

# Año Nuevo ~ Una Mejor Meta en Nutrición

Margarita A.  
“Teacher Team Leader”



Queridos amigos de ABCDLatino, les deseo a todos un feliz año nuevo. En este nuevo 2018, les quisiera platicar acerca del enfoque que Agri-Business Child Development's (ABCD) pone en el tema de **nutrición** como una área vital relacionada con una educación temprana de alta calidad.

Como ya saben, ABCD ofrece servicios a un gran número de trabajadores agrícolas migrantes y a sus familias en 13 centros localizados en el Estado de Nueva York. La misión de ABCD está relacionada con el éxito de la agricultura y la fuerza del trabajador migrante.

Entendemos el arduo trabajo y la dedicación de las familias que servimos. Tienen una relación simbiótica con la tierra y las temporadas. Respetando ese arduo trabajo y sabiendo que la nutrición es importante en el crecimiento y el aprendizaje de los niños, los empleados de ABCD trabajan cada día para aprender y perfeccionar los servicios de nutrición que se ofrecen.

La misión de ABCD apoya la agricultura y prepara a los niños y las familias a acceder un futuro saludable y exitoso. Cada salón de ABCD sigue estrictas reglas federales, estatales y locales con el bono adicional

de siempre respetar los productos que crecen en los campos en los cuales las familias trabajan.

Los maestros de ABCD tienen licenciaturas y credenciales en educación temprana que los han preparado para entender el impacto de la nutrición en el desarrollo del cerebro, la salud emocional y el éxito académico. Somos afortunados de tener el apoyo en todos los centros de la Especialista Estatal en Salud y Nutrición de ABCD. Ella se dedica a aprender y difundir en la agencia lo más sofisticado y nuevo en cuanto al tema de nutrición..

Los niños de ABCD aprenden a respetar la comida que comen y el trabajo de sus padres. Los niños de ABCD aprenden a comer una variedad de comida fresca cosechada en el Estado de Nueva York. Ellos practican, plantan y cuidan parcelas chiquititas en sus centros respectivos y experimentan con diversas plantas y vegetales que acaban cosechando y comiendo.

Las cocineras de ABCD son expertas en sus maravillosas cocinas. Como dice el dicho, “El corazón de cada centro está en su cocina”. Los menús son planeados con una nutricionista certificada por el Estado de Nueva York, padres de ABCD y empleados de los centros. Las comidas reflejan la cultura de los niños. Cualquiera día uno puede observar a los niños comiendo tortillas y frijoles o sopa de wonton y pierogis. Se celebra la variedad! Todos los centros respetan toda comida y cultura.

Los niños comen con sus maestros alrededor de sus mesitas en estilo familiar. Los maestros siguen guías y técnicas apropiadas a la edad de los niños mientras los alientan a servirse su propia leche, tratar nuevas texturas, sabores y colores. Los niños platican, comparten sensaciones y emprenden relaciones sanas con la comida que están descubriendo.

Como maestro de ABCD, con experiencia como trabajadora agrícola migrante, admire la forma abierta que los niños tienen para comer saludablemente. Sé por experiencia propia, lo difícil que puede ser la vida del campesino. Todo ese trabajo vale la pena cuando vez a un niño disfrutar de la fruta de tu labor.

Siempre me impresiona el potencial de los niños. Estoy orgullosa del modo en que quieren aprender y experimentar. Mientras más temprano los niños prueban una variedad de comida, más abiertos son. Mientras más temprano empiezan a comer sanamente, menos peligro de obesidad, diabetes, problemas dentales y de autoestima en el futuro.

Si usted se fija, vera que la comida une a la gente. Las reuniones de padres de ABCD son reuniones donde la gente se junta a hablar y compartir su voz. La integración se facilita al compartir comida. Se promueve la salud al compartir recetas nuevas y saludables hechas con amor. Le doy las gracias seguido a ABCD, casi siempre cuando como con los niños ya que cada comida me recuerda la armonía en la que viven varias culturas bajo el techo del centro.

Mi bisabuela, Doña Mary, echaba tortillas en el comal al pie del famoso volcán Mexicano llamado Iztaccíhuatl, o la mujer dormida. Quien iba a pensar que generaciones después yo estaría comiendo tortillas frescas calentadas en una estufa moderna en la cocina del centro de ABCD en Kingston, Nueva York, en las del rio Hudson.