

Dia Mundial da Alimentação

Na escola ?A Ribeirinha? comer sopa não é castigo (mas nem tudo são rosas no esforço por uma dieta saudável)

Na Escola Básica 2,3 ?A Ribeirinha?, em Macieira, Vila do Conde, há um projecto alimentar com princípio meio e fim que envolve alunos, professores e pais. Tudo começou no ano lectivo de 2001/2002 quando uma nutricionista apareceu na escola com umas ideias sobre alimentação escolar. O conselho executivo deu-lhe ouvidos e os professores aderiram.

Pouco a pouco o projecto de educação alimentar na escola ?A Ribeirinha? foi dando frutos: a cantina ganhou novo ar, as funcionárias perceberam a importância do uso da touca, as capitações de legumes nas ementas aumentaram, o sal e o óleo diminuíram, os alunos deixaram de se empurrar na fila e os pais quiseram pôr os filhos a comer diariamente na escola. Mas a coisa não ficou por aqui. A escola organizou feiras alimentares, colóquios sobre alimentação saudável para os pais e até recriou a roda dos alimentos ao vivo. Aproveitando o facto da escola estar inserida numa zona rural, alguns alunos chegaram mesmo a trazer animais de casa.

É com orgulho que António Emanuel Gouveia fala destas actividades e sublinha a importância da integração da ? Ribeirinha? na Rede de Escolas Promotoras de Saúde. O professor de Matemática e Ciências da Natureza é um dos impulsionadores do projecto alimentar apresentado no colóquio sobre ?Alimentação na Escola?, organizado pela Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação, da Universidade do Porto, no âmbito da celebração do Dia Mundial da Alimentação (16 de Outubro).

O envolvimento dos alunos na sua própria educação alimentar é uma das chaves do sucesso deste projecto. Exemplo disso é o trabalho desenvolvido na cantina por grupos de alunos voluntários. As tarefas vão desde o fiscalizar a fila, para evitar a confusão, ao aconselhamento alimentar. ?Às vezes há alunos que não pegam na sopa e os voluntários vêem e perguntam: porquê que não comes só um bocadinho??. conta António Emanuel Gouveia. No fim os alunos acabam por fazer a vontade ao voluntário. O professor conta já com 150 voluntários inscritos, provenientes do 5º, 6º, 7º e 8º ano, para supervisionar os cerca de 370 almoços servidos diariamente.

No entanto, as limitações físicas da cantina tornam necessária a criação de um espaço alimentar alternativo. Por isso a escola equipou o bufete com um balcão frigorífico. Mas para António Gouveia o mais difícil é renovar a oferta alimentar do bufete: ?Se pedimos aos fornecedores flocos de cereais em caixas individuais, eles não têm. É preciso andar à procura. Mas se telefonamos a pedir *bollycaos*, no dia seguinte eles já lá estão.? Além disso, ter sandes de carne assada com alface e tomate em pão integral no bufete é muito mais caro do que ter a mesma sande em pão ?normal?, acrescenta o professor.

Enquanto escola promotora de saúde, ?A Ribeirinha? recebe uma verba anual do Ministério da Educação (ME) que pode ir de mil a dois mil e quinhentos euros. ?Mas nunca sabemos ao certo quanto é que nos vão dar?, explica o professor. Por isso a escola primeiro investe e depois fica à espera. Esta verba já serviu para a compra de um balcão frigorífico e para a renovação do bufete.

Apoios à parte, a promoção da educação alimentar passa sobretudo pela boa vontade dos professores que dão corpo às iniciativas. António Gouveia sente que é preciso muito investimento pessoal e acusa o ME de não compensar o esforço dos promotores. ?Acho que estes projectos mereciam ter um crédito horário superior.? António Gouveia fala por experiência própria. Acumula as horas que dispõe para a coordenação dos directores de turma com as da coordenação do projecto escolas promotoras de saúde e consegue sete horas para gerir tudo e todos. Mesmo assim, desabafa António Gouveia, ?é claro que depois tem de haver trabalhos de casa.?