the children," she said. Raquel also credits the warm, family-oriented atmosphere of the school with instilling a certain level of comfort with change. "When you come here, you are at home," she said. "You're more comfortable, receptive to information, more open to changes."

The result, she said, is a school "family" that mirrors the values she has within her own immediate family. "As a mother, I'm always watching nutrition," she said. "I'm very happy that now there's a group that has the same values I have—a good, healthy family. Health has always been important to me. I'm not alone now!"





## *Creating Meaningful, Sustainable Change*

With the CPS district's adoption of the wellness policy, project organizers and parent leaders began to focus on implementing the policy. In such a large school district where principals face pressure from many directions, most were not aware that a wellness policy had been adopted or that it called for the formation of school-based wellness teams for implementation. It was up to parents to initiate conversations with principals, create the teams and take action.

A Partnership-hosted Principals Breakfast for School Wellness in Feb. 2007 brought parents and school administrators to the table to hear from innovative principals around the city who had successfully integrated recess, nutrition education and healthy eating into their school experiences. The principals shared their strategies and the benefits they saw with an audience of their peers. The event also drew elected officials and regional school leaders. Ten principals and 70 parents attended the breakfast.

To prepare for the task of creating wellness teams, parents requested training—not just a brief training, but an intensive 4-part series that addressed relevant information (such as knowledge about nutrition and fitness) along with strategies for building relationships and effectively organizing for change.

Project staff and parent leaders in each community designed a series of half-day sessions that brought in outside experts to teach about relevant subjects: the connection between health and learning; the experience of starting a universal breakfast program; how to locate resources within the city; and more. Each day of training modeled healthy classroom practices by integrating breaks for physical activity and healthy snacks. Abraham Duenas, a local restaurant owner who specializes in healthy versions of traditional Mexican favorites, created a healthy breakfast and lunch for each day and spoke with parents about techniques he used to modify a traditional recipe.

More than fifty parents attended the training, and not one dropped out over the course of two sweltering weeks in August.

This training immediately preceded the start of the 2007-08 school year. During that year, parents formed 15 wellness teams at schools throughout Little Village and West Town. The changes that the teams made in less than a year include new policies prohibiting junk food at school; new physical activity programs during and after school; nutrition education in the classroom; salad bars in the cafeteria; student bike racks outside the school; universal breakfast; a school vegetable garden and more.

The fifteen wellness teams progressed at different rates and achieved different goals based on the logistical needs and priorities of the school. Project organizers found, however, that all of their experiences fit within a framework of four developmental phases. They used this framework to develop a model—Four Phases of a Successful School Wellness Team—used to institutionalize the understanding of and training around wellness team development. (To learn more and download a copy of the model, visit [www.healthyschoolscampaign.org/niehs](http://www.healthyschoolscampaign.org/niehs).)

By the time the group hosted its second annual Principals Breakfast for School Wellness in Feb. 2008, energy and awareness had grown so that more than 150 parents and 25 principals gathered for updates and new information.

A Parent Summit in May 2008—designed as a follow-up to the Aug. 2007 training, at the end of the school year—drew more than 150 parents. Many of these parents attended the second wave of wellness team training, held in Aug. 2008. The summit and training are examples of the type of ongoing support that Partnership leaders continue to provide parents.



As parent leaders make meaningful change at a school level, Parents United for Healthy Schools brings together the voices of parents around the city to organize, develop strategy, and advocate for city-level district-wide change. Parents United for Healthy Schools continues to grow and to be successful in speaking up for district-level policy change related to school health.

While some changes—such as the healthy snacks served at parent-teacher meetings or the type of sports to offer after school—are best made at a school level, other changes need to be made at a systems level. For example, CPS food service policy changed in 2007 to include more fresh fruits and vegetables served for lunch at all schools in the district. It is with this two-tiered model that the Partnership continues to most effectively work for healthy schools in Chicago: by training parents to make changes through school wellness teams at an individual school level, and to bring together parent voices from across the city to advocate for policy change at a district level.

It is by creating meaningful and sustainable change changes in the CPS school environment at a school level and a district level—that is, supporting healthy eating and active lifestyles for the largely minority CPS student population—that the Partnership addresses the health disparities that exist in our society.





### *"They Can't Scream or Stretch—Just Walk and Be Quiet"*

When Nydia volunteered to help conduct surveys in her neighborhood, West Town, as part of the Partnership's research, she assumed that she would be able to speak Spanish with the neighbors she surveyed in her traditionally Latino neighborhood. But as she went door to door with questions and a detailed formula ensuring that the research would be statistically valid, she met neighbors who spoke languages she didn't understand: Ukrainian, Polish, and others she couldn't identify. In some cases, locked gates prevented her from reaching the door where she would have knocked. With this experience, along with the interviews, she learned a lot about the neighborhood she thought she already knew.

"People had a lot to say," she said. "About E.R. bills, about school, about health problems."

It was this new knowledge that helped shape her organization's plan to develop a school health clinic focused on healthy lifestyles and disease prevention, and it helped shape her own commitment to continue improving the food and fitness opportunities available at neighborhood schools.

Nydia became involved with West Town Leadership United through her work as a volunteer at her son's school. The school, Mitchell, is one of the few schools in the city to recently reinstate recess under the direction of a new principal.

As a volunteer and parent, she was "very concerned about getting recess, especially because my son is a little hyper." Without recess, "they can't scream or stretch, just walk and be quiet," she said. "Thanks to this new principal, they have at least ten minutes to run and jump and play after lunch."

Her son's grades have improved since he's had recess, she said, and his behavior at school has improved. "If he didn't have those ten minutes, I bet [the teachers] would be calling me every day," she said.



Her involvement in the Partnership research has also raised her personal awareness of nutrition. She puts fruit on the kitchen table now, instead of at the bottom of the refrigerator. And she tries to eat breakfast every day so that she can model healthy behavior for her daughter.

Still, she said, schools are essential to shaping children's health.

"This area has a high level of kids with asthma and obesity," she said. "Parents can't always take kids to the YMCA. Maybe they don't have after-school activities. Most of those sports programs, even in the summer, they cost money. If you have four or five kids, you don't have money for that. Ten minutes at school makes a difference. And if they work out a

little at school, they'll go home and do the same thing."

Her strong feelings are shaped in large part by her own observations and the research she helped conduct. She explained, "When you see the numbers and you see that it's in this area—then you start thinking it's a big problem."





## *The Partnership to Reduce Disparities in Asthma and Obesity in Latino Schools: Public Health Perspectives and Lessons Learned*

### **Public Health Overview**

The Partnership to Reduce Disparities in Asthma and Obesity in Latino Schools, which brought together community-based organizations, advocacy organizations, health providers and the University of Illinois at Chicago School of Public Health, used a community-based participatory research (CBPR) model to create a community-led process to address public health issues in two Latino communities. The project was funded by a grant from the National Institute of Environmental Health Sciences (NIEHS) with a focus on environmental justice.

NIEHS defines CBPR as "an approach that promotes active community involvement in the processes that shape research and intervention strategies, as well as in the conduct of research studies." In other words, community-based participatory research involves the residents of a community—those who will be affected most directly by environmental hazards—in researching and addressing those hazards. This participation can also strengthen communication between researchers and community members, leading to increased understanding and greater progress on shared goals.

The Partnership's approach to research and action was based on the social-ecological model, allowing the group to focus simultaneously on individual and community issues while balancing short-term and long-term outcomes.

In addition, researchers and community organizers employed the health belief model to engage parents in health-promoting behavior. The experience of participating in health-promoting behavior, along with discussions of health as an issue of social and environmental justice, motivated parents to advocate for healthy food and physical activity at school. These changes in the school environment can make a difference in addressing the staggering health disparities that the children face, particularly with regard to childhood obesity and asthma.



The goal of this project was to develop effective strategies for motivating and empowering parents, students and community members in minority urban communities to shape school policies relating to school environmental health and wellness.



Principal Investigator Rochelle Davis, founding executive director of the Healthy Schools Campaign, explained, "We wanted to learn how to engage minority parents in large urban communities in effective school health advocacy—and with the insight of our community partners and university researchers, that is exactly what we have been able to learn."

### ***Project Aims***

*The aims of the partnership were to:*

- » *Develop a better understanding of the impact of the school environment, and a large school district's policies that influence this environment, on asthma and obesity.*
- » *Develop a common language between "professionals" and "community members/parents" that will be used to motivate school administrators to take action to improve the school environment.*
- » *Evaluate two different models of community organizing in a school-based setting.*
- » *Open lines of communication and working partnerships between schools and community health providers.*

### ***Principles of the Project***

- » *Healthy students are better learners.*
- » *The school environment, including the air quality, needs to be healthy.*
- » *The school is an important place for introducing healthy food and nutrition concepts, and physical activity.*
- » *Parent, student and community involvement are important for creating healthy schools and students.*



## ***Project Findings***

### *Social Ecological Model.*

Using this model allowed the Partnership to focus simultaneously on individual and community conditions, barriers and benefits while balancing short-term and long-term goals.

### *Social Justice as a Motivating Frame.*

Examining school health issues with a social justice lens resonated with the lived experiences of community members and corresponded with the mission of community organizations.

### *Collaborating with Community Based Organizations known for organizing skills rather than pre-existing commitment to health.*

The Partnership experience demonstrated that the dissemination of health information was bolstered by organizing acumen and did not compete with the other goals and campaigns of the Community Based Organizations (CBOs). The strong leadership and organizing abilities of CBOs altered traditional relationships with university partners.

### *Community-Based Participatory Research.*

The techniques involved in Community-Based Participatory Research (CBPR) illuminate the ways in which characteristics of CBOs influence the processes they use for intervention and information-gathering. The experience suggests that CBPR is particularly effective in health promotion efforts because the research begins with the community, is assisted by the community and, if successful, will benefit the community; hence, the community is more receptive to the intervention.



*Guillermo Gomez, Project Director; Enrique Rodriquez, Univision; Bertha Morin, West Town Leadership United; Rochelle Davis, Principal Investigator; Jovita Flores, Little Village Organizer*

### ***Innovative Stakeholder Training Model***

HSC has developed an innovative stakeholder training model based on lessons learned from the Partnership. In this project, HSC engaged and provided significant training and leadership development opportunities for low-income Latino parents. These parents then went on to transform their local schools and take on important leadership roles in their schools and communities, particularly through the establishment of school wellness teams at each school.

Through this effort, HSC developed training theories and models that it has successfully used to provide training and leadership development around school health issues for other stakeholders, including school nurses, school staff and principals. Through the Partnership, HSC learned key lessons that are successfully applied to all its training and leadership development programs for school stakeholders. These include:

*Effective Messages:* It is crucial that individuals, communities and schools make the connection between learning, health and the school environment. Messages that are developed by and for specific stakeholders will resonate with them. For example, examining school health issues through the lens of social justice and equity resonates with low-income Latino parents.

*Effective Messengers:* In communicating about health, the messenger is as important as the message. HSC works with well-respected and known leaders from within the individual stakeholder groups to develop and present training and concepts.

*Ongoing Engagement:* Once a training program has been developed and implemented, HSC develops and implements strategies for fostering ongoing support and peer learning.



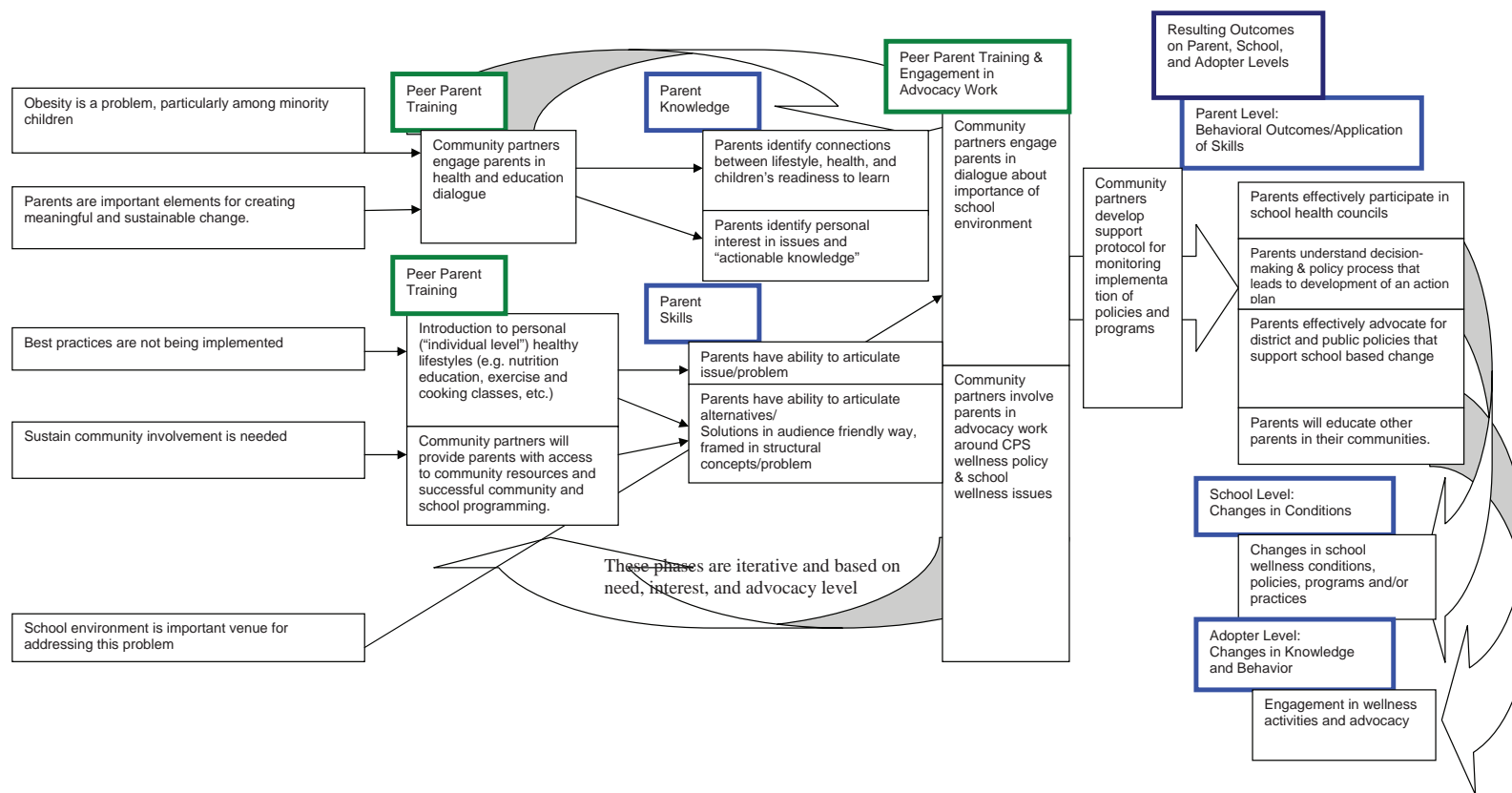
## Ongoing Engagement

To foster environmental justice in schools in Latino communities, project organizers and parent leaders worked to understand both the physical and decision-making environments to address the disparity in prevalence of asthma and obesity in minority student populations. The Theory of Change model (opposite page) illustrates the understanding of those environments that Partnership leaders developed.



*Dr. Dianne  
Rucinski,  
Project Evaluator*

Institute for Health  
Research and  
Policy,  
University of  
Illinois at Chicago



## *School Wellness by the Numbers*

**15 School Wellness Teams have been formed** by parents involved in the Partnership. According to the Chicago Public Schools Office of Specialized Services, the schools involved with the Partnership are the only ones to have formed School Wellness Teams are required by the district wellness policy.

**50 parents serve** on those School Wellness Teams.

**10,900+ children will experience healthier school environments** at the schools where parents have formed School Wellness Teams.

**40 parents regularly attend planning meetings** for Parents United for Healthy Schools, a city-wide coalition organized by the Partnership to increase advocacy efforts.

**300+ parents have attended community exercise classes** led by Partnership organizers in West Town and Little Village.

**500+ parents have attended nutrition and cooking classes** led by Partnership organizers in West Town and Little Village

**55 high schools and all elementary schools in the Chicago Public Schools system have eliminated the use of deep fryers in school kitchens.** School officials report that parent and community advocacy played a role in the decision to eliminate deep fryers. All schools in the Chicago Public Schools system have eliminated trans fats and whole milk.

**700+ parents attended the Parents Rally for Healthy Schools** to advocate for the adoption of a comprehensive wellness policy that includes formal avenues for parent and community involvement. The district adopted such a policy.

**3,500+ postcards were sent by parents** to request a strong wellness policy.

**50+ parents attended a four-part school wellness training** in Aug. 2007.

**150+ parents attended a follow-up school wellness summit** in May 2008.







## *Salud escolar en cifras*

**15 Equipos de Salud Escolar han sido formados** por los padres que forman parte de la Coalición. Según la Oficina de Servicios Especializados de las Escuelas Públicas de Chicago, las escuelas implicadas con la Coalición son las únicas que han formado Equipos de Salud Escolar que requiere la normativa de salud del distrito.

**50 padres de familia prestan sus servicios** en esos Equipos de Salud Escolar.

**Más de 10,900 niños experimentarán ambientes escolares más sanos** en las escuelas donde los padres han formado Equipos de Salud Escolar.

**40 padres asisten con regularidad a las reuniones de planificación** de los Padres Unidos en favor de Escuelas Saludables, una coalición que se lleva a cabo en toda la ciudad organizada por la Coalición para aumentar los esfuerzos en defensa de la salud.

**Más de 300 padres de familia han asistido a las clases de ejercicios de la comunidad** conducidas por los organizadores de la Coalición en West Town y Little Village.

**Más de 500 padres de familia han asistido a las clases de nutrición** conducidas por los organizadores de la Coalición en West Town y Little Village.

**55 escuelas secundarias y todas las escuelas primarias del sistema de Escuelas Públicas de Chicago han eliminado el uso de freidoras en las cocinas escolares.** Los funcionarios escolares reportan que los padres y defensores de la comunidad desempeñaron un papel importante en la decisión de eliminar las freidoras. Todas las escuelas del sistema de las Escuelas Públicas de Chicago han eliminado las grasas trans y la leche entera.

**Más de 700 padres de familia asistieron a la Reunión de Padres en favor de Escuelas Saludables** para abogar por la adopción de una normativa de salud completa que incluya métodos formales para la participación de la comunidad y los padres. El distrito adoptó esa normativa.

**Más de 3,500 tarjetas postales fueron enviadas por los padres** para solicitar una normativa sólida para la salud.

**Más de 50 padres de familia asistieron a las cuatro partes de que consistió la capacitación de salud escolar** en agosto de 2007.

**Más de 150 padres de familia asistieron a una reunión cumbre de seguimiento de salud escolar** en mayo de 2008.









### ***Modelo Innovador de Capacitación***

La Campaña pro Escuelas Saludables (HSC) ha desarrollado un modelo innovador para la capacitación de las personas interesadas, con base en las lecciones aprendidas en la Asociación. En este proyecto, la HSC participó de forma activa y proporcionó importantes oportunidades de capacitación y desarrollo de liderazgo a los padres latinos de bajos ingresos. Estos padres después continuaron transformando sus escuelas locales y asumieron un papel importante en el liderazgo en sus escuelas y comunidades, en particular a través de la creación de equipos de salud escolar en cada escuela.

A través de este esfuerzo, la HSC desarrolló teorías y modelos de capacitación que se han utilizado con éxito en la capacitación y desarrollo de liderazgo sobre cuestiones de salud escolar de otros interesados, como enfermeras escolares, personal escolar y directores de escuelas. A través de la Asociación, la HSC aprendió lecciones claves que se aplican con éxito en todos sus programas de capacitación y desarrollo de liderazgo para los interesados. Estas incluyen:

*Mensajes efectivos:* Es crucial que los padres, las comunidades, el gobierno y las escuelas efectúen la colección con el aprendizaje, la salud y el ambiente escolar. Los mensajes que se desarrollan específicamente por y para las personas afectadas se identificarán con ellas mismos. Por ejemplo, el examen de los asuntos de salud escolar a través igualdad y justicia social se identifica con los bajos ingresos de los padres latinos.

*Mensajeros efectivos:* En la comunicación sobre la salud, el mensajero es tan importante como el mensaje. La HSC trabaja con líderes muy respetados y conocidos que desde dentro de los grupos de participantes individuales desarrollan y presentan capacitación y conceptos.

*Compromiso continuo:* Una vez que se ha desarrollado y puesto en práctica un programa de entrenamiento, la HSC desarrolla e implementa estrategias para propiciar el apoyo y aprendizaje continuos de los compañeros en el proyecto.



### Conclusiones del Proyecto

**Modelo ecológico y social:** La utilización de este modelo permitió que la Coalición se concentrara simultáneamente en las condiciones, barreras y beneficios individuales y comunitarios, al mismo tiempo que equilibró los objetivos a corto y largo plazo.

**Justicia social como marco de motivación:** El examen de los temas de salud escolar bajo el concepto de justicia social hizo eco en las experiencias vividas por los miembros de la comunidad y correspondió a la misión de las organizaciones comunitarias.

**Colaboración con las organizaciones**

**comunitarias (CBOs) conocidas por sus habilidades para organizar en lugar de los métodos preexistentes aplicados en la salud.** La experiencia de la Asociación demostró que la difusión de la información sobre salud fue reforzada mediante el método organizativo y no compitió con los demás objetivos ni con las campañas de los CBOs. El liderazgo firme y el ingenio organizador de los CBOs cambiaron las relaciones tradicionales con los compañeros universitarios.

**Investigación Participativa Dirigida a la Comunidad.** Las técnicas empleadas en la Investigación Participativa Dirigida a la Comunidad (CBPR) ilustran las formas en que las características de las CBOs influyen en los procesos que éstas utilizan para la intervención y recopilación de la información. La experiencia sugiere que la CBPR es particularmente eficaz en los esfuerzos para promover la salud porque la investigación comienza con la comunidad, es asistida por la comunidad y, de tener éxito, beneficiará a la comunidad, de ahí que la comunidad sea más receptiva a la intervención.



*Guillermo Gomez, Director de Proyecto; Enrique Rodriguez, Univision; Bertha Morin, West Town Leadership United; Rochelle Davis, Investigadora Principal; Jovita Flores, Organizadora de Little Village*



principal Rochelle Davis, también directora ejecutiva y fundadora de la Campaña pro Escuelas Saludables, explica, "queríamos aprender la forma de motivar y concientizar a los padres de las grandes comunidades minoritarias urbanas en la defensa efectiva de la salud escolar —y con el conocimiento profundo de nuestros aliados en las comunidades y los investigadores universitarios, eso es exactamente lo que hemos sido capaces de aprender."

El objetivo de este proyecto fue desarrollar estrategias efectivas para motivar y delegar responsabilidades en los padres, estudiantes y miembros de las comunidades urbanas minoritarias con el fin de modelar normas escolares relacionadas con la salud ambiental y el bienestar de la escuela. La investigadora

#### **Objetivos del proyecto**

*Los objetivos de la coalición fueron:*

- » Desarrollar un mejor entendimiento del impacto del ambiente escolar, y las políticas del gran distrito escolar que influyen este ambiente, en cuanto al asma y la obesidad.
- » Desarrollar un lenguaje común entre "profesionales" y "miembros/padres de la comunidad" que sea usado para motivar a los administradores escolares a tomar medidas para mejorar el ambiente escolar.
- » Evaluar dos modelos diferentes de organización comunitaria en un escenario escolar.
- » Abrir líneas de comunicación y coaliciones, o alianzas, que operen entre proveedores de salud escolar y la comunidad.

#### **Los Principios del Proyecto**

- » Los estudiantes saludables son mejores alumnos.
- » El ambiente escolar, incluida la calidad del aire, tiene que ser saludable.
- » La escuela es un lugar importante para introducir comida sana, conceptos de nutrición y actividad física.
- » La participación de los padres, los alumnos, la comunidad y el gobierno son importantes para crear escuelas y estudiantes saludables.

## *Asociación para Reducir las Disparidades de Asma y Obesidad en las Escuelas Latinas Salud Pública Perspectivas y Lecciones Aprendidas*

*La Asociación para Reducir las Disparidades de Asma y Obesidad en las Escuelas Latinas* que congregó a organizaciones de base comunitaria defensores comunitarios, proveedores de salud y la Escuela de Salud Pública de Chicago de la Universidad de Illinois , usó un modelo de Investigación Participativa Dirigida a la Comunidad (CBPR) con el fin de crear un proceso conducido por la misma comunidad para atender cuestiones de salud pública en dos comunidades latinas. El proyecto fue financiado por un subsidio del Instituto Nacional de Ciencias de Salud Ambiental (NIEHS) orientado a la justicia ambiental.

El NIEHS define la CBPR como "un método que promueve la participación activa de la comunidad en procesos que fomentan la formación de estrategias de investigación e intervención, así como la conducción de estudios de investigación." En otras palabras, la investigación participativa dirigida a la comunidad involucra a los residentes de una comunidad —a aquellos que serán afectados más directamente por los riesgos ambientales— y a la investigación y tratamiento de dichos riesgos. Esta participación también puede reforzar la comunicación entre los investigadores y los miembros de la comunidad, lo cual lleva a incrementar el entendimiento y a un mayor progreso en las metas compartidas.

Este método de la Asociación para investigar y llevar a cabo acciones se basó en el modelo social y ecológico que permite al grupo concentrarse simultáneamente en las cuestiones individuales y comunitarias, al mismo tiempo que equilibra los resultados a corto y largo plazo. Además, los investigadores y organizadores de la comunidad emplearon el modelo de concientización en la salud para envolver a los padres de familia en acciones que promovieran la salud. La experiencia de participar en acciones promotoras de la salud, junto con discusiones sobre la salud como asunto de justicia social y ambiental, motivó a los padres a abogar en favor de alimentos saludables y actividades físicas en la escuela y en el hogar. Estos cambios en el ambiente escolar pueden marcar una diferencia en el tratamiento de las alarmantes disparidades de salud que enfrentan los niños, en particular lo referente a obesidad y asma infantil.



Las calificaciones de su hijo han mejorado desde que tiene el recreo, dice, y su comportamiento en la escuela ha mejorado.

"Si no tuviera esos diez minutos, apuesto a que ellos [los maestros] me estarían llamando diariamente," agrega.

Su participación en la investigación de la Asociación también ha incrementado su conciencia personal sobre la nutrición. Ahora pone fruta sobre la mesa de la cocina en lugar de ponerla en el fondo del refrigerador. Y trata de desayunar todos los días a fin de modelar un comportamiento saludable en su hija.

Aun así, dice, las escuelas son esenciales para modelar la salud de los niños.

"Esta área tiene un nivel alto de niños con asma y obesidad," señala. "Los padres no siempre pueden llevar a los niños a la YMCA. Tal vez no tengan actividades escolares después de las horas de escuela. La mayoría de esos programas deportivos, hasta en el verano, cuestan dinero. Si usted tiene cuatro o cinco niños, no tiene el dinero para eso. Diez minutos en la escuela marcan una diferencia. Y si hacen un poco de ejercicio en la escuela, se irán a su casa y harán lo mismo."

Sus fuertes sentimientos han sido modelados en gran parte por sus propias observaciones y la investigación que ayudó a conducir. Explica, "cuando se ven los números y se ve que están en esta área—entonces se comienza a pensar que hay un gran problema."



## *"No pueden gritar o estirarse—sólo caminar y estar quietos"*

Cuando Nydia se ofreció para ayudar a realizar las encuestas en su barrio, West Town, como parte de la investigación de la Asociación, asumió que podría hablar en español con los vecinos que encuestó en su barrio tradicionalmente de latinos. Pero a medida que iba de puerta en puerta con preguntas y una fórmula detallada que aseguraba que la investigación sería estadísticamente válida, se encontró con vecinos que hablaban idiomas que ella no entendía: ucraniano, polaco, y otros que no pudo identificar. En algunos casos, los portones cerrados con llave le impedían llegar a la puerta de la casa. Con esta experiencia, junto con las entrevistas, aprendió mucho sobre el barrio que ella pensaba que conocía.

"La gente tenía mucho que decir," dice. "Sobre las cuentas de la sala de emergencia del hospital, sobre la escuela, sobre problemas de salud." Fue este nuevo conocimiento lo que ayudó a modelar el plan de su organización para desarrollar una clínica de salud escolar orientada a estilos de vida saludables y prevención de enfermedades, así como para modelar su propio compromiso de seguir mejorando las oportunidades de alimentos y condición física disponibles en las escuelas de barrio.

Nydia tomó parte activa en el Liderazgo Unido de West Town a través de su trabajo como voluntaria en la escuela de su hijo. La escuela Mitchell es una de las pocas escuelas de la ciudad que recientemente reinstalaron el recreo bajo la dirección de una nueva directora.

Como voluntaria y madre, le "interesó mucho el receso, sobre todo porque mi hijo es un pequeño hyper." Sin el recreo, "no pueden gritar o estirarse—sólo caminar y estar quietos," dice. "Gracias a esta nueva directora, los niños tienen al menos diez minutos para correr y brincar y jugar después del almuerzo."



Cuando los líderes de padres de familia generan cambios importantes a nivel escolar, Padres Unidos para Escuelas Saludables reúne las voces de los padres de la ciudad para organizar, desarrollar estrategias, y abogar por los cambios a nivel de ciudad por todo el distrito. Padres Unidos para Escuelas Saludables sigue creciendo y tiene éxito al hablar a favor del cambio a nivel de distrito de reglamentos relacionados con la salud escolar.

Mientras algunos cambios —como los bocadillos saludables que se sirven en las juntas de profesores y padres de familia o el tipo de deportes que se ofrecen después de la escuela— se hacen mejor a nivel escolar, otros cambios tienen que hacerse a nivel del sistema. Por ejemplo, la póliza de los servicios de alimentos de las CPS cambió en 2007 y se incluyeron frutas y verduras más frescas para servir durante el almuerzo en todas las escuelas del distrito. Es con este modelo de dos niveles que la Coalición sigue trabajando con la mayor eficiencia en favor de escuelas saludables en Chicago: entrenando a los padres a generar cambios a través de equipos de salud a nivel escolar individual, y convocando a los padres de toda la ciudad para que se oiga su voz abogando por el cambio en las Políticas de salud a nivel de distrito.

Juntos, estos métodos crean cambios importantes y sostenibles que apoyan el consumo de alimentos saludables y estilos de vida activos para la población mayormente minoritaria de alumnos de las CPS: planteando las desigualdades de salud que existen en nuestra sociedad.





Más de cincuenta padres asistieron al entrenamiento, y ninguno desertó en el transcurso de dos semanas muy calurosas de agosto.

Esta capacitación precedió inmediatamente al inicio del año escolar de 2007-08. Durante ese año, los padres formaron 15 equipos de salud en las escuelas de todas partes de Little Village y West Town. Los cambios que los equipos hicieron en menos de un año incluyeron nuevas pólizas que prohíben la comida chatarra en la escuela; nuevos programas de actividades físicas durante y después de la escuela; educación sobre nutrición en el aula; mostradores de ensaladas en la cafetería; montantes para las bicicletas de los estudiantes afuera de la escuela; desayuno universal; otro jardín escolar y más.

Los quince equipos de salud progresaron a diferentes ritmos y alcanzaron diferentes objetivos basados en las necesidades logísticas y prioridades de la escuela. Los organizadores del proyecto encontraron, sin embargo, que todas sus experiencias encajaban dentro de un marco de cuatro fases de desarrollo. Este marco lo usaron para desarrollar un modelo —Cuatro Fases de un Equipo de Salud Escolar Exitosos— que utilizaron para institucionalizar el entendimiento y capacitación alrededor del desarrollo del equipo de salud. (Para conocer más y descargar una copia del modelo, visite [www.healthyschoolscampaign.org/NIEHS](http://www.healthyschoolscampaign.org/NIEHS)

Cuando el grupo celebró su segundo Desayuno Anual de Directores en pro de la Salud Escolar en febrero de 2008, la energía y la conciencia habían crecido de tal modo que más de 150 padres y 25 directores se reunieron para actualizarse y recibir nueva información.

Una Cumbre de Padres de Familia realizada en mayo de 2008 —diseñada como seguimiento de la capacitación de agosto de 2007, al final del año escolar— atrajo a más de 150 padres. Los organizadores del proyecto esperan que muchos de estos padres asistan a la segunda ronda de capacitación para equipos de salud que habrá de celebrarse en agosto de 2008. La cumbre y entrenamiento son ejemplos del tipo de apoyo continuo que los líderes de la Coalición siguen proporcionando a los padres.



## *Cómo crear un cambio significativo y sostenible*

Con la adopción de la póliza de salud, los organizadores del proyecto y los líderes de los padres de familia comenzaron a concentrarse en su ejecución. En un distrito escolar tan grande donde los Principales enfrentan la presión procedente de muchas direcciones, la mayoría no estaba enterada de que se había adoptado una póliza de salud o que era necesaria la formación de equipos de salud escolar para su ejecución. Dependía de los padres iniciar conversaciones con los directores, crear los equipos y proceder.

En un Desayuno para la Salud Escolar que ofreció la Coalición para los Principales en febrero de 2007, se reunieron padres y administradores escolares para escuchar de parte de directores innovadores de la ciudad que a sus experiencias escolares habían integrado con éxito el recreo, la educación sobre nutrición y la comida saludable. Los directores compartieron sus estrategias y los beneficios que vieron con un auditorio de colegas. El evento también atrajo a políticos y líderes escolares regionales. Diez directores y 70 padres asistieron al desayuno.

A fin de prepararse para la tarea de crear equipos de salud, los padres solicitaron entrenamiento — sólo una capacitación breve, sino una serie intensiva en 4 partes que cubrió información relevante (como conocimientos sobre nutrición y condición física) junto con estrategias para crear relaciones, organizarse efectivamente para el cambio.

El personal del proyecto y los líderes de padres de familia de cada comunidad diseñaron una serie de sesiones de media jornada que convenció a expertos del exterior para que dieran clases sobre temas relacionados: la conexión entre la salud y el aprendizaje; la experiencia de comenzar un programa universal de desayunos; cómo localizar recursos dentro de la ciudad; y más. Cada día de capacitación modeló prácticas de aula saludables mediante la integración de recesos para actividades físicas y bocadillos sanos. Abraham Dueñas, el dueño de un restaurante local que se especializa en versiones sanas de los platillos favoritos mexicanos tradicionales, creó desayunos y almuerzos saludables para cada día y habló con los padres sobre las técnicas que él utilizaba para modificar una receta tradicional.

## *"Simplemente no podíamos concebir no ver donas"*

Desde cualquier perspectiva, Raquel es un pilar de su comunidad. Presidenta del Consejo Escolar Local (LSC) de la Escuela Primaria McCormick, también forma parte del Consejo Escolar Local de una escuela secundaria cercana, participa en los comités bilingües de las escuelas y forma parte de una variedad de organizaciones culturales y sociales de su barrio. Por supuesto, la participación en tantas organizaciones va de la mano con la asistencia a muchas reuniones que, hasta hace poco, incluían uno o dos bocadillos insalubres.

"Simplemente no podíamos concebir no ver donas en el desayuno de las reuniones," dice. "Ahora en cada reunión del LSC, tenemos un desayuno nutritivo."

Aunque el cambio en las opciones de alimentos sorprendió a muchos miembros del LSC, dice, el nuevo desayuno saludable obtuvo rápidamente su apoyo y marcó un punto importante sobre el valor de los alimentos saludables y el modelado de un comportamiento saludable.

¿Hubo objeciones contra el desayuno de tortitas de multigranos y frutas frescas a sugerencia del equipo de salud escolar recién creado? O hubo quejas contra los cambios que promueven la salud que el equipo de salud ha estado haciendo en la escuela?

"No realmente," dice. "Todos son solidarios. Quiero decir, ¡el desayuno que servimos es bastante bueno!"

Es este amplio apoyo de las personas en todos los niveles de la operación escolar lo que hace posible que el equipo de salud haga tales importantes cambios, explica. La directora es muy solidaria, igual que lo son los maestros, el personal de cocina, los padres de familia y los miembros del LSC. ¿Por qué?

"El factor de motivación son los alumnos, los niños," dice. Díaz también da crédito a la atmósfera cordial con orientación familiar de la escuela que, con el cambio, infunde un cierto nivel de comodidad. "Cuando llega uno aquí, se siente uno cómodo," y agrega, "más cómodo y receptivo a la información, más abierto al cambio."

El resultado, señala, es una "familia" escolar que refleja los valores que tiene dentro de su propia familia inmediata. "Como madre, siempre cuido la nutrición." Y termina diciendo, "me alegra mucho que ahora haya un grupo que tiene los mismos valores de salud que yo tengo—una familia buena y saludable. La salud siempre ha sido importante para mí. ¡Ya no estoy sola!"



"Podemos integrar los mensajes en matemáticas, con la ciencia," dice. "Tenemos que estar más conscientes de la información que damos a los niños."

El cambio en la transmisión de mensajes, dice, ha sido aún más fácil de lo que se pensó que sería. "Como profesora, una dice, 'Ah, no tengo tiempo,'" dice. "Pero se ve que es simple: si se tiene tiempo." Esa pequeña inversión de tiempo ha rendido frutos en beneficios para el objetivo principal de la profesora: aprender.

"Los niños están más abiertos para trabajar y terminar sus tareas después de que hacen actividad física," dice. "Tienen más energía. Sus cerebros están más enfocados, más alertas. Sus cerebros trabajan; cuando hacen matemáticas, resuelven los problemas rápidamente, ¡como si tal cosa!"

Cuando se hizo más consciente de los mensajes saludables, Dolores descubrió que hacía elecciones más sanas en su casa y notó cambios en su propia hija.

"Ella ha estado perdiendo peso porque no come grasas todos los días," dice. "Parece que está más consciente de lo que puede y no puede comer. Y ya corre más; hasta la profesora de gimnasia me dice que ahora participa más y puede correr más lejos." Aún así, dice, los cambios en el ambiente escolar son desesperadamente necesarios para que los niños—quienes están ahora bien informados sobre salud y consideran que comer saludablemente es la norma—tengan disponibles buenas opciones durante el tiempo en que se requiera que estén en la escuela.

Está animando a los profesores del primer grado a que busquen modos de seguir las rutinas saludables que ella ha inculcado en sus párvulos, y espera que la cafetería se volverá el lugar donde ellos puedan elegir alimentos frescos y saludables.

"Los tacos de carne, y la pizza grasienta que sirven—a los niños no les gustan porque saben que no son frescos," dice. "Pero no tienen otra opción."



## *"Podemos integrar los mensajes en matemáticas, con la ciencia"*

Un día mientras daba clases, Dolores miró por la ventana de su aula del jardín de niños de la Escuela McCormick y vio a Jovita Flores haciendo ejercicios con un grupo de padres de familia. Curiosa, habló con Jovita más tarde y se enteró del grupo que ella dirigía, así como de su clase de nutrición para la comunidad.

Ella había notado que algunos niños de su clase ya sufrían de asma y obesidad, razón por la cual tenían dificultades para correr y jugar. Y sabía que la salud de su propia hija mejoraría si perdiera algo de peso. La conversación con Jovita le dio una idea, y decidió incluir lecciones sobre estilos de vida saludable como parte de la experiencia de cada niño de su salón de clases.

"Al mirar a aquellos niños con problemas de respiración y problemas para hacer ejercicios, simplemente se llega al punto en que uno se dice: ¡Basta! Esto tiene que terminar," dice.

Dolores comenzó a incluir el ejercicio en el programa de su clases, además de un receso rápido cada hora para estirarse y brincar siguiendo un video de ejercicios adecuados para niños durante veinte minutos todos los días. Buscó varias formas de incluir mensajes sobre alimentos saludables en sus lecciones diarias —lecciones de matemáticas, ciencia, lectura, arte y todos los demás estudios para Kinder— y se volvió más consciente de las formas en que los mensajes insalubres entraban en su aula. Cuando una tarjeta didáctica de matemáticas pedía a los niños que contarán cuadros de galletas, por ejemplo, ella la cambió por una tarjeta hecha por uno de los alumnos que les pedía contar manzanas. Cuando un libro de texto sobre grupos de alimentos mostraba como ejemplo los menos saludables (como papas fritas), ella hacía que los niños crearan sus propios cuadros de ejemplos saludables. Todos los días les dejaba a los niños "la tarea" de hablar con sus padres sobre una lección de alimentos saludables.

Cuando recientemente la clase tuvo una fiesta, decidió que no incluiría sodas ni frituras. En cambio, llevó a los niños a un paseo temático a la tienda de comestibles de modo que pudieran hablar sobre lo que les gustó del pasillo de productos y propusieran una "fiesta de alimentos saludables." Los niños decidieron que harían una fiesta con manzanas untadas con mantequilla de cacahuete.

## *"Cualquier cosa que haga la escuela influye en la mayor parte de la comunidad"*

Con años de trabajo para hacer de su barrio un lugar más saludable, Abraham ha visualizado más allá de las barreras que otros ven entre la escuela y la comunidad.

"Cualquier cosa que haga la escuela influye en la mayor parte de la comunidad," dice. "En la cultura mexicana tenemos mucho respeto por la escuela. Es una lástima que los malos alimentos de la escuela envíara el mensaje de que fueran buenos."



Cuando él y su esposa se fueron a vivir a Little Village hace varias décadas, se cansaron de tener que conducir hacia otras áreas de la ciudad para encontrar restaurantes donde pudieran pedir alimentos frescos y saludables, y entonces decidieron abrir Café Cathedral, una cafetería que ofrece un menú saludable e ingredientes frescos.

Abraham también ingresó al Concilio Escolar Local (LSC) de la Escuela McCormick y se involucró con la Asociación cuando los socios del proyecto comenzaron a reunirse en la cafetería. Ahora, a menudo les proporciona un desayuno saludable que ha sustituido a las donas en muchas de las reuniones del LSC y del equipo de salud del barrio.

Como alguien que ha trabajado mucho tiempo para promover la salud en su comunidad —no es raro encontrarlo en la carnicería del barrio tratando de persuadir al carnicero para que venda cortes de carne más sanos— Abraham dice que trabajar con la Asociación, con el equipo de salud escolar y la Campaña pro Escuelas Saludables le ha dado herramientas que hacen los esfuerzos mucho más eficaces.

"Uno no está solo, hay toda una organización detrás de uno," explica. "Eso le da a uno poder—no para imponer, sino para sugerir cambios saludables." Esos cambios, dice, comenzarán en las escuelas, pero no terminarán ahí. "Va a ser difícil hacerlo," dice, "pero a la larga, valdrá la pena, porque va a influir no sólo en los niños, sino en todos lo que se relacionen con la escuela o los niños."





## *Enfrentando serios problemas de salud*

En su trabajo en la sala de emergencias de un hospital, Estela ve todos los días la forma en que se están moldeando las vidas de los niños conforme a las oportunidades que tienen —o las oportunidades de las que carecen— de vivir estilos de vida saludables.

"Veo a muchos niños muy enfermos de asma," dice. "La forma en que comen tiene que ver. Se ve mucha obesidad. Pienso que es muy importante. Yo misma estuve muy enferma. Ahora trato de comer más frutas y verduras. Estoy perdiendo peso y ya no tengo aquellos problemas de salud."

Enfrentando serios problemas de salud y preocupada por su propio hijo de ocho años, Estela se lanzó al proyecto de salud escolar de su comunidad.

"Trato de dar el ciento diez por ciento para la escuela," dice, explicando los esfuerzos de su equipo por establecer una clínica de salud en la escuela que proporcione servicios a cualquier persona de la comunidad que los necesite. Más que concentrarse en problemas de emergencia, la clínica se concentrará en la prevención de enfermedades, promoviendo estilos de vida saludables.

Como parte del equipo de salud de su escuela, ella ha trabajado para establecer una barra de ensaladas en la cafetería donde se ofrecen vegetales frescos todos los días para los niños. Su equipo ha trabajado con el personal de toda la escuela: el bibliotecario está pidiendo libros sobre alimentos saludables y el entrenador está consiguiendo triciclos para el gimnasio y trabajando en juegos simples y divertidos para que los niños puedan jugar bajo techo en los días que haya demasiado frío en lugar de jugar afuera en esta ciudad que tan a menudo experimenta "tiempo loco." Después, se ha concentrado en llevar a su escuela el programa CATCH, una iniciativa de actividades físicas enfocada a promover la salud cardiovascular a través de ejercicios divertidos. El equipo de salud también ha puesto la mira en un programa que sirva desayunos saludables a todos los alumnos. Aunque el equipo tiene una existencia de menos de un año escolar, ya ha tomado medidas visibles hacia el mejoramiento del ambiente de salud escolar. "Yo ya veo los cambios," dice Estela. "Sé que las cosas van a cambiar—porque ya están sucediendo."

La clave, dice, está en abordar los desafíos inevitables con un equipo de otras personas dedicadas a la salud infantil. "El trabajo en equipo siempre funciona—lo sabemos por experiencia," dice. "Uno puede hacer muchas cosas por uno mismo, pero es mejor cuando se puede trabajar con otras personas que tienen las mismas inquietudes. Se tendrá más éxito."



¿Qué se necesitaría para crear una póliza fuerte y significativa que hiciera más que estar guardada en un escritorio? Los organizadores del proyecto y los líderes de padres de familia desarrollaron el concepto de equipos de salud escolar que trabajarían con el director de cada escuela para poner en práctica la póliza de salud del distrito a nivel escolar. Estos equipos proporcionarían vías a través de las cuales los padres de familia y los miembros de la comunidad podrían participar en las decisiones de salud escolar, formalizando su derecho a tener voz en la forma en que el ambiente escolar mejora la salud de los niños.

Después de plantear peticiones específicas para la póliza, los padres comenzaron a abogar por lo que finalmente condujo a la adopción de una póliza firme sobre salud que incluía equipos de salud escolar como escenarios formales para la participación de los padres.



Con el liderazgo de los padres de West Town y Little Village y el apoyo de organizaciones participantes, el grupo organizó un Mitin de Padres a favor de Escuelas Saludables, un evento que atrajo a más de 700 padres junto con funcionarios electos, celebridades locales, abogados y muchos, muchos alumnos. La concentración enarboló el asunto ante los ojos de los funcionarios de las CPS demostrando el firme y gran apoyo público para abordar las cuestiones de la salud escolar.

Para asegurar que las voces de aquellos que no pudieran asistir a la concentración fueran oídas, los padres organizaron una campaña de tarjetas postales; más de 3,500 tarjetas postales que plantean las peticiones de pólizas específicas de salud fueron enviadas por los padres a la ciudad.

Cuando CPS adoptó la póliza de salud, la misma incluía la disposición de que —como lo solicitaron los líderes de la Coalición— la póliza sería implementada a nivel escolar por el director trabajando con el equipo de salud escolar. Esta disposición, incluida gracias a la defensa de los padres a través de la Coalición que presidia a los Padres Unidos para Escuelas Saludables, institucionaliza la participación de los padres en decisiones de salud escolar y los autoriza para que sean los arquitectos de las pólizas escolares que modelan la salud de sus hijos. El siguiente paso de los organizadores del proyecto fue entrenar a los padres para ser miembros efectivos de los equipos de salud escolar y desarrollar un sistema para hacer que la póliza de salud fuera una realidad en las escuelas.

## *Acción colectiva y cambio en la póliza a nivel de la ciudad*

A medida que los padres llevaban a cabo la investigación y se disponían a abogar por ambientes escolares saludables, los distritos escolares de los Estados Unidos comenzaron a prepararse para un requisito federal en cuanto a que cada distrito tendría que adoptar una póliza de salud con atención a los alimentos y a la condición física de estudiantes en las escuelas. Con un número cada vez mayor de padres que se habían involucrado con la Asociación y el creciente entusiasmo en favor de iniciativas de salud en las escuelas y en la comunidad, este requisito federal presentó la oportunidad perfecta para que los padres abogaran en pro de pólizas específicas relacionadas con el amplio objetivo de mejorar la salud escolar. Es decir, debido a que se requirió que el distrito adoptara una póliza de salud de algún tipo, los organizadores del proyecto tuvieron la oportunidad de solicitar que la póliza se alineara con sus objetivos de salud en las escuelas y la participación de los padres a nivel escolar en el proceso de toma de decisiones relacionadas con los alimentos y actividades físicas.

Esto también representó un cambio de enfoque de transformación personal a una acción en toda la ciudad.

La propagación en Chicago sobre el trabajo que realizaban los padres de la Asociación, y los líderes comunitarios de otros barrios de la ciudad propició que el grupo se uniera en defensa de ambientes saludables en las escuelas. A raíz de este interés, los organizadores de la Asociación desarrollaron Parents United for Healthy Schools / Padres Unidos para Escuelas Saludables, una coalición a nivel de toda la ciudad compuesta de organizaciones de padres y comunidades dedicadas a abogar por alimentos saludables y actividades físicas en las escuelas. Los representantes de ocho grupos asistieron a la primera reunión; en junio de 2008, más de 40 organizaciones se habían implicado.

La creación de Parents United for Healthy Schools/ Padres Unidos para Escuelas Saludables aumentó el número de personas –y el número de comunidades representadas, lo cual brindó al grupo una voz más fuerte para dirigirse al sistema escolar. Las organizaciones de la comunidad que pertenecen a la coalición son conocidas por su efectividad, habilidad de organización, sus principios y técnicas comunes a la organización de comunidades, inclusive a la estrategia de analizar las relaciones de poder cuando éstas funcionan para crear cambios. Con estos antecedentes, los socios del proyecto estudiaron la forma en que se generan los cambios en las escuelas públicas de Chicago (CPS) mediante el examen de los esfuerzos de otros que tuvieron éxito para generar cambios en el distrito. Los socios inclusive entrevistaron a un antiguo presidente de la junta de las CPS para comprender mejor el proceso de generación de cambios.

## *Cómo hacer participar a los padres*

Preparados con este nuevo conocimiento sobre temas de salud y el compromiso para crear cambios en las escuelas, los líderes de la comunidad del barrio se propusieron reclutar a los padres que estuvieran interesados en hablar a favor de la salud escolar. Lo que encontraron fue que, para muchos padres, la campaña en pro de la salud no les provocaba mucho interés. Obtuvieron mayor interés hablando del asunto a través de un marco de justicia social y se dieron cuenta de que el modo más efectivo para que los padres participaran era dándoles la oportunidad de ver directamente los beneficios que podían dejarles los estilos de vida saludables.

Con esto en mente, emprendieron el trabajo de crear oportunidades para que los adultos experimentaran el consumo de alimentos saludables y la actividad física. Los líderes de Little Village emprendieron el saque inicial a la ahora famosa clase de nutrición y comida saludable y los líderes de West Town comenzaron a ofrecer lecciones de baile y aeróbicos. Empezaron a crear clubes de jardinería, clubes de caminatas, clubes de cocina y redes de apoyo informales.

Al mismo tiempo, los organizadores del proyecto y los líderes de padres de familia comenzaron a investigar los recursos que había en la comunidad y los desafíos que ésta afrontaba. En Little Village, revelaron recursos no materializados antes como vecinos con un cúmulo de habilidades agrícolas y provisiones de horticultura gratuitas que se encuentran en la ciudad. La investigación también reveló barreras al consumo saludable de alimentos dentro de la comunidad, como anaqueles de productos en el mercado local abastecido sólo de piezas de frutas y arrugadas. En lugar de sólo hablarles a los padres sobre estas limitaciones, los líderes del proyecto los involucraron para que participaran de forma activa tomando encuestas de las tiendas de comestibles del barrio e hicieran un informe sobre las conclusiones —en este caso la falta de acceso a productos frescos. Este modelo condujo a aumentar el uso en común de la información y a un mayor compromiso de los padres. También hicieron recomendaciones a las tiendas por mas productos saludables.

Los padres también trabajaron con sus hijos para llevar a cabo encuestas de alimentos, a través de un informe sobre lo que los hijos comían durante el día escolar. Los diarios concientizaron a los padres sobre los tipos de alimentos que había disponibles para sus hijos en la escuela y aumentaron su interés por abogar en favor de alimentos más frescos y saludables.

En West Town, la investigación reveló datos demográficos cambiados del barrio y una sería necesidad de asistencia médica orientada a la prevención de enfermedades, así como el intercambio de información sobre estilos de vida saludables. Por consiguiente, los organizadores cambiaron los límites del área de interés de su organización e identificaron una escuela apropiada para colocar una clínica de salud para atender a los alumnos orientada a la prevención.

Cuando Evelia comenzó a asistir a las clases de ejercicios, la organizadora Jovita Flores la invitó a una clase de nutrición donde ella y otros vecinos hablaron sobre el consumo de alimentos para apoyar la salud y comenzaron a experimentar modos de hacer recetas tradicionales más saludables. Igual que sus vecinos, Evelia disfrutó aprendiendo nuevos modos de cocinar sus platillos favoritos—y le encantó la posibilidad de aprobar nuevos alimentos. "Me entusiasmo mucho aprender a preparar estos nuevos alimentos," dice. "Tofu, granola—yo no sabía lo que era eso!"

Una madre que va a la clase comentó que ella había cambiado sus hábitos para preparar los alimentos cuando se trasladó a los Estados Unidos porque ya no tenía fácil acceso a tomates y hierbas frescas. Muchos vecinos estuvieron de acuerdo.

Una encuesta que se llevó a cabo en el barrio reveló que las tiendas de comestibles locales no ofrecían casi ningún producto fresco, pero que muchos miembros de la comunidad tenían habilidades agrícolas que habían aprendido antes de trasladarse a los Estados Unidos. Algunos de estos vecinos ofrecieron compartir sus habilidades y, con un poco de investigación, Jovita encontró que la ciudad proporcionaría semillas y talleres para composta.

Las mujeres trabajaron conjuntamente para plantar huertos en sus patios traseros por todo el barrio, produciendo con éxito casi 80 jardines y tres jardines comunitarios y dos escolares—y compartiendo—una cosecha de tomates, pepinos, chiles, pimientos picanos y perejil que les permitió integrar productos frescos a la cocina diaria. Como muchas, Evelia incorporó a sus hijos en el cultivo de hortalizas.

"A ellos les divierte," dice. "Y esto les ayuda a reconocer de dónde vienen los alimentos. Ahora les gustan las verduras, en particular las verduras crudas. ¡Eso hasta me sorprende!" Ahora, ella trabaja para compartir mensajes saludables en vivo con sus vecinos y otros padres que puedan hablar en favor del cambio en las escuelas. El simple acceso a ingredientes frescos e información proporcionada en un ambiente cómodo ha transformado la salud de su familia, y espera que los cambios que ha hecho se conviertan en un estilo de vida en toda la comunidad.

"Quiero compartir lo que he aprendido con el resto de la comunidad porque es información lo que se necesita," dice. "En cada oportunidad, refuerzo el concepto de la buena salud y buena nutrición."

*"Si están más sanos, van a aprender más"*

Cuando el hijo de Evelia ganó en la feria de ciencia del distrito, hacía dieciséis años que un alumno de la escuela del barrio de su comunidad se había colocado a nivel de distrito. ¿Su proyecto? "Es sobre cuál verdura da más fuerza," explica.

Las verduras han desempeñado un gran papel en la vida de la familia desde que Evelia consintió en pasar a ver una clase de ejercicios comunitarios hace varios años, una clase que la relacionó con un movimiento de salud en su barrio y la llevó a desempeñar un rol de líder en el primer equipo de salud escolar de la Escuela Gary.



Desde esa primera clase, sus hijos no sólo se han acostumbrado a la idea de comer verduras, sino que ahora saben cómo cultivarlas. Su marido ha perdido 35 libras y ya no tiene el dolor de rodillas que lo molestó durante años. Y Evelia es miembro fundador del equipo de salud escolar. Evelia y otros miembros del equipo de salud trabajan para hacer que los hábitos saludables que han cambiado la vida de sus hijos en casa formen también parte de su vida escolar.

"Es muy importante seguir los buenos hábitos en casa y en la escuela," dice. "El propósito no sirve si hay buenos hábitos en casa, pero no hay alimentos saludables disponibles en la escuela".

A través del equipo de salud, Evelia espera instaurar programas que permitan que los niños tengan acceso a alimentos frescos y saludables, agregar más oportunidades para que los niños participen en deportes, y proveer información de salud a las familias. Estas oportunidades naturalmente fortalecen el éxito académico de los niños.

"Si están más sanos, van a aprender más," dice.





Por ejemplo, cuando los padres les dijeron a los organizadores del proyecto que "no podían hacer comida mexicana sana," se reunieron en la cocina de un chef de Chicago, original de México, quien se especializa en gastronomía orgánica sana con énfasis en alimentos cultivados en la localidad. Con sus principios básicos —como añadir verduras y reducir grasa— como fundamento, experimentaron juntos y crearon versiones sanas de los platillos favoritos tradicionales.

Los organizadores de Little Village y West Town adoptaron las ideas —en este caso las ideas para cocinar y las recetas— para llevarlas a sus comunidades y las diseminaron a través de los modelos de organización naturales de sus organizaciones.

En el caso de comida mexicana sana, Jovita usó los principios y el método como base para una clase de cocina saludable que se ha extendido ahora a más de 350 padres de todas partes de la ciudad. Los padres se reúnen en la clase para experimentar diferentes formas de hacer recetas tradicionales más sanas. (Vea la página 5 donde hay una receta sana de tamales desarrollada por los padres.)

La experiencia de aprendizaje compartido del grupo refleja las técnicas que los grupos de la comunidad utilizan para compartir la información de manera que involucre a los padres y crea un ambiente con apoyo para aprender nueva información, intentar nuevas ideas, practicar estilos de vida saludables, y comenzar a desarrollar nuevos sistemas.



## *Lenguaje y conocimiento compartido*

El proyecto congrega a líderes de comunidad, profesionales médicos e investigadores académicos con el propósito de esforzarse para tender la mano a los padres y a los líderes escolares. A fin de sacar el mayor provecho posible de la diversidad de fortalezas del grupo, se comprendió que era esencial desarrollar un lenguaje común, conforme cada organización destacaba diferentes perspectivas —y diferentes formas de hablar— sobre cuestiones sobresalientes.

Un lenguaje común surgió a lo largo de múltiples reuniones durante un periodo de tiempo, explicó Rucinski, a medida que el grupo construía intencionadamente un entendimiento y vocabulario compartidos.

"El desarrollo de un lenguaje común ocurrió cuando todos los participantes reconocieron la posición central de las disparidades en la salud y el enlace con la justicia social como un principio de organización," explicó ella. "En la comunidad y en el mundo de salud pública nos concentramos en la justicia, y eso crea una perspectiva compartida."

Los organizadores del proyecto reconocieron que existían vacíos de información accesible a los miembros del grupo y, trabajaron para crear un conjunto de conocimientos compartidos. Los padres de la comunidad no tenían fácil acceso a la información de salud en un ambiente cómodo, y necesitaban tener más conocimiento de las causas y oportunidades para prevenir el asma y la obesidad. Al mismo tiempo, los investigadores de salud pública de la comunidad necesitaron mejor información sobre los desafíos y perspectivas de los padres, y sobre las redes naturales que éstos utilizaban para compartir la información entre ellos dentro de West Town y Little Village. La Campaña pro Escuelas Saludables trajo a la mesa información sobre cuestiones de reglamentos que entraban en juego y oportunidades para relacionarse con la legislación correspondiente.

"Comenzamos suponiendo que cada quien había traído diferentes conocimientos, habilidades y perspectivas," dice Davis. Los organizadores del proyecto y los líderes de los padres de familia identificaron los conocimientos que tenían los padres de la comunidad y los conocimientos que querían obtener. El grupo entonces invitó a expertos en la materia para que presentaran información sobre cuestiones relativas al caso.

Estos índices reflejan una enorme variedad de factores, inclusive las condiciones de las escuelas. En lugar de simplemente enfatizar que los niños del barrio estaban en riesgo de contraer enfermedades debido a su peso, los organizadores señalaron que carecían de acceso a alimentos saludables y a actividades físicas que los niños de otras áreas de la ciudad sí tenían.

La organizadora de Little Village, Jovita Flores, cuyos hijos asisten a escuelas públicas en Little Village, dice: "en el barrio latino en el cual vivo, veo que el número de niños obesos va en aumento de manera impresionante. He observado que en las escuelas de otros barrios comen un



almuerzo saludable con más frutas y verduras, y me di cuenta de que en nuestras propias escuelas no tenemos opciones de almuerzos saludables. También me di cuenta de que no hay mucha actividad física en nuestras escuelas, aun cuando en las escuelas de otras localidades tienen recreo y más días de educación física. Entonces supe que tenía que involucrarme."

Flores trabajó con otros organizadores de proyecto y líderes de padres de familia para organizar un recorrido en autobús para los padres de Little Village y West Town, de manera que pudieran visitar otras escuelas públicas de la ciudad que ofrecen a los alumnos alimentos saludables y actividad física. Cerca de 150 padres visitaron tres escuelas que ofrecían una barra de ensaladas en la cafetería, recreo diario, y educación innovadora sobre nutrición.

"Esta visita a las escuelas nos abrió los ojos, fue una gran sorpresa," dice Davis. "Una cosa es hablar sobre disparidades, y otra cosa es ver directamente los recursos con que cuentan otras escuelas dentro del mismo sistema. Ver literalmente que las cosas sobre las que habíamos podían ser una realidad —cosas como el recreo y alimentos frescos y saludables— dio a los padres una energía renovada para hablar en favor del cambio. El mensaje fue: si esto es una realidad en otras localidades, también puede ser una realidad en mi comunidad."

## *Fijando la atención en la justicia social*

En el centro del proyecto se encuentra el énfasis en la justicia social.

A lo largo de los años, numerosas iniciativas de salud pública han intentado, con poco éxito, involucrar a los padres latinos en la promoción de estilos de vida saludables. En las primeras etapas de la organización de la Asociación, los líderes y organizadores de la Campaña pro Escuelas Saludables de West Town y Little Village examinaron estos esfuerzos pasados y hablaron francamente sobre por qué los mensajes no habían hecho eco en los padres.

Una y otra vez surgió un tema similar: los padres veían los mensajes de salud pública —en particular los relacionados con la obesidad— como una tentativa inoportuna de imponer a sus familias los valores de otra cultura. Las voces que enviaban los mensajes, aquellas del personal médico o trabajadores de extensiones universitarias, simplemente no hablaban el lenguaje de los padres.

En lugar de enfocar la transmisión de mensajes de la Asociación únicamente hacia conceptos de salud, los organizadores del proyecto decidieron concentrar sus mensajes en un tema que se dirigiera a las experiencias de vida de los padres y a las misiones de los grupos de la comunidad: la necesidad de justicia social.

"Hablar sobre estas cuestiones en el marco de la justicia social resonó en las experiencias vividas de los padres en cuanto a disparidad y discriminación," explicó Rochelle Davis, Investigadora principal de la Asociación y Directora ejecutiva fundadora de la Campaña pro Escuelas Saludables. "Ellos experimentan diariamente la injusticia en tantos aspectos de sus vidas. Hablar sobre la salud en ese marco tiene mucho mayor significado para ellos."

Un estudio reciente a nivel de comunidades hecho por el Sistema de Salud Sinal, revela índices dramáticamente más altos de obesidad y asma infantil en las comunidades latinas y afroamericanas de Chicago. En West Town, aproximadamente el 65 por ciento de los niños es demasiado pesado u obeso. En Little Village, el número se acerca al 58 por ciento. (Esto comparado con un promedio nacional de 26 por ciento.) Los números son de manera similar desproporcionados para el asma, que en West Town afecta a casi un tercio de todos los niños, más de dos veces el promedio nacional.

"Ahora hablo con mayor autoridad," dice. "Puedo hablar con seguridad y explicar a la gente en las escuelas por qué necesitamos estos cambios."

A medida que adelantaba con sólidos cambios para la comunidad, la familia de Catalina se volvía más saludable también. Dice que este cambio simplemente "devuelve la información." Con el entrenamiento, dice, "aprendí de las clases, miré a mi propia familia. Algunos de mis parientes padecían de diabetes, pero en la clase aprendí que uno puede cambiar esto, y prevenirlo a través de la nutrición y hábitos alimenticios."

Su hijo perdió peso, como ella originalmente había esperado. Su marido perdió peso, también, y sus hijos se han vuelto más dispuestos a unírsele para hacer ejercicios en lugar de mirar la televisión. Ella ahora prepara la comida con tortillas mexicanas de grano entero en lugar de las hechas con harina blanca.

Es bueno cumplir con estos objetivos, dice, sobre todo porque está viendo que la experiencia de su familia se relaciona con la experiencia de su comunidad—y que la generación de cambios en la escuela puede modelarlos a ambos con gran eficacia.

"Me gusta contribuir," dice. "Aunque mi participación sea sólo un granito de sal, sé que estoy ayudando a marcar la diferencia."



## *"Trabajar en un grupo le brinda a uno la oportunidad de opinar"*

Catalina se involucró con la Asociación porque quería aprender a ayudar a su hijo a perder peso. Sin embargo, tan importante como la información sobre nutrición que encontró, fue la experiencia de reunirse con otros padres para elevar su voz en favor del cambio.

"Trabajar en un grupo le brinda a uno la oportunidad de opinar," dice. "Uno ya no es sólo un individuo habiéndole a individuos. Uno se reúne con otros, y así es como se puede crear el cambio."

Como miembro fundador del equipo de salud de la Escuela McCormick, ha hablado en favor de las iniciativas para promover la salud. El equipo ha:

- » Desarrollado un reglamento que prohíbe la comida chatarra en la escuela
- » Discutido sobre ideas de nutrición en las reuniones mensuales del Consejo Escolar Local
- » Proporcionado a los padres un taller sobre nutrición, alimentos saludables y actividad física
- » Ofrecido, después de clases, programas de actividades físicas para los estudiantes
- » Celebrado en las aulas sesiones sobre educación de alimentos, aportadas por una organización local no lucrativa, Seven Generations Ahead
- » Planificado una feria de estudios sociales orientada a los alimentos y la condición física a través de las culturas

Catalina acredita el éxito de las iniciativas de apoyo de su equipo en parte al conocimiento que adquirió en la serie de entrenamientos en cuatro partes de Padres Unidos para Escuelas Saludables en agosto de 2007, una capacitación que proveyó sesiones de estrategia sobre creación de coaliciones y aprovechamiento del poder de los grupos para generar cambios. La capacitación también incluía información sobre nutrición y actividades físicas, y formas de relacionar la salud con el aprendizaje de los alumnos.



vecinas— comenzaron a ejecutar los bailes que aprendían, y su entusiasmo y respaldo de boca en boca llevó a la creación de más clases en las escuelas del barrio y de la ciudad. Ahora, las madres de otras comunidades se han enterado de la "señora Zumba" y sus clases, y están reuniendo a las mamás para bailar en los gimnasios y cafeterías de sus propias escuelas.

Más allá de los beneficios físicos, muchas alumnas dicen que han experimentado un cambio en el modo en que se ven a sí mismas, un cambio que las ha autorizado a hablar en favor de los cambios en otras partes de sus vidas y ser firmes defensoras de los ambientes saludables en las escuelas. Y experimentar los beneficios del ejercicio las hace unas defensoras más apasionadas de los recesos y la educación física.

"Veo realmente muchos cambios en las alumnas," dice Mirca. "Disfrutan mucho bailando. Se vuelven más complacientes, más dispuestas a ser vigorosas. Eso es algo que todos queremos—queremos mantener nuestra energía. El ejercicio nos ayuda a mantenerla."

Las escuelas, dice, son el lugar ideal para sus grupos de ejercicio, porque son sitios convenientes para que se reúnan las mujeres. "Las escuelas son realmente buenas porque son las madres las que vienen a la clase," dice. "Ahí es donde uno encuentra a las mujeres que quieren recibir educación sobre la salud. Voy a la escuela y las motivo".

Los beneficios, parece, llegan más allá de los adultos. "Ver a sus mamás bailar, es bueno para los niños," dice. "Pensarán, si mi mamá hace esto, yo también lo puedo hacer. Es de esperar que lo lleven a casa con ellos."



## *A Mirca le encanta hacer ejercicio.*

A Mirca le encanta hacer ejercicio. Antes de convertirse en maestra de ejercicios y organizadora de la comunidad, era conocida como "la señora Zumba" entre las mamás y niños de su comunidad (gracias al estilo de baile que enseña en sus clases), Mirca dirigía una zapatería en el barrio e hizo del ejercicio su rutina en la tienda, entre los estantes de zapatos, después de cerrar las puertas y antes de irse a casa al anochecer.

Ahora, ella dirige las clases de baile y ejercicios para las mujeres de su comunidad, y muchas dicen que las clases han influido en su autoestima y perspectiva ante la vida tanto como en su salud.

"El secreto consiste en que el ejercicio es mi pasión," dice. "Me encantaría compartirlo con otras mujeres. Me gustaría que supieran que si vinieran a la clase se sentirían mucho mejor tanto física como mentalmente."

Mirca comenzó a dar clases en la escuela Anderson como una manera de ofrecerse como voluntaria y mantenerse en forma ella misma. "Para mí, esa es una razón para mantenerme en buena condición física," explica. "Pero comencé a darme cuenta de que, al mismo tiempo, estaba haciendo algo por su autoestima [de las alumnas]."

Las alumnas de la clase —madres de niños que asisten a la escuela, junto con algunas de sus





demás en la comunidad, en otras palabras, darse cuenta de que usted no está solo.

"Yo misma sufrí las consecuencias de la obesidad con una diabetes del tipo 2," dice Jovita Flores, la organizadora de la Asociación en Little Village. "Con este proyecto me di cuenta de que mis vecinos tenían el mismo problema. En la escuela, otros padres también sufrían los mismos problemas, y las mismas preocupaciones por sus hijos. Esto me sorprendió, porque cuando comencé, pensé que sólo era yo."

Idida Pérez, directora ejecutiva de Liderazgos Unidos de West Town, explicó que con información, esta comprensión podrá conducir a acciones colectivas. "Muchas veces," agregó, "lo que parece ser una cuestión personal tiene soluciones comunitarias."

Esta perspectiva es compatible con los modelos de organización pertinentes para la identidad de los grupos comunitarios implicados en el proyecto.

También involucra la aplicación de una idea conocida en el mundo de la salud pública como el modelo de propia convicción en la salud, en el cual una de las formas en que los individuos reconocen el valor de comportamientos saludables es teniendo la oportunidad de experimentar los beneficios relacionados con dicho comportamiento.

En este caso, los organizadores de la Asociación dirigieron a los padres hacia actividades que promovían la salud de modo que comenzaran a experimentar los beneficios que resultan del consumo de alimentos saludables y de las actividades físicas. Cuando los padres crearon en sus hogares estilos de vida saludables para sus hijos, se dieron cuenta de las formas en que esos estilos de vida diferían de las experiencias y los mensajes que los niños recibían en la escuela. Con esta observación, los padres se sintieron motivados a abogar por los cambios que harían que el ambiente escolar apoyara —en lugar de llevar la contraria— los estilos de vida saludables en que ellos creen y trabajan tanto para crearlos en casa.



## *Amplio cambio social a través de la transformación individual*

A través de su participación en el proyecto, los padres experimentaron lo que se ha descrito como una autotransformación, comprendiendo el poder que tiene un individuo de mejorar su propia salud y la salud de su familia, así como el poder de un grupo de crear cambios que mejoren la salud de todos los niños de la comunidad. A consecuencia de la participación de los padres, las políticas escolares están cambiando con el objeto de apoyar estilos de vida saludables que puedan combatir epidemias devastadoras de obesidad y asma infantiles.

La mayor parte del trabajo del grupo se concentró en abogar para que las Escuelas Públicas de Chicago adoptaran una póliza de salud satisfactoria que incluyera métodos formales para que los padres y la comunidad participaran a nivel escolar. Cuando el distrito adoptó esta póliza, el criterio del grupo cambió hacia la implementación de la misma de una forma trascendental, de modo que se utilizara como herramienta para crear los cambios necesarios en favor de un ambiente que promoviera realmente la salud en las escuelas.

El objetivo principal de la Asociación es cambiar la forma de abordar la salud y el bienestar en las escuelas de modo que éstas ofrezcan un ambiente que promueva la salud. Este objetivo implica un cambio importante a un nivel que afecte la salud de comunidades enteras, explicó la doctora Dianne Rucinski, evaluadora externa del proyecto.

El método de la Asociación para conseguir dicho objetivo es proporcionar a las personas la oportunidad de experimentar cambios saludables que conduzcan a beneficios personales visibles y aumentar el conocimiento de los factores a nivel de comunidad —como la falta de acceso a productos frescos en la comunidad y actividad física en la escuela— que contribuyen a las epidemias de asma y obesidad. Con este entendimiento viene una motivación para participar en acciones colectivas para atender esos factores.

Este método, el cual la comunidad de salud pública describe como un modelo social y ecológico, permite que la Asociación se concentre simultáneamente en las cuestiones individuales y comunitarias al mismo tiempo que equilibra los resultados a corto y largo plazo.

Un aspecto clave de esa experiencia es comprender que las preocupaciones individuales son compartidas por los

La Asociación congrega las habilidades de organizaciones y comunidades poderosas dedicadas a la justicia social, como son la Oficina de Servicios Sociales del Condado de Cook, la Campaña pro Escuelas Saludables, la Organización de Justicia Ambiental de Little Village, la Asociación de Salud Respiratoria del área urbana de Chicago, la Escuela de Salud Pública de Chicago de la Universidad de Illinois, y Liderazgos Unidos de West Town.

Las organizaciones de la comunidad implicadas en el proyecto son conocidas por sus habilidades de organización más que por su previa atención en cuestiones de salud. A lo largo del proyecto, la perspectiva en cuanto a organización de los grupos ha hecho posible reclutar eficientemente a los miembros, involucrar a los padres y comunicar información sobre salud. Los líderes de la comunidad reportan que el nuevo enfoque del proyecto de salud no compete con otras campañas; de hecho, éste complementa su objetivo fundamental de aumentar el compromiso de la comunidad.

Según explica Idida Pérez, directora ejecutiva de Liderazgos Unidos de West Town: "si la gente no se siente sana o no tiene confianza en sí misma, entonces no se va a involucrar". Pero también es cierto que: cuando aumenta la confianza y energía en cuanto al consumo de alimentos saludables y se realizan actividades físicas, la gente se siente motivada a involucrarse en favor de la salud.

Con un liderazgo firme y la habilidad como organizadores efectivos los líderes de la comunidad crearon una relación con colaboradores universitarios en la cual ambos grupos fueron capaces de aprovechar las habilidades mutuas, para solucionar los problemas. Esto difiere de las relaciones tradicionales entre universidad y comunidad en las cuales la investigación la dirige el colaborador universitario y los grupos de la comunidad desempeñan más bien un papel de apoyo.

Por ejemplo, al emprender el análisis con base en datos de protocolos de evaluación formales, los líderes de la comunidad obtuvieron nueva información sobre su barrio. Para la preparación de encuestas, los padres y líderes de la comunidad completaron la capacitación de la Junta de Revisión Institucional (IRB) y ofrecieron una revelación valiosa sobre las barreras que existen para que la comunidad participe en la investigación formal. El director del proyecto, Guillermo Gómez, se ha unido desde entonces a las discusiones con otros líderes nacionales sobre las ideas para reformar el proceso de la IRB de modo que éste sea más equitativo y accesible para los miembros de la comunidad.

La Asociación para Reducir las Disparidades de Asma y Obesidad en las Escuelas Latinas (la Asociación) congregó a los padres de dos comunidades latinas de Chicago —West Town en el norte y Little Village en el sur— con el fin de crear un cambio en las escuelas y comunidades que apoyaran el consumo de alimentos saludables y los estilos de una vida más activa. Estos cambios combaten los alarmantes índices de obesidad y asma infantil que afectan desproporcionadamente a las familias de las comunidades latinas de Chicago.

En una sociedad donde los niños pasan muchas de sus horas activas en la escuela, los padres encuentran que los cambios sencillos pero sustanciales a nivel de sistemas—cambios como añadir unos minutos de actividad física a la jornada escolar u ofrecer fruta fresca en el almuerzo— pueden marcar una diferencia en la salud de los niños.

Los cambios positivos, que promueven normas de salud a nivel del sistema y los programas a nivel escolar en las Escuelas Públicas de Chicago, ilustran el éxito de los esfuerzos de la Asociación para abordar los problemas de asma y obesidad. Los números demuestran que el proyecto creció rápidamente a través de redes naturales y se sigue extendiendo: más de 500 padres se inscribieron en las clases de nutrición; más de 300 padres participaron en los ejercicios aeróbicos de la comunidad; 700 padres ofrecieron su apoyo en favor de escuelas sanas; 15 equipos de salud escolar que trabajan para mejorar los alimentos y condición física en las escuelas; 10,900 niños que asisten a escuelas con ambientes más saludables gracias a los esfuerzos de los equipos.

Pero quizás nada explica el impacto de la Asociación más claramente que las experiencias de personas como Rosa, quien han cambiado su vida tan rotundamente desde que participa.

A lo largo de este informe, se verán más historias de madres, profesores, abogados y miembros de la comunidad que se comprometieron a luchar contra las disparidades y para la creación de un futuro más saludable para sus hijos.

Se pueden encontrar más en el sitio [www.healthyschoolscampaign.org/niehs](http://www.healthyschoolscampaign.org/niehs)

**Agosto 2006**  
**Póliza Saludable**  
**es Adoptada**  
Póliza incluye Equipos  
Saludables en Escuelas  
para participación  
de padres.

**Ago 2007**  
Las Escuelas Públicas  
de Chicago (CPS)  
hacen cambios a los  
alimentos escolares  
Se agregan productos  
frescos, se eliminan  
las freidoras, se  
planean más cambios.

**Feb 2008**  
Desayuno de los  
Directores(as)  
Asisten alrededor  
de 200 padres  
y directores.

**Feb 2007**  
Desayuno de los  
Directores(as)  
Los Directores  
innovadores  
comparten sus  
experiencias.

**Agosto 2007**  
Entrenamiento  
de Padres  
Conocimiento y  
estrategias para  
formar equipos de  
salud escolares.

**Mayo 2008**  
Reunión cumbre  
de padres  
de familia  
Asisten más de  
150 padres.

**Oct 2004**  
**Lanzamiento**  
del proyecto  
Primera reunión  
y recorrido por  
las comunidades.

**Feb 2005**  
**Reunión del**  
**Comité Asesor**  
Atendido por los  
principales líderes de  
cada comunidad.

**Primavera 2006**  
**Colección de Datos**  
Padres coleccionan  
datos utilizando  
diarios de comida  
asistida.

**Nov 2004**  
**Primera conferencia**  
de prensa  
Cubierta por las  
principales televisiones,  
editoriales y estaciones  
de radio de Chicago.

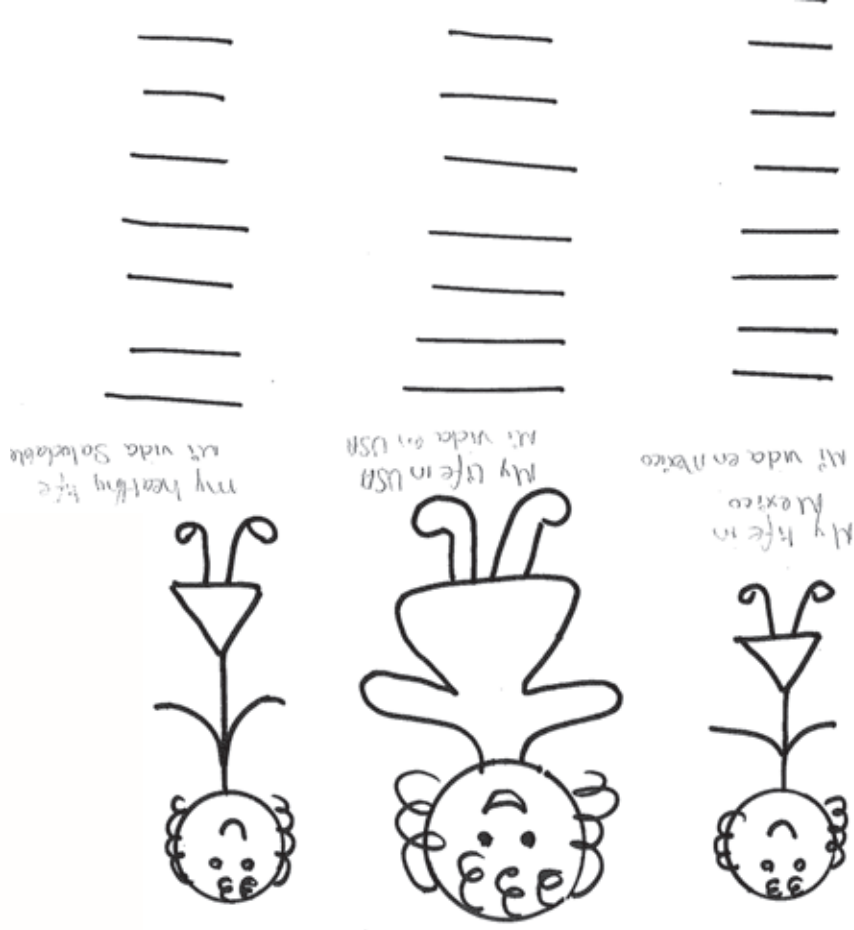
**Feb 2006**  
**Los padres finalizan**  
**la capacitación de la**  
**IRB (Junta de Revisión**  
**Institucional)**  
Superan las barreras del  
idioma, tecnología y más.

**Mayo 2006**  
**Reunión masiva**  
de Padres  
Más de 700 padres  
participaron en una  
reunión masiva para  
escuelas saludables.



**Diagrama desarrollado por la organizadora del proyecto, Jovita Flores,**

usado en las reuniones de los padres para hablar de las formas en que el ambiente modela la salud. Más que decirles a los padres los cambios que deberían hacer para crear estilos de vida saludables, Flores condujo a los padres a llevar a cabo discusiones sobre las formas en que sus hábitos y estilos de vida se diferenciaban entre los de México y los de Estados Unidos. Por ejemplo, los padres a menudo escribían "jardín" y "deportes en la escuela todos los días" conforme a la imagen que ilustra la vida en México. Conforme a la imagen que ilustra su vida después de trasladarse a los Estados Unidos, ellos a menudo escribían "manejé en lugar de caminar" o "más comida rápida." De acuerdo con la imagen que representa un estilo de vida saludable en los Estados Unidos, el grupo llevó a cabo una lluvia de ideas como "caminar a la escuela" y "jardín del barrio."





## Tamales de Pollo en Hoja de Plátano

*Receta de tamales saludables desarrollada por los padres que trabajan en la clase de nutrición de la Coalición con el fin de crear versiones saludables de alimentos favoritos tradicionales. En esta receta, aceite canola, que es mas saludable para el corazón, reemplaza la manteca y la cantidad de grasa en total por la razón que los tamales son hechos con hojas de plátano en lugar de hojas de maíz. Los padres a menudo remplazan el pollo con vegetales, proteína de soja y queso reducido de grasa.*

Para 64 tamales

- » 12 lbs. de Masa
- » 1 lb. Chile Guajillo Seco
- » 1 Hoja de Laurel
- » 5 Pimientos
- » 5 Clavos
- » Comino
- » 1-2 Dientes de Ajo
- » 2 c. Aceite Canola
- » Sal al Gusto
- » 2 lbs. Pollo Cocido y Picado
- » Caldo del Pollo
- » 1 lb. Carne de Soya

1. Se amasa la masa con aceite, sal, agua
2. El chile se cocce, se devena y se licua con los condimentos
3. La hojas de plátano se descongelan, lavan y se parten al tamaño que se quiera
4. El pollo se cocce, se deshebra y se guisa con el Chile
5. Luego se embarran las hojas con masa y se le pone el guisado de pollo
6. Se coccen en la vaporera de 30 a 45 minutos



en la escuela de sus hijos. Rosa pasó a ser miembro fundador del primer equipo de salud escolar en la Escuela Eli Whitney, donde espera que los niños tengan la posibilidad de aprender las sencillas lecciones sobre alimentos saludables que cambiaron su vida y tengan acceso a los alimentos frescos y saludables y a la actividad física que ella brinda a sus hijos en su casa.

En menos de un año, a partir de que se creó el equipo de salud, ha habido un incremento de actividades y mas cambios importantes en la escuela. El equipo ha:

- » Dado clases de nutrición a los padres
- » Ofrecido educación sobre nutrición a los alumnos de los grados K-3
- » Concentrado en opciones de alimentos saludables en las reuniones escolares de los padres de familia
- » Ofrecido programas de ejercicios después de la escuela: aeróbicos para padres, deportes, baile folclórico, yoga y hip hop para estudiantes
- » Desarrollado un plan específico para ofrecer más ejercicios durante los días escolares y ofrecer más opciones saludables en el almuerzo

Rosa explica que el verdadero cambio es un proceso continuo para su escuela igual que lo es para ella como persona. "Yo todavía estoy en proceso de aprendizaje, también," dice. "Tengo que cuidarme tanto a mí misma como a mi salud si quiero estar aquí para conocer a mis nietos."



reduzca enormemente su riesgo de contraer enfermedades relacionadas con la obesidad como la diabetes del tipo 2 que afecta a cantidades desproporcionadas de niños en su comunidad. Ella hace ejercicio con sus hijos, les muestra cómo leer las etiquetas de los alimentos en el supermercado y les enseña lo que aprende cada semana en la clase de nutrición. Aunque ellos acostumbraban rechazar las verduras, dice, "ahora están abiertos a probar nuevos alimentos."

Más que otra cosa, dice Rosa, está agradecida de haber "comenzado a tiempo" para heredarles a sus hijos hábitos saludables antes de que comiencen a sufrir enfermedades relacionadas con la obesidad, como es la hipertensión.



Después de un cambio tan profundo en su propia vida, Rosa dice que no pudo quedarse quieta y sin hacer nada mientras los problemas de obesidad y los relacionados con la salud invadían a su comunidad.

"Quisiera haber podido hablar con cada persona del barrio," dice, "y hacerles saber que tienen a su disposición recursos de salud como la clase de nutrición de Jovita." Mientras tanto, Rosa está difundiendo el mensaje entre todas las personas que le es posible y se ha convertido en una reclutadora enormemente exitosa de la clase de nutrición, una voz que les dice claramente a sus vecinos que pueden tomar el control de su salud — y la salud de sus hijos — por imposible que parezca.

Hacer cambios en el hogar y en la comunidad la condujo de manera natural a generar cambios

## *Rosa no tenía la intención de ser líder de la comunidad ó defensora de la salud escolar.*

Rosa no tenía la intención de ser líder de la comunidad ó defensora de la salud escolar. Cuando Jovita Flores, organizadora de la comunidad de la Asociación en el barrio de Rosa, la invitó a asistir a una clase de nutrición, a ella no le interesó. La hora y el camino por el barrio eran demasiado problemáticos.

"Entonces me subió la presión arterial, y recordé a Jovita," dice. Deprimida, preocupada sobre su salud y viviendo "a puerta cerrada," Rosa decidió finalmente hacer la prueba de ir a la clase de nutrición. "Era mucho más fácil ir a ver a Jovita que ir al médico o a ver a alguien fuera de la comunidad," explica. "Me sentía intimidada—pero con ella, al menos me sentía cómoda, ya la conocía."

Lo que encontró fue algo que Jovita describe como "una clase de liderazgo, completamente diferente de todas las clases de nutrición que se puedan conocer". Poco a poco, Rosa comenzó a sentir más confianza en su poder de generar cambios, y se interesó más en el contenido de la clase. Junto con otras madres del barrio, se unió a las conversaciones sobre la pirámide alimenticia, tamaños de porciones y formas de hacer recetas tradicionales más saludables. En vez de tratar de perder peso omitiendo comidas, comenzó a cocinar con menos grasa y sal.

El colesterol de Rosa se redujo, su presión arterial bajó y perdió peso, y de una talla 20W pasó a talla 14. Ya no está deprimida, y en lugar de quedarse en casa, se transformó en miembro activo de su comunidad. Su relación con su esposo es más feliz. Y quizás lo más importante, dice, es que sus hijos son más felices porque tiene la energía de jugar con ellos.

"Toda mi actitud ha cambiado," dice. "Ahora mi familia me ve feliz y entusiasmada."

Su hijo, que tuvo sobrepeso, hace ejercicio y come alimentos más sanos, lo cual hace que







La Asociación se concentró en las escuelas públicas de dos barrios latinos de Chicago, y creció con el fin de realizar cambios en las escuelas de todo el sistema de Escuelas Públicas de Chicago (CPS).

Uno de los objetivos del proyecto era aprender a crear cambios que promovieran la salud en los grandes distritos escolares urbanos que sirven a las comunidades de color de bajos ingresos. El sistema escolar de CPS sirve a 421,000 alumnos en más de 650 escuelas. La proporción de la minoría estudiantil del distrito es de alrededor del 92 por ciento, y aproximadamente al 86 por ciento se le considera estudiantes de escasos recursos. El distrito sirve

más de 56 millones de comidas escolares por año.

Debido a que la Asociación empleó un método socioecológico para concientizar a los padres y a la comunidad en estilos de vida saludables, y para hacer que las escuelas del distrito se convirtieran en sitios más saludables para los niños, las consecuencias positivas sobrepasaron las aulas de la ciudad. En la práctica, trabajar hacia este objetivo ha creado el cambio que se ha extendido más allá del patio de recreo a fin de moldear la vida de la localidad de forma que promueva estilos de vida saludables para los niños, las familias y las comunidades.

### *Principios del Proyecto*

- » Los estudiantes saludables son mejores alumnos.
- » El ambiente escolar, incluida la calidad del aire, tiene que ser saludable.
- » La escuela es un lugar importante para introducir comida sana, conceptos de nutrición y actividad física.
- » La participación de los padres, los alumnos y la comunidad es esencial para crear y mantener escuelas y estudiantes saludables.



*Las escuelas se han identificado como sitios importantes para dirigirse a los problemas de asma, obesidad y otros relacionados con la salud de la niñez.*

Las escuelas se han identificado como sitios importantes para dirigirse a los problemas de asma, obesidad y otros relacionados con la salud de la niñez. Los niños pasan la mayor parte de sus horas activas fuera de casa en la escuela, donde consumen casi el 40 por ciento de sus calorías diarias. Las escuelas también desempeñan un papel importante en la vida de una comunidad; éstas frecuentemente sirven no sólo como centros educativos, sino también como centros comunitarios, artísticos y deportivos donde los estudiantes, profesores, maestros y otros se conocen y comparten información.

Las investigaciones demuestran que los programas escolares que incluyen alimentos saludables, actividades físicas, educación sobre nutrición, así como la participación de los padres son más eficientes para ayudar a los niños a vivir vidas saludables. Las investigaciones también revelan que los estudiantes saludables están mejor preparados para aprender y tener éxito en la escuela.

El CDC (Centro de Control de Enfermedades) define como ambiente escolar saludable aquel que incluye comidas escolares de calidad, opciones de alimentos saludables en las escuelas, experiencias agradables en el comer, vasta educación sobre nutrición y actividades físicas, y mercadotecnia de salud integrada. Además de estos elementos relacionados con la salud, la Campaña pro Escuelas Saludables considera como factores ambientales la calidad del aire en el interior de las escuelas.

A pesar de los grandes beneficios que significan para la salud y el aprendizaje, las prácticas, reglamentos y programas que promueven la salud, no se implementan en la mayoría de las escuelas, las cuales incluyen a las escuelas que sirven a las comunidades con índices desproporcionadamente altos de asma y obesidad infantil.





## *Los niños de las comunidades latinas de Chicago enfrentan alarmantes índices de asma y obesidad.*

Las consecuencias de estas disparidades en la salud pueden afectar la salud y el bienestar de los niños para toda la vida. En West Town, aproximadamente el 65 por ciento de los niños tienen sobrepeso o son obesos. En Little Village ("La Villilita") el número es cerca del 58 por ciento. (Esto comparado con un promedio nacional del 26 por ciento.) Los números son de manera similar desproporcionados en el asma, que en West Town afecta a casi un tercio de todos los niños, más de dos veces el promedio nacional.

### *Más de dos veces el promedio nacional.*

La Asociación para Reducir las Disparidades de Asma y Obesidad en las Escuelas Latinas fue diseñada para capacitar a los padres y miembros de la comunidad a efectuar cambios en la salud y bienestar del ambiente escolar de modo que los niños tengan la oportunidad de vivir vidas saludables y satisfactorias.





# Asociación para Reducir las Disparidades de Asma y Obesidad en las Escuelas Latinas

*Healthy Schools Campaign  
West Town Leadership United  
Little Village Environmental Justice Organization  
University of Illinois at Chicago School of Public Health  
Respiratory Health Association of Metropolitan Chicago  
Cook County Bureau of Health Services*

*Rochelle Davis, Investigadora Principal  
Directora Ejecutiva, Healthy Schools Campaign*

*Guillermo Gomez, Director de Proyecto  
Director de Chicago, Healthy Schools Campaign*

*Dr. Dianne Rucinski, Evaluadora del Proyecto  
University of Illinois at Chicago*

*Este proyecto fue apoyado por el subsidio número SR25ES013207-04 del Instituto Nacional de Ciencias de Salud Ambiental (NIEHS), NIH. Su contenido es responsabilidad exclusiva de los autores y no necesariamente representa el punto de vista oficial del NIEHS, NIH. La financiación suplementaria ha sido recibida por la Fundación W.K. Kellogg.*

**Octubre 2008**

*Joseph Zanon  
University of Illinois at Chicago*

*Idida Perez  
Directora Ejecutiva, West Town Leadership United*

*Bertha Morin  
Organizadora, West Town Leadership United*

*Jovita Flores  
Organizadora, Little Village*



# Asociación para Reducir las Disparidades de Asma y Obesidad en las Escuelas Latinas

 healthy  
schools  
campaign  
clean environment  
healthy children  
better education

