

Escreva o nome da Escola, do distrito ou Região Autónoma em que se insere e a Sessão em que participa (Básico ou Secundário). O projecto de Recomendação tem de respeitar os seguintes limites de texto: exposição de motivos – 3300 caracteres (incluindo espaços); cada medida – 850 caracteres (incluindo espaços). Confira estes limites no seu texto antes de copiar e colar nos espaços previstos.

Identificação da Escola:	Escola Secundária c/ 3º CEB José Macedo Fragateiro
Circulo:	Aveiro
Sessão:	Básico

Projecto de Recomendação:

Exposição de motivos: (considerações ou argumentos que justificam ou enquadram as medidas propostas)

Os padrões de vida da sociedade portuguesa actual caracterizam-se por um estilo de vida sedentário, em que a prática de exercício físico é limitada e uma dieta alimentar saudável é quase inexistente, tendencialmente substituída por um consumo exagerado de fast-food e comida pré-cozinhada, ricas em gorduras, sal e açúcar, mas pobres em nutrientes e fibras.

Como consequência, assistimos cada vez mais cedo ao aparecimento de doenças cardiovasculares, que constituem uma das principais causas de morte e incapacidade, parecendo existir também uma correlação entre os estilos de vida e os vários tipos de cancro diagnosticados nos nossos dias. Doenças como a obesidade, a bulimia e a anorexia, praticamente desconhecidas na geração dos nossos avós, são hoje comuns nas camadas mais jovens, prevendo-se que em 2025 metade da população portuguesa venha a sofrer de excesso de peso.

Em face do que acima ficou exposto, podemos antecipar que, ao contrário do que se desejaria, num futuro próximo, a esperança de vida será inferior à das gerações actuais, pelo que consideramos urgente travar os perigos que ameaçam os nossos filhos, tomando medidas de combate imediatas.

Medidas propostas: (redigir com clareza e objectividade, sem alíneas)

1. Que seja promovida, na escola, uma variedade de actividades desportivas que vão ao encontro dos interesses dos alunos, contemplando aeróbica, hip-hop, natação, ginástica de manutenção e outras modalidades atractivas e saudáveis, que possam fazer frente ao sedentarismo.

Escreva o nome da Escola, do distrito ou Região Autónoma em que se insere e a Sessão em que participa (Básico ou Secundário). O projecto de Recomendação tem de respeitar os seguintes limites de texto: exposição de motivos – 3300 caracteres (incluindo espaços); cada medida – 850 caracteres (incluindo espaços). Confira estes limites no seu texto antes de copiar e colar nos espaços previstos.

2. Que se realize, na escola, um rastreio às doenças mencionadas, periodicamente, e com carácter obrigatório para a população estudantil.

3. Que seja criada, na escola, uma equipa de apoio ao aluno, que integre um nutricionista capaz de proporcionar o aconselhamento e o acompanhamento necessários, nos casos de desequilíbrios alimentares detectados.