

Financiado por:



CARTA DE APRESENTAÇÃO DO PROJETO

**promovido pela Administração Regional de Saúde de Lisboa e Vale do Tejo
dedicado à redução das desigualdades nutricionais em meio escolar,
através da promoção da Dieta Mediterrânica**

“Eat Mediterranean: A Program for Eliminating Dietary Inequality in Schools”

A Administração Regional de Saúde de Lisboa e Vale do Tejo, I.P. (ARSLVT), em parceria com outras Entidades, irá implementar um Projeto de Saúde Pública que tem como finalidade contribuir para a redução das desigualdades nutricionais em meio escolar, através da promoção da Dieta Mediterrânica, com melhorias do estado de saúde das pessoas que dele beneficiarem.

A **Dieta Mediterrânica** representa um modelo alimentar completo e equilibrado com benefícios reconhecidos para a saúde, com redução da mortalidade por doença cardiovascular e oncológica.

É um Projeto de intervenção comunitária, dirigido a toda a comunidade educativa (alunos, professores e profissionais da escola, pais e encarregados de educação) dos Agrupamentos de Escolas Dr. Ginestal Machado, Sá da Bandeira e de José Relvas, desde o ensino pré-escolar ao ensino secundário, num total de cerca de 6 000 alunos, 560 docentes, 190 não docentes e 13 700 pais e/ou encarregados de educação.

Decorrerá durante todo o **ano letivo 2015/2016**, é de **acesso universal e gratuito** para estas comunidades educativas.

Adota um modelo de intervenção multissetorial, de promoção da alimentação saudável e exercício físico, dirigido a crianças e jovens, na escola, ambiente privilegiado de intervenção, preconizado pela Organização Mundial de Saúde.

A intervenção decorrerá a três níveis: individual (criança/família), grupo/comunidade (ações educativas) e ambiente (melhoria da oferta alimentar em meio escolar). Permitirá, entre outros **benefícios**:

- ✓ Ter acesso, em meio escolar, a Plano nutricional individual aos alunos com desnutrição, excesso de peso e obesidade, elaborado de forma concertada com o médico assistente;

- ✓ Aumentar o nº de alunos que consome diariamente um pequeno-almoço adequado e a quantidade recomendada de fruta e hortícolas;
- ✓ Reduzir o nº de alunos que consome diariamente gorduras saturadas *trans*, açúcares adicionados e um teor de sal superior ao valor máximo diário;
- ✓ Garantir que os alunos tenham acesso, na escola, a pequeno-almoço e/ou reforço alimentar (em caso de necessidade);
- ✓ Avaliar a adequação nutricional da oferta alimentar nas escolas (cantinas/bares/bufetes) e modificar desvios e adequar a alimentação distribuída na escola ao padrão da dieta mediterrânica;
- ✓ Avaliar e corrigir o teor de sal nas refeições distribuídas na escola.

Da **Equipa do Projeto** fazem parte profissionais de saúde (nutricionistas, psicólogos, médicos, enfermeiros, entre outros) e de educação (professores, educadores, assistentes operacionais), numa estreita articulação entre Escola, Serviços de Saúde e Município. Será garantida toda a confidencialidade da informação inerente ao Projeto, bem como salvaguardada toda a privacidade e anonimato relativamente aos participantes.

À medida que as atividades forem decorrendo, e tendo em conta as especificidades, será disponibilizada a devida informação e obtido previamente o consentimento dos pais/encarregados de educação.

Só com a participação de toda a comunidade educativa será possível beneficiar dos valiosos recursos afetos ao Projeto e disponibilizados a esta comunidade!

Parcerias

São parceiros da ARSLVT, I.P. os Agrupamentos de Escolas Dr. Ginestal Machado, Sá da Bandeira (ambos em Santarém) e de José Relvas (em Alpiarça), o Município de Alpiarça, o Município de Santarém, o Centro de Estudos e Investigação em Dinâmicas Sociais e Saúde (CEIDSS) e o ISCTE-IUL – Instituto Universitário de Lisboa.

Financiamento

O Projeto obteve financiamento do *EEA Grants*, Programa Iniciativas em Saúde Pública, do Mecanismo Financeiro do Espaço Económico Europeu, sendo o valor não financiado pelos países doadores suportado pela ARSLVT.