

Local

Projecto alimentação saudável nas escolas

ALERTA CRIANÇAS E JOVENS PARA MUDAREM COMPORTAMENTOS

Em Portalegre, no dia 22 de Outubro, realizou-se um Seminário e Conferência subordinados ao tema "Benefícios de uma Alimentação Saudável", acções desenvolvidas no Centro de Congressos da CMP e na Escola Cristóvão Falcão. O Seminário teve início cerca das 18 horas mas, por motivo imprevisto, não contou com a presença do prestigiado nutricionista e coordenador da "Plataforma contra a Obesidade" na Direcção Geral de Saúde, João Breda.

A comunidade escolar das várias unidades do Instituto Politécnico de Portalegre, que fazem parte do "Projecto de Alimentação Saudável das Escolas do Concelho de Portalegre" foram os principais destinatários desta iniciativa. Na sessão de abertura, perante centenas de alunos das diversas Escolas do IPP, foram oradores a docente Margarida Malcata (coordenadora do projecto), Mata Cáceres (presidente da CMP) e as nutricionistas Ana Lúcia Silva e Mariana Carvalho (Universidade Atlântica, Lisboa). Mais tarde, na Escola Cristóvão Falcão, teve lugar uma Conferência subordinada ao tema "Os Benefícios de uma Alimentação Saudável", essencialmente dirigida aos pais, professores e alunos do estabelecimento de ensino.

Joaquim Correia, director do Agrupamento de Escolas nº 2 considerou que "uma alimentação equilibrada e saudável é uma condição indispensável para se viver uma vida longa e plena. Não podemos descurar que somos aquilo que comemos". Foi ainda orador Miguel Serafim, presidente da Associação de Desenvolvimento Regional do IPP.

Crianças e jovens no centro das atenções

No Centro de Congressos, na sua intervenção, Margarida Malcata leve palavras de apreço para diversos responsáveis do Projecto "Alimentação Saudável nas Escolas do Concelho", previsto para os meses de Novembro e Dezembro tendo no centro das atenções crianças e jovens sendo importante sensibilizar as suas



famílias. Esta iniciativa tem vindo a ser dinamizada pela Associação de Desenvolvimento Regional do Instituto Politécnico de Portalegre (ADR-IPP), com a participação da ESSP, ESEP, ESTG, ESAE e Serviços de Acção Social. O principal objectivo deste projecto é "ajudar a mudar as atitudes e os comportamentos, em relação aos hábitos alimentares de todas as crianças e jovens das escolas do Concelho de Portalegre", observou Margarida Malcata, deixando agradecimentos aos professores, pais e alunos por colaborarem em várias actividades.

"Produzir é criar empregos"

Para Mata Cáceres este momento era de grande satisfação, por pensar que nesta cidade pode surgir um projecto liderante para "revitalizar o aparelho produtivo

que, em alguns casos, tem vindo a ser destruído pelas directrizes que a Europa impôs". Observando que a Dieta Mediterrânica tem contribuído para uma alimentação saudável, e estando numa região de transição mas com produtos de qualidade, Mata Cáceres sugeriu que se retomassem procedimentos (produção) que há muitos anos foram importantes para esta zona do País. Depois, teve várias considerações em volta das Escolas e uma possível ligação ao Mercado Municipal que poderia funcionar como empresa intermediária, visando produzir e consumir os mais variados géneros alimentares, criando emprego e evitando a importação do exterior.

Graça Antunes, em substituição do presidente do IPP Joaquim Mourato, felicitou os promotores do Seminário com "a preocupação de se evidenciar uma alimentação

saudável", vincando que "só em parceria se podem obter bons resultados".

Maus hábitos alimentares causam mortes

Numa comunicação bastante abrangente, Ana Lúcia Silva começou por realçar a importância de haver instituições preocupadas e interessadas em transmitir os benefícios de uma alimentação correcta e saudável. É neste sentido que têm vindo a trabalhar com cinco municípios, entre os quais está o de Portalegre. Realçou depois alguns dados sobre hábitos alimentares, prevenção da

pantes, declarando que muitas das mortes que acontecem poderiam ser evitadas com uma alimentação saudável.

Projecto com escola piloto

Com a pretensão de dar cumprimento ao projecto, foi escolhida uma escola piloto, com a qual foi possível realizar um estudo, que serviu de base/suporte ao proposto: o Agrupamento nº2 de Portalegre, que inclui a EB2,3 Cristóvão Falcão (nos 5º, 7º e 8º anos), EB1 dos Fortios, EB1 do Monte Carvalho e EB1 da Vargem.



obesidade juvenil e infantil, revelando que "em 2005 morreram 35 milhões de pessoas no Mundo derivado a doenças crónicas entre as quais está a obesidade".

A concluir, Ana Silva deixou mais dados preocu-

O planeamento do projecto teve início na Escola Superior de Tecnologia e Gestão, em Janeiro de 2007. Entre Junho de 2007 e Janeiro de 2008 a Escola Superior de Saúde de Portalegre deu início ao trabalho de investigação com o intuito de "Diagnosticar a Situação". Este mesmo estudo foi, posteriormente, apresentado em várias instâncias aos vários parceiros e intervenientes. Na sequência dos resultados do estudo desenvolveu-se formação junto das crianças, pais, professores/educadores, funcionários dos bares e dos refeitórios das escolas envolvidas". Esta iniciativa foi lançada conjuntamente pela CMP e IPP na altura presidido por Nuno Oliveira, e deu um excelente contributo para que as centenas de alunos ficassem bem mais elucidados sobre os benefícios de uma alimentação saudável.

