

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 EB 2,3 Dr. Francisco Sanches
Circulo: Braga
Sessão: Básico

Projecto de Recomendação:

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

As ementas devem contemplar a idade e as necessidades nutritivas dos alunos, não descuidando os hábitos alimentares da comunidade escolar, os produtos da região onde está inserida e a confecção e apresentação das refeições. Para tal, é necessário um controlo diário e especializado na elaboração da dieta alimentar realizado por um nutricionista. A contratação de um profissional deste sector apresenta-se, sem qualquer tipo de dúvida, uma mais valia não só para a escola como para toda a comunidade em geral. É sabido que crianças saudáveis representam menos gastos com a saúde, uma maior assiduidade, e maior rendimento escolar.

Pela análise de resultados obtidos no estudo da obesidade e da diabetes, em crianças e jovens em idade escolar, verifica-se uma elevada incidência destas doenças. Sabe-se, ainda, que os alimentos e as bebidas hipercalóricos, como bolos, salgados, guloseimas e refrigerantes propiciam a ocorrência das referidas doenças, pelo que, tais alimentos devem ser suprimidos dos bares das escolas e substituídos por outros mais saudáveis como sumos naturais, leite e derivados, pão integral, fruta fresca, água, etc. No que concerne às máquinas de venda automática, a solução passaria por rever o conteúdo das mesmas e o seu preenchimento ser efectuado com produtos naturais e pouco calóricos.

As refeições das crianças e jovens não se limitam apenas ao almoço que lhes é servido na escola. O pequeno-almoço, os lanches e o jantar são refeições elaboradas em casa sob a responsabilidade directa dos pais ou encarregados de educação. Assim, torna-se relevante efectuar um trabalho pró-activo e especializado junto dos responsáveis por estas crianças e jovens, no sentido de formar e alertar para a necessidade de uma alimentação equilibrada e saudável. Ora, tal tarefa pode ser efectuada com recurso a encontros onde as dúvidas e as boas práticas a implementar podem ser esclarecidas por especialistas.

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

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.

1. Implementar a obrigatoriedade de contratação de um nutricionista por agrupamento ou escola a quem caberia a elaboração das ementas e o controlo de qualidade dos produtos utilizados na confecção das refeições.

2. Restringir a venda de todos os produtos de pastelaria, salgados, refrigerantes e guloseimas nos bares da escola e nas máquinas de venda automática.

3. Promover, em parceria com a associação de pais, palestras dirigidas aos Encarregados de Educação, conduzidas por pessoal especializado, com a temática centrada na alimentação e saúde.