

## **Alimentação e Escola**

1. É hoje conhecimento adquirido que a alimentação é o factor ambiente com maior responsabilidade na qualidade e duração da vida.  
Em consequência e consonância, o estado nutricional de uma população escolar relaciona-se estreitamente com o êxito da Escola. E se é verdade que faltam em Portugal estudos capazes de nos darem uma visão clara da relação entre alimentação e êxito escolar, não faltam informações, estudos restritos e dados avulsos que confirmam, no geral e em âmbito qualitativo, aquilo que conhecemos em profundidade de países onde as questões sanitárias relacionadas com níveis nutricionais são objecto de estudo sistemático.  
Acreditemos que em anos não muito distantes a situação portuguesa venha a dispensar à Escola a atenção que ela merece para colmatar todas as suas dificuldades actuais e, nomeadamente, para encarar de frente o binómio alimentação e êxito escolar, tão arredado do nosso saber e das nossas preocupações de momento.
2. Não importa, no âmbito deste texto, a questão magna que é a correlação entre saúde e alimentação. Não temos espaço para analisar todas as recomendações sobre alimentação de escolares que a F.A.O. tem publicado nos seus manuais; mas recomendamos ao leitor interessado alguns volumes da série “Estudos sobre Nutrição”.  
Vejamus de imediato qual é, no geral, a atitude da Escola portuguesa quanto ao modo como se alimentam os seus alunos.  
A atitude oficial é clara: qualquer despesa com fornecimento de alimentos é mal vista e deve ser reduzida.  
Em conformidade, a nível da escola primária, a herança da merenda, reduzida agora a 2dl de leite por criança, limita-se àqueles que o tomam, sem cuidar de como importante seria que todos o tomassem.  
E para o ano, o aviso está feito: o leite será cortado às crianças sem rendimento (para agravar mais o seu estado nutricional e piorar a sua falta de rendimento?). A nível dos outros graus de ensino, o subsídio por refeição servida em cantinas quanto cobre da despesa inflacionada com alimentos e energia? Em consequência, o valor nutritivo da refeição está a baixar. Paralelamente reduz-se em termos absolutos e relativos o número de alunos a receberem comida subsidiada.  
A conclusão é clara: a capacidade e bem-estar do aluno, ou seja, a saúde do objecto do ensino, não interessa ao governo.  
O governo não faz contas a quanto lhe custa e ao geral da sociedade portuguesa o insucesso escolar.  
A atitude do genérico dos professores e funcionários das escolas também é clara: a alimentação dos seus alunos não lhes diz respeito. Se comem mal o problema é dos seus maus hábitos alimentares e dos vícios acalentados pela família (a Escola não tem nada a ver com educação alimentar?). Se a comida da cantina não presta, o defeito é de todas as cantinas e o responsável é um sujeito anónimo que se situa





entre o secretário do conselho directivo, passa pelo ecónomo da escola (o que é isso de ecónomo?) e termina na cozinha embora talvez a culpa não seja de nenhum deles mas sim do..."E' I.A.S.E., N.A.S.E., A.S.E ou Ministério?". Se o bufete só serve alimentos-lixo, isso passa-se num outro mundo, distante da sala dos professores onde se toma o cafezinho em paz.

A conclusão é clara: o professor desconhece o papel da alimentação no êxito escolar, o papel da Escola na educação alimentar dos alunos, o papel da Escola, como instituição e como corpo vivo de alunos, professores e funcionários, na educação alimentar da comunidade em que está inserida. Também nesta matéria, a Escola portuguesa divorcia-se do real quotidiano e comum.

3. Podemos inferir a conclusão final de que a Escola não se interessa pelo problema alimentar e pelas suas implicações? Seria um exagero. De facto, não é pequeno o número de professores e de funcionários que compreendem a importância do problema e que por ele se interessam. Mas é evidente que isolados, muitas vezes mal compreendidos, algumas vezes marginalizados, não são capazes de modificar a realidade nem estão preparados para a transformarem. Só têm uma saída: o acto ou conjunto de actos sensibilizantes; daí as sessões sobre variados temas alimentares e nutricionais, as semanas da alimentação, a animação de grupos de alunos sobre o tema. Estas ilhas de areia, emergem do mar que as volta a tragar. No fundo, fica a consciência a doer porque, de facto, toda a gente sabe como o nível nutricional de uma população marca o seu bem-estar e toda a gente percebe que sensibilização não é formação, que campanha não é programa e que dizer uma vez não é ensinar. Acções efémeras não resultam. Mas que não esmoreçam os que as realizam porque são indispensáveis luzes na escuridão até que nasça o dia claro por que ansiamos.

A todos estes lutadores dedicamos um artigo que será publicado num dos próximos números de "O professor".

4. Recordemos que até Abril de 1982 se desenvolveu em Portugal uma campanha de Educação Alimentar, conhecida pela legenda "Saber comer é Saber viver", responsável pela univocidade das mensagens educativas no campo alimentar a vários níveis de acção do Estado: todos os graus de ensino, serviços de saúde, serviços de extensão rural, meios de comunicação social e entidades privadas cooperantes: associações de vária índole, cooperativas, etc.

A Campanha devia, em função da sua própria experiência e estruturação, transformar-se progressivamente num Programa Nacional de Educação Alimentar.

Na verdade, a Campanha não foi extinta; só que a sua direcção passou da entidade oficial, que até então a dirigia com êxito crescente, para uma outra o Conselho Nacional de Alimentação e Nutrição, o qual, desde Abril de 1982 até agora nada fez. Essa transferência foi legislada pelos vários ministérios tutelares, nomeadamente pelo da Educação.

Em consequência, é perfeitamente lícito às escolas que o desejem, e aos professores que se interessem pela alimentação do escolar e pela



*Emílio Peres*



educação alimentar na Escola, que se dirijam às Direcções-Gerais respectivas e à Direcção-Geral do Pessoal (através do Serviço de Formação de Pessoal), todas elas sediadas na Avenida 24 de Julho, em Lisboa, a pedirem material – e deve lá haver muito – directivas, textos, acções de formação, e outros elementos necessários para levarem por diante a transformação da situação alimentar e do ensino da alimentação na Escola portuguesa.

O material produzido pela Campanha é concretamente o seguinte: A Roda dos Alimentos, cartazes sobre alimentos, 20 textos para escolas sobre alimentação, um livro sobre Alimentação, Cartilha da Alimentação, o Loto da Alimentação, jogo da glória acerca de regras alimentares, manual de Nutrição para Educação Alimentar, Alimentação Saudável em Cantinas e Bufetes Escolares, Cozinha Saudável - 30 Ementas Exemplares. Todo esse material deve estar disponível ou até, eventualmente, haverá material novo, a menos que as aludidas Direcções-Gerais tenham deixado de cumprir – por elas próprias ou por falta de directivas do Conselho Nacional de Alimentação e Nutrição (com sede no Instituto Nacional de Saúde Dr. Ricardo Jorge, AV. do Padre Cruz, 1699 Lisboa Codex) – a tarefa que legalmente lhes compete.

Por outro lado, a Direcção-Geral de Pessoal do Ministério, na Av.24 de Julho, Lisboa, dispõe de dois nutricionistas vocacionados para a formação de ecónomos e cozinheiros das escolas e valerá a pena averiguar como podem colaborar.

Que a situação alimentar dos escolares deve ser melhorada não há duvida. Também não parece haver dúvidas acerca de como é urgente e necessário que a Escola estabeleça objectivos para a alimentação escolar, defina a atitude e formação do professor, integre a alimentação no plano de estudos, caracterize modos de intervenção na educação alimentar das populações.

Porque deixamos morrer o que já tivemos e não lutamos todos juntos por mais e melhor?

Emílio Peres

Chefe de serviço de Endocrinologia do Hospital de S. João

Encarregado da regência da cadeira de Alimentação Racional no Curso Superior de Nutricionismo

Gestor de Curso de Dietética de Escola Técnica dos Serviços de Saúde do Porto