

# MeNutRicMais STP

## MELHORIA DO ESTADO NUTRICIONAL DAS CRIANÇAS DE SÃO TOMÉ E PRÍNCIPE

Um dos maiores constrangimentos apontados pelo PNASE é a escassez de recursos provenientes do Governo para suportar a aquisição de géneros alimentícios, o que condiciona o fornecimento de refeições escolares, tanto a nível da sua frequência como a nível da qualidade nutricional da refeição.

As hortas escolares são promovidas em São Tomé e Príncipe e estão implementadas na maioria das escolas desde há vários anos. Sabe-se que os seus benefícios são inúmeros; desde a valorização dos produtos locais e da agricultura, à promoção da saúde através da horta como instrumento de educação alimentar e nutricional, até à própria contribuição para melhorar a qualidade das refeições escolares com produtos hortícolas.

A Helpo trabalha em parceria com o PNASE, desde 2012, tendo já integrando vários projetos que valorizam e promovem a horta escolar. Particularmente, desde 2020, está a ser implementado o projeto MeNutRic no distrito de Lobata, onde, através da construção de uma horta distrital, que abastece as 13 escolas do distrito, já foram produzidas e incorporadas nas refeições escolares mais de 10,3 toneladas, de 9 variedades de hortícolas.

Face aos sucessos desta intervenção, e para dar resposta às solicitações vindas do Governo santomense, via PNASE, desenha-se o atual projeto, onde se prevê replicar a metodologia da horta distrital no distrito de Cantagalo e iniciar um projeto piloto de criação de suínos, nas instalações do PNASE, o que vem complementar as refeições escolares com hortícolas e com proteína animal, em dois distritos: Lobata e Cantagalo, a fim de promover a melhoria do estado nutricional das crianças e a adoção de boas práticas alimentares por toda a população escolar.

### OBJETIVOS DE DESENVOLVIMENTO SUSTENTÁVEL



### Objetivo Específico:

Melhorar os hábitos alimentares das crianças do ensino básico dos distritos de Lobata e Cantagalo, por meio de educação alimentar e nutricional (EAN), da produção da horta escolar e da criação de suínos.

### Período de execução:

• Janeiro de 2022 a Dezembro de 2023

### Beneficiários:

Lobata

- 2 Técnicos do PNASE
- 4174 Alunos (de 1a a 6a classe)
- 81 Professores
- 36 Cantineiras
- 8348 Agregados familiares

Cantagalo

- 2 Técnicos do PNASE
- 3420 Alunos (de 1a a 6a classe)
- 157 Professores
- 35 Cantineiras
- 6840 Agregados familiares

### Implementador:

- Associação Helpo

### Parceiros:

- Programa Nacional de Alimentação e Saúde Escolar (PNASE)
- FCNAUP – Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação da Universidade do Porto

### Financiadores:

- Camões, I.P.
- Associação Helpo
- Programa Alimentar Mundial (PAM)

### Valor total do projeto:

- 218 794,50 €

### Resultados Alcançados:

1. Dados recolhidos para a caracterização do estado nutricional e os hábitos alimentares das crianças do ensino básico do distrito de Cantagalo.
2. Pocilgas construídas, criação de porcos e distribuição nas Escolas Básicas de Lobata e Cantagalo.
3. Horta distrital de Cantagalo criada e em funcionamento.
4. Melhorada a qualidade e a frequência da refeição escolar do ensino básico dos Distritos de Lobata e Cantagalo com a distribuição de hortícolas e carne de porco para complementar as refeições escolares.
5. Realizadas formações aos professores de modo a dinamizarem sessões de Educação Alimentar e Nutricional (EAN) junto dos alunos. E formações aos gestores de cantina e cantineiras para a confeção de refeições completas e variadas.

### Principais Atividades Realizadas:

1. Recolha de dados para a avaliação do estado nutricional das crianças e dos hábitos alimentares das famílias do distrito de Cantagalo.
2. Construção de pocilgas, compra de porcos e apoio técnico ao PNASE sobre técnicas de produção animal.
3. Preparação do terreno, construção, cultivo e apoio técnico à horta distrital de Cantagalo.
4. Formação e apoio técnico ao PNASE no que respeita à distribuição e confeção de produtos provenientes das hortas distritais e produção de suínos.
5. Formação de cantineiras, na elaboração de menus escolares saudáveis seguindo as diretrizes do PNASE.
6. Formação de professores, com recurso à educação formal, não formal e educação pelo jogo para implementar sessões de EAN aos alunos.
7. Propagação da importância da alimentação escolar e de boas práticas alimentares na infância, através da rádio.

