Impacto de uma década de um programa de base comunitária em meio escolar no **município de Oeiras**

O Programa MUN-SI surge em 2008 à luz das preocupações e prioridades de saúde locais onde o papel das autarquias é determinante, e pretende oferecer uma resposta interventiva e interativa à problemática da obesidade infantil, já que segundo o estudo Chilhood Obesity Surveillance Initiative (COSI)/OMS, Portugal sempre se apresentou como um dos países Europeus com maior prevalência de excesso de peso e de obesidade na infância.

A parceria com o município de Oeiras existe desde que o MUN-SI se estabeleceu até aos dias de hoje! Ao longo desta década, a intervenção contínua, realizou-se com uma abordagem compreensiva, envolvendo os vários níveis da comunidade adjacentes à criança: **Escola, Professor, Família e Comunidade Local**.

~ objetivo ~

Retardar a progressão da prevalência da pré-obesidade e obesidade infantil em escolas do 1º ciclo do município.

+ Promover hábitos alimentares saudáveis com base nos princípios da Dieta Mediterrânica
+ Promover prática de atividade física
+ Avaliar e monitorizar o Estado Nutricional Infantil

~ como? ~

1. **Diagnóstico Inicial:** medição de peso e estatura, avaliação de conhecimentos, comportamentos alimentares e estilos de vida da criança
2. **Intervenção:** sessões lúdico-educativas em meio escolar
3. **Avaliação do impacto do programa**

COM A PARTICIPAÇÃO ATIVA DA **FAMÍLIA**

em números

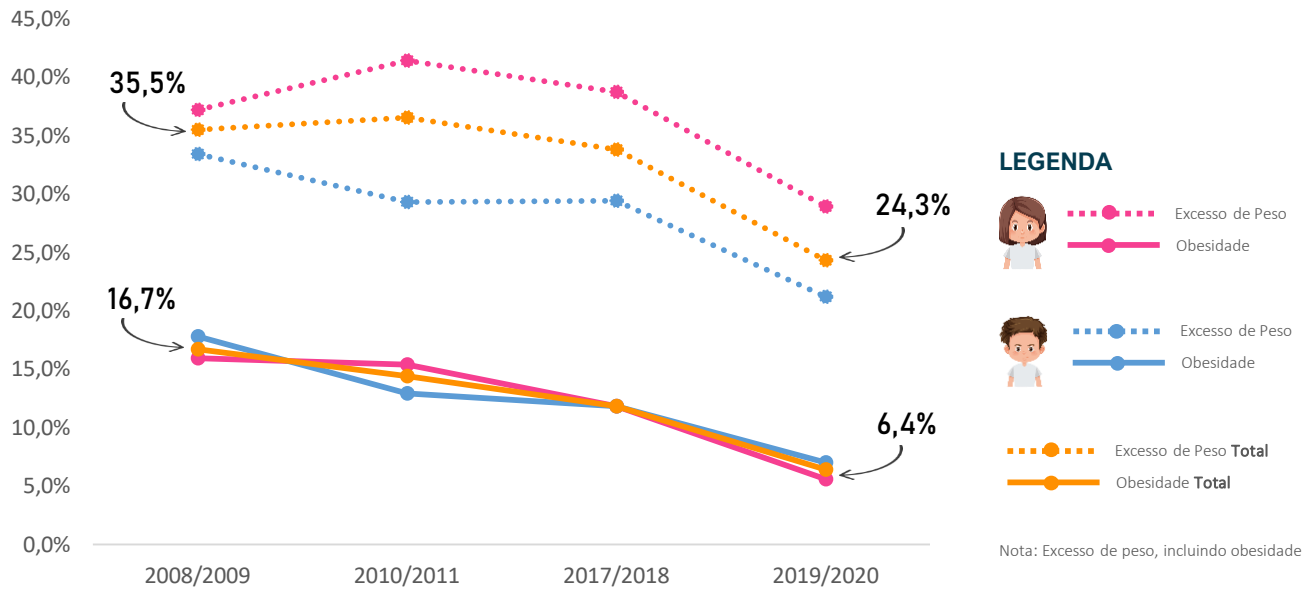
- **52** Nutricionistas
- **41** Escolas (1.º Ciclo do Ensino Básico)
- **300** Professores
- **7696** crianças (6 e 12 anos)
- **900** sessões

ganhos na intervenção

- **Alteração dos hábitos de pequeno-almoço:** ↑ ingestão de fruta, ↓ da ingestão de refrigerantes
- **Alteração dos hábitos ao lanche:** ↑ ingestão de hortofrutícolas ao lanche e ↓ da ingestão de pão de forma, pão de leite, bolos e bolachas
- **↑ nível de adesão à Dieta Mediterrânica**
- Tendência decrescente da prevalência de excesso de peso e obesidade
- **Aquisição de conhecimentos** sobre a Dieta Mediterrânica e alimentação saudável
- ↑ da prática de **atividade física regular**

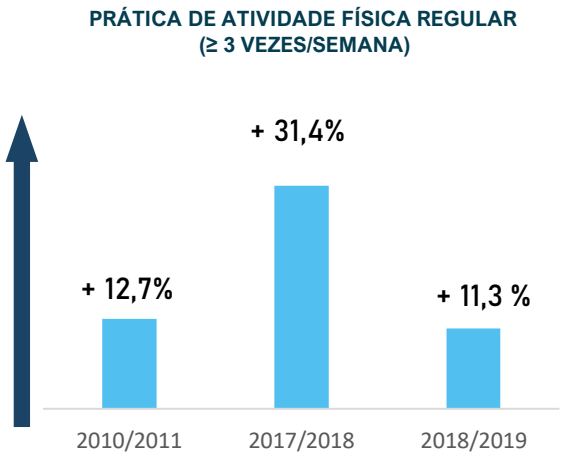
Resultados de uma década de intervenção no **município de Oeiras**

ESTADO NUTRICIONAL



Nota: Excesso de peso, incluindo obesidade

ATIVIDADE FÍSICA



Nota: Valores obtidos em comparação ao ano anterior

metas 2020-2030

~ MUN-SI OEIRAS ~

- **0% de aumento** da prevalência de excesso de peso e obesidade continuando a tendência invertida
- **Aumentar em 20% ou mais** o nº de crianças, do município, que praticam atividade física **diariamente**
- **Eliminar** os cereais de pequeno-almoço dos alimentos mais frequentemente consumidos
- **Aumentar em 5% ou mais** a frequência de ingestão de hortofrutícolas
- Estimular a adoção de práticas alimentares sustentáveis
- Aumentar a literacia em nutrição de crianças, famílias, professores e comunidade municipal

www.mun-si.com
@munsi_saudeinfantil