

## Promover a alimentação saudável junto dos mais carenciados

Chama-se 'Dar com saber, alimentar para viver' e é um projecto do Governo Regional que visa aperfeiçoar a literacia da população em alimentação saudável, fomentando uma utilização mais assertiva dos recursos financeiros na aquisição e utilização dos alimentos.

Segundo o que o DIÁRIO apurou, o projecto, que será apresentado publicamente amanhã na Escola Agrícola da Madeira (São Vicente), resulta de uma iniciativa da Secretaria Regional da Inclusão e Assuntos Sociais, através do Instituto de Segurança Social da Madeira, IP-RAM, construída sobre o tema 'Melhor nutrição para mais fácil inclusão e bem-estar!', que tem como público-alvo as famílias mais carenciadas a usufruir de apoio social via Rendimento Social de Inserção (RSI).

'Dar com saber, alimentar para viver' está também inserido na Estratégia Regional da Alimentação Saudável e Segura (ERPASS), uma iniciativa de todo o Governo, sob a coordenação da Secretaria Regional da Saúde, e surgiu da necessidade sentida de vários sectores da comunidade cooperarem de forma transversal e concertada para um objectivo comum que é o de melhorar os indicadores de saúde e o bem-estar da população da Região.

Para atingir os objectivos propostos, e em estreita colaboração com os parceiros da ERPASS, foi organizado um ciclo de sessões (duas por grupo), visando a abordagem de vários temas.

Assim, nestas sessões serão tratadas questões como a 'Alimentação Saudável a Baixo Custo', os 'Comportamentos Alimentares Saudáveis' e a 'Culinária Saudável' (dinamizadas pelas Secretarias Regionais da Inclusão e Assuntos Sociais e da Saúde) e ainda focando o tema 'Uma horta num metro quadrado / Horta Biológica / Aromáticas e Condimentares / Produção de Rebentos / outro' (tema rotativo da responsabilidade da Secretaria Regional da Agricultura e Pescas).

O propósito é que os participantes nestas sessões aprendam a melhor utilizar os géneros alimentares, a produzir algumas culturas e a melhor cozinhar os mesmos, rentabilizando os recursos e fomentando hábitos alimentares saudáveis.

O projecto inicia-se assim nos concelhos de São Vicente e do Porto Moniz, amanhã, data em que também se celebra o Dia Internacional da Solidariedade. As sessões destinadas a estes dois concelhos irão decorrer nos dias 31 de Agosto e 14 de Setembro, na Escola Agrícola da Madeira, com início pelas 10 horas e encerramento pelas 12 horas.

Depois seguem-se os concelhos da Ponta de Sol, em Outubro deste ano, e o da Ribeira Brava, no mês seguinte.

O Governo prevê assim que até ao final do corrente ano estejam cobertos um terço dos concelhos da Região, com a totalidade das famílias beneficiárias do RSI a serem convidadas a participar nas sessões do projecto, nomeadamente o elemento do agregado familiar responsável pela aquisição e confecção alimentar.

### **Insegurança alimentar é real**

Este projecto é fundamentais sobretudo tendo em conta o que revelou o estudo Saúde.Come realizado pela Faculdade de Ciências Médicas da Universidade Nova de Lisboa realizado em 2015 e 2016: uma em cada cinco famílias em Portugal encontra-se em situação de insegurança alimentar por não ter acesso a uma alimentação saudável e por receio de não ter o que comer por motivos financeiros. As pessoas em insegurança alimentar exibiram uma menor adesão ao padrão alimentar mediterrâneo, recorrendo menos ao azeite como principal fonte de gordura, consumindo menos fruta e hortícolas e preferindo as carnes vermelhas e processadas.

Recorde-se ainda que este estudo, o problema mostrou ser ainda mais grave nas regiões da Madeira e dos Açores, onde a percentagem de famílias em situação de insegurança alimentar ascendeu a cerca de 29%

### **6 mil beneficiários na Região**

Recorde-se que, tal como o DIÁRIO noticiou anteriormente, a Região tinha, em Dezembro de 2017, pouco mais de 6 mil beneficiários de RSI.

Os dados mais recentes disponíveis no portal do Instituto de Segurança Social revelam que em Julho de 2017, o ISSM tinha registo de 2.024 famílias beneficiárias de RSI e um total de 4.654 beneficiários desta prestação social.

Os mesmos dados revelam ainda que na Região, em Julho último, o valor médio processado da prestação era de 108,19 euros para os beneficiários e, no caso das famílias, era de 252,99 euros.

Certo é que na Região, muitas famílias carenciadas usufruem de ajudas em termos de géneros alimentares, através de associações como a Cáritas ou o Banco Alimentar. Há também apoios a este nível através das juntas de freguesia e casas do povo.

■ Apresentada em Maio do ano passado, a Estratégia Regional de Promoção da Alimentação Saudável e Segura (ERPASS), resulta de uma parceria de acções concertadas entre quatro Secretarias Regionais (Saúde, Educação, Agricultura e Pescas e Inclusão e Assuntos Sociais) e tem como missão é a melhoria da saúde e bem-estar da população da Região, incentivando a disponibilidade física e económica de alimentos constituintes de um pa-

drão alimentar saudável e criação de condições para que a população os valorize, aprecie e consuma, integrados na sua rotina diária. A ERPASS tem como objectivos principais:

■ Divulgar a realidade nutricional (perfil antropométrico e padrão alimentar) da população da RAM, baseada na evidência;  
■ Identificar e promover acções transversais que incentivem o consumo de alimentos de boa qua-

lidade nutricional de forma articulada e integrada em vários sectores;

■ Divulgar e promover a Alimentação Saudável em instituições e espaços públicos;

■ Capacitar a população para a adopção do padrão alimentar saudável;

■ Promover a vigilância, a monitorização, a avaliação e a investigação na área da alimentação/nutrição.

In *“Diário de Notícias”*