

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 Básica 2. 3. Bartolomeu Perestrelo
Círculo: Madeira
Sessão: Básico

## Projecto de Recomendação:

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

Uma alimentação equilibrada é um dos princípios básicos para uma vida saudável, contribui para o bem-estar e ajuda a prevenir doenças.

O excesso de peso, a obesidade, as doenças cardiovasculares e a diabetes tipo 2 têm vindo a aumentar em especial nos países ocidentais, nomeadamente na União Europeia e em Portugal, afectando cada vez mais crianças e adolescentes. Na origem desta situação tudo indica estar padrões de comportamento alimentar desequilibrados em que se destacam consumos excessivos de alimentos ricos em gorduras, açúcar e sal, a par, com reduções no consumo de cereais, produtos hortícolas, frutos, peixe, a que se associa a inactividade física.

Face à crescente prevalência destas doenças crónicas não transmissíveis, os Estados Membros da Organização Mundial de Saúde (OMS), na Assembleia Mundial de Saúde que decorreu em Maio de 2004, aprovaram a “Estratégia Global de Alimentação, Actividade Física e Saúde”. Os Estados Membros, conjuntamente com organizações não governamentais, sociedade civil e sector privado comprometeram-se a pôr em prática planos de acção adaptados a cada país para melhorar o estado de saúde da população e diminuir os avultados gastos com o tratamento destas doenças.

Assim, a intervenção sobre os comportamentos alimentares e particularmente a abordagem do excesso de peso, sobretudo entre as crianças e jovens é uma urgência de saúde pública.

Torna-se necessário implementar várias acções com o objectivo de educar e consciencializar para a adopção de hábitos alimentares saudáveis. Uma das medidas passará por consumidores mais informados relativamente aos produtos alimentares que adquirem. Neste contexto a informação nutricional contida nos rótulos desempenha um papel fundamental nas escolhas alimentares.

Face ao exposto propomos a adopção das seguintes medidas :

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.

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

1. Criação de campanhas para informar, educar e sensibilizar o consumidor para a leitura da informação nutricional contida nos rótulos, de modo a melhorar a sua capacidade de fazer escolhas conscientes.

2. Criação e implementação de um sistema único de informação nutricional a nível nacional, com uma sinalética simples, facilmente compreensível (por exemplo baseada em cores, a constar nos rótulos dos alimentos) que facilite às famílias a escolha adequada de alimentos, contribuindo, desse modo, para a promoção da saúde e prevenção da doença.

3. Fomentar uma maior ligação entre a escola e os centros de saúde, com o objectivo de uma monitorização da população escolar em relação ao IMC, à glicose e outros parâmetros (para uma precoce sinalização e encaminhamento dos casos mais urgentes) e no desenvolvimento de acções de sensibilização para a adopção de hábitos alimentares mais saudáveis associados à actividade física.