



Associação Portuguesa  
dos Nutricionistas

**Associação Portuguesa dos Nutricionistas (APN)**

Rua João das Regras

N 284 RC3

4000-291 Porto

TEL: 00351 22 2085981

FAX: 00351 22 2085145

geral@apn.org.pt

A Associação Portuguesa dos Nutricionistas vem, por este meio, enviar aos Exmos. Senhores Deputados da Comissão de Educação, Ciência e Cultura, o contributo que lhe cumpre formular no âmbito da Audição Parlamentar “Currículos da Escolaridade Obrigatória”, bem como solicitar a inscrição de dois elementos da Direção desta Associação, para participar na Audição Pública sobre a temática, que vai ter lugar no próximo dia 25 de Fevereiro de 2015:

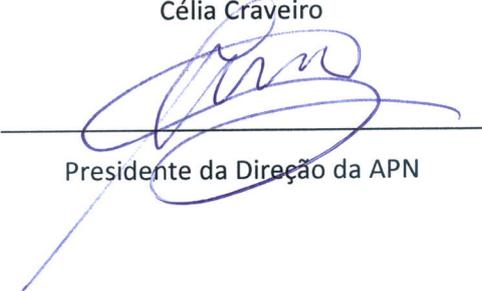
- Teresa Rodrigues

- Nuno Palas

Porto, 20 de Fevereiro de 2015

Com os melhores cumprimentos,

Célia Craveiro



Presidente da Direção da APN





**Associação Portuguesa dos Nutricionistas (APN)**

Rua João das Regras

N 284 RC3

4000-291 Porto

TEL: 00351 22 2085981

FAX: 00351 22 2085145

geral@apn.org.pt

**REFLEXÃO SOBRE OS CURRÍCULOS DA ESCOLARIDADE OBRIGATÓRIA**

**– AUDIÇÃO PARLAMENTAR DE 25 DE FEVEREIRO DE 2015 –**

A handwritten signature in blue ink is located in the bottom right corner of the page. The signature is stylized and appears to be the initials of the author.

## Preâmbulo

A Associação Portuguesa dos Nutricionistas (doravante designada APN) é uma Associação Profissional de direito privado, representativa dos Nutricionistas em Portugal, criada em 1982 (Diário da República III Série, n.º 235, de 11 de Outubro de 1982) e que tem como principais objetivos: contribuir para o desenvolvimento das Ciências da Nutrição e Alimentação; promover, valorizar e dignificar a profissão e intensificar a aproximação dos Nutricionistas a outros profissionais; reforçar a diversificação de competências da profissão; e garantir a integração dos Nutricionistas na definição das opções de política nutricional e alimentar.

Ao longo dos anos o Setor da Saúde tem cooperado com o Setor da Educação na orientação e normalização de áreas específicas, como sejam a da alimentação, tendo a APN um papel ativo no Programa Nacional de Saúde Escolar, através da emissão de pareceres, da produção de materiais e da colaboração em diversas atividades, com uma finalidade partilhada: “contribuir para mais saúde, mais educação, mais equidade e maior participação e responsabilização da comunidade educativa, em particular das crianças e dos jovens no seu desenvolvimento saudável e sustentável e no da sua comunidade.” (Programa Nacional de Saúde Escolar, 2014, DGS).

A APN é igualmente parceira do Programa Nacional para a Promoção da Alimentação Saudável (doravante designado PNPAS), um dos oito programas prioritários aprovado por Despacho de 3 janeiro de 2012 do Secretário de Estado Adjunto do Ministério da Saúde que, entre outras, adota as seguintes estratégias: “aumento da literacia alimentar e nutricional e a capacitação dos cidadãos (...) para as escolhas e práticas alimentares saudáveis”; “melhoria da formação, qualificação e modo de atuação de diferentes profissionais que podem influenciar consumos alimentares de qualidade, (...) ao nível da saúde, escolas, (...)” (Programa Nacional para a Promoção da Alimentação Saudável, 2013, DGS).

Assim, o documento por ora produzido pela APN, sugere um conjunto de medidas de Política Nutricional e Alimentar que se prendem com a inclusão, nos Currículos Escolares, de conteúdos ligados à Alimentação, Nutrição e Saúde, com o objetivo último de promover a saúde através do aumento da literacia nesta área. O presente documento não encerra em si todas as possibilidades de abordagem da temática, mas antes apresenta linhas orientadoras consideradas prioritárias por esta Associação.



## Exposição de motivos

O Parlamento Europeu aprovou recentemente uma Proposta de Resolução sobre o Património Gastronómico Europeu: aspetos culturais e educativos (A7-0127/2014), o qual sublinha a importância dos hábitos alimentares e estilos de vida saudáveis, baseando-se nos seguintes documentos:

- Proposta de regulamento do Parlamento Europeu e do Conselho relativo a informação sobre os géneros alimentícios prestada aos consumidores (segunda leitura, aprovada em 6 de julho de 2011);
- Relatório da Organização das Nações Unidas para a Educação, a Ciência e a Cultura (UNESCO) de 2002, sobre nutrição;
- Relatório da Organização Mundial de Saúde (OMS), intitulado “Food and Nutrition Policy for Schools” (Política de Alimentação e Nutrição nas Escolas);
- Livro Branco da Comissão Europeia, de 30 de maio de 2007, intitulado “Uma estratégia para a Europa em matéria de problemas de saúde ligados à nutrição, ao excesso de peso e à obesidade”;
- Conclusões da Conferência Ministerial Europeia da OMS sobre “Nutrição e Doenças Não Transmissíveis no Contexto da Saúde 2020”, realizada em Viena, em 4 e 5 de julho de 2013;
- Convenção da UNESCO para a Salvaguarda do Património Cultural Imaterial, de 17 de outubro de 2003 e inscrição da dieta mediterrânica na Lista Representativa do Património Cultural Imaterial da UNESCO, de 16 de novembro de 2010 e de 4 de dezembro de 2013;
- Relatório da Comissão da Cultura e da Educação (A7-0127/2014).

Da exposição de motivos desta Proposta de Resolução do Parlamento Europeu, a APN retirou um excerto e sublinhou alguns itens considerados relevantes:

“A evolução que teve lugar nos últimos anos fez ressaltar que a alimentação, tomada no seu sentido mais amplo, tem uma importância extraordinária na sociedade contemporânea. Com efeito, uma alimentação inadequada é a principal causa de obesidade, anorexia, doenças cardiovasculares, diabetes, problemas gástricos, etc.



Se se pretende evitar despesas extraordinárias e dificilmente suportáveis, inclusive nas sociedades mais desenvolvidas, para curar as doenças e as patologias resultantes de uma má alimentação, é indispensável incorporar os conhecimentos sobre alimentação-nutrição, bem como os conhecimentos e a cultura da alimentação-gastronomia, nos sistemas educativos dos diferentes países.

Mas, para conseguir que a alimentação-nutrição e a alimentação-gastronomia cumpram o papel que tem nas sociedades atuais, o mais importante é lograr uma educação e cultura adequadas no que se refere a este tema.

Para isso, parece indispensável, nas sociedades do século XXI, que os conhecimentos sobre alimentação-nutrição e a educação do gosto, ou seja, a educação em alimentação-gastronomia, se incorporem, como algo essencial e obrigatório, no sistema educativo de todos os países europeus.

Por tudo isso, é de vital importância que a União Europeia desenvolva políticas de educação em alimentação e gastronomia. Não faz sentido que os nossos estudantes passem anos, meses, dias e horas a estudar uma multitude de matérias e não dediquem o tempo necessário a aprender a comer sob todos os aspetos - nutricionais, sociais e culturais, sensoriais e gastronómicos.

E essa educação não pode ser apenas teórica, porque todos os temas do foro sensorial requerem experiência e prática. Por isso, juntamente com a aprendizagem dos conhecimentos teóricos necessários, é indispensável que a população estudantil experimente, pratique e eduque o gosto, o tato e o olfato, a fim de poder desfrutar sensorialmente de uma refeição que, ao mesmo tempo, seja saudável.

O objetivo principal da educação e cultura alimentares do século XXI tem que consistir em demonstrar e convencer todos, crianças e adultos, de que é absolutamente compatível, além de necessário, comer de forma saudável e gastronómica.”



## Importância da inclusão da Nutrição nos Currículos da Escolaridade Obrigatória

Tendo em conta que:

- A escola é um local privilegiado e decisivo para a promoção da saúde, nomeadamente para o ensino e prática diária de uma alimentação saudável e de atividade física;
- A infância e adolescência são períodos determinantes para aprender comportamentos saudáveis e conhecimentos que levem a adotar um estilo de vida saudável;
- Os hábitos alimentares adquiridos durante a infância e adolescência influenciam as preferências e a escolha de alimentos, bem como o modo de os cozinhar e consumir, na idade adulta;
- Portugal é um dos países da Europa com maior prevalência de sobrecarga ponderal na infância e adolescência, condições que tendem a manter-se ao longo da vida e que são causa de elevada morbilidade e mortalidade;
- Uma alimentação saudável, na infância e adolescência, melhora o bem-estar e incrementa a capacidade de aprendizagem, reforça o sistema imunitário e favorece o desenvolvimento equilibrado;
- A educação alimentar e gastronómica, incluindo o respeito pela natureza e pelo ambiente, deve contar com a participação da família, dos professores e restantes profissionais da educação, dos vetores de informação e demais elementos da comunidade;
- A dieta mediterrânica apresenta um padrão alimentar e um estilo de vida equilibrados e saudáveis, diretamente relacionados com a prevenção de doenças crónicas e a promoção da saúde, tanto no âmbito escolar como familiar;
- Em alguns países da Europa, a alimentação e nutrição já estão incluídas nos programas escolares como matéria obrigatória.

Assim, à semelhança do explanado na Proposta de Resolução do Parlamento Europeu, a APN propõe que:

- Se assegure a capacitação dos professores e restante comunidade escolar (encarregados de educação, manipuladores de alimentos, pessoal auxiliar, entre outros), através, por exemplo, da formação em serviço com atribuição de ECT's, em colaboração com nutricionistas, para que possam ensinar devidamente «ciências da alimentação» nas escolas e universidades;
- Se inclua na educação escolar, desde a primeira infância, conhecimentos e experiências sensoriais em matéria de alimentação, saúde nutricional e hábitos alimentares, incluindo aspetos culturais e empíricos, contribuindo assim para melhorar o estado de saúde e de bem-estar da população, a qualidade da alimentação e o respeito pelo ambiente;
- Se inclua, nos currículos escolares, não apenas a educação para hábitos alimentares saudáveis mas também o combate aos estereótipos que podem provocar distúrbios alimentares e psicológicos graves como a anorexia ou a bulimia;
- Se enriqueça o currículo escolar com informações sobre a cultura gastronómica (nomeadamente a nível local), os processos de preparação, produção, conservação e distribuição dos alimentos, as suas influências socioculturais e os direitos do consumidor;
- Se promova a coerência entre o currículo explícito e o currículo implícito, ou seja, entre o currículo escolar em si e a oferta alimentar em meio escolar;
- Se envolva elementos chave da comunidade não educativa (comércio peri-escolar, autarquias, clubes e associações desportivos, etc.), numa perspetiva interativa para a promoção de alimentação saudável, complementando assim as atividades realizadas em contexto escolar;
- Se promova a inclusão de crianças e jovens com necessidades de saúde especiais (NSE) através do incremento da sua participação na aprendizagem e nas experiências em matéria de alimentação, saúde nutricional e hábitos alimentares; a Educação e a Saúde devem contribuir, em articulação, para o processo de inclusão.



## Outros aspetos da Nutrição em Meio Escolar

A APN sugere ainda que:

- Se assegure proibição, nas escolas, de qualquer publicidade ou patrocínio de alimentos não saudáveis, dado o impacto que os meios de comunicação social e a publicidade têm nos padrões de consumo alimentar;
- Se assegure que os alimentos disponibilizados nas cantinas escolares, bares, bufetes e máquinas de venda automática de alimentos, contêm tudo o que é necessário para uma alimentação de qualidade, equilibrada e cultural, a um preço acessível; considerando que a educação no seu sentido mais transversal, também no âmbito alimentar, serve para a consolidação, entre os alunos, de um estilo de vida saudável, baseado numa dieta equilibrada, tal como previsto na Circular nº 3 de 2013 (anexos 1 e 2);
- Se assegure igualmente o adequado acompanhamento alimentar e nutricional das crianças e jovens com NSE, para que se desenvolvam da forma mais adequada, sem agravamento dos seus estados de saúde já debilitados;
- Se promovam intercâmbios interculturais nos setores relativos à restauração, à alimentação e à gastronomia, bem como intercâmbio de boas práticas, para garantir uma formação de qualidade, a mobilidade e os estágios para estudantes e profissionais;
- Seja cumprida a Resolução da Assembleia da República n.º 67/2012 sobre política alimentar nas escolas e prevenção primária da obesidade infantil - Recomenda ao Governo a adoção de medidas tendentes ao combate da obesidade infanto -juvenil em Portugal - Diário da República, 1.ª série — N.º 91 — 10 de maio de 2012:
  - ✓ *ponto 10 — A criação da figura do nutricionista escolar, responsável pela implementação e aplicação de uma política alimentar escolar estruturada e sustentável.*
  - ✓ *ponto 11 — Ao nível dos cuidados de saúde primários, aumentar os recursos humanos de nutricionistas, que possam garantir de forma sustentável a prevenção primária e o acompanhamento da obesidade infantil.*

Além da inclusão da alimentação e nutrição nos Currículos da Escolaridade Obrigatória, entende-se fundamental que os agrupamentos escolares sejam incentivados à adoção de programas concertados de promoção de uma alimentação saudável com resultados comprovados através de avaliação adequada (por exemplo, Programa de Alimentação Saudável em Saúde Escolar da Administração Regional de Saúde do Norte, IP – PASSE), ao invés de atividades pontuais cuja eficácia é nula ou, pior ainda, negativa (anexo 3).

É este, salvo melhor opinião, o parecer da Associação Portuguesa dos Nutricionistas disponibilizando-nos inteiramente para colaborar nesta temática com esta comissão.



## **Anexos**

### **Anexo 1**

**Circular nº 3/DSEEAS/DGE/2013 – Orientações sobre ementas e refeitórios escolares**

### **Anexo 2**

**Bufetes Escolares – Orientações 2012**

### **Anexo 3**

**PASSE – Programa de Alimentação Saudável em Saúde Escolar**

