

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 E.B 2, 3 de Lordelo- PRD
Círculo: Eleitoral do Porto
Sessão: Básico

Projecto de Recomendação:

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

“ Nós somos o que comemos!”- Isto significa que da nossa alimentação depende, em grande parte a nossa saúde. Uma alimentação equilibrada associada à prática regular de exercício físico, são dois factores promotores saúde e de bem estar, actuando activamente na prevenção de inúmeras doenças. Por esse motivo têm vindo a ser desenvolvidas várias campanhas, ao longo dos últimos anos. No entanto, ainda não se verifica uma real mudança dos hábitos alimentares das populações.

Os distúrbios alimentares têm vindo a aumentar, nomeadamente a obesidade que afecta cerca de 300 milhões de pessoas nos dias de hoje. Em Portugal existe um número cada vez maior de pessoas com excesso de peso e obesos, não só entre a população adulta, mas principalmente entre as crianças e jovens. Cerca de 14% dos jovens portugueses entre os 12 e os 17 anos sofrem de excesso de peso ou obesidade. Este problema torna-se ainda mais preocupante se tivermos em conta que a obesidade é um dos factores de risco para o aparecimento de outras doenças, como a diabetes, o cancro do cólon e as doenças cardiovasculares (uma das principais causas de morte e morbilidade no nosso país).

Os currículos escolares e as actividades de Educação para a Saúde desenvolvidas em alguns estabelecimentos de ensino, desde o pré escolar, bem as acções dinamizadas pela Plataforma contra a obesidade, dotam os alunos de informações e conhecimentos sobre alimentação saudável e alertam para a importância da prática de exercício físico regular.

Os alunos revelam conhecimentos sobre alimentação. Mas, devido às pressões a que estão sujeitos quer pela publicidade, quer pelos colegas e por falta de uma intervenção escolar e familiar concertadas, geralmente não utilizam estes conhecimentos na alimentação diária.

A legislação em vigor contempla as normas de funcionamento e quais os alimentos que devem ser disponibilizados nas cantinas e bufetes, no entanto deveria existir uma maior fiscalização por parte das entidades competentes, garantindo que é oferta alimentar escolar equilibrada e saudável..

As estatísticas não mentem, a saúde pública está cada vez pior. Problemas como a obesidade são mais frequentes na população e as suas consequências cada vez mais graves.

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.

"O peixe morre pela boca, e o Homem também".

As medidas abaixo propostas têm como objectivo promover hábitos de vida saudáveis.

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

1. Implementação de um Gabinete Alimentar nas Escolas do Ensino Básico, com nutricionistas e outros técnicos de saúde, nomeadamente, psicólogos e enfermeiros, de forma a desenvolver uma política nutricional, através da elaboração de rastreios e acompanhamento dos alunos consoante os resultados obtidos. O mesmo ficaria responsável pela avaliação e divulgação da componente nutricional das ementas escolares, sendo também responsável por verificar o cumprimento das normas de funcionamento das cantinas e bufetes escolares.

2. Promover e diversificar a oferta de actividade física escolar, desenvolvendo mais campeonatos inter-escolas e outras actividades desportivas, com o envolvimento de toda a Comunidade e em parceria com as Autarquias de forma a incentivar a população em geral à prática de exercício físico regular.

3. Inserção de um espaço com equipamentos adequados, como sistemas de refrigeração e mesas de frio em todas as cantinas escolares. Promovendo uma maior conservação dos alimentos e disponibilizando maior variedade de saladas e vegetais nas ementas escolares.