



Identificação da Escola: Escola Básica 2 Frei António Brandão
Círculo: Leiria
Sessão: Básico

### Projecto de Recomendação:

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

Considerando que muitos portugueses não têm meios económicos para cuidar da saúde dos seus dentes e que este é um problema grave em Portugal, pois apenas uma parte da população tem acesso a cuidados de saúde oral, defendemos a aposta na prevenção. Neste sentido, consideramos que a escola tem um papel muito importante, pois os alunos passam grande parte do seu dia na escola, onde fazem várias refeições, sem nunca lavar os dentes. Assim, a existência de um kit para lavagem dos dentes à saída dos refeitórios e uma aposta na motivação para a sua utilização após o almoço, pode contribuir para uma melhoria da saúde oral no nosso país.

Considerando que a obesidade é uma doença crónica e é uma doença com elevada taxa de incidência em Portugal, nomeadamente entre a população jovem, defendemos que a escola é um meio privilegiado para fazer a prevenção nesta área. A visita regular de um(a) nutricionista à escola tem como objectivo não só prevenir esta doença, mas também outras que daí advêm e que podem tornar-se incapacitantes. Ao informar a comunidade escolar, sentimos que a informação pode chegar à restante comunidade e permitir a médio prazo uma alteração nos comportamentos alimentares em Portugal.

Considerando que a população portuguesa, apesar de ter uma gastronomia tradicional recomendável, tem-se verificado nos últimos tempos, ofertas de fast food muito aliciantes para a camada jovem e que contribuem para um estilo de vida não saudável, é urgente recomendar e publicitar de modo atraente opções alternativas, sem excesso de açúcar, gordura e/ou sal.



## Agrupamento de Escolas da Benedita

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

1. Propõe-se que em cada escola do país exista um kit para limpeza dos dentes, à saída dos refeitórios. Esse kit deve incluir um elixir dentífrico que se coloca no dedo e que assim permite lavar os dentes.

2. Propõe-se que as escolas recebam regularmente a visita de um(a) nutricionista, quer para acções de formação, quer para consultas, para que a comunidade escolar possa estar sempre bem informada em relação a hábitos de alimentação saudável.

3. Propõe-se que em todos os locais onde são servidas refeições, nomeadamente, bares e cafés, seja apresentada uma alternativa saudável na ementa, com baixo teor de sal, gordura e açúcar.