

As parcerias entre a academia e as autarquias – possibilidades de cooperação e futuro

Margarida Liz

28 de junho de 2017



Protocolo FCNAUP - Câmara Municipal do Porto

U. PORTO



FACULDADE DE CIÊNCIAS DA NUTRIÇÃO E ALIMENTAÇÃO
UNIVERSIDADE DO PORTO

Porto.

16 de maio de 2003

É estabelecido um **protocolo de colaboração** entre a Câmara Municipal do Porto e a Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação da Universidade do Porto

Interesse do Município em:

- Elevar a qualidade da alimentação das crianças que frequentam as escolas do 1º ciclo e jardins de infância, contribuindo para a melhor qualidade de vida, sucesso escolar e bem-estar das crianças;
- Uniformizar procedimentos nos diferentes refeitórios escolares com vista à melhoria do serviço prestado;
- Estabelecer parâmetros de qualidade para os bares e refeitórios municipais.

Protocolo FCNAUP - Câmara Municipal do Porto



câmara.

Executivo

Reuniões de Câmara

Autarquia

Conselhos Municipais

Direções Municipais

Arquivo Municipal do Porto

Bibliotecas Municipais do Porto

Informação oficial

Pelouro da Educação, Organização e Planeamento

Departamento Municipal de Educação

Diretora: Ana Maria Magalhães

Divisão Municipal de Educação

Berta Maria de Oliveira Lima

Divisão Municipal de Ciência e Conhecimento

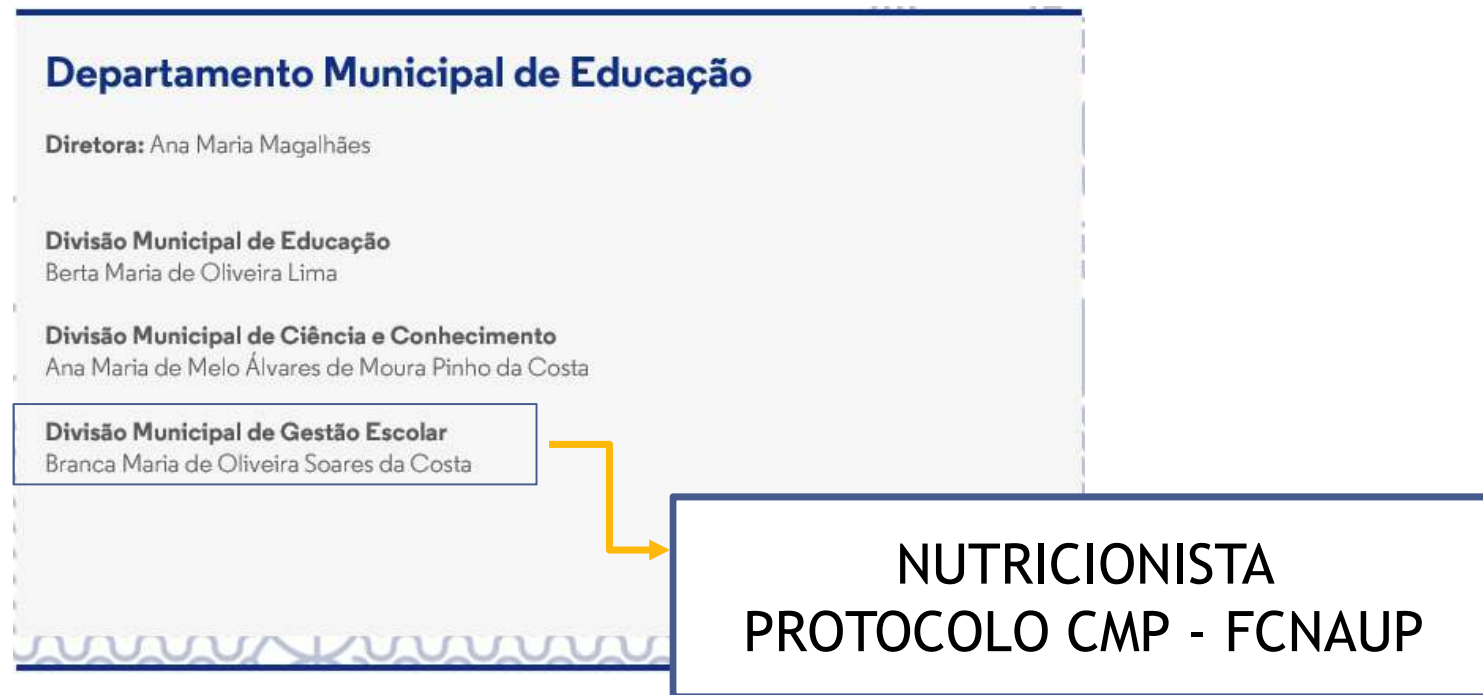
Ana Maria de Melo Álvares de Moura Pinho da Costa

Divisão Municipal de Gestão Escolar

Branca Maria de Oliveira Soares da Costa

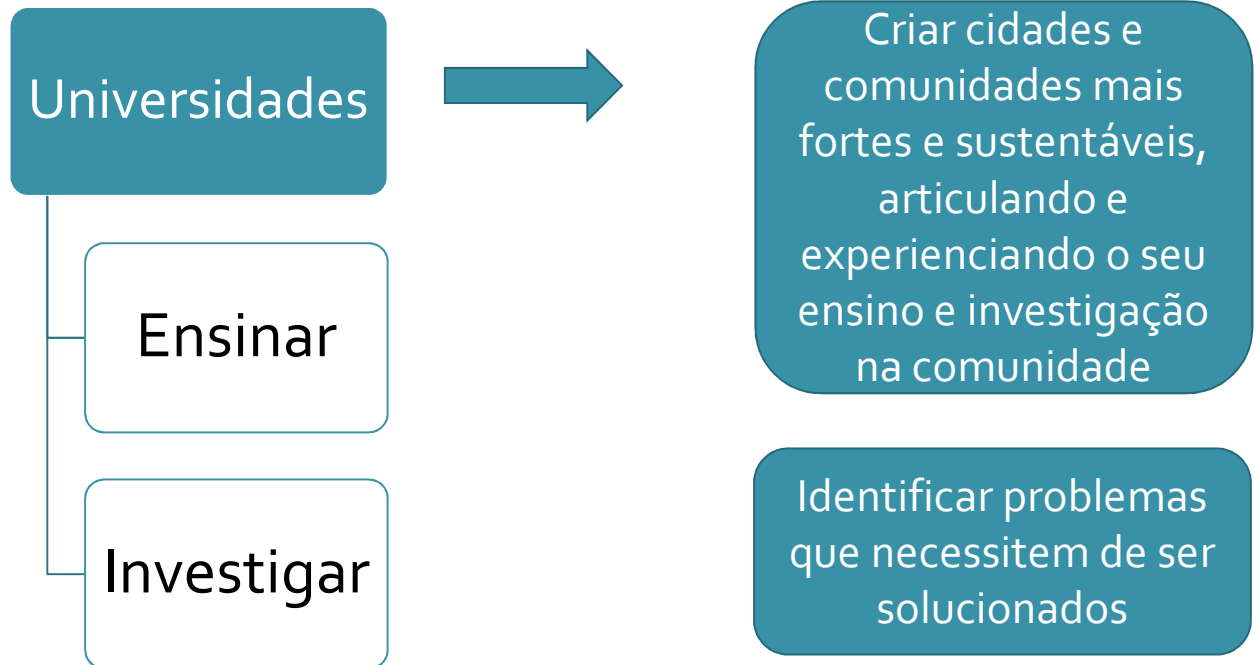
- Gestão de 49 EB1 e EPE
- Garantir a qualidade do serviço de refeições escolares – aproximadamente 127 000 almoços e 135 000 lanches/mês

Protocolo FCNAUP - Câmara Municipal do Porto



Monitorização da qualidade dos serviços na área da alimentação/nutrição prestados nos refeitórios das escolas do 1º ciclo do ensino básico (EB1) e educação pré-escolar (EPE) da Autarquia.

As parcerias entre a academia e as autarquias



Universities as anchor institutions

Mission: consciously and strategically apply the institution's long-term, place-based economic power, in combination its human and intellectual resources, to better the welfare of the community in which it resides

(Axelroth Hodges and Dubb)

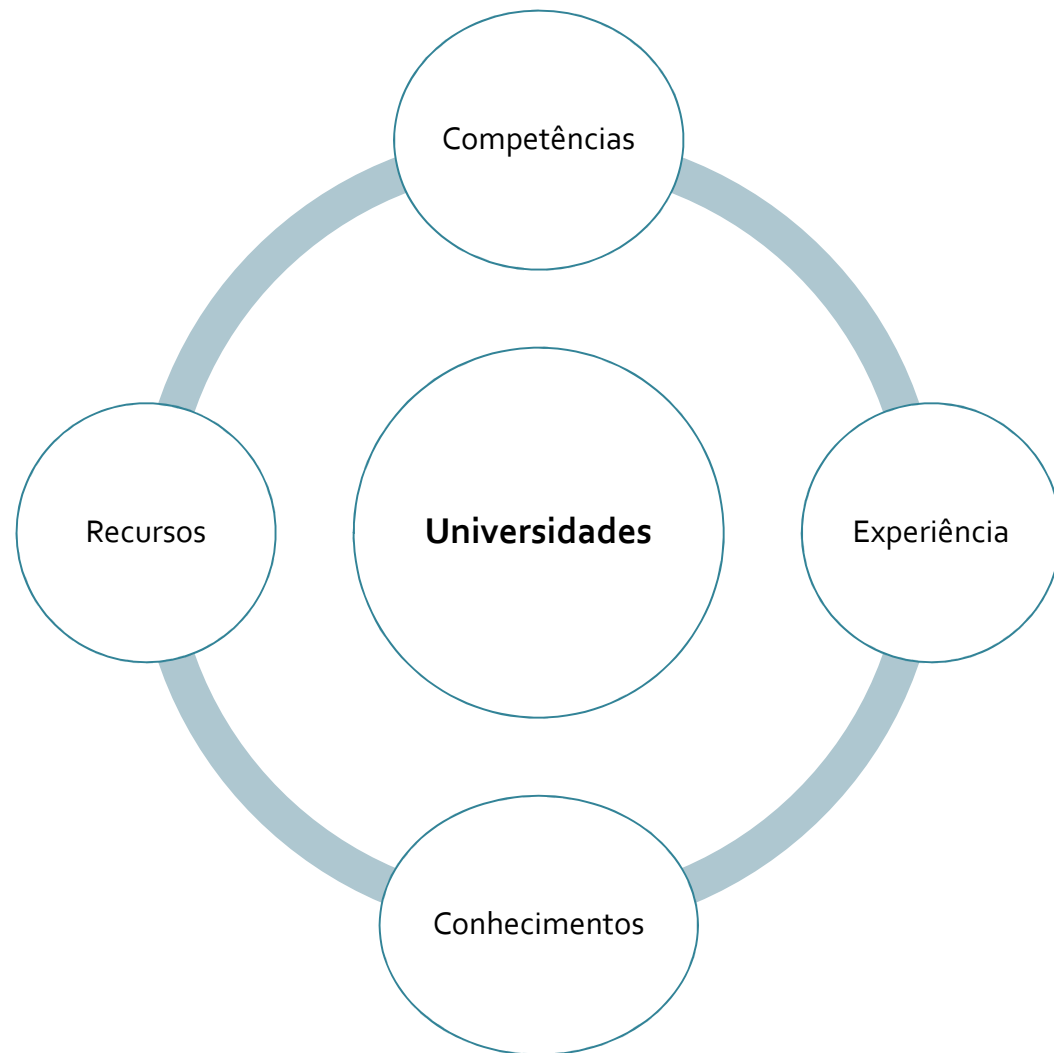
As parcerias entre a academia e as autarquias

Falhas frequentes nos projetos de intervenção nas autarquias:

- (1) ausência do levantamento de necessidades;
- (2) escassez de recursos para implementação dos projetos;
- (3) ausência de planeamento;
- (4) atuação reativa e não proativa;
- (5) inexistência de métodos para avaliação da eficácia dos projetos;
- (6) inexistência de documentação (evidências escritas).

UNIVERSIDADES

As parcerias entre a academia e as autarquias



As parcerias entre a academia e as autarquias

- **Capacitar** os vários *stakeholders* com conhecimentos científicos e práticos através de formações, workshops e cursos lecionados por especialistas com experiência académica.



Formação dos diferentes públicos-alvo: técnicos das autarquias; professores e educadores; manipuladores de alimentos dos serviços de alimentação municipais.

- **Comunicar** com qualidade sobre alimentação e nutrição, atingindo diversos estratos etários, sociais e económicos da população, tentando influenciar consumos alimentares e melhorar a saúde, o estado nutricional e o bem estar dos munícipes.
- Capacidade de fazer fluir a **informação** por todos os intervenientes.

As parcerias entre a academia e as autarquias

- Contribuir para o **desenvolvimento da gastronomia local** enquanto valor integrante do património nacional, de grande valia económica e sociocultural.
- Proporcionar a **partilha** de projetos, perspetivas, experiências e saberes que contribuam científica e socialmente para um melhor conhecimento e intervenção na população.
- Desenvolver **trabalho de investigação** em conjunto com atores locais.



Desenvolvimento de estudos que levem a definição de políticas para melhoria do bem-estar e estado de saúde das populações.

Análise, interpretação e tratamento científico de dados recolhidos.

As parcerias entre a academia e as autarquias

- Promover o **conhecimento da realidade** (diagnóstico alimentar e nutricional) e realizar o **diagnóstico das necessidades** possibilitando direcionar os programas de intervenção.
- Transmitir o **conhecimento dos resultados de estudos** mais atuais que poderão ser aplicáveis e trazer benefícios a nível local.
- **Avaliar os resultados dos programas** e desenvolver metodologias de avaliação da eficácia dos programas.
- Desenvolver e testar estratégias para melhoria da qualidade dos serviços prestados.
- **Disseminar resultados de investigação e boas práticas.**
- Desenvolvimento de materiais de divulgação, pareceres técnico-científicos, tendo por base a legislação e o conhecimento científico.

As parcerias entre a academia e as autarquias

Vantagens para as universidades

- ❖ Aproximar as instituições de ensino superior da realidade, possibilitando o trabalho de campo em rede com equipas multidisciplinares;
- ❖ Promover o contacto dos estudantes com a realidade comunitária e profissional (estágios curriculares e trabalhos inseridos em unidades curriculares);
- ❖ Facilitar a transmissão do conhecimento para as comunidades, atingindo uma das suas principais missões;
- ❖ Desenvolver e testar ferramentas e metodologias;
- ❖ Possibilitar a produção científica;
- ❖ Melhorar as competências dos investigadores.

Casos práticos

**Protocolo colaboração
FCNAUP - CMP**

Protocolo
colaboração

FCNAUP - CMP

Emissão de pareceres técnico-científicos – aspetos relativos à qualidade dos serviços de alimentação e refeições escolares

Recomendações / orientações para os serviços de alimentação escolar *versus* conhecimento da realidade

Elaboração de documentos para regulamentação dos serviços - cláusulas técnicas do Caderno de Encargos para o fornecimento de refeições nas cantinas dos estabelecimentos de 1º ciclo e EPE do Município, manuais de procedimentos

Monitorização dos serviços de alimentação escolar

Protocolo colaboração

FCNAUP - CMP

Comunicação - Elaboração e revisão de materiais de divulgação à comunidade educativa

Anote dicas nutritivas

Pequenos passos, grandes mudanças

EDIÇÃO Nº 28 / 30 DE JUNHO A 3 DE SETEMBRO DE 2017

Alimentos que ajudam a prevenir gripes e constipações

Alimentos ricos em vitamina C: brócolos, couve-flor, couve, espinafres, espargos, couve-de-bruxelas, brócolos, couve-de-bruxelas.

Hortícolas de cor laranja: cenoura, abóbora, beterraba.

Fruta cítrica (laranja, tangerina, toranja, limão, tangerina).

Castanhas, amêndoas, nozes, amendoim.

Água.

Peixe gordo (sardinha, salmão, cavala, atum, arenque).

Cereais e outros derivados integrais (arroz integral, milho e outros cereais).

Legumes (cuscuz, batata, milho, arroz integral).

Proteínas (carne, peixe, ovos, derivados).

Porto.

Inclua estes alimentos na sua alimentação para fortalecer o sistema imunitário.

Anote dicas nutritivas

Pequenos passos, grandes mudanças

EDIÇÃO Nº 29 / 11 DE NOVEMBRO DE 2016

SAO MARTINHO COMEMORA-SE NO DIA 11! JÁ COMPROU AS CASTANHAS?

onta a tenda...

Inteiro ou em valente soldado romano a quem um dia ofereceu um mungido cheio de frutos que lhe pediu mola. Mas Martinho não tinha nada para lhe dar e aí esteve ao longo da tarde a fazer o que podia e quando apareceu e quando se foi, todos o tinham visto e todos o tinham conhecido.

Majoritariamente constituída por hidratos de carbono, a castanha possui também muita fibra, o que a torna muito saudável.

Porto.

Anote dicas nutritivas

Pequenos passos, grandes mudanças

EDIÇÃO Nº 31 / 13 A 17 DE FEVEREIRO DE 2017

Roda da Alimentação Mediterrânica

Guie a alimentação com o objetivo de promover e valorizar o padrão alimentar mediterrânico junto da população portuguesa.

Em forma de roda, representando o prato e o convívio mediterrânico à volta do fogo, esta roda de alimentos mediterrânicos está relacionada com o modo português um castor de dois grupos de tipos de alimentos.

Sistema ainda se muito gostoso e a verde, que não anda isolado nos pratos de fogo por não se trata de um prato mas que são pratos mediterrânicos.

Principais associados ao padrão alimentar mediterrânico:

- Verdes e legumes frescos e preferencialmente locais dos alimentos.
- Preferir a incorporação de ervas aromáticas nas preparações culinárias em detrimento do sal de cozinha.
- Promoção da utilização e transmissão prática de receitas tradicionais e caseiras.
- Incentivo ao respeito (respeito) e conexão dos alimentos e sua inserção no quotidiano através da interação com família e amigos.
- Combate ao sedentarismo pelo aumento do tempo dedicado a atividades de lazer.

Porto.

O Lanche deve ser:

COMPLETO	VARIADO	EQUILIBRADO
Deve incluir 3 grupos da Roda:	Carboidrato	Proteína
Segunda-feira	1 leite integral sem gordura (125g)	1 pão de mistura de trigo e centeio (50g)
Terça-feira	1 leite integral sem gordura (200ml)	1 pão de trigo integral (50g)
Quarta-feira	1 pacote de leite meio gordo (200ml)	1 fatia fina de biscoito (20g)
Quinta-feira	1 leite integral sem gordura (100g)	1 pão de mistura (30g)
Sexta-feira	1 leite integral sem gordura (125g)	1 fatia fina de biscoito (20g)

Conselhos úteis

- Lanche com fruta e para facilitar o seu consumo, pode partilhá-lo em pequenos pedaços.
- Evite os alimentos separadamente.
- As lanchas devem ser colocadas numa pequena caixa para se manterem frescas.
- Preferir lanchas ou miniaturas técnicas para que a temperatura dos alimentos refrigerados se mantenha por mais tempo, nomeadamente os iogurtes.
- Não se esqueça de guardar, coltar para o iogurte e para a fruta, quando aplicável.
- Lanche sempre uma garrafa de água.

Nota: A alimentação é a base de todo o desenvolvimento, contribuindo para sermos pequenos ou grandes, inteiros ou integrais, felizes ou infelizes, capazes de desenvolvermos, inovar ou não, e de nos tornarmos aquilo que queremos.

Dr. Inês Reis

Em que consiste o Regime de Fruta Escolar (RFE)?

Distribuição gratuita de hortofrutícolas a todos os alunos que frequentem estabelecimentos do ensino público no 1º ciclo do ensino básico.

Realização de atividades em contexto escolar que visa a cumprir, numero, objetivos, em diferentes áreas:

- Atividade de Educação Física
- Atividade de Educação Moral e Cívica
- Atividade de Educação Artística
- Atividade de Educação Tecnológica
- Atividade de Educação Científica
- Atividade de Educação Ambiental
- Atividade de Educação para a Cidadania
- Atividade de Educação para o Desenvolvimento
- Atividade de Educação para a Saúde
- Atividade de Educação para a Igualdade
- Atividade de Educação para a Sustentabilidade
- Atividade de Educação para a Segurança
- Atividade de Educação para a Responsabilidade Social
- Atividade de Educação para a Participação
- Atividade de Educação para a Inovação
- Atividade de Educação para a Empreendedorismo
- Atividade de Educação para a Cidadania Global
- Atividade de Educação para a Cidadania Europeia
- Atividade de Educação para a Cidadania Europeia (Atividade de Educação para a Cidadania Europeia)

Distribuição RFE

- 2 dias por semana (3ª e 5ª feira) durante 10 semanas por ano letivo.
- 1 peça ou porção por criança.
- Sem coincidir com outra refeição nem com o leite escolar.
- Distribuição durante a aula, em sala de aula, na presença do professor.
- Concursa e tomam distribuição, obrigatoriamente, pelo menos uma vez durante o ano.
- Hortofrutícolas não pretendem ser substitutos do lanche, mas deverão ser vistos como uma estratégia para a promoção do consumo dos mesmos.

Produtos Elegíveis

Em que consiste a "Merenda Saudável"?

Distribuição gratuita de lanches a todos os alunos que frequentem estabelecimentos do ensino público no 1º ciclo do ensino básico.

- 3 dias por semana (2ª, 4ª e 6ª feira) durante 10 semanas por ano letivo.
- 1 lanche escolar por criança.
- Sem coincidir com outra refeição.
- Distribuição durante a aula, em sala de aula, na presença do professor.

Segunda-feira

- Bolacha Maria (dois indivíduos)
- Leite meio gordo (dois indivíduos)

Terça-feira

- Pão de mistura com manteiga
- Suco natural de fruta

Quarta-feira

- Pão de mistura com biscoito de leite / queijo / creme de chocolate
- Leite meio gordo (dois indivíduos)

Protocolo
colaboração

FCNAUP - CMP

Disponibilização de recursos humanos – Apoio às comemorações do Dia Mundial da Alimentação e workshops de culinária saudável direcionados às crianças



Protocolo
colaboração

FCNAUP - CMP

Planeamento de projetos para a promoção de hábitos alimentares saudáveis

Como encorajar as crianças em idade escolar a fazer escolhas alimentares mais saudáveis?

Projeto Bebe Água do Porto B.A.P. 1º e 2º CEB

- Incentivar o consumo de água da rede pública
- Reduzir o uso de produtos descartáveis, diminuindo a quantidade de resíduos no meio envolvente
- Alunos a frequentar o 1º ano de escolaridade
- Alunos a frequentar o 2º ciclo do ensino básico
- Parceria com EM Águas do Porto



Protocolo
colaboração

FCNAUP - CMP

Iniciativas para o desenvolvimento da gastronomia local

Comemoração dos 600 anos das Tripas à moda do Porto

Ingredientes

- ✓ Feijão branco
- ✓ Estômago de vaca
- ✓ Mito de vaca
- ✓ Galinha
- ✓ Orelheira
- ✓ Salsicão
- ✓ Cenoura
- ✓ Cebola e Alho
- ✓ Azeite
- ✓ Pimenta e Cominhos
- ✓ Sal

Alegações nutricionais

FEIJÃO BRANCO
É RICO EM FÉRRAS, QUE AJUDAM OS INTESINOS A FUNCIONAR BEM E CONTROLAM OS NÍVEIS DE COLESTEROL E DE AÇÚCAR NO SANGUE. É TAMBÉM RICO EM MINERAIS QUE AJUDAM A TER ENERGIA E A CRESCER FORTE E SAUDÁVEL.

ALHO
TEM EXCELENTES PROPRIEDADES ANTICIGARIANES, ANTICOLOMARIAS E PROTETORAS DE DOENÇAS COMO O CÂNCER. TAMBÉM É RICO EM MINERAIS QUE AJUDAM A TER ENERGIA E A CONTROLAR A PRESSÃO DO SANGUE.

CENOURA
É MUITO RICA EM VITAMINA A, QUE É ESSENCIAL PARA A VISÃO. ESTA VITAMINA É TAMBÉM IMPORTANTE PARA TER A PELE, AS UNHAS E OS CABELOS SAUDÁVEIS.

É IMPORTANTE PARA O SISTEMA IMUNITÁRIO DO SEU ATUA A



Tripas à moda do Porto

14 DE MAIO 2015



Valor nutricional

	300g tripas + 2.0g azeite	% IJCT
energia (Kcal)	772	39
lipídios (g)	22	26

Ementa

11 e 15 de Maio de 2015

600 Anos das Tripas à Moda do Porto.

	CP	VA	UP	AC	AD	AD	AD
2ª Feira	Sopa	Prato	Lobaniza				
3ª Feira	Sopa	Prato	Lobaniza				
4ª Feira	Sopa	Prato	Lobaniza				
5ª Feira	Sopa	Prato	Sobremesa				
6ª Feira	Sopa	Prato	Lobaniza				



Se é alérgico a algum ingrediente, por favor informá-lo, junto à nossa equipa. Não podemos ser responsáveis por alergias não comunicadas ao nosso pessoal.

* Dose única Nutricional por 100g/ml de produto

Seis unidades de copos, contendo 200ml, são colocadas por cada mesa durante toda a duração da refeição.




Protocolo
colaboração

FCNAUP - CMP

Diagnóstico de necessidades e conhecimento da realidade – avaliação do desperdício alimentar nas refeições escolares



Waste Management

Volume 34, Issue 8, August 2014, Pages 1362–1368



Determination of plate waste in primary school lunches by weighing and visual estimation methods: A validation study

Margarida Liz Martins^{a,1}, Luís M. Cunha^{b,1,2}, Sara S.P. Rodrigues^{a,1,3}, Ada Rocha^{a,1,3}

Valor médio de 21,6% para a sopa e 27,5% para o prato principal

Acompanhamento de produtos hortícolas apresentam os valores mais elevados

26% da energia, 25% das proteínas e 29% dos hidratos de carbono e 27% da fibra alimentar, vitamina A e ácido fólico são desperdiçados

(Liz Martins et al., 2014; Liz Martins, 2014)



Protocolo
colaboração

FCNAUP -
CMP

Investigação de estratégias para redução do desperdício alimentar em serviços de alimentação

- Adequação das porções fornecidas
- Sensibilização e educação alimentar
- Melhoria das características sensoriais do almoço escolar
- Adaptação das ementas às preferências dos alunos
- Acompanhamento do almoço escolar – pessoal docente e não docente
- Adequação do horário de fornecimento do almoço e do tempo disponível para a sua realização
- Redução da disponibilidade de alimentos provenientes de outras fontes

Protocolo
colaboração

FCNAUP - CMP

Minimizar o
desperdício
alimentar nas
cantinas escolares

Strategies to reduce plate waste in primary schools – experimental evaluation

M Liz Martins^{1,2}, SSP Rodrigues^{1,2}, LM Cunha^{2,3} and A Rocha^{1,2,*}

¹Faculty of Food Science and Nutrition, University of Porto, Rua Dr Roberto Frias, 4200-465 Porto, Portugal;

²REQUIMTE, University of Porto, Porto, Portugal; ³DGAOT, Faculty of Sciences, University of Porto, Porto, Portugal

Submitted 19 May 2015; Final revision received 20 August 2015; Accepted 1 September 2015

Table 3 Differences in plate waste (%) between baseline (T0) and 1 week post-intervention (T1) among intervention and control groups; fourth-grade children from Porto primary schools, Portugal

	Control		Intervention A		Intervention B		P	Intervention A v. control		Intervention B v. control			
	Mean* n	SE	Mean* n	SE	Mean* n	SE		Adjusted difference†	95% CI	P	Adjusted difference†	95% CI	P
Soup	5.1 ^a n 63	2.0	-11.9 ^b n 28	2.8	-6.8 ^b n 54	1.6	<0.001	-16.1	-23.7; -8.5	<0.001	-14.0	-24.1; -3.8	0.007
Main dish	10.5 ^a n 64	2.2	-13.0 ^b n 28	3.0	3.0 ^b n 54	1.6	<0.001	-28.2	-41.1; 15.3	<0.001	-15.1	-35.3; 5.2	0.145
Main dish (only the two identical)	5.0 ^a n 61	2.4	-33.9 ^b n 28	4.8	3.7 ^a n 48	2.6	<0.001	-39.2	-55.3; -23.0	<0.001	-7.2	-37.1; 22.7	0.639

P values from the non-parametric Kruskal–Wallis test at a 95% CI.

^{a,b,c}Mean values within a row were significantly different (non-parametric Mann–Whitney test) at a 95% CI.

*Unadjusted mean.

†Differences were adjusted for children's social support group; mean initial servings during T0 and mean initial servings during T1.

Table 4 Differences in plate waste (%) between baseline (T0) and 3 months post-intervention (T2) among intervention and control groups; fourth-grade children from Porto primary schools, Portugal

	Control		Intervention A		Intervention B		P	Intervention A v. control		Intervention B v. control			
	Mean* n	SE	Mean* n	SE	Mean* n	SE		Adjusted difference†	95% CI	P	Adjusted difference†	95% CI	P
Soup	1.6 n 63	2.4	-5.8 n 28	4.4	-5.5 n 53	1.9	0.103	-5.0	-14.0; 4.1	0.281	-17.7	-36.3; 1.0	0.063
Main dish	13.1 ^a n 63	2.5	0.6 ^b n 28	2.7	-2.2 ^b n 53	1.8	<0.001	-0.9	-17.2; 15.3	0.912	3.8	-20.8; 28.5	0.762
Main dish (only the two identical)	8.8 ^a n 61	3.2	-13.7 ^b n 28	3.2	-5.4 ^b n 51	2.4	<0.001	-40.6	-66.6; -14.6	0.002	-40.8	-79.0; -2.6	0.036

P values from the non-parametric Kruskal–Wallis test at a 95% CI.

^{a,b,c}Mean values within a row were significantly different (non-parametric Mann–Whitney test) at a 95% CI.

*Unadjusted mean.

†Differences were adjusted for children's social support group; mean initial servings during T0 and mean initial servings during T2.

Protocolo
colaboração

FCNAUP - CMP

Minimizar o
desperdício
alimentar nas
cantinas escolares

INTERVENTION FOCUSING PLATING TECHNIQUES ON LUNCH FOOD WASTE AT A PUBLIC PRIMARY SCHOOL FROM THE MUNICIPALITY OF PORTO



ANDRADE M, GOIOS A, ROCHAA, LIZ MARTINS M



Protocolo
colaboração

FCNAUP - CMP

Investigação na Autarquia – outros trabalhos

- ✓ Implementação de estratégias para a redução do sal de adição no almoço escolar.
- ✓ Avaliação da adequação nutricional das refeições e das captações fornecidas.
- ✓ Estudo da prevalência de excesso de peso em crianças do município.
- ✓ Avaliação da adequação da ingestão nutricional em crianças do município.

As parcerias entre a academia e as autarquias – possibilidades de cooperação e futuro.

Connecting Communities with Colleges & Universities

Strategies to Strengthen Local Promise Efforts

Through Higher Education Involvement

Brought to you by America's Promise—The Alliance for Youth



Sustaining the Campus-Community Partnership

Critical to the development and maintenance of sustainable campus-community partnerships are regular communication; ongoing assessment and evaluation; and recognition and appreciation of the contributions of partnering institutions.

As parcerias entre a academia e as autarquias – possibilidades de cooperação e futuro.

Margarida Liz

28 de junho de 2017

 CONGRESSO PORTUGUÊS
**DE ALIMENTAÇÃO
E AUTARQUIAS**

Obrigada pela vossa atenção.

margaridaliz@fcna.up.pt