



fonte nova

Director - Fundador:
Aurêlio Bentes Bravo

SEMÁNARIO DA REGIÃO DE PORTALEGRE

Benefícios do pão e azeite Alimentação saudável prossegue nas escolas

Catarina Lopes

No âmbito do projecto "Alimentação Saudável nas Escolas do Concelho de Portalegre" foi realizada uma conversa temática, sob o lema "Pão e Azeite", ao final da tarde de 23 de Novembro.

O local não podia ser melhor, o refeitório da Escola Cristóvão Falcão, e a adesão de professores, alunos, pais e encarregados de educação foi extraordinária, apesar do frio e chuva intensa.

Além das presenças de Carlos Baeta e Ana Matos, consultor e nutricionista do projecto, respectivamente, a conversa contou com os testemunhos de um representante da COOPOR – Cooperativa Agrícola do Concelho de Portalegre, e do senhor Fragoso, ex-encarregado da ex-Fábrica de Moagem de Portalegre. Testemunhos importantes que deixaram expressos os benefícios de incluir o pão e o azeite na nossa alimentação diária, bem como as vantagens na saúde e prevenção de doenças.

A actividade, que contou com a exposição de trabalhos dos alunos sobre o azeite e o pão, culminou com uma degustação das tradicionais tibornas, já um pouco em desuso, à qual os presentes aderiram bem e com muita satisfação.



Projecto em crescimento

O "Projecto Alimentação Saudável nas Escolas do Concelho de Portalegre" surgiu de um desafio lançado pela Câmara de Portalegre a todos os responsáveis das várias unidades orgânicas do Instituto Politécnico, com a finalidade de ajudar a mudar atitudes e comportamentos em relação aos hábitos alimentares de todas as crianças e jovens das escolas do Concelho de Portalegre.

Para dar cumprimento ao projecto, foi escolhida a escola piloto (Agrupamento nº2 de Portalegre), onde se realizou um estudo de investigação com intuito de diagnosticar a situação.

Reafirmando o envolvimento de professores, alunos e pais, a coordenadora Margarida Malcata revelou que no decorrer do projecto, que se encontra na fase de implementação, têm sido desenvolvidas acções de educação alimentar ao nível das crianças e acções de formações dirigidas aos professores e funcionários.

Referindo que, após as acções de educação alimentar, são feitas análises de conteúdo para averiguar alterações de comportamento das crianças, Margarida Malcata recordou que foi também já feito um estudo para ver o grau de satisfação dos utentes em relação ao bar e, em breve, irá ser feito um estudo ao nível do grau de satisfação do refeitório.

"O projecto já deu alguns passos e os resultados apresentados não são maus, mas é um processo tranquilo para se ir construindo", admitiu Margarida Malcata, apontando as várias iniciativas já desenvolvidas, como uma conferência, os lanches saudáveis pelos professores de ciências, a feira de alimentação saudável e a festa do reino da sopa.

Até à data já foram publicadas três newsletters para a comunidade escolar, sendo que o site do projecto se encontra em construção.