



Go NAPSACC

Self-Assessment Instrument

Instrumento de Autoevaluación

Date/Fecha: _____

Your Name/Su Nombre: _____

Child Care Program Name/Nombre del Programa: _____

This is a bilingual English and Spanish self-assessment. English text is listed first, followed by the Spanish translation which is either shaded, has a different font color, or both.

Esta es una autoevaluación bilingüe en Inglés y Español. El texto en Inglés viene primero, seguido por su traducción al Español, que puede estar resaltado, tener un color de fuente distinto o ambos.



Child Nutrition/Nutrición Infantil

Go NAPSACC is based on a set of best practices that stem from the latest research and guidelines in the field. After completing this assessment, you will be able to see your program's strengths and areas for improvement, and use this information to plan healthy changes.

For this self-assessment, **child nutrition** topics include foods and beverages provided to children, as well as the environment and teacher practices during meal times. Unless otherwise noted, all questions in this section relate to your program's practices for both toddlers and preschool children.

Go NAPSACC está basado en un conjunto de las mejores prácticas que han surgido en las últimas investigaciones en este campo. Al terminar esta evaluación, usted podrá ver las fortalezas de su programa y las áreas de mejora, y podrá utilizar esta información para planear cambios saludables.

En esta autoevaluación, los temas de **nutrición infantil** incluyen los alimentos y bebidas que se proporcionan a los niños, además del ambiente y las prácticas diarias de las maestras durante las horas de las comidas. A menos que se indique lo contrario, todas las preguntas en esta sección se refieren a las prácticas de su programa tanto para los niños muy pequeños como para los de edad preescolar.



Ward D, Morris E, McWilliams C, Vaughn A, Erinosh T, Mazzucca S, Hanson P, Ammerman A, Neelon S, Sommers J, Ball S. (2014). Go NAP SACC: Nutrition and Physical Activity Self-Assessment for Child Care, 2nd Edition. Center for Health Promotion and Disease Prevention and Department of Nutrition, University of North Carolina at Chapel Hill. Available at: www.gonapsacc.org.

© 2022 The University of North Carolina at Chapel Hill

Before you begin:

- ✓ Gather menus, staff manuals, parent handbooks, and other documents that state your policies and guidelines about child nutrition.
- ✓ Recruit the help of key teachers and staff members who are familiar with day-to-day practices.

As you assess:

- ✓ Answer choices in parentheses () are for half-day programs. Full-day programs should use the answer choices without parentheses.
- ✓ Definitions of key words are marked by asterisks (*).
- ✓ Answer each question as best you can. If none of the answer choices seem quite right, just pick the closest fit. If a question does not apply to your program, move to the next question.

Understanding your results:

- ✓ The answer choices in the right-hand column represent the best practice recommendations in this area. To interpret your results, compare your responses to these best practice recommendations. This will show you your strengths and the areas in which your program can improve.

Antes de empezar:

- ✓ Reúna los manuales del personal, las guías de los padres y otros documentos que expresen sus políticas y lineamientos en cuanto a la lactancia materna y la alimentación del bebé.
- ✓ Solicite la ayuda de las maestras y miembros del personal que estén más familiarizados con los métodos rutinarios.

A medida que evalúa:

- ✓ Las opciones de respuestas que están entre paréntesis () son para los programas de medio día. Los programas de día completo deben usar las opciones de respuestas que NO tienen paréntesis.
- ✓ La definición de las palabras clave está marcada con un asterisco (*).

Para entender los resultados:

- ✓ Las opciones de respuestas de la columna de la derecha representan las recomendaciones para las mejores prácticas en esta área. Para interpretar sus resultados, compare sus respuestas con estas recomendaciones de las mejores prácticas. Esto le mostrará sus fortalezas y las áreas en las cuales su programa puede mejorar.

Some pages of the self-assessment may include blank space, due to the length of the following question. To avoid missing any self-assessment questions, please review and complete all pages.

Algunas páginas de la autoevaluación podrían incluir un espacio en blanco debido a la longitud de la siguiente pregunta. Para evitar la omisión de ninguna pregunta de la autoevaluación, por favor, revise y complete todas las páginas.



Foods Provided/Alimentos Proporcionados

How often does your program offer fruit (not including juice)?*

- 3 times per week or less (Half-day: 2 times per week or less) 4 times per week (Half-day: 3 times per week) 1 time per day (Half-day: 4 times per week) 2 times per day or more (Half-day: 1 time per day or more)

* For this assessment, fruit does not include servings of fruit juice.

¿Con cuánta frecuencia su programa ofrece fruta (sin considerar jugo)?*

- 3 veces a la semana o menos (Medio día: 2 veces a la semana o menos) 4 veces a la semana (Medio día: 3 veces a la semana) 1 vez al día (Medio día: 4 veces a la semana) 2 veces al día o más (Medio día: 1 vez al día o más)

* Para esta evaluación, la fruta no incluye raciones de jugo de frutas.

How often does your program offer fruit that is fresh, frozen, or canned in its own juice (not in syrup)?

- Rarely or never Sometimes Often Every time fruit is served

¿Con cuánta frecuencia su programa ofrece fruta fresca, congelada o enlatada en su propio jugo (no en almíbar)?

- Casi nunca o nunca Algunas veces A menudo Cada vez que se ofrece fruta

How often does your program offer vegetables (not including french fries, tater tots, hash browns, or dried beans)?*

- 2 times per week or less (Half-day: 1 time per week or less) 3–4 times per week (Half-day: 2–3 times per week) 1 time per day (Half-day: 4 times per week) 2 times per day or more (Half-day: 1 time per day or more)

* For this assessment, vegetables do not include french fries, tater tots, hash browns, or dried beans.

¿Con cuánta frecuencia su programa ofrece vegetales (sin considerar papas fritas, croquetas de puré de papa, hash brown o frijoles secos)?*

- 2 veces a la semana o menos (Medio día: 1 vez a la semana o menos) 3–4 veces a la semana (Medio día: 2–3 veces a la semana) 1 vez al día (Medio día: 4 veces a la semana) 2 veces al día o más (Medio día: 1 vez al día o más)

* Para esta evaluación, los vegetales no incluyen papas fritas (*french fries*), croqueta de puré de papa (*tater tots*), *hash browns* o frijoles secos.



How often does your program offer dark green, orange, red, or deep yellow vegetables (not including corn)?*

- 3 times per month or less 1–2 times per week 3–4 times per week 1 time per day or more

* For this assessment, corn is not included as a deep yellow vegetable because it has more starch and fewer vitamins and minerals than other vegetables.

¿Con cuánta frecuencia su programa ofrece vegetales de color verde oscuro, naranja, rojo o amarillo oscuro (sin considerar el maíz)?*

- 3 veces al mes o menos 1–2 veces a la semana 3–4 veces a la semana 1 vez al día o más

* Para esta evaluación, el maíz no se ha incluido como un vegetal amarillo oscuro, porque tiene más almidón y menos vitaminas y minerales que otros vegetales.

How often does your program offer vegetables that are cooked or flavored with meat fat, margarine, or butter?

- Every time vegetables are served Often Sometimes Rarely or never

¿Con cuánta frecuencia su programa ofrece vegetales que son cocinados o saborizados con grasa de carne, margarina o mantequilla?

- Cada vez que se sirven A menudo Algunas veces Casi nunca o nunca

How often does your program offer fried or pre-fried potatoes?*

- 3 times per week or more 2 times per week 1 time per week Less than 1 time per week or never

* Fried or pre-fried potatoes include french fries, tater tots, and hash browns that are pre-fried, sold frozen, and prepared in the oven.

¿Con cuánta frecuencia su programa ofrece papas fritas o prefritas?*

- 3 veces a la semana o más 2 veces a la semana 1 vez a la semana Menos de 1 vez a la semana o nunca

* Las papas fritas o prefritas incluyen papas fritas, croquetas de pure de papa y *hash browns* que sean prefritas, vendidas congeladas y preparadas en el horno.

How often does your program offer fried or pre-fried meats or fish?*

- 3 times per week or more 2 times per week 1 time per week Less than 1 time per week or never

* Fried or pre-fried meats or fish include breaded and frozen chicken nuggets and fish sticks.

¿Con cuánta frecuencia su programa ofrece carnes o pescado fritos o prefritos?*

- 3 veces a la semana o más 2 veces a la semana 1 vez a la semana Menos de 1 vez a la semana o nunca

* Las carnes y pescado fritos o prefritos incluyen a los *nuggets* de pollo y palitos de pescado (*fish sticks*) empanizados y congelados.



How often does your program offer high-fat meats?*

- 3 times per week or more 2 times per week 1 time per week Less than 1 time per week or never

* High-fat meats include sausage, bacon, hot dogs, bologna, and ground beef that is less than 93% lean.

¿Con cuánta frecuencia su programa ofrece carnes altas en grasa?*

- 3 veces a la semana o más 2 veces a la semana 1 vez a la semana Menos de 1 vez a la semana o nunca

* Las carnes altas en grasa incluyen a los embutidos, el tocino, las salchichas, la mortadela y la carne molida con menos de 93 % de carne magra.

How often does your program offer meats or meat alternatives that are lean or low fat?*

- 3 times per month or less 1–2 times per week 3–4 times per week Every time meats or meat alternatives are served

* Lean or low-fat meats include skinless, baked or broiled chicken; baked or broiled fish; and ground beef or turkey that is at least 93% lean and cooked in a low-fat way. Low-fat meat alternatives include low-fat dairy foods; baked, poached, or boiled eggs; and dried beans.

¿Con cuánta frecuencia su programa ofrece carnes o sustitutos de la carne que sean magras o bajas en grasa?*

- 3 veces al mes o menos 1–2 veces a la semana 3–4 veces a la semana Cada vez que se sirven carnes o sustitutos de esta

* Las carnes magras o bajas en grasa incluyen pollo sin piel, horneado o asado; pescado horneado o asado; y carne de res o de pavo molida que sea al menos 93 % magra y cocida de una manera baja en grasa. Los sustitutos de la carne bajos en grasa incluyen productos lácteos bajos en grasa; huevos horneados, pochados o duros; y frijoles secos.

How often does your program offer high-fiber, whole grain foods?*

- 1 time per week or less (Half-day: 3 times per month or less) 2–4 times per week (Half-day: 1 time per week) 1 time per day (Half-day: 2–4 times per week) 2 times per day or more (Half-day: 1 time per day or more)

* High-fiber, whole grain foods include whole wheat bread, whole wheat crackers, oatmeal, brown rice, Cheerios, and whole grain pasta.

¿Con cuánta frecuencia su programa ofrece alimentos altos en fibra e integrales?*

- 1 vez a la semana o menos (Medio día: 3 veces al mes o menos) 2–4 veces a la semana (Medio día: 1 vez a la semana) 1 vez al día (Medio día: 2–4 veces a la semana) 2 veces al día o más (Medio día: 1 vez al día o más)

* Los alimentos altos en fibra e integrales incluyen pan de trigo integral, galletas de trigo integral, avena, arroz integral, Cheerios y pasta integral.



How often does your program offer high-sugar, high-fat foods?*

- 1 time per day or more 3–4 times per week 1–2 times per week Less than 1 time per week or never

* High-sugar, high-fat foods include cookies, cakes, doughnuts, muffins, ice cream, and pudding.

¿Con cuánta frecuencia su programa ofrece alimentos altos en azúcar y grasa?*

- 1 vez al día o más 3–4 veces a la semana 1–2 veces a la semana Menos de 1 vez a la semana o nunca

* Los alimentos altos en azúcar y grasa incluyen a las galletas, pasteles, donas, panecillos, helado y pudín.

How often does your program offer high-salt, high-fat snacks?*

- 1 time per day or more 3–4 times per week 1–2 times per week Less than 1 time per week or never

* High-salt, high-fat snacks include chips, buttered popcorn, and Ritz crackers.

¿Con cuánta frecuencia su programa ofrece *snacks* altos en sal y grasa?*

- 1 vez al día o más 3–4 veces a la semana 1–2 veces a la semana Menos de 1 vez a la semana o nunca

* Los *snacks* altos en sal y grasa incluyen a las papitas fritas (*chips*), palomitas de maíz con mantequilla y galletas Ritz.

How often are children given sweet or salty snacks outside of meal and snack times?

- 1 time per day or more 3–4 times per week 1–2 times per week Less than 1 time per week or never

¿Con cuánta frecuencia se les da a los niños *snacks* dulces o salados fuera de la hora de las comidas o meriendas?

- 1 vez al día o más 3–4 veces a la semana 1–2 veces a la semana Menos de 1 vez a la semana o nunca

Beverages Provided/Bebidas Proporcionadas

When and where is drinking water available?

- Only when children ask Only when children ask and during water breaks Only indoors, where it is always visible and freely available* Indoors and outdoors, where it is always visible and freely available*

* Water that is “freely available” is always available to children but may or may not be self-serve. Water may be available from water bottles, pitchers, portable or stationary water coolers, or water fountains.



¿Cuándo y en qué lugar está disponible el agua para beber?

- Solo cuando los niños lo piden Solo cuando los niños lo piden y durante los recesos para tomar agua Solo en el interior, siempre está a la vista y disponible sin restricciones* En el interior y al aire libre, siempre está a la vista y disponible sin restricciones*

* El agua que está “disponible sin restricciones” siempre está accesible para los niños, pero puede ser que esté o no libre para que cada uno se sirva. El agua puede estar disponible en botellas, jarras, dispensadores de agua portátiles o estacionarios y fuentes de agua.

How often does your program offer children a 4–6 oz.* serving of 100% fruit juice?

- 2 times per day or more 1 time per day 3–4 times per week 2 times per week or less

* A serving of juice larger than 4-6 oz. counts as offering juice more than one time.

¿Con cuánta frecuencia su programa ofrece a los niños jugo de 100 % fruta en raciones de 4 a 6 oz*?

- 2 veces al día o más 1 vez al día 3–4 veces a la semana 2 veces a la semana o menos

* Una ración de jugo mayor de 4 o 6 oz cuenta como si se ofreciera jugo más de una vez.

How often does your program offer sugary drinks?*

- 1 time per month or more 1 time every few months 1–2 times per year Never

* Sugary drinks include Kool-Aid, fruit drinks, sweet tea, sports drinks, and soda.

¿Con cuánta frecuencia su programa ofrece bebidas azucaradas?*

- 1 vez al mes o más 1 vez cada varios meses 1–2 veces al año Nunca

* Las bebidas azucaradas incluyen Kool-Aid, bebidas de frutas, té dulce, bebidas deportivas y gaseosa.

Which type of milk does your program offer to children ages 2 years and older?*

- Whole (Regular) Reduced Fat (2%) Low fat (1%) Fat free (Skim)

* Type of milk does NOT refer to milk alternatives that your program offers to children with milk allergies.

¿Cuál es el tipo de leche que su programa ofrece a niños de 2 o más años?*

- Entera (Regular) Grasa reducida (2 %) Baja en grasa (1 %) Sin grasa (Descremada)

* El tipo de leche NO se refiere a los sustitutos de la leche que su programa sirve a los niños con alergia a la leche.

How often does your program offer flavored milk?

- 1 time per day or more 3–4 times per week 1–2 times per week Never

¿Con cuánta frecuencia su programa ofrece leche saborizada?

- 1 vez al día o más 3–4 veces a la semana 1–2 veces a la semana Nunca



Ward D, Morris E, McWilliams C, Vaughn A, Erinosh T, Mazzucca S, Hanson P, Ammerman A, Neelon S, Sommers J, Ball S. (2014). Go NAP SACC: Nutrition and Physical Activity Self-Assessment for Child Care, 2nd Edition. Center for Health Promotion and Disease Prevention and Department of Nutrition, University of North Carolina at Chapel Hill. Available at: www.gonapsacc.org.

© 2022 The University of North Carolina at Chapel Hill

Feeding Environment/Ambiente Donde Comen los Niños

Which of the following best describes how meals and snacks are served to preschool children?*

- | | | | |
|--|--|---|---|
| <input type="checkbox"/> Meals and snacks come to classrooms pre-plated with set portions of each food | <input type="checkbox"/> Teachers portion out servings to children | <input type="checkbox"/> Children serve some foods themselves, while other foods are pre-plated or served by teachers | <input type="checkbox"/> Children* always choose and serve most or all foods themselves |
|--|--|---|---|

* This refers to preschool children, ages 2–5 years, who are developmentally ready to choose and serve foods themselves.

¿Cuál de los siguientes enunciados describe mejor cómo es que las comidas y meriendas son servidas a los niños preescolares?*

- | | | | |
|---|--|--|--|
| <input type="checkbox"/> Las comidas y meriendas llegan al salón servidas en los platos con porciones establecidas de cada alimento | <input type="checkbox"/> Los maestros les sirven a los niños | <input type="checkbox"/> Los niños se sirven algunos alimentos ellos mismos, mientras que otros alimentos llegan en los platos o son servidos por los maestros | <input type="checkbox"/> Los niños* siempre eligen y se sirven ellos mismos la mayoría o todos los alimentos |
|---|--|--|--|

* Esto se refiere a los niños preescolares, entre 2 y 5 años, que están listos en su desarrollo para elegir y servirse los alimentos por sus propios medios.

How often are videos or television on during meal or snack times?

- | | | | |
|---------------------------------|--------------------------------|------------------------------------|--------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Always | <input type="checkbox"/> Often | <input type="checkbox"/> Sometimes | <input type="checkbox"/> Never |
|---------------------------------|--------------------------------|------------------------------------|--------------------------------|

¿Con cuánta frecuencia se ponen videos o se prende la televisión durante la hora de las comidas o meriendas?

- | | | | |
|----------------------------------|-----------------------------------|--|--------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Siempre | <input type="checkbox"/> A menudo | <input type="checkbox"/> Algunas veces | <input type="checkbox"/> Nunca |
|----------------------------------|-----------------------------------|--|--------------------------------|

When in classrooms during meal and snack times, how often do teachers and staff eat and drink the same foods and beverages as children?

- | | | | |
|--|------------------------------------|--------------------------------|---------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Rarely or never | <input type="checkbox"/> Sometimes | <input type="checkbox"/> Often | <input type="checkbox"/> Always |
|--|------------------------------------|--------------------------------|---------------------------------|

Cuando los maestros y empleados están en los salones durante la hora de las comidas o meriendas, ¿con cuánta frecuencia estos comen y toman la misma comida y bebida que los niños?

- | | | | |
|---|--|-----------------------------------|----------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Casi nunca o nunca | <input type="checkbox"/> Algunas veces | <input type="checkbox"/> A menudo | <input type="checkbox"/> Siempre |
|---|--|-----------------------------------|----------------------------------|

How often do teachers and staff eat or drink unhealthy foods or beverages in front of children?

- | | | | |
|---------------------------------|--------------------------------|------------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> Always | <input type="checkbox"/> Often | <input type="checkbox"/> Sometimes | <input type="checkbox"/> Rarely or never |
|---------------------------------|--------------------------------|------------------------------------|--|

¿Con cuánta frecuencia los maestros y empleados comen o beben comidas o bebidas no saludables frente a los niños?

- | | | | |
|----------------------------------|-----------------------------------|--|---|
| <input type="checkbox"/> Siempre | <input type="checkbox"/> A menudo | <input type="checkbox"/> Algunas veces | <input type="checkbox"/> Casi nunca o nunca |
|----------------------------------|-----------------------------------|--|---|



Ward D, Morris E, McWilliams C, Vaughn A, Erinosh T, Mazzucca S, Hanson P, Ammerman A, Neelon S, Sommers J, Ball S. (2014). Go NAP SACC: Nutrition and Physical Activity Self-Assessment for Child Care, 2nd Edition. Center for Health Promotion and Disease Prevention and Department of Nutrition, University of North Carolina at Chapel Hill. Available at: www.gonapsacc.org.

© 2022 The University of North Carolina at Chapel Hill

How often do teachers enthusiastically* role model eating healthy foods served at meal and snack times?

- Rarely or never Sometimes Often Every meal and snack time

* Enthusiastic role modeling is when teachers eat healthy foods in front of children and show how much they enjoy them. For example, a teacher might say, “Mmm, these peas taste yummy!”

¿Con cuánta frecuencia los maestros modelan con entusiasmo* el comer alimentos saludables en la hora de las comidas y meriendas?

- Rara vez o nunca Algunas veces A menudo En cada hora de comida o merienda

* Modelar con entusiasmo es cuando los maestros comen alimentos saludables en frente de los niños y demuestran lo mucho que los disfrutan. Por ejemplo, un maestro puede decir, “Mmm, ¡estos chícharos están deliciosos!”

Which of the following best describes your program’s collection of posters, books, and other learning materials* that promote healthy eating?

- Few or no materials Some materials with limited variety A variety of materials A large variety of materials with new items added or rotated seasonally

* Learning materials that promote healthy eating can include books about healthy eating habits, MyPlate posters, pictures of fruits and vegetables, healthy play foods, fruit or vegetable garden areas, and bowls of fruit.

¿Cuál de los siguientes enunciados describe mejor su colección de carteles, libros y otros materiales didácticos* para promover la alimentación saludable?

- Pocos materiales o ninguno Algunos materiales con poca variedad Una gran variedad de materiales Una gran variedad de materiales con nuevos artículos añadidos o rotados de acuerdo a la temporada

* Los materiales didácticos que promueven una alimentación saludable pueden incluir libros sobre hábitos de alimentación saludable, carteles de *MyPlate*, fotos de frutas y vegetales, juguetes de comida saludable, huertos de frutas o vegetales y tazones de fruta.

Which of the following best describes your program’s collection of posters, books, and other learning materials* that promote unhealthy foods?:

- A large variety of materials with new items added or rotated seasonally A variety of materials Some materials with limited variety Few or no materials

* Learning materials that promote unhealthy eating can include books or games about unhealthy foods, pictures or posters of unhealthy foods, unhealthy play foods, and bowls of candy.



¿Cuál de los siguientes enunciados describe mejor su colección de carteles, libros y otros materiales didácticos* que promueven los alimentos no saludables?

- | | | | |
|--|--|---|---|
| <input type="checkbox"/> Una gran variedad de materiales con nuevos artículos añadidos o rotados de acuerdo a la temporada | <input type="checkbox"/> Una gran variedad de materiales | <input type="checkbox"/> Algunos materiales con poca variedad | <input type="checkbox"/> Pocos materiales o ninguno |
|--|--|---|---|

* Los materiales didácticos que promueven una alimentación no saludable pueden incluir libros o juegos sobre alimentos no saludables, fotos o carteles de alimentos no saludables, juguetes de comida no saludable y tazones de dulces.

Where are soda and other vending machines located?

- | | | | |
|---|---|--|--|
| <input type="checkbox"/> In the entrance or front of building | <input type="checkbox"/> In public areas, but not entrances | <input type="checkbox"/> Out of sight of children and families | <input type="checkbox"/> There are no vending machines on site |
|---|---|--|--|

¿Dónde se ubican las máquinas expendedoras de gaseosas y otros productos?

- | | | | |
|---|---|--|---|
| <input type="checkbox"/> En la entrada o al frente del edificio | <input type="checkbox"/> En áreas públicas, pero no en las entradas | <input type="checkbox"/> Fuera de la vista de los niños y las familias | <input type="checkbox"/> No hay máquinas expendedoras en el lugar |
|---|---|--|---|

Feeding Practices/Prácticas de Alimentación

How often do teachers praise children for trying new or less-preferred foods?

- | | | | |
|--|------------------------------------|--------------------------------|---------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Rarely or never | <input type="checkbox"/> Sometimes | <input type="checkbox"/> Often | <input type="checkbox"/> Always |
|--|------------------------------------|--------------------------------|---------------------------------|

¿Con cuánta frecuencia los maestros elogian a los niños por probar alimentos nuevos o los menos preferidos?

- | | | | |
|---|--|-----------------------------------|----------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Casi nunca o nunca | <input type="checkbox"/> Algunas veces | <input type="checkbox"/> A menudo | <input type="checkbox"/> Siempre |
|---|--|-----------------------------------|----------------------------------|

When children eat less than half of a meal or snack, how often do teachers ask them if they are full before removing their plates?

- | | | | |
|--|------------------------------------|--------------------------------|---------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Rarely or never | <input type="checkbox"/> Sometimes | <input type="checkbox"/> Often | <input type="checkbox"/> Always |
|--|------------------------------------|--------------------------------|---------------------------------|

Cuando los niños comen menos de la mitad de su comida o merienda, ¿con cuánta frecuencia los maestros les preguntan si están satisfechos antes de retirarles sus platos?

- | | | | |
|---|--|-----------------------------------|----------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Casi nunca o nunca | <input type="checkbox"/> Algunas veces | <input type="checkbox"/> A menudo | <input type="checkbox"/> Siempre |
|---|--|-----------------------------------|----------------------------------|

When children request seconds, how often do teachers ask them if they are still hungry before serving more food?

- | | | | |
|--|------------------------------------|--------------------------------|---------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Rarely or never | <input type="checkbox"/> Sometimes | <input type="checkbox"/> Often | <input type="checkbox"/> Always |
|--|------------------------------------|--------------------------------|---------------------------------|

Cuando los niños piden repetir, ¿con cuánta frecuencia los maestros les preguntan si es que aún tienen hambre antes de servirles más comida?

- | | | | |
|---|-----------------------------------|--|----------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Casi nunca o nunca | <input type="checkbox"/> A menudo | <input type="checkbox"/> Algunas veces | <input type="checkbox"/> Siempre |
|---|-----------------------------------|--|----------------------------------|



How often do teachers require that children sit at the table until they clean their plates?

- Every meal and snack time Often Sometimes Rarely or never

¿Con cuánta frecuencia los maestros indican a los niños que se queden en la mesa hasta que hayan terminado sus platos?

- En cada hora de comida y merienda A menudo Algunas veces Casi nunca o nunca

How often do teachers use an authoritative feeding style?*

- Rarely or never Sometimes Often Every meal and snack time

* An authoritative feeding style strikes a balance between encouraging children to eat healthy foods and allowing children to make their own food choices. A teacher might encourage a child to eat broccoli by reasoning with him/her about its taste and benefits, instead of using bribes or threats.

¿Con cuánta frecuencia los maestros usan un estilo autoritativo* para dar de comer a los niños?

- Casi nunca o nunca Algunas veces A menudo En todas las comidas y meriendas

* Dar de comer con un estilo autoritativo es un punto medio entre animar a los niños a que coman alimentos saludables y permitirles escoger lo que ellos quieren comer. Un maestro puede animar a un niño a comer brócoli razonando con él/ella sobre su sabor y sus beneficios en lugar de usar sobornos o amenazas.

How often do teachers use* children's preferred foods to encourage them to eat new or less-preferred foods?

- Every meal and snack time Often Sometimes Rarely or never

* This can include offering a treat only if a child finishes his/her vegetables, or taking away a treat if a child does not finish his/her vegetables.

¿Con cuánta frecuencia los maestros utilizan* las comidas favoritas de los niños para animarlos a comer los alimentos que menos prefieren?

- En todas las comidas y meriendas A menudo Algunas veces Casi nunca o nunca

* Esto puede incluir ofrecer un dulce solo si el niño/niña termina de comer sus vegetales o quitar un dulce si el niño/niña no los termina.

How often do teachers use food to calm upset children or encourage appropriate behavior?

- Every day Often Sometimes Rarely or never

¿Con cuánta frecuencia los maestros usan las comidas para calmar a los niños alterados o para fomentar una conducta apropiada?

- Todos los días A menudo Algunas veces Casi nunca o nunca



During meal and snack times, how often do teachers praise and give hands-on help* to guide toddlers as they learn to feed themselves?

- Rarely or never Sometimes Often Always

* Praise and hands-on help includes encouraging finger-feeding, praising children for feeding themselves, and helping children use cups or other utensils.

Durante las horas de las comidas o meriendas, ¿con cuánta frecuencia los maestros elogian y ayudan* a los niños pequeños para guiarlos mientras aprenden a comer solos?

- Casi nunca o nunca Algunas veces A menudo Siempre

* Elogiar y ayudar incluyen motivar a los niños para que coman con las manos, halagarlos por comer solos y ayudar a los niños a utilizar tazas u otros utensilios.

For toddlers* who are developmentally ready, how often are beverages offered in an open, child-sized cup?

- Rarely or never Sometimes Often Always

* For Go NAPSACC, toddlers are children ages 13–24 months.

Para los niños pequeños* que estén listos en su desarrollo, ¿con cuánta frecuencia se les ofrece las bebidas en una taza abierta para niños?

- Casi nunca o nunca Algunas veces A menudo Siempre

* Para Go NAPSACC, los niños pequeños están entre los 13 y 24 meses de edad.

During indoor and outdoor physically active playtime, how often do teachers remind children to drink water?

- Rarely or never Sometimes Often At least 1 time per play period

Durante los juegos activos en el interior o al aire libre, ¿con cuánta frecuencia los maestros recuerdan a los niños tomar agua?

- Casi nunca o nunca Algunas veces A menudo Al menos 1 vez por tiempo de juego

Menus & Variety/Menús y Variedad

How long is your program's menu cycle?*

- 1 week or shorter 2 weeks 3 weeks or longer without seasonal change 3 weeks or longer with seasonal change

* The length of the menu cycle is the length of time that it takes for the menu to repeat.

¿Cuánto dura el ciclo* del menú de su programa?

- 1 semana o menos 2 semanas 3 semanas o más sin cambios por temporada 3 semanas o más con cambios por temporada

* La duración del ciclo del menú es la cantidad de tiempo que toma para que el menú se repita.



How often do weekly menus include a variety of healthy foods?

- Rarely or never Sometimes Often Always

¿Con cuánta frecuencia los menús semanales incluyen una variedad de alimentos saludables?

- Casi nunca o nunca Algunas veces A menudo Siempre

Education & Professional Development/Educación y Desarrollo Profesional

How often do teachers incorporate planned nutrition education* into their classroom routines?

- Rarely or never 1 time per month 2–3 times per month 1 time per week or more

* Planned nutrition education can include circle time lessons, story time, stations during center time, cooking activities, and gardening activities.

¿Con cuánta frecuencia los maestros incorporan educación planificada sobre nutrición* en sus rutinas de clase?

- Casi nunca o nunca 1 vez al mes 2–3 veces al mes 1 vez a la semana o más

* La educación planificada sobre la nutrición puede incluir lecciones durante la hora del círculo, cuentos, estaciones durante las actividades centrales y actividades de cocina o jardinería.

How often do teachers talk with children informally about healthy eating?

- Rarely or never Sometimes Often Each time they see an opportunity

¿Con cuánta frecuencia los maestros hablan con los niños de manera informal sobre la alimentación saludable?

- Casi nunca o nunca Algunas veces A menudo Cada vez que ven una oportunidad

How often do teachers and staff receive professional development* on child nutrition (other than food safety and food program guidelines)?

- Never Less than 1 time per year 1 time per year 2 times per year or more

If you mark “never” the website will skip to the next question. For all other answers (Less than 1 time per year; 1 time per year; 2 times per year or more), on the website, check the items from the list below that your program includes.

* For this assessment, professional development can include information presented at staff meetings, and in-person or online training for contact hours or continuing education credits.



¿Con cuánta frecuencia los maestros y empleados reciben desarrollo profesional* sobre nutrición infantil (no considerar las guías sobre seguridad alimentaria y programas de comida)?

- Nunca Menos de 1 vez al año 1 vez al año 2 veces al año o más

Si marca “nunca”, el sitio web pasará a la siguiente pregunta. Para el resto de respuestas (menos de 1 vez al año, 1 vez al año, 2 veces al año o más), en el sitio web, marque los ítems de la lista que verá a continuación y que su programa incluye.

* Para esta evaluación, el desarrollo profesional en nutrición infantil puede incluir información presentada en las reuniones del personal y entrenamiento presencial o virtual para obtener horas de contacto o créditos de educación continua.

Which of the following topics have been included in professional development for current teachers and staff on child nutrition?

Check all that apply.

- Food and beverage recommendations for children
- Serving sizes for children
- Importance of variety in the child diet
- Creating healthy mealtime environments*
- Using positive feeding practices[†]
- Communicating with families about child nutrition
- Our program’s policies on child nutrition
- None of the above

* In a healthy mealtime environment, children can choose what to eat from the foods offered, television and videos are turned off, and teachers sit with children and enthusiastically role model eating healthy foods.

† Positive feeding practices include praising children for trying new foods, asking children about hunger/fullness before taking their plates away or serving seconds, and avoiding the use of food to calm children or encourage appropriate behavior.



¿Cuáles de los siguientes temas han sido incluidos en el desarrollo profesional sobre nutrición infantil brindado a los maestros y empleados que laboran actualmente?

Marque todos los que apliquen.

- Recomendaciones de alimentos y bebidas para niños
- Los tamaños de las porciones para niños
- La importancia de la variedad en la dieta del niño
- La creación de un ambiente saludable a la hora de la comida*
- El uso de prácticas positivas de alimentación[†]
- Conversar con las familias sobre nutrición infantil
- Las políticas de nuestro programa sobre nutrición infantil
- Ninguna de las anteriores

* En un ambiente saludable durante la hora de la comida, los niños pueden escoger lo que quieren comer entre los alimentos que se ofrecen, la televisión y los videos están apagados, y los maestros se sientan con los niños y dan el ejemplo de comer alimentos saludables con entusiasmo.

† Las prácticas positivas de alimentación incluyen elogiar a los niños por probar alimentos nuevos, preguntar a los niños si tienen hambre o están llenos antes de retirar su plato o servirles más y evitar utilizar la comida para calmar a los niños o motivar un comportamiento apropiado.

How often are families offered education* on child nutrition?

- Never Less than 1 time per year 1 time per year 2 times per year or more

If you mark "never" the website will skip to the next question. For all other answers (Less than 1 time per year; 1 time per year; 2 times per year or more), on the website, check the items from the list below that your program includes.

* Education can be offered through in-person educational sessions, brochures, tip sheets, or your program's newsletter, website, or bulletin boards.

¿Con cuánta frecuencia se ofrece a las familias educación* sobre nutrición infantil?

- Nunca Menos de 1 vez al año 1 vez al año 2 veces al año o más

Si marca "nunca", el sitio web pasará a la siguiente pregunta. Para el resto de respuestas (menos de 1 vez al año, 1 vez al año, 2 veces al año o más), en el sitio web, marque los ítems de la lista que verá a continuación y que su programa incluye.

* La educación puede ser ofrecida a través de sesiones educativas presenciales. También puede ser ofrecida a través de folletos, hojas informativas o en el boletín de su programa, página web o murales informativos.



Which of the following topics are included in education for families on child nutrition?

Check all that apply.

- Food and beverage recommendations for children
- Serving sizes for children
- Importance of variety in the child diet
- Creating healthy mealtime environments
- Using positive feeding practices
- Our program's policies on child nutrition
- None of the above

¿Cuáles de los siguientes temas han sido incluidos en la educación para las familias sobre nutrición infantil?

Marque todos los que apliquen

- Recomendaciones de alimentos y bebidas para niños
- Los tamaños de las porciones para niños
- La importancia de la variedad en la dieta del niño
- La creación de un ambiente saludable para la hora de la comida
- El uso de prácticas positivas de alimentación
- Las políticas del programa sobre nutrición infantil
- Ninguna de las anteriores

Policy/Políticas

Which of the following topics are included in your written policy* on child nutrition?

See list and mark response below.

If you marked "no written policy", mark "no" on the website and the self-assessment will be complete. For all other answers, on the website, check the items from the list below that your program includes in its policies.

- Foods provided to children
- Beverages provided to children
- Creating healthy mealtime environments
- Teacher practices to encourage healthy eating
- Not offering food to calm children or encourage appropriate behavior
- Planned and informal nutrition education for children
- Professional development on child nutrition
- Education for families on child nutrition
- Guidelines for foods offered during holidays and celebrations
- Fundraising with non-food items
- None of the above
- No written policy

* A written policy can include any written guidelines about your program's operations or expectations for teachers, staff, children, and families. Policies can be included in parent handbooks, staff manuals, and other documents.



¿Cuáles de los siguientes temas están incluidos en su política escrita* sobre nutrición infantil?

Vea la lista a continuación y marque la respuesta.

Si marcó “no hay políticas escritas”, marque “no” en el sitio web y la autoevaluación estará completa. Para todas las demás respuestas, en el sitio web, marque los ítems de la lista que verá a continuación y que su programa incluye en sus políticas.

- Alimentos que se ofrecen a los niños
- Bebidas que se ofrecen a los niños
- La creación de un ambiente saludable para la hora de las comidas
- Las prácticas de los maestros para estimular una alimentación saludable
- No ofrecer comida para calmar a los niños ni para estimular una conducta apropiada
- Educación planificada e informal sobre nutrición para los niños
- Desarrollo profesional sobre nutrición infantil
- Educación para las familias sobre nutrición infantil
- Lineamientos sobre los alimentos que se ofrecen en las festividades y celebraciones
- Recaudación de dinero sin utilizar comidas
- Ninguna de las anteriores
- No hay políticas escritas

* Una política escrita puede incluir todas las guías escritas sobre las operaciones o expectativas de su programa para los maestros, los empleados, los niños o las familias. Las políticas pueden incluirse en los manuales para padres, empleados y otros documentos.



Ward D, Morris E, McWilliams C, Vaughn A, Erinosh T, Mazzucca S, Hanson P, Ammerman A, Neelon S, Sommers J, Ball S. (2014). Go NAP SACC: Nutrition and Physical Activity Self-Assessment for Child Care, 2nd Edition. Center for Health Promotion and Disease Prevention and Department of Nutrition, University of North Carolina at Chapel Hill. Available at: www.gonapsacc.org.

© 2022 The University of North Carolina at Chapel Hill