



Brigada da Cantina – Eco-Escolas 2025/2026



Quais os aspetos analisados pela Brigada da Cantina?

A Brigada da Cantina realizou um conjunto de observações com o objetivo de compreender os hábitos alimentares dos alunos e avaliar as condições ambientais da cantina escolar. Foram analisados os seguintes aspetos:

- Número de alunos que utilizam diariamente a cantina escolar;
- Número de alunos que trazem refeições de casa e os motivos dessa opção;
- Existência de desperdício alimentar e destino dado aos restos de comida;
- Qualidade do ar na cantina, através da medição de partículas em suspensão (PM2.5 e PM10) e níveis de CO₂;
- Nível de ruído existente durante o período das refeições.

Através destas observações foi possível recolher informação relevante sobre os hábitos alimentares dos alunos e as condições ambientais do espaço.

Planeamento e preparação da atividade

Antes da implementação da Brigada da Cantina, foi realizada uma reunião com a Presidente do Conselho Executivo para apresentar a atividade e solicitar autorização para a sua realização.

Nessa reunião, os alunos explicaram os objetivos do projeto, nomeadamente:

- Promover hábitos alimentares mais saudáveis;
- Reduzir o desperdício alimentar;
- Melhorar o ambiente da cantina escolar.

Foi também discutida a organização da atividade, a escolha dos dias de observação e a necessidade de garantir que a presença da Brigada não interferia com o normal funcionamento da cantina.

Posteriormente, foi feita articulação com a responsável da cantina, D. Luísa, para definir os períodos mais adequados à monitorização e assegurar uma boa colaboração com a equipa da cantina.

Para a realização da atividade foram utilizados coletes Eco-Escolas, grelhas de observação, pranchetas, telemóveis e sensores de medição da qualidade do ar e do ruído.

Quantos estudantes foram envolvidos, como foi feita a distribuição de tarefas e qual a frequência de intervenção?

Participaram nesta atividade três alunos observadores: Francisco, Lara e Núria.

As tarefas foram distribuídas da seguinte forma:

- Observação dos comportamentos alimentares dos colegas;
- Contagem dos alunos que utilizam a cantina e dos que trazem refeições de casa;
- Registo do desperdício alimentar;
- Medição da qualidade do ar e do nível de ruído.

As observações decorreram duas vezes por semana, às segundas-feiras e quintas-feiras, ao longo dos meses de abril e de maio de 2026.

Resultados obtidos

Frequência da cantina

Verificou-se que a maioria dos alunos utiliza regularmente a cantina escolar, tendo sido registados valores entre 36 e 61 alunos por observação. Um grupo menor de alunos opta por trazer refeições de casa, referindo sobretudo razões económicas e o facto de conhecerem melhor os alimentos que consomem.

Desperdício alimentar

Em todas as observações foi identificado desperdício alimentar. Os restos de comida eram colocados no lixo indiferenciado, o que demonstra a necessidade de reforçar práticas de redução do desperdício e de separação adequada de resíduos.

Qualidade do ar

Os valores registados de PM2.5 e PM10 mantiveram-se, na maioria das observações, dentro de níveis considerados aceitáveis para um espaço fechado. Os níveis de CO₂ variaram entre 550 ppm e 939 ppm.

Concluiu-se que:

- A qualidade do ar foi geralmente boa a razoável;
- Os valores mais elevados de CO₂ coincidiram com períodos de maior ocupação da cantina;
- Apesar de não terem sido registados valores preocupantes, verificou-se a importância de manter o espaço ventilado.

Nível de ruído

Os níveis de ruído variaram entre 65 dB e 87 dB, sendo mais elevados nos dias com maior número de alunos.

Concluiu-se que:

- O ambiente da cantina apresenta frequentemente níveis de ruído elevados;
- O excesso de ruído pode dificultar o conforto e a comunicação durante as refeições;
- É importante sensibilizar os alunos para a adoção de comportamentos mais calmos e respeitadores no espaço da cantina.

Divulgação à comunidade educativa

A divulgação da atividade foi realizada através da utilização de coletes identificativos pelos alunos da Brigada da Cantina, permitindo dar visibilidade ao trabalho desenvolvido.

Os resultados obtidos serão ainda apresentados no 3.º Conselho Eco-Escolas, a realizar no dia 20 de maio de 2026, permitindo divulgar o trabalho desenvolvido junto da comunidade educativa e incentivar a participação de outros alunos em práticas mais sustentáveis.

Foram igualmente realizadas observações presenciais na cantina e apresentados os resultados recolhidos à comunidade educativa, com o objetivo de sensibilizar os alunos para:

- A importância de uma alimentação saudável;
- A redução do desperdício alimentar;
- A necessidade de manter um ambiente mais sustentável e confortável na cantina escolar.

Conclusão final

A atividade da Brigada da Cantina permitiu recolher dados importantes sobre os hábitos alimentares dos alunos, o desperdício alimentar e as condições ambientais da cantina escolar.

Os resultados mostram que a cantina é bastante utilizada pelos alunos, mas que continuam a existir desperdícios alimentares e níveis de ruído elevados. Relativamente à qualidade do ar, os valores observados foram globalmente aceitáveis, embora seja importante garantir uma boa ventilação do espaço.

Esta atividade contribuiu para sensibilizar a comunidade educativa para comportamentos mais saudáveis e sustentáveis, incentivando a redução do desperdício alimentar e a melhoria do ambiente na cantina escolar.

Nivalda Pereira

(Professora Coordenadora do grupo)