**Publicações de Organizações de Saúde:**

Pesquisa por publicações de entidades como a Direção-Geral da Saúde (DGS) de Portugal, a Organização Mundial da Saúde (OMS) ou associações de nutricionistas que possam ter livros ou brochuras sobre o tema.

**Sites Oficiais e Institucionais (Portugal e Internacionais):**

**Direção-Geral da Saúde (DGS) - Portugal:**

* + [www.dgs.pt](https://www.dgs.pt/)
  + Onde se pesquisou por secções relacionadas com "Alimentação Saudável", "Nutrição" ou "Dieta Mediterrânica". A DGS tem frequentemente documentos, guias e recomendações sobre o tema.

**Plataforma Portuguesa da Dieta Mediterrânica:**

* + [www.dietamediterranica.pt](https://www.dietamediterranica.pt/)
  + Este é um recurso crucial, dedicado especificamente à Dieta Mediterrânica em Portugal, com informações sobre o seu reconhecimento pela UNESCO, eventos, projetos e recursos educativos.

**Organização das Nações Unidas para a Educação, a Ciência e a Cultura (UNESCO):**

* + [www.unesco.org](https://www.unesco.org/)

Algumas consultas em livros da biblioteca escolar sobre alimentação e dos manuais adotados do 9ºano na escola secundária do Agrupamento.

Esclarecimento de dúvidas com o professor de Ciências Naturais do 8º Ano.