

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: Instituto Vasco da Gama
Circulo: Leiria
Sessão: Básico

## Projecto de Recomendação:

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

“Alimentação e Saúde” deverão ser, no século XXI, duas das principais preocupações da humanidade. Todos os dias vemos ou ouvimos notícias sobre problemas alimentares, um pouco por todo o mundo.

Se nos países mais desenvolvidos, os problemas derivam do consumo, em excesso, de determinados produtos, nos países mais pobres ou não desenvolvidos, morrem milhões de pessoas por não terem comida.

É um mundo de contrastes. Mas a pergunta que se coloca, hoje, é o que é que cada um de nós pode fazer para inverter esta situação? Antes de mais nada, é dever de cada um de nós tomar consciência de que temos a obrigação de fazer uma alimentação equilibrada, sem excessos e sem exagerar no consumo de produtos que possam pôr em causa a nossa saúde, a saúde dos outros e a sustentabilidade do nosso planeta.

Temos consciência de que a alimentação e a saúde, andam, cada vez mais, de mãos dadas.

Sabemos que a publicidade pode ser responsável, por exemplo, pela difusão de ideias certas ou erradas sobre a alimentação. Todos sabemos que os anúncios publicitários influenciam os consumidores, sobretudo as crianças e os jovens.

Os meios de comunicação social podem, em nosso entender, contribuir, de forma positiva, para o desenvolvimento de atitudes responsáveis que ajudem a criar hábitos de vida saudáveis.

No entanto, as escolas têm um importante papel no sentido de alertar para os problemas relacionados com a alimentação e a saúde, contribuindo para o desenvolvimento de bons hábitos alimentares.

“Diz-me o que comes ou bebes e dir-te-ei que saúde tens ou terás” é, cada vez mais, um pensamento que devemos ter presente na nossa vida do dia-a-dia.

Saber comer é, assim, um dever de cada um de nós. Está nas nossas consciências, nas nossas

*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.*

práticas e nas nossas bocas, contribuir para a nossa saúde, para o nosso bem-estar e para a melhoria das condições de vida do planeta Terra.

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

1. Obrigar a que nos bares das escolas se exija a venda de saladas, sopas, fruta e sandes diversas, como alternativa de alimentação saudável aos almoços nas cantinas.

2. – Proibir, nos meios de comunicação social, anúncios publicitários a produtos que possam contribuir para uma alimentação pouco adequada e pouco saudável.

3. Obrigar a que os meios de comunicação social, os Centros de Saúde, as Escolas, as Juntas de Freguesia e as Câmaras Municipais divulguem anúncios publicitários sobre a importância de uma alimentação saudável e equilibrada.