



RECOMENDAÇÃO N.º 4

“Promoção escolar de produtos hortícolas e frutíferos”

Conhecendo-se que grande parte dos alimentos processados pela indústria alimentar, e facilmente acessível a crianças e jovens, também em máquinas automáticas, por vezes em meio escolar ou desportivo, comportam níveis elevados de ingredientes de açúcar, sal e matérias gordas.

Sendo mais saudável o consumo alternativo de produtos alimentares portadores de vitaminas, procurando-se o equilíbrio de uma alimentação fresca e minimamente processada, como fundamental para a saúde e bem-estar do consumidor.

Reconhecendo-se a relevância e as vantagens para a nossa alimentação diária, e das crianças em particular, das vitaminas existentes na fruta, bem como da riqueza em sais minerais existente nos vegetais.

Considerando ser comprovado que o consumo generalizado de verduras, legumes e hortaliças e frutas frescas garante as quantidades necessárias de fibras, vitaminas e minerais, enquanto as leguminosas fornecem proteínas vegetais.

Sabendo-se que os princípios da alimentação mediterrânica, em Portugal ⁽¹⁾, podem contribuir para promover hábitos de uma vida mais salutar, quando contemplam, entre outros, o consumo regular de água, cozinhados simples que tenham na sua base preparados com nutrientes como as sopas, consumo de produtos vegetais em detrimento do consumo de produtos alimentares de origem animal, nomeadamente de produtos hortícolas, fruta, pão de qualidade e cereais pouco refinados, leguminosas secas e frescas, frutos secos e oleaginosos, consumo de produtos vegetais produzidos localmente em espaços naturais ou a curta-média distância, frescos e da época, consumo de azeite como principal fonte de gordura e a utilização de ervas aromáticas para temperar em detrimento do sal.

Considerando os impactos ambientais nos transportes a longa distância e o empobrecimento da biodiversidade, devido à utilização intensiva da biogenética para se obter produtos ‘bonitos’ para consumo, pretensamente ‘normalizados’ e transgénicos.

Considerando que a promoção do consumo de produtos de aspecto ‘feito’ permitiu, nos últimos três anos, ‘salvar da lixeira’ 500 toneladas de fruta e hortaliças, ajudando mais de uma centena de agricultores a escoar produtos que não eram facilmente distribuídos devido à sua aparência.

Considerando que o desperdício alimentar, devido à aparência de alguns produtos, é um problema que conduz a que, em média, 30% do que é produzido pelos agricultores não seja resgatado, acabando no lixo, pois, segundo dados recentes da Organização para Alimentação e Agricultura da Organização das Nações Unidas 1,3 mil milhões de toneladas de alimentos são anualmente desperdiçados.

Considerando, em suma, ser preocupante o por vezes reduzido consumo de fruta e vegetais frescos, nas crianças e nos jovens, perante a generalização de sobremesas e confeitaria industrialmente processados.

1. IN ‘Dieta Mediterrânica’, Universidade do Algarve. - ISBN 978-989-8472-73-1



Neste sentido, e na sequência da presente proposta do Partido Ecologista “**Os Verdes**”, a Assembleia de Freguesia do Lumiar, reunida em sessão ordinária no dia 2017-06-30, delibera recomendar à Câmara Municipal de Lisboa que, em conjunto com os órgãos da Freguesia do Lumiar:

1 - Promova o consumo de produtos hortícolas e frutíferos frescos, alertando sobre os seus benefícios para a saúde humana e, em particular, na alimentação infantil.

2 - Estimule o recurso e a confecção de produtos alimentares de origem nacional nas ementas escolares em Lisboa e, nomeadamente, na Freguesia do Lumiar.

3 - Implemente campanhas de sensibilização escolar sobre a qualidade destes produtos, mesmo de calibre aparentemente não conforme para o consumo, contribuindo assim para a redução do desperdício alimentar.

Mais delibera:

- remeter a presente deliberação a todos os vereadores da Câmara Municipal de Lisboa e às associações ambientalistas Quercus e Zero.

- divulgar esta deliberação nos habituais locais públicos de estilo, incluindo o Boletim @Lumiar e sítio web da Junta de Freguesia. Juntar à acta aprovada em minuta.

Assembleia de Freguesia do Lumiar, 30 de Junho de 2017

J. L. Sobreda Antunes

APROVADA POR UNANIMIDADE