



A APCOI – Associação Portuguesa Contra a Obesidade Infantil quer estender já neste ano letivo 2015-2016, a adesão de todos os jardins-de-infância do município de Constância, ao projeto "Heróis da Fruta – Lanche Escolar Saudável". As inscrições para a 5ª edição desta que é já considerada a maior iniciativa gratuita de educação para a saúde em Portugal abrem esta semana e prolongam-se até 9 de outubro de 2015.

Depois do sucesso das edições anteriores, que envolveram no total 183.395 alunos de vários concelhos do país, «Heróis da Fruta – Lanche Escolar Saudável» é atualmente o maior programa gratuito de educação para a saúde de âmbito nacional, com uma das maiores taxas de sucesso de sempre em reeducação alimentar infantil.

"Está cientificamente comprovado que a aplicação do modelo pedagógico dos heróis da fruta aumenta em pelo menos 42% o consumo de fruta no lanche escolar das crianças que nele participam", afirmou Mário Silva, presidente e fundador da APCOI.

A Câmara Municipal de Constância aderiu a esta iniciativa tornando-se "Autarquia Parceira" da 5ª edição do projeto "Heróis da Fruta – Lanche Escolar Saudável" e lança, a partir de hoje, o desafio a todas as escolas do Município para se inscreverem gratuitamente e implementarem este programa educativo no ano letivo 2015-2016. Realça-se que na edição anterior participaram, a nível nacional, 314 escolas, em que os estabelecimentos de ensino do nosso concelho integraram os 60 finalistas nacionais, ocupando o jardim-de-infância de Montalvo o segundo lugar do distrito de Santarém.

O projeto «Heróis da Fruta – Lanche Escolar Saudável» regressa às escolas no início do ano letivo 2015/2016 para prevenir uma realidade preocupante: 74% das crianças portuguesas não

ingere fruta na quantidade recomendada diariamente, das quais 7% não consome qualquer porção de fruta por dia. Este baixo consumo de fruta provoca carências nutricionais e tem efeitos muito negativos para a saúde: diminui os níveis de energia, de concentração, de aprendizagem e das defesas do organismo, tornando as crianças mais sujeitas a doenças como a obesidade ou a diabetes tipo 2, logo desde a infância. Portugal está entre os países europeus com maior número de crianças afetadas por esta epidemia mundial: uma em cada três crianças portuguesas tem excesso de peso.