



## DOÑA ANA COUNTY HEAD START PARENT NOTICE OF HEIGHT & WEIGHT

Dear: \_\_\_\_\_ Date: \_\_\_\_\_

Child's Name: \_\_\_\_\_ Center: \_\_\_\_\_

Head Start is federally required to screen all children for height and weight twice every school year. A recent height and weight assessment on your child showed that your child has a high Body Mass Index, over the 95th percentile for his/her age, sex, and race. This means that out of 100 children, your child is one of the five heaviest for his/her height.

High body mass index is known to lead to health problems such as diabetes and heart disease. Many adult health issues related to overweight begin in childhood. You can help your child maintain a healthy weight by encouraging physical activity and a healthy diet of fruits, vegetables, whole grains, 1% low-fat dairy; and limited sweets, soda, fried and fast foods.

We care about your child and would like to offer assistance to you in regards to your child's high body mass index. Please check all options you are interested in below and return the form to your FOW/Parent Involvement Assistant at your child's center. We look forward to offering our help and support. If you have any questions, please call me at 647-8733 ext. 122.

Sincerely,

Olivia Seppi  
Health and Nutrition Specialist

-----  
**Please check as many choices as you would like!**

Refer me to the WIC program. Services include nutrition information and education

Refer me to the ICAN program. The objective of this program is to help families improve diets and health.

Schedule an appointment with the Nutritionist to discuss my child's needs.

I do not want any services at this time.

Child's Name \_\_\_\_\_ Center: \_\_\_\_\_

Parent Signature \_\_\_\_\_ Date: \_\_\_\_\_



## DOÑA ANA COUNTY HEAD START AVISO PARA PADRES SOBRE ESTATURA Y PESO

Apreciable: \_\_\_\_\_ Fecha: \_\_\_\_\_

Nombre del niño/a: \_\_\_\_\_ Centro: \_\_\_\_\_

Es un requisito federal que Head Start examine la estatura y peso de todos los niños dos veces durante el año escolar. Una evaluación reciente de altura y peso de su niño(a) mostró que su niño(a) tiene un índice elevado de masa corporal por arriba del percentil 95 adecuado para su edad y sexo. Esto significa que de 100 niños, su hijo es uno de los niños con más peso.

El alto índice de masa corporal conduce a varios problemas de salud tales como la diabetes y enfermedades del corazón. Muchos problemas de salud relacionados con el sobrepeso de los adultos comienza en la niñez. Usted puede ayudar a su hijo a mantener un peso saludable alentando la actividad física y una dieta saludable de frutas, verduras, granos enteros, productos lácteos bajos en grasa de 1%; y dulces limitados, refrescos, alimentos y comidas rápidas.

Nos preocupa su hijo y me gustaría ofrecerle asistencia en cuanto al índice de masa corporal de su hijo. Por favor marque todas las opciones que le interesen con respecto a los servicios y devuelva el formulario a su ayudante FOW/padre de participación en el centro de su hijo. Esperamos poderle ofrecerle nuestra ayuda y apoyo, si tiene cualquier pregunta por favor llame al 647-8833 extensión 122.

Sinceramente,

Olivia Seppi  
Especialista de Nutrición y Salud

-----  
**Por favor marque los servicios que necesita.**

- Referir al programa WIC. Información sobre nutrición y educación es disponible.
- Referir al programa ICAN. El objetivo de la agencia es ayudar a familias a mejorar sus dietas y su salud.
- Quiero una cita con la Nutricionista para hablar de las necesidades de mi niño/a.
- No quiero servicios al momento.

Nombre del niño/a: \_\_\_\_\_ Centro: \_\_\_\_\_

Firma del padre/madre/tutor: \_\_\_\_\_ Fecha: \_\_\_\_\_