ESCOLA SECUNDÁRIA JAIME MONIZ

ECO ESCOLAS

BRIGADA DA CANTINA

ALEXANDRA VIEIRA
CRISTIANO PEREIRA
VICTOR SILVA

INTRODUÇÃO

A **Brigada da Cantina** foi constituída por um grupo de alunos que pretendeu monitorizar e registar atitudes, assim como zelar e promover a adoção de bons hábitos de alimentação, de higiene e saúde. O grupo pretendeu incentivar para a redução do desperdício alimentar e analisar as questões do ruído e da qualidade do ar na cantina .

METODOLOGIA

A **“Brigada da Cantina”** funcionou nos dias **25 e 26 de março** , 22 e 23 de abril (**29 e 30 de abril**) e por fim 6 e 7 de maio (**13 e 14 de maio**)

terças feiras das 13h às 14h

quartas feiras das 12h às 13h

Parâmetros observados

- ✓Higiene das mãos, antes do início da refeição
- ✓Uso do telemóvel
- ✓Níveis de ruído
- ✓Iluminação
- ✓N° de alunos que almoçam a ementa da escola
- ✓Qualidade do ar

Atuação da Brigada da Cantina

Iluminação da Cantina

Sonómetro

Sensor da qualidade do ar interior

Tabela de registo dos resultados

Parâmetros	25/03/25	26/03/25	29/04/25	30/04/25	13/05/25	14/05/25
Higiene nas mãos, antes do inicio da refeição	Sim: 3 alunos ... 12% Não: 22 alunos ... 88%	Sim: 3 alunos ... 15% Não: 17 alunos ... 85 %	Sim: 20 alunos ... 61% Não: 13 alunos ... 39%	Sim: 7 alunos... 18% Não: 31 alunos ... 82%	Sim: 31 alunos... 74% Não: 11 alunos ... 26%	Sim: 23 alunos... 77% Não: 7 alunos ... 23%
Uso do telemóvel	7 alunos ... 28%	8 alunos ... 40%	7 alunos ... 21%	6 alunos ... 16%	8 alunos ... 19%	3 alunos ... 10%
Total	25 Alunos ... 100%	20 alunos ... 100%	33 alunos... 100%	38 alunos ... 100%	42 alunos ... 100%	30 alunos ... 100%
Níveis de ruído	Mínimo: 63.2 Máximo: 82.1	Mínimo: 65.1 Máximo: 75.0	Mínimo: 70.1 Máximo: 82.1	Mínimo: 69.2 Máximo: 84.1	Mínimo: 66.2 Máximo: 79.5	Mínimo: 64.4 Máximo: 71.1
Iluminação	Desligado	Desligado	Desligado	Desligado	Desligado	Desligado
Nº de alunos que almoçam a ementa da escola	14 alunos ... 56%	12 alunos... 60%	21 alunos... 64%	15 alunos ... 40%	18 alunos ... 43%	10 alunos ... 33%
Qualidade do ar					- PM 2.5: **7.7** $\mu g/m^3$ - PM 10: **12.5** $\mu g/m^3$ - Dióxido de carbono: **592** ppm	PM 2.5: **4.9** $\mu g/m^3$ - PM 10: **8.2** $\mu g/m^3$ - Dióxido de carbono: **557** ppm
Índice de qualidade do ar	...	...	....	...	**Bom**	**Bom**

Março/2025

Parâmetros	25/03/25	26/03/25
Higiene nas mãos, antes do inicio da refeição	Sim: 3 alunos ... 12% Não: 22 alunos ... 88%	Sim: 3 alunos ... 15% Não: 17 alunos ... 85 %
Uso do telemóvel	7 alunos ... 28%	8 alunos ... 40%
Total	25 Alunos ... 100%	20 alunos ... 100%
Níveis de ruído	Mínimo: 63.2 Máximo: 82.1	Mínimo: 65.1 Máximo: 75.0
Iluminação	Desligado	Desligado
Nº de alunos que almoçam a ementa da escola	14 alunos ... 56%	12 alunos... 60%
Qualidade do ar		
Índice de qualidade do ar	...	...

Abril/2025

Parâmetros	29/04/25	30/04/25
Higiene nas mãos, antes do inicio da refeição	Sim: 20 alunos ... 61% Não: 13 alunos ... 39%	Sim: 7 alunos... 18% Não: 31 alunos ... 82%
Uso do telemóvel	7 alunos ... 21%	6 alunos ... 16%
Total	33 alunos... 100%	38 alunos ... 100%
Níveis de ruído	Mínimo: 70.1 Máximo: 82.1	Mínimo: 69.2 Máximo: 84.1
Iluminação	Desligado	Desligado
Nº de alunos que almoçam a ementa da escola	21 alunos... 64%	15 alunos ... 40%
Qualidade do ar		
Índice de qualidade do ar	....	...

Maio/2025

Parâmetros	13/05/25	14/05/25
Higiene nas mãos, antes do inicio da refeição	Sim: 31 alunos... 74% Não: 11 alunos ... 26%	Sim: 23 alunos... 77% Não: 7 alunos ... 23%
Uso do telemóvel	8 alunos ... 19%	3 alunos ... 10%
Total	42 alunos ... 100%	30 alunos ... 100%
Níveis de ruído	Mínimo: 66.2 Máximo: 79.5	Mínimo: 64.4 Máximo: 71.1
Iluminação	Desligado	Desligado
Nº de alunos que almoçam a ementa da escola	18 alunos ... 43%	10 alunos ... 33%
Qualidade do ar	- PM 2.5: **7.7** $\mu g/m^3$ - PM 10: **12.5** $\mu g/m^3$ - Dióxido de carbono: **592** ppm	PM 2.5: **4.9** $\mu g/m^3$ - PM 10: **8.2** $\mu g/m^3$ - Dióxido de carbono: **557** ppm
Índice de qualidade do ar	**Bom**	**Bom**

Análises dos resultados

Higiene das mãos, antes do início da refeição

- Verificámos que muitos alunos habitualmente não higienizam as mãos antes da refeição.
- Quando chamados à atenção para esta prática, reconhecem que deveriam fazê-lo.
- Verificámos que alguns alunos, depois de alertados, passaram a lavar as mãos antes de entrar no refeitório

Uso do telemóvel

- Inicialmente, pensávamos que o número de alunos a utilizar o telemóvel seria maior.
- Surpreendentemente, constatámos que os alunos que estavam acompanhados, conversavam e não utilizavam o telemóvel.
- É mais frequente o uso de telemóvel, quando o aluno está sozinho à mesa.

Níveis de ruído

Média do valor mínimo: **64,2 dB – Moderado**

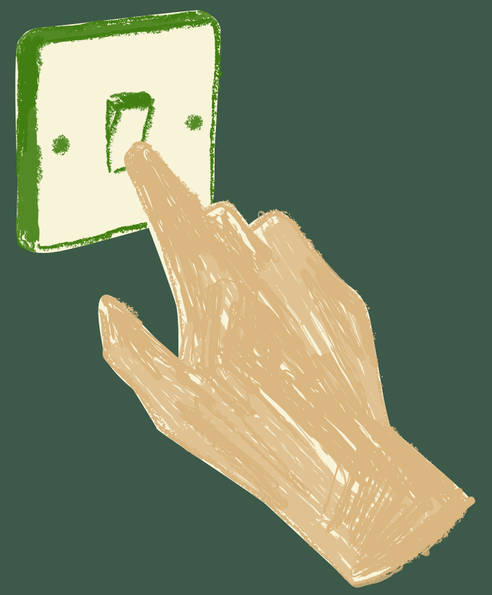
Sons típicos de uma conversação alta que pode m ser incómodos em exposições prolongadas, segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS)

Média do valor máximo: 78,6 dB - Moderado Alto

Risco de danos auditivos aumentam significativamente com a exposição prolongada a esses níveis

Iluminação

- As lâmpadas da cantina estavam sempre desligadas.
- As janelas amplas do espaço permitem a entrada de luz natural, reduzindo a necessidade de iluminação artificial e economizando energia.



N° de alunos que almoçam a ementa da escola

Em média, 50% dos alunos que frequentam a cantina, levam a sua comida de casa.

Razões?

Económicas; questões de saúde; intolerâncias?

Não sabemos.

Considerámos que ao questionar, poderíamos invadir a privacidade dos colegas, por isso, não perguntámos.

Qualidade do ar

- Este parâmetro foi monitorizado no mês de maio, visto que o sensor da qualidade do ar interior só chegou nessa altura.

- De acordo com o registo dos valores de PM10; PM2,5 e CO_2, nos dois dias monitorizados, o índice da qualidade do ar foi classificado de **Bom**

ESCOLA SECUNDÁRIA JAIME MONIZ

Obrigado!

ALEXANDRA VIEIRA
CRISTIANO PEREIRA
VICTOR SILVA