

VENHA TOMAR O PEQUENO-ALMOÇO À ESCOLA

Durante o mês de janeiro foi realizada a primeira atividade, deste ano letivo, no âmbito do projeto MUN-SI, no qual estão envolvidas todas as turmas e salas de atividades da escola desde o ano passado.

A atividade foi um convite às famílias para virem tomar o pequeno-almoço à escola onde foi referida a importância de um pequeno-almoço saudável para as crianças e adultos.

Em cinco dias diferentes foram organizados vários pequenos-almoços, com os diversos grupos, muito participados pelas famílias.

A equipa de nutricionistas fez uma pequena sessão de sensibilização inicial e de seguida cada um escolheu o seu pequeno-almoço saudável.

No final do delicioso e saudável pequeno-almoço cada turma dirigiu-se às suas salas onde ilustraram uns marcadores de livros para oferecerem às famílias com informações pertinentes sobre o que devemos comer num pequeno-almoço saudável.

O Programa MUN-SI surge na continuidade das ações desenvolvidas na comunidade à luz das preocupações e prioridades de saúde locais, onde o papel das autarquias é determinante, e pretende oferecer uma resposta interventiva e interativa à problemática da obesidade infantil, procurando a sua prevenção ao nível municipal com base em ações contínuas e sustentáveis por períodos de 1-4 anos.



O programa MUN-SI, coordenado pelo CEIDSS -Centro de Estudos e Investigação em Dinâmicas Sociais e Saúde e congrega a atuação das autarquias com a iniciativa da Academia e de investigadores do Instituto Nacional de Saúde Dr. Ricardo Jorge (INSA), com o apoio e do Ministério da Educação e Ciência e do Ministério da Saúde.

O objetivo principal consiste em retardar a progressão da prevalência da pré-obesidade e da obesidade infantil em Portugal envolvendo a comunidade, através de atividades que mobilizem a mesma para uma vida saudável. Tem

ainda como finalidade, envolver a autarquia na luta contra a obesidade, inserida no Plano Nacional de Saúde, e pretende ser decisivo nas decisões políticas para a promoção e a incorporação da saúde nas atividades de desenvolvimento comunitário, em particular no que diz respeito aos hábitos alimentares e à promoção de atividade física em todos os planos da comunidade (família, escola, ambiente entre outros).