

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: Básica Integrada de Castelo Branco
Circulo: Castelo Branco
Sessão: Básico

Projecto de Recomendação:

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

A análise da alimentação dos europeus, em particular dos portugueses, mostra que persistem muitos problemas relativamente à sua nutrição. Basta verificar que 20% da população europeia é obesa, e que, em Portugal, mais de 50% tem excesso de peso ou tendência para a obesidade, prevalecendo uma elevada obesidade infantil.

A alimentação é um dos factores que mais influencia o crescimento e o desenvolvimento da criança e do adolescente, sendo essencial para:

- Permitir um normal desenvolvimento e crescimento;
- Prevenir problemas de saúde (ligados à alimentação): anemia, atraso de crescimento, subnutrição, cárie dentária, obesidade;
- Satisfazer necessidades biológicas e energéticas para o bom funcionamento do organismo;
- Constituir uma fonte de prazer e de socialização;
- Transmitir a herança cultural.

Devemos ter em atenção que:

- O consumo de fruta e vegetais é inferior ao recomendado;
- O consumo de gorduras é elevado nos países europeus;
- O consumo de cereais desceu 25% e o consumo de carne tem vindo a aumentar em toda a Europa.
- O consumo de açúcares, gordura e sal, tem vindo a aumentar, originando uma maior incidência de:

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.

- Diabetes Tipo 2;
- Hipertensão;
- Enfarte do miocárdio;
- Cancro do cólon;
- Cancro da mama;
- Acidente Vascular Cerebral.

Assume ainda especial preocupação, o facto de muitos jovens saltarem refeições e não tomarem o pequeno-almoço, sendo as suas refeições desordenadas, sem regra, sem horários e com alimentos pouco diversificados.

Atendendo a este panorama, é essencial que se desenvolvam políticas e se tomem decisões para melhorar esta situação.

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

1. Formação de equipas, nos Centros de Saúde, constituídas por médicos, nutricionistas e psicólogos que em colaboração com as escolas e empresas da região (mediante contrapartida), apoiariam a dinamização de sessões de informação, fariam apoio a crianças e jovens com distúrbios do comportamento alimentar, de acordo com as necessidades sentidas nos diferentes estabelecimentos de ensino ou região de inserção dos mesmos.

2. Distribuição gratuita nas escolas dos 2º e 3º ciclos de uma mini – merenda diária (peça de fruta ou um iogurte ou pacotinho de leite) no intervalo do meio da manhã, como forma de implementar hábitos alimentares correctos e saudáveis.

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.

3. – Estabelecimento de legislação que controlasse o tempo de antena e conteúdo da publicidade a produtos que, reconhecidamente, tenham um impacto negativo nos hábitos alimentares ou levem à ingestão de alimentos considerados como não saudáveis.