



Descripción general del Programa Fuel Up to Play 60

¿Qué es Fuel Up to Play 60?

- Fuel Up to Play 60 es el programa escolar de salud y bienestar más grande de la nación, actualmente vigente en más de 73.000 escuelas, impactando aproximadamente a 38 millones de estudiantes.
- El programa fue creado por la Liga Nacional de Fútbol (NFL) y el Consejo Nacional de Productos Lácteos (NDC, fundado por los productores de lácteos de los EE.UU.), en colaboración con el Departamento de Agricultura de los EE.UU. (USDA). El programa está hecho con el fin de empoderar a la juventud para que generen cambios transformadores en ellos mismos y en otros niños y adolescentes en las escuelas y las comunidades.
- Diversos estudios demuestran que el buen estado físico podría beneficiar la salud mental y el rendimiento académico, lo que sugiere que los jóvenes activos quizá tengan un mejor desempeño escolar.^{1 2}
- Fuel Up to Play 60 está liderado por más de 30.000 estudiantes, que actúan como Embajadores del Bienestar Escolar para lograr la participación de sus compañeros y empoderarlos para que emprendan acciones, implementando cambios positivos a largo plazo en su rutina diaria, en la de sus escuelas y en la de su comunidad.
- Desde su fundación en el 2009, Fuel Up to Play 60:
 - Ha dado a 18 millones de estudiantes acceso a una alimentación más sana en las escuelas y ha dado a 17 millones de estudiantes acceso a más oportunidades de actividad física.
 - Ha proporcionado un total de más de US\$20 millones en fondos y premios para ayudar a impulsar y mantener cambios saludables en las escuelas.
- En el otoño de 2015, Fuel Up to Play 60, en colaboración con GENYOUth y la Fundación PepsiCo, lanzó Fuel Up to Play 60 en español en un esfuerzo por seguir acercándose a los estudiantes, los padres y las comunidades latinas/hispanas con subvenciones económicas y nuevos materiales en español a través de un sitio web totalmente rediseñado (FuelUpToPlay60.com).

¿Cómo funciona el programa?

- **FuelUpToPlay60.com** ofrece recursos para el programa y funciona como un centro online para compartir historias de éxito y aprender de otros participantes. El sitio web también incluye un tablero de mandos personal para los estudiantes y los adultos.
- Un **Libro de Jugadas interactivo** ayuda a los estudiantes a comer bien y a ejercitarse por lo menos 60 minutos al día, ofreciendo una colección de Jugadas que proponen actividades fáciles sobre la alimentación saludable y la actividad física.
 - **The Huddle** ("el corrillo") es el blog de los estudiantes para Fuel Up to Play 60, donde los jóvenes pueden compartir sus historias de éxito e interactuar con sus compañeros.
- **Oportunidades** de motivar a los estudiantes y a las escuelas, al igual que a los Consejeros del programa para alcanzar los objetivos del programa y otros hitos importantes y ganar premios exclusivos como prendas y accesorios de la NFL, entradas a partidos de la NFL y visitas de los jugadores a la escuela del ganador.
- **Recompensas** para reconocer a quienes emprenden acciones y fomentar la participación continua en el programa. Los estudiantes pueden usar el sitio web para ganar puntos, coleccionar prendedores y pasar niveles para ganar premios exclusivos de la NFL.
- **Los fondos para Fuel Up to Play 60** ayudan a las escuelas a impulsar y mantener iniciativas de alimentación sana y actividad física. Las escuelas inscritas pueden solicitar hasta US\$4.000 por año.

Nuestros socios

- Fuel Up to Play 60 recibe apoyo de 19 consejos de productos lácteos estatales y regionales, y de los 32 clubs de la NFL.
- La colaboración con socios del sector público y privado hace posible impulsar cambios saludables en las escuelas.

Para más información

- Visite el **nuevo** sitio FuelUpToPlay60.com o:
 - Haga clic en "Me gusta esta página" en Facebook: Facebook.com/FuelUpToPlay60
 - Síguenos en Twitter e Instagram: Twitter.com/futp60, Instagram.com/futp60



©2015 National Dairy Council. Fuel Up es una marca de servicios del National Dairy Council.

¹ Hillman, Charles H., Kirk I. Erickson y Arthur F. Kramer. "Be smart, exercise your heart: exercise effects on brain and cognition." *Nature reviews neuroscience* 9.1 (2008): 58-65.

² American College of Sports Medicine, American School Health Association, GENYOUth Foundation, National Dairy Council, The Wellness Impact: Enhancing Academic Success Through Healthy School Environment, marzo de 2013.