

Alimentação saudável promovida com videojogos

As cinco dimensões previstas nas escolas promotoras de saúde poderão ser encaradas como veros pilares de um programa de promoção em saúde escolar. As diferentes frentes de um programa com metas passíveis de serem alcançadas têm forçosamente de incluir não só os discentes e restante comunidade educativa, mas também a comunidade e os ambientes extraescolares.

Na escola, ou em contexto extra-escolar, é agora possível os alunos divertirem-se com três videojogos incluídos no Programa Alimentação Saudável em Saúde Escolar (PASSE), do Departamento de Saúde Pública da Administração Regional de Saúde do Norte. Este jogos encaminham as crianças e jovens para recomendações nutricionais, obrigando-os à descoberta das mesmas. Tomadas de decisão erradas podem ter como consequência penalizações na pontuação, no número de vidas do avatar ou originar consequências que dificultam a progressão do jogo.

Estes videojogos estão disponibilizados em www.passe.com.pt, tendo ainda sido também realizada uma distribuição de milhares de DVD-ROM. Esta distribuição teve por objectivo atingir o maior número possível de crianças e jovens entre os 3-18 anos da Região Norte, ou seja, os mais de 700.000 alunos que frequentam os jardins-de-infância, os diferentes ciclos do Ensino Básico e o Ensino Secundário. Deste modo, contemplou-se não só a entrega directa, mas também a disponibilização a entidades que recebam ou trabalhem com/para crianças e jovens e que disponham de meios informáticos para este efeito.

Os videojogos destinam-se a faixas etárias distintas – o PASSE Kids é o desafio proposto aos mais novos; o PASSE+ é um repto complexo, jogado em dois ambientes distintos; o PASSE Teen exige precisão aos alunos mais velhos – e acredita-se que serão uma mais-valia acrescida do programa.

Desfrutados e discutidos em contexto escolar, familiar, institucional, ou entre pares, os videojogos levantam questões, originam reflexões e debates essenciais para assistirmos a mudanças de atitude e a alterações de comportamentos alimentares.

Constituem, portanto, mais uma ferramenta do PASSE, o qual tem vindo a produzir diversos materiais para aplicação em meio escolar e extra-escolar, como spots televisivos, livros infantis, eventos com actividades ludopedagógicas e cartazes de marketing social sobre alimentação promotora de saúde. A adesão ao PASSE tem sido crescente ao longo dos 3 anos da sua implementação. EM 2009/2010, foi aplicado directamente a 9.549 alunos de 75 agrupamentos, envolvendo 432 escolas e jardins-de-infância. Os resultados têm sido animadores, com a avaliação estatística a comprovar que os alunos não só aumentaram os seus conhecimentos relativamente à alimentação promotora de saúde, como se verifica um aumento do consumo diário de frutas, um decréscimo do consumo de alimentos com elevada densidade energética (refrigerantes e guloseimas) e uma melhoria na qualidade nutricional das merendas que os alunos levam para a escolas.

Nuno Pereira de Sousa