

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 Básica dos 2º e 3º Ciclos do Teixoso
Circulo: Castelo Branco
Sessão: Básico

Projecto de Recomendação:

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

1ª medida - Relativamente à primeira medida é necessário e urgente que se tomem medidas de formas de alimentação saudável adequadas a cada faixa etária e modo de vida, inculcar bons hábitos alimentares e aumentar a oferta de soluções saudáveis e ao alcance de todos, capazes de acabar com os excessos e distúrbios alimentares (obesidade, anorexia, bulimia) principais problemas das sociedades modernas e do consumismo pouco esclarecido.

A maioria das pessoas come mal. Uns comem em demasia, outros morrem de fome cometendo-se erros alimentares gravíssimos que contribuem para o aparecimento de doenças como: a diabetes tipo II (primeira causa de amputações e cegueira); doenças cardiovasculares (primeira causa de morte em Portugal), e problemas psicológicos e sociais (auto-estima, isolamento social, etc.)

O trabalho de equipas de especialistas (Nutricionista, Psicólogo e Assistente Social) nas comunidades escolares permitirá a prevenção, despiste e intervenção de desvios alimentares, problemas psicológicos e sociais (auto-estima, isolamento social, entre outros). Estas equipas ajudarão crianças, adolescentes e jovens a melhorarem a sua auto-estima, saúde e desempenho escolar.

Estas equipas promoverão junto dos alunos, encarregados de educação e comunidade escolar em geral, bons hábitos e práticas alimentares e actuarão atempadamente contribuindo assim, para a redução dos custos das despesas com a saúde, em medicamentos e internamentos hospitalares.

2ª medida - São necessárias leis que regulamentem os mercados da moda infantil/juvenil e alimentação, pois nós, os jovens adolescentes somos facilmente atraídos por esta. Pensamos ser necessário e urgente, impedir que os actuais padrões de beleza vendidos por campanhas publicitárias agressivas e sem princípios éticos continuem a fazer vítimas entre os jovens e adolescentes.

Pensamos que os publicitários, engenhosos e criativos como são, facilmente conseguirão substituir as formas de publicidade enganosa por publicidade de um mundo real e moderno,

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.

capaz de nos ajudar a ser mais felizes e saudáveis.

3ª medida - A importância de uma alimentação adequada é um facto conhecido no mundo do desporto mas muito negligenciado, levando a práticas alimentares erradas ou à utilização de preparações comerciais de interesse relativo e duvidoso, pelo que, é necessário fazer um acompanhamento disciplinado junto dos desportistas.

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

1. Medida:

que em todos os agrupamentos de escolas sejam colocadas equipas pluridisciplinares compostas por Nutricionistas, Psicólogos e Assistentes Sociais para que se possam prevenir e despistar precocemente desvios alimentares; desenvolver gabinetes de apoio e aconselhamento e acompanhamento aos encarregados de educação e comunidade educativa em geral.

2. Medida:

propomos que a Assembleia da República (principal órgão legislador) elabore legislação, que efectivamente regule a publicidade dirigida a crianças e adolescentes.

3. Medida:

Propomos que, todos os ginásios e locais onde se pratica desporto, à semelhança do que propusemos para as escolas, tenham obrigatoriamente equipas especializadas em nutrição para que todos os jovens que pratiquem desporto de competição, como passatempo ou como forma de otimizar a sua saúde e a sua estética sejam nutricionalmente acompanhados, a fim de se prevenirem desequilíbrios nutricionais graves e se promova um crescimento e desenvolvimento saudável.