

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: Colégio Infante Santo
Circulo: Santarém
Sessão: Básico

Projecto de Recomendação:

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

O conceito de saúde implica “um estado de completo bem-estar físico, social e mental e não apenas a ausência de doença e/ou enfermidade” (OMS, 1993). Desde muito cedo que devemos aprender a zelar pela nossa saúde adoptando hábitos alimentares saudáveis.

Uma alimentação incorrecta poderá ser responsável pela incidência de doenças cardiovasculares, do cancro, da obesidade e da diabetes, entre outras. Muitos erros alimentares surgem na adolescência, período no qual são cometidos excessos no consumo de doces, de refrigerantes, de gorduras saturadas (fastfood), de pequenos-almoços incorrectos e por vezes até refeições inexistentes. Este cenário tem graves repercussões na saúde dos jovens e dos adultos.

Devemos recorrer à representação gráfica da Roda dos Alimentos para escolher e combinar os alimentos que deverão fazer parte da nossa alimentação diária. Compete a todos nós seleccionar e combinar os alimentos de forma a praticar uma alimentação completa, equilibrada e variada.

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

1. Presença de um nutricionista/ técnico de saúde na escola, duas vezes por ano lectivo, para medição do IMG (Índice de Massa Gorda) dos alunos e realização de sessões de esclarecimento sobre hábitos alimentares saudáveis. A organização destas sessões deve resultar de uma parceria entre as escolas e um órgão de poder local (na representação do Centro de Saúde Local).

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. Redução do IVA para 2% nos produtos hortícolas e frutícolas.

3. Criação de uma linha telefónica para apoio a cidadãos com distúrbios do comportamento alimentar.