Projeto-piloto ensina o Algarve a comer melhor

Idioma
Undefined



O Observatório Regional de Segurança Alimentar, um projeto-piloto dinamizado no Algarve pela Associação In Loco, está, a partir do mês de Agosto, a trabalhar no sentido de encontrar uma estratégia de combate à insegurança alimentar para depois poder levá-la a todo o país.

O objetivo é acompanhar os hábitos alimentar das pessoas que habitam a região e ensiná-las a comer melhor e de forma económica, seguindo os parâmetros da **dieta mediterrânica.**

Segundo os últimos dados da Direção-Geral de Saúde, as famílias com menos recursos económicos têm muitas vezes de abandonar os padrões alimentares tradicionais e saudáveis, fazendo escolhas nutricionalmente mais pobres, o que leva ao excesso de peso, diabetes e outras doenças associadas a práticas alimentares desequilibradas, especialmente junto dos idosos e crianças.

Através da capacitação de técnicos de ação social, de IPSS e de outras instituições, pretende-se assim dinamizar uma série de eventos junto da comunidade para que esta fique informada sobre como escolher alimentos de alto valor nutricional sem gastar muito dinheiro. Para tal, vai ser preparado «uma espécie de kit de educação e sensibilização alimentar», explica Artur Gregório da Associação In Loco à “TSF”.

O programa de ação deste projeto-piloto irá durar um ano e contará com uma equipa de profissionais de diversas áreas de interesse, como nutricionistas, chefes de cozinha, antropólogos e sociólogos.

Fonte: Viver saúdavel [1]

Imagem retirada de Stef [2]

Source URL (modified on 02/08/2017 - 16:14): http://dietamediterranica.pt/?q=pt/node/540

Links
[1] http://www.viversaudavel.pt/
[2] http://www.freeimages.com/photo/dinner-salad-1-1323160