




|  |  |
|--|--|
| Identificação da Escola: Instituto Educativo do Juncal |  |
| Círculo: Leiria  |  |
| Sessão: Básico   |  |

### Projecto de Recomendação:

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

A necessidade básica de qualquer ser vivo é a alimentação. O Homem tem sabido adaptar-se consoante as épocas e os locais onde vive a recursos alimentares diversificados. Contudo a História ensina-nos que da quantidade, da qualidade e da diversidade de alimentos depende em grande parte o crescimento populacional e a esperança média de vida. Actualmente devido à globalização e no caso concreto de Portugal devido à democratização do ensino, uma parte significativa dos alunos e da população em geral alimenta-se fora de casa. A maioria dos alunos tomam o pequeno almoço, o almoço e o lanche nos bares e nas cantinas escolares. Sabendo nós que a alimentação influencia directamente a saúde, temos consciência que a alimentação escolar portuguesa constituiu uma preocupação do governo, das autarquias locais, dos corpos directivos das escolas, dos directores de turma, de alguns alunos e de alguns pais. Apesar desta preocupação, a falta de uma cultura de comer em cantinas, por questões económicas, por falta de técnicos especialistas em elaboração de ementas correctas e na sua concretização prática, verifica-se que na realidade muitas crianças e adolescentes não só apresentam “peso a mais” como muitas são obesas. Esta dura realidade inquieta-nos.

Foi a partir da tomada de consciência que nós, e muitos como nós, não nos alimentamos correctamente, não só na escola mas também no ambiente privado e familiar, com prejuízo para nós próprios, para o Serviço Nacional de Saúde e para a sociedade em geral, que decidimos em Sessão Escolar, apresentar uma Recomendação aos Senhores Deputados que assenta na produção de legislação e sobretudo em campanhas de sensibilização dirigidas aos alunos e à comunidade escolar. O governo deveria em escolas com certa dimensão criar condições para a existência de um técnico nutricionista, responsável pela elaboração de ementas, acompanhamento do pessoal de cozinha e fiscalizador dos produtos colocados à venda nos bares das escolas. Entendemos que deveria ser proibido a venda de produtos alimentares com muito açúcar, com muitos corantes, com excesso de sal. Assim deveriam ser banidos dos bares escolares: chocolates, rebuçados, gomas, batatas fritas...para não falar em pastilhas elásticas etc.

Estes produtos, muitas vezes importados, poderiam com grande vantagem para todos

nós, facilmente serem substituídos por produtos portugueses, característicos da dieta mediterrânica, e produzidos localmente, como entre nós a Maçã de Alcobaça ou a Pêra Rocha, produzida na região Oeste do distrito de Leiria, já muito utilizadas em cantinas escolares europeias, e entre nós tantas vezes desprezada.

Pretendemos sensibilizar quem de direito para varrer das escolas o lixo alimentar. Queremos valorizar os produtos alimentares locais ricos em nutrientes. Na escola também queremos aprender a comer. Queremos criar postos de trabalho, queremos nutricionistas!

Do mesmo modo deveria ser criada legislação que proibisse a exposição de produtos açucarados junto das caixas dos supermercados. Estes devem ser colocados em locais próprios e não espalhados por toda a superfície.

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

1. O serviço das cantinas escolares, desde o Jardim de Infância, e dos bares das escolas deverá ser acompanhado por nutricionistas. Mesmo nas escolas onde não existem estes serviços, o nutricionista deve, com alguma frequência e regularidade, ir às escolas ensinar e explicar aos alunos e à comunidade escolar a melhor forma de nos alimentarmos.

2. Deverá ser controlada e limitada a venda de chocolates, de refrigerantes e sumos com corantes nas escolas. Deverá incentivar-se o consumo de fruta nomeadamente quando ela abunda na região onde se situa a escola.

3. Deverá ser elaborada legislação que regule e fiscalize a exposição dos produtos açucarados nos supermercados. Estes deverão estar em locais próprios e nunca junto às caixas de pagamento, pois é um incentivo ao seu consumo.