

Jardim de Infância e Escola Básica nº1 de Arganil

# **Alimentação Saudável e Sustentável**

## **BRIGADA DA CANTINA 2018/19**

### **Memória descritiva**

#### **ASPETOS ANALISADOS PELA BRIGADA DA CANTINA**

##### **1. Autores do estudo**

O presente estudo foi realizado pela turma do 3ºA, responsável pela implementação do projeto Brigada da Cantina».

Houve a colaboração do Engº Alimentar da Câmara Municipal de Arganil, António Brito.

##### **2. Amostra**

A amostra é constituída por 132 alunos da EB1, representando cerca de 94% do total de alunos da escola que são 140.

Não foram incluídos neste estudo os alunos do Jardim de Infância

##### **3. Aspetos analisados pela brigada da cantina**

- avaliação do ruído
- avaliação da higiene das mãos
- avaliação do consumo da refeição
- avaliação das cores presentes no prato;
- avaliação da higiene/conservação das instalações
- avaliação da reciclagem dos resíduos alimentares/outros

## **ENVOLVIMENTO DOS ALUNOS E TAREFAS**

A turma do 3ºA é constituída por 21 alunos.

Estes foram divididos em três grupos, constituídos por 2 alunos cada um.

Os elementos do grupo foram rotativos, até todos os alunos da turma participarem. As tarefas atribuídas foram;

Grupo 1 - Avaliação do Ruído e Avaliação da Higiene/ Conservação das Instalações;

Grupo 2 - Avaliação da higiene das mãos/ Avaliação das cores presentes no prato;

Grupo 3 - Avaliação do consumo da refeição/Avaliação da reciclagem dos resíduos alimentares e outros.

## **RESULTADOS OBTIDOS**

### **AVALIAÇÃO DO CONSUMO DA REFEIÇÃO**

- Entre os meses de janeiro e maio houve um aumento do número de alunos que comeram totalmente a sopa, que comeram totalmente o prato na sua totalidade e a fruta.
- Estes resultados são bastante bons.
- Verificou-se que muitos alunos têm pouco autonomia em cortar a carne e descascar a fruta; nos dias em que o prato é de peixe, maior número de alunos não comem totalmente a comida; os legumes preferidos dos alunos são a alface, o tomate e a cenoura e menos preferidos são as ervilhas e o feijão; normalmente a maioria dos alunos comem a fruta, mostrando preferência por banana e tangerina e menos preferência pela pera. Comem melhor a sopa passada e de cenoura. É no consumo da sopa onde foi feito um trabalho mais incisivo da Brigada da cantina, registando os nomes dos alunos com mais resistência à sopa e alertando os respetivos professores para que estes fizessem uma ação de sensibilização aos mesmos. Na sala de aula foi elaborado um desdobrável, entregue aos alunos da escola, para sensibilizar para uma alimentação equilibrada.

- Estes resultados devem-se, essencialmente:
- Às ações de sensibilização realizadas em contexto de sala de aula e pela equipa da Saúde Escolar;
- Ações de sensibilização realizadas noutras turmas pelos alunos da «Brigada da cantina»;
- O empenho das funcionárias e restante pessoal da cantina.

#### **AVALIAÇÃO DAS CORES PRESENTES NO PRATO**

Neste estudo o objetivo foi verificar as diferentes cores que compõem o prato, no sentido de verificar a diversidade de alimentos. A variedade e diversidade da cor pode tornar o prato mais apelativo para os alunos e levá-los a comer alimentos aos quais fazem resistência. Ao longo destes meses houve o cuidado por parte do técnico (engenheiro alimentar) responsável pelas ementas de incluir diferentes alimentos com cores variadas, embora as predominantes tenham sido o verde e o amarelo.

#### **AVALIAÇÃO DA HIGIENE DAS MÃOS**

- Do mês de Janeiro para o mês de maio no que respeita aos itens «Lavaram as mãos» passou-se de uma média de 89,4 alunos em janeiro, representando 67,7%, e terminou com 112,6 em maio, o que representa 85,3% da amostra.
- Há, portanto, uma melhoria de 17,6% no número de alunos que lavaram as mãos antes da refeição.

A forte sensibilização feita pela Brigada da Cantina resultou numa melhoria de valores, sempre em crescendo nos meses em que houve registo.

#### **AVALIAÇÃO DO RUÍDO**

- Entre o mês de Janeiro e o mês de maio no que respeita ao item «Muito barulho», não houve alterações significativas, tendo o resultado agravado em 3,4%, sendo em janeiro de 19,09% e em maio de 22,5%.
- Entre o mês de janeiro e o mês de maio no que respeita ao item «Barulho Insuportável» houve uma melhoria de 15%,

sendo que em janeiro a percentagem foi de 31,6% e em maio foi de 16,6%.

- Nos itens «Silêncio» e «Algum barulho» houve alteração de valores, sendo que houve uma melhoria de 5,8%, sendo que em janeiro a percentagem foi de 24,6% e em maio foi de 30,4%.

## **2. Conclusões**

Embora tenha agravado o nível de barulho na categoria “Muito Barulho” simultaneamente houve melhoria na categoria “Barulho insuportável”, havendo uma transferência entre esta categoria e as restantes. Os resultados poderão considerar-se satisfatórios devido à melhoria nos níveis de ruído.

O ruído foi um dos principais problemas com que se debateu a Brigada da Cantina. Houve melhorias mas o trabalho no que respeita a obter resultados mais significativos terá de continuar.

### **AVALIAÇÃO DA HIGIENE /CONSERVAÇÃO DAS INSTALAÇÕES**

No início os alunos tinham bastantes dificuldades em manter as instalações limpas, deitando comida para o chão e brincando com a mesma. As mesas e o chão quase sempre estavam bastante sujas. Houve efetivamente uma melhoria nesta área. Em relação aos materiais foram danificados alguns pontualmente, com causa acidental. Quanto ao mobiliário encontra-se bastante bem preservado.

### **AVALIAÇÃO DA RECICLAGEM DOS RESÍDUOS ALIMENTARES/OUTROS**

Os alunos deram bastante importância ao tratamento de resíduos, uma vez que a escola privilegia a separação e a reciclagem do lixo. Constatou-se que não se fazendo compostagem na escola, os resíduos alimentares iam para o lixo normal. Quanto aos restantes resíduos eram colocados nos Ecopontos da escola. Os Ecopontos mais utilizados foram o embalão e o papelão.

## **Conclusão Final**

A equipa da Brigada da Cantina foi rotativa, alterando mensalmente. Foram destacados 6 alunos de cada vez para a constituir. Inicialmente houve algumas dificuldades de comunicação com os restantes alunos da escola, que foi melhorando gradualmente. Queixavam-se frequentemente que os restantes alunos não os tratavam adequadamente não revendo neles autoridade para as chamadas de atenção. Também quanto a este aspeto a situação melhorou significativamente, com a intervenção dos docentes e dos funcionários da cantina que apoiaram o projeto.

### **DIVULGAÇÃO À COMUNIDADE EDUCATIVA**

Os resultados obtidos pela BRIGADA DA CANTINA foram registados em tabelas que foram inicialmente afixadas no painel «Eco Escolas» e divulgados em sala de aula em todas as turmas através dos quadros interativos.

Também houve a preocupação de divulgar este trabalho e os resultados alcançados junto da comunidade através de folhetos e desdobráveis realizados pela turma do 3ºA responsável pela implementação e avaliação do projeto. Nas reuniões com encarregados de educação, foi divulgado o projeto, as atividades desenvolvidas e os resultados.

A divulgação também vai ser feita no próximo **programa de rádio** (ainda por realizar), no próximo número do jornal escolar «Ecos do Açor» e na reunião final do Conselho Eco-Escolas.

A professora coordenadora

**Eugénia Salgado**