



JUSTIFICAÇÃO DE CANDIDATURA

PRÉMIOS HOSPITAL DO FUTURO 2011/2012

PROJETO A MINHA LANCHEIRA

1. BREVE DESCRIÇÃO

O Núcleo Regional do Alentejo da Plataforma Contra a Obesidade – ARSA, I.P. (NRAPCO) surgiu em 2007 e conta desde o início com a colaboração a tempo parcial de uma equipa responsável pela implementação das orientações da Plataforma Contra a Obesidade na região Alentejo. Este trabalho é coordenado por uma pediatra, e que conta com a colaboração de 2 nutricionistas, 2 enfermeiras, 1 dietista, 1 técnica de nutrição, 1 psicóloga, 1 técnica de serviço social, 2 médicas de saúde pública de saúde pública e 1 assistente técnica.

A execução do programa está a cargo de profissionais que integram as diferentes unidades funcionais dos serviços de saúde. No sentido de facilitar a articulação entre os vários profissionais que trabalham na área da obesidade e de forma a promover uma melhor organização do programa, existem interlocutores em todos os concelhos, num total de 64 profissionais (47 enfermeiros, 5 dietistas, 8 nutricionistas, 1 médica, 1 técnica de nutrição, 1 técnica de saúde ambiental, 1 assistente técnica).

O NRAPCO tem vindo a desenvolver e a incentivar a implementação de estratégias que visam dar cumprimento aos objetivos estipulados no âmbito das suas competências.

Ao longo da sua existência o NRAPCO tem participado em vários eventos de índole científico de forma a partilhar a sua experiência:

- 5 fóruns de prevenção da obesidade em Lisboa (2008, 2009, 2010, 2011, 2012);
- Jornadas “Enfermagem com rigor” em Vila Viçosa (2009);
- 1º Fórum do Observatório Nacional de Obesidade e Controle de Peso (ONOCOP) em Vilamoura (2009);
- 1º Encontro de Saúde Escolar e Saúde Oral do Agrupamento de Centros de Saúde do Alentejo Litoral em Vila Nova de Santo André (2011);
- III Encontro de Enfermagem Comunitária da Sub-Região de Évora, sob o tema: “A qualidade nos cuidados de saúde primários, uma realidade, um desafio”, em Montemor-o-Novo.
- I Jornadas de Saúde Infanto-Juvenil, em Montemor-o-Novo (2008).

Este grupo é responsável pela implementação do *Childhood Obesity Surveillance Initiative* (COSI) na Região Alentejo, tendo participado neste projeto europeu em 2008 e 2010. Colabora com o Programa 5 ao Dia que visa promover o consumo diário de pelo menos 5 frutas e hortícolas em crianças dos 7 aos 12 anos. Alguns elementos que fazem parte do NRAPCO estiveram envolvidos em 2 projetos que receberam reconhecimento público na iniciativa Prémios Hospital do Futuro, nomeadamente o *Projeto Activa-te* (3º lugar na categoria prevenção da obesidade e 2º lugar na categoria autarquias, edição 2008/2009) e *Programa 5 ao dia* (categoria prevenção da obesidade, edição 2007/2008).

O NRAPCO implementou o Estudo de Saúde da População Infantil da Região Alentejo (ESPIGA) que teve como objetivo, entre outros, determinar a prevalência da pré-obesidade e obesidade em todas as crianças de 8 anos de idade que frequentavam o 1º ano do 1º ciclo das escolas da Região Alentejo em 2010. Com base nos resultados deste estudo e tendo também por referência os resultados do estudo COSI, o NRAPCO definiu como prioridade a implementação de projetos que visassem a promoção de hábitos de saúde relacionados com a alimentação nas crianças.

No que diz respeito especificamente aos lanches escolares têm sido efetuados alguns levantamentos e intervenções, um pouco por todo o Alentejo, que têm demonstrado existir bons resultados entre a sensibilização e as mudanças ocorridas. De um modo geral, existe uma melhoria na composição dos lanches no que respeita aos alimentos a promover (como por exemplo o leite, iogurte, pão e fruta), no entanto, existem ainda mudanças a desenvolver uma vez que alimentos a despromover ainda são encontrados. Por este motivo no ano letivo 2011-2012 o NRAPCO lançou o ano piloto do projeto “A minha lancheira”.

Este projeto é um recurso para quem trabalha no âmbito do programa nacional de saúde escolar, em específico na área da promoção de uma alimentação saudável. Existe uma grande dificuldade na elaboração de lanches escolares práticos, saudáveis e com qualidade nutricional, por este motivo o principal objetivo do projeto é promover escolhas alimentares saudáveis para os lanches escolares dos alunos do 1º ciclo, através da sensibilização dos pais/encarregados de educação e alunos para esta temática. Como objetivos específicos estipulou-se, para o ano piloto, o aumento, em 5% do consumo de pão, leite, iogurte e fruta e a diminuição, também em 5%, do consumo de doces/salgados e sumos.

Para esse efeito, a ARSA adquiriu 10.000 lancheiras, tendo sido distribuídas um total de 719 no ano letivo transato. Foi criada uma matriz do projeto e foram elaborados dois documentos de orientações que incluíram sugestões de temáticas a serem desenvolvidas nas ações de promoção e educação para a saúde quer com pais/encarregados de educação quer com alunos. O projeto foi desenvolvido em turmas do 1º ciclo, com a supervisão e acompanhamento das equipas de saúde escolar em 14 concelhos. As atividades comuns a todas as escolas foram a observação e registo de lanches numa semana do primeiro e do terceiro período (efetuado pelos professores), uma sessão de apresentação do projeto aos pais/encarregados de educação e pelo menos uma ação de promoção e educação para a saúde com alunos.

Estipulou-se como atividade a valorizar a assinatura de um compromisso em que os pais/encarregados de educação se comprometiam a preparar lanches saudáveis e a

apresentação presencial dos resultados do projeto aos pais/encarregados de educação no final do ano letivo.

2. CARÁCTER INOVADOR DO TRABALHO DESENVOLVIDO

Este trabalho envolveu, na sua fase piloto, 14 equipas de saúde escolar, que se articularam com os agrupamentos de escolas e outras entidades/serviços que intervêm em zonas geográficas distintas. Poder efetuar um projeto com esta dimensão, numa área geográfica extensa e com algumas limitações a nível de recursos humanos, reforça o carácter inovador da intervenção, ressaltando a ambição de poder abranger todos os estabelecimentos de educação e de ensino do 1º ciclo, e alargar o projeto aos jardim-de-infância num futuro próximo.

3. RELEVÂNCIA CLÍNICA OU SANITÁRIA

A Administração Regional de Saúde do Alentejo, I.P. (ARS Alentejo), serviço desconcentrado do Ministério da Saúde, tem como âmbito de atuação a região Alentejo e a sua atividade visa coordenar as ofertas e otimizar os recursos disponíveis para prestar os cuidados de saúde necessários à comunidade que serve. A sua missão consiste em garantir à população da sua área geográfica de intervenção o acesso à prestação de cuidados de saúde de qualidade, adequando os recursos disponíveis às necessidades em saúde, cumprindo e fazendo cumprir o plano nacional de saúde na região. Para cumprir os seus objetivos, a ARS Alentejo conta com um conjunto alargado de infraestruturas e equipamentos, num total de 5 Hospitais e de 48 Centros de Saúde, e com uma equipa de profissionais de saúde, empenhada, mobilizada e disponível para dar o melhor de si própria ao serviço da população. Ao nível dos cuidados de saúde primários e no âmbito da reorganização dos serviços, tem sido notória a aposta na promoção da saúde, principalmente em crianças e jovens, numa perspetiva salutogénica.

A obesidade é considerada uma doença crónica associada a uma série de patologias e poderá condicionar a saúde mental, o bem-estar e a qualidade de vida dos obesos e das suas famílias. Está também comprovado que os custos diretos e indiretos da obesidade em Portugal e no mundo inteiro ascendem vários milhões de euros, traduzindo perdas avultadas a nível económico. Por este motivo, a implementação de estratégias que permitam reduzir a incidência e a prevalência da obesidade tem o duplo benefício de melhorar a saúde dos cidadãos e a economia do país. Apostar na promoção de estilos de vida saudáveis, concretamente no que se refere à alimentação das crianças, é considerada uma mais-valia na prevenção da obesidade, com reflexos na saúde biológica, mental e social.

4. RELEVÂNCIA ECONÓMICA

Os custos dos cuidados de saúde em obesidade absorvem cerca de 7 por cento do orçamento de saúde nos Estados Unidos da América, enquanto que na Europa calcula-se que esse custo ronde valores entre 1 e 5 por cento (Padez *et al.*, 2004). Em 2002, o custo indireto total da obesidade em Portugal ascendeu os 199 milhões de euros (Pereira & Mateus, 2003), já os custos diretos absorvem 3,5 por cento dos custos totais da saúde (Direcção-Geral da Saúde, 2004). Estes valores poderiam ser evitados se os vários países desenvolvessem políticas de combate a esta doença.

A prevalência do excesso de peso tem-se incrementado de forma significativa nas últimas décadas, constituindo um grave problema de saúde pública, o que remete para a necessidade de cuidados e esforços no âmbito da promoção da saúde e prevenção da doença e de nortear os benefícios daí resultantes, face à relação custo-efetividade.

Através da sensibilização aos pais/encarregados de educação, aos alunos e demais comunidade educativa pretende-se demonstrar que é fácil e simples comer bem e barato, contribuindo para a manutenção da saúde.

5. BENEFÍCIOS PARA OS UTENTES E A SOCIEDADE

- Efeitos no desenvolvimento de competências nas famílias, no que respeita a hábitos saudáveis e à qualidade nutricional dos lanches e da alimentação em geral.
- Melhoria da qualidade nutricional dos lanches escolares e como consequência, da alimentação em geral não só dos alunos, mas também das suas famílias.

6. OUTROS

No seguimento da recetividade, dos resultados e do sucesso do projeto “A minha lancheira”, a Unidade Local de Saúde do Baixo Alentejo efetuou uma candidatura à 9ª Edição da Missão Sorriso/Continente, com o projeto “Lancheira Sorriso em Movimento”, o qual se sagrou vencedor com o segundo maior donativo a nível nacional (43 370€). Este projeto tem um custo total de 245 199,89€ e é desenvolvido no âmbito do programa nacional de saúde escolar. Tem como objetivo promover a literacia em saúde nos domínios das escolhas alimentares saudáveis e prática de atividade física em alunos quem frequentam o 1º ciclo na área de abrangência da ULSBA. Propõe-se o desenvolvimento destas temáticas através da promoção de lanches escolares saudáveis e de brincadeiras de recreio que contribuam para o bem-estar cognitivo, afetivo e psicomotor. O projeto, que se inicia este ano letivo, abrange 661 alunos do 1º ano

dos estabelecimentos de educação e ensino público dos concelhos de Aljustrel, Almodôvar, Alvito, Barrancos, Beja, Castro Verde, Cuba, Ferreira do Alentejo, Mértola, Moura, Ourique, Serpa e Vidigueira e pretende-se acompanhá-los ao longo do seu percurso escolar (desde o 1º ao 4º ano). As atividades serão desenvolvidas pelas equipas de saúde escolar em estreita articulação com os agrupamentos de escolas e com o apoio de 74 parceiros.

Referências

Direcção-Geral da Saúde (2004). *Programa nacional de combate à obesidade*. Lisboa: Ministério da Saúde.

Padez, C., Fernandes, T., Mourão, I., Moreira, P., & Rosado, V. (2004). Prevalence of overweight and obesity in 7-9-year-old portuguese children: Trends in body mass index from 1970-2002. *American Journal of Human Biology*, 16, 670-678

Pereira, J., & Mateus, C. (2003). Custos indirectos associados à obesidade em Portugal, *Revista Portuguesa de Saúde Pública*, 3, 65-80. Consultado em 3 de Setembro através

http://www.adexo.pt/pdf/JP_CM_obesidade%20RPSP_final.pdf