



## **LIVRO VERDE**

**«Promoção de regimes alimentares saudáveis e da actividade física: uma dimensão europeia para a prevenção do excesso de peso, da obesidade e das doenças crónicas»**

Dossier de Apresentação de  
Proposta



# Proposta

**Para:** Comissão Europeia - Direcção-Geral da Saúde e da Defesa do Consumidor

**De:** Danone Portugal

**Assunto:** Proposta de case study para o Livro Verde “Promoção de regimes alimentares saudáveis e da actividade física: uma dimensão europeia para a prevenção do excesso de peso, da obesidade e das doenças crónicas”

**Data:** 15 de Março de 2006

---

## **A situação**

A Comissão Europeia tem vindo a preparar uma série de estratégias comunitárias para abordar as determinantes de saúde mais importantes, incluindo a nutrição e a obesidade. Neste contexto, elaborou um Livro Verde que visa desencadear um vasto processo de consulta e lançar uma discussão aprofundada, na qual participem as instituições da UE, os Estados-Membros e a sociedade civil, a fim de se identificar o eventual contributo a nível comunitário para a promoção de regimes alimentares saudáveis e da actividade física.

Através deste instrumento, a Comissão apela a todas as organizações interessadas para que transmitam respostas às questões suscitadas no referido Livro Verde, até 15 de Março de 2006.

As respostas esperadas não deverão ser comunicações científicas, mas antes propostas concretas e baseadas em provas, com vista à concepção de políticas a nível da EU, aguardando a Comissão, sobretudo, respostas dos agentes económicos sobre questões da sua área específica de interesses (p. ex.: publicidade e comercialização, rotulagem).

## **Objectivo da Danone Portugal com a apresentação do Case Study “Clube de Saúde”**

Neste contexto, a Danone Portugal considera relevante partilhar com a Comissão Europeia um Case Study que encerra em si múltiplas respostas às questões colocadas o âmbito do



processo de consulta, com potencialidades ao nível da promoção e regimes alimentares saudáveis e da actividade física e a que atribuiu a possibilidade de vir a ser transponível para outros países em que o Grupo Danone está presente.

### **O projecto Danone Portugal: Case Study – Clube de Saúde**

A Danone Portugal prevê implementar em Portugal o Projecto “Clube Saúde Danone”, de intervenção direccionada para a comunidade escolar, visando a promoção de comportamentos saudáveis, quer relacionados com hábitos alimentares, quer com níveis de actividade física, assente num programa de actividades desenvolvidas dentro e fora do espaço escolar, envolvendo outros parceiros a definir.

O Clube de Saúde é uma acção concreta, baseada em provas, que pretende dar resposta e contribuir para a resolução de questões da sua área específica de interesse – a promoção de uma alimentação saudável e nutricionalmente equilibrada, complementada por níveis adequados de actividade física – em que se compromete a tocar assuntos relacionados da sua área de negócio (por exemplo nutrição, rotulagem e publicidade).

O Clube de Saúde é um Case Study de iniciativa com potencialidades ao nível da promoção e regimes alimentares saudáveis e da actividade física, implementada em parceria com o apoio das instituições comunitárias, com potencial para ser implementada nos 25 Estados Membros, sendo o champion um parceiro local da indústria agro-alimentar que disponha de liderança de mercado consolidada / em consolidação, para garantir a projecção e notoriedade do projecto à partida.

### **Mensagens-chave e conceitos a comunicar**

Para a apresentação do projecto numa lógica de correlação com as questões colocadas pelo Livro Verde há que destacar que, na implementação do projecto, será relevante circunscrever os conceitos e mensagens chave a comunicar começando pela escola em que o Clube de Saúde se pretende inserir, onde são facultados materiais que veiculam os conceitos de alimentação saudável e estilo de vida activo que se pretende, envolvendo a família. Paralelamente, o projecto deverá contar com o apoio dos parceiros que, por outros canais, também veiculam o projecto e estes conceitos (estruturas dos Centros de Saúde, Delegações Regionais dos Institutos de Juventude, Secretarias Regionais de Agricultura, Associações Recreativas). Toda a dinâmica do projecto deverá ser, por seu turno,



comunicada aos Órgãos de Comunicação Social (OCS) que a divulgam e promovem em formato noticioso.

Neste contexto, em termos de conteúdos, as principais mensagens a veicular, nomeadamente, através de acções de que é exemplo o Clube de Saúde são:

- Importância de criação / manutenção de espaços saudáveis (a casa de cada um, a escola, o local de trabalho);
- Definição de alimentação variada e equilibrada e impacto na saúde;
- Exemplos de estilo de vida activo e mecanismos de os integrar no quotidiano.

### **Implementação de acções que acrescentem valor directo nas comunidades**

Tendo em atenção que o espaço de eleição para a implementação do projecto Clube de Saúde é a comunidade escolar, e assumindo a preponderância desse espaço para a veiculação das mensagens / conceitos anteriormente enunciados, será complementar acrescentar que este projecto em concreto prevê, como deveriam prever outros que preconizam os mesmos objectivos, a implementação prática desses conceitos e mensagens através de uma acção com a comunidade, nomeadamente, através do exercício de elaboração pelos jovens, com o apoio dos professores, familiares e profissionais de saúde, de várias ementas para a escola, integrando essa parte do projecto também a visita a alguns dos fornecedores locais.

Este é o exemplo básico de uma iniciativa que permitiria melhorar o valor nutricional das refeições escolares, envolvendo os pais e informando-os também sobre a forma de melhorar o valor nutricional das refeições em casa.

Na vertente de actividade física, a par da abertura das estruturas desportivas escolares à comunidade e às famílias durante o fim-de-semana, anteriormente referida e também inscrita no âmbito das relações com a comunidade, o Clube de Saúde, canalizando as sinergias dos respectivos parceiros, poderá ter também como missão a dinamização, no espaço escolar, de actividades de tempos livres que incluam actividade física (Jogos vários em estrutura própria ou simplesmente caminhadas).

Desta forma, em última análise, para a comunidade escolar e suas famílias, projectos deste tipo estarão a contribuir para a integração de actividade física nas rotinas do dia-a-dia, fomentando também o desenvolvimento de ambientes propícios à actividade física



Nos dois níveis de intervenção anteriormente enunciados – promoção de uma alimentação saudável e promoção de actividade física – deverão desempenhar, no projecto, em cada comunidade local, um papel fundamental os serviços locais de saúde (Centros de Saúde), indicando profissional para acompanhar e aconselhar as actividades dinamizadas por projectos de que é exemplo o Clube de Saúde.

### **Monitorização**

Assumindo que projectos do tipo do Clube de Saúde deverão ser susceptíveis de monitorização da respectiva eficácia pelos parceiros, considera-se relevante a constituição de um Comité de Monitorização, liderado por um representante da entidade proponente, integrado por representantes de todos os parceiros. A este Comité de Monitorização deverá o representante da entidade proponente submeter, com periodicidade a definir, um Relatório de Actividades e Resultados para que, periodicamente, se possa proceder a uma avaliação e, eventualmente, redefinição de estratégia e / ou Plano táctico. Aos representantes que não possam comparecer deverá o líder do Comité remeter um Relatório de Conclusões.

### **Comprovação de eficácia / analogia com outros projectos**

O Projecto Clube de Saúde é uma acção concreta baseada na eficácia de outras acções deste tipo de que temos conhecimento. Assume-se que o instrumento de prova necessário não é de todo científico, trata-se do report teórico do efeito de um determinado projecto de que tenhamos conhecimento na vida dos cidadãos.

São exemplos desse tipo, por um lado, e pelos motivos seguidamente expressos, o Programa Shape Up, a Marcha Contra a Fome e o Programa EPODE.

O Programa Shape Up é um projecto Europeu que conta com o apoio da Direcção Geral da Saúde e Defesa do Consumidor da Comissão Europeia, desenvolvido pela Pau Education, e que implementa, testa e avalia um enquadramento flexível para associar a prevenção da obesidade infantil no ambiente escolar. A abordagem adoptada pelo Programa perspectiva as crianças e as escolas como catalizadores de acções que promotoras da saúde e do bem estar ao nível da comunidade. Neste âmbito, o Programa traça como prioritária a consolidação da capacidade por vezes subestimada das escolas para incentivar as



crianças a adoptarem uma atitude pró-activa no que diz respeito à mudança de comportamentos, promovendo a adopção de comportamentos saudáveis que se repercutem na forma como comem e na forma como se mexem – alimentação e estilo de vida activo.

O Programa Shape Up tem vindo a desenvolver um enquadramento de acção que visa dar início a um diálogo construtivo entre as escolas e a sua comunidade sobre alimentação e nutrição, relacionamento social e imagem na sociedade. Esta imbricação terá também repercussões ao nível da actividade física e do movimento corporal em geral, considerando não só exercício físico, como também acções tão simples como brincar e caminhar.

Assente na mesma lógica, o Clube de Saúde revela também grande potencial para promover a relação entre a escola e a comunidade, inter-relacionando-as, colocando em contacto os vários actores de um e outro universo, comunicando e desmistificando os conceitos mais comuns a um e outro pólo, nomeadamente no que se refere a alimentação saudável e actividade física.

A Marcha Contra a Fome é uma iniciativa da TNT Express, com o apoio das Nações Unidas, através do Programa Alimentar Mundial (PAM) e que mobiliza, anualmente, já pelo 3.º ano consecutivo, milhares de pessoas em todo o mundo, simultaneamente, na participação numa Marcha, revertendo a totalidade dos Fundos para um projecto em desenvolvimento pelo PAM, num país em vias de desenvolvimento. Este exemplo atesta a capacidade de mobilização para uma causa (neste caso a luta contra as carências alimentares e educacionais das crianças de todo o mundo) de uma iniciativa cujo proponente é um parceiro privado (TNT) que utiliza as suas unidades de operações locais em todo o mundo para a implementação do projecto, tendo uma Organização internacional como parceiro e, para além deste, em cada país, múltiplos outros parceiros locais (ONGs, Instituições Particulares de Solidariedade Social).

Da mesma forma, com o Clube de Saúde, a Danone poderia ser o *champion* mobilizador essencialmente dos jovens para a adopção de comportamentos alimentares saudáveis e estilos de vida activos, intervindo directamente junto da comunidade escolar e mobilizando parceiros locais (Direcções Regionais de Educação, Associação Nacional de Professores, Confap, Sociedade Portuguesa de Pediatria, etc). Ainda no âmbito da analogia, do mesmo modo que o PAM é o parceiro institucional internacional do projecto, também a UE, através da DG SANCO, poderia assumir a função de parceiro institucional internacional do Clube



de Saúde, maximizando sinergias e estando directamente presente na realidades nacionais.

O outro exemplo enunciado, e que considera igualmente relevante mencionar, é o Programa EPODE (Ensemble, prévenons l'obésité des enfants), um programa da responsabilidade do Observatoire des Habitudes Alimentaires et du Poids (Association Fleurbaix Laventie Ville Santé), que atesta a eficácia das iniciativas de proximidade implementadas com as comunidades locais, com os vários actores locais e incidindo também sobre a escola, igualmente com o objectivo de divulgar a importância da “redescoberta” da alimentação” e, com isso, promover a actividade física e prevenir a obesidade. Este projecto é também implementado com o apoio de parceiros institucionais Franceses (a nível dos principais ministérios com tutela sobre áreas relevantes - Saúde, Juventude e Educação, Agricultura, Desporto) e privados (Nestlé, APS - Assureurs Prévention Santé e Fondation Internationale Carrefour). Com potencial de expansão do conceito a nível internacional, o projecto estará em curso, inicialmente, em 10 cidades piloto em França.

Com efeito, no Programa EPODE, como no Clube de Saúde que a Danone se propõe implementar, o cerne do projecto é, a nível local, a escola, o local de veiculação de conteúdos por excelência, com potencialidade para envolver outros interlocutores locais (Câmaras Municipais, Centros de Dia, Centros de Saúde, Delegações Regionais do IPJ).

Estes exemplos de distintas formas de implementação de projectos e iniciativas condutoras à alteração de comportamentos, visando a promoção de estilos de vida activos e de alimentação saudável, todas com evidência empírica de sucesso, consubstanciam também exemplos de formas como as instituições comunitárias e os Estados Membros podem contribuir criando redes entre as partes envolvidas e divulgando as boas práticas.

### **Relação com a Plataforma de Acção Europeia em matéria de Regimes Alimentares, Actividade Física e Saúde**

A Danone Portugal está também representada pelo Grupo Danone na Plataforma de Acção Europeia em matéria de Regimes Alimentares, Actividade Física e Saúde, sendo este projecto uma das respostas da Companhia ao desafio da obesidade ao nível das políticas comunitárias, em particular ao nível da saúde e educação, consubstanciando uma acção



não legislativa, de responsabilidade social de um parceiro económico posicionado na indústria agro-alimentar, em parceria com outros interlocutores.

O Clube de Saúde é também um exemplo de uma abordagem que combina a promoção de estilos de vida saudáveis com a supressão das desigualdades sociais na divulgação de conteúdos conducentes à promoção desses estilos de vida: ao incidir sobre a comunidade escolar em que estão representadas classes sociais mais e menos desfavorecidas, garante que a mensagem é efectivamente veiculada a todos, competindo depois, a cada educador / pedagogo, descodificá-la tendo em conta o conhecimento e capacidades específicos que tem de cada educando.

### **Relação com outras Políticas da UE**

Partindo deste Case Study e admitindo que é válido na promoção de uma alimentação saudável e estilos de vida activos, a Danone Portugal entende que, no âmbito deste projecto específico, como noutros, a política de educação, a política de desporto, a política de agricultura e a política de defesa do consumidor poderiam dar um contributo mais assertivo para a promoção de regimes alimentares saudáveis:

- **A política de educação:** pela abertura da comunidade escolar à realização de iniciativas em parceria com outros interlocutores, nomeadamente os interlocutores económicos, no espaço escolar, com o contributo dos profissionais em pedagogia de que dispõe, não cingindo a educação à instrução dos curricula escolares;
- **A política de desporto** – pela promoção de iniciativas de carácter local, de proximidade, descentralizadas, utilizando as estruturas desportivas locais (Ginásios escolares e outras estruturas desportivas e recreativas de associações locais) como apoio, mas sendo a organização autónoma destas e cumprindo objectivos nacionalmente traçados e monitorizados. Neste contexto, considera-se importante destacar a necessidade de aferir das carências das populações locais a este nível, perceber a forma como actividade física é localmente percebida como prática de actividade física em Ginásios e propor / disponibilizar alternativas a essa abordagem, por exemplo, através da abertura dos Ginásios Escolares à comunidade durante o fim-de-semana, uma área de intervenção para que o Clube Saúde também se pode disponibilizar. Em alternativa, a realização local de uma





gincana em que a freguesia com mais participantes inscritos beneficia da colocação de uma estrutura de prática de actividade física / ar livre .

- **Política de agricultura** – pela assunção da importância de expor aos jovens a origem dos produtos que integram na sua alimentação e todo o processo de produção, a comunidade escolar e os agentes posicionados na indústria agro-alimentar desempenham, a este nível, um papel privilegiado, uns pela veiculação de mensagens e conceitos relevantes em ambiente escolar, nos currícula ou em projectos específicos de que o Clube Saúde poderá ser exemplo; outros porque poderão implementar iniciativas que atestem Boas Práticas a este nível (Campanhas de Divulgação da Origem e Qualidade dos Ingredientes, acções de sensibilização para esses assuntos, com visitas a fornecedores, indicação de origem dos produtos e / ou dos principais ingredientes nas embalagens);
- **Política de defesa do consumidor** – pela importância da informação disponibilizada aos consumidores e incremento da capacidade dos mesmos para interpretar essa informação, mais uma vez, a comunidade escolar e os agentes posicionados ao nível da indústria agro-alimentar poderão desempenhar uma função fulcral: a comunidade escolar munindo os alunos de conceitos e conhecimentos que permitam a interpretação, a indústria agro-alimentar pela implementação de iniciativas em conjunto com a comunidade escolar, de que é exemplo o Clube de Saúde. Neste âmbito, o Clube poderá dinamizar a leitura da informação nutricional e ingredientes apostos nas embalagens de produtos, de forma lúdica e pedagógica.

### **Potencialidade de Recolha e Análise de Informação**

A par destes elementos, o Clube de Saúde consubstancia um projecto de implementação em meio escolar, inicialmente de âmbito nacional mas extensível a todos os Estados Membros, que poderia constituir um Fórum de recolha da informação relevante sobre que tipo de medidas comunitárias ou nacionais poderiam contribuir para tornar a fruta e os legumes mais atraentes, disponíveis, acessíveis e baratos.



Essa recolha de informação seria feita junto dos jovens, comunidade escolar, profissionais de saúde e parceiros envolvidos, devidamente sistematizada e remetida à Comissão.

Neste âmbito, o Clube de Saúde assumiria a responsabilidade de equacionar a forma de abordagem conducente à partilha de opinião / parecer pelos públicos destinatários e de sistematizar a informação.

Para além disso, considera-se igualmente importante afirmar o Clube de Saúde como um projecto em que é possível também integrar a vertente de recolha de dados sobre a epidemiologia da obesidade e sobre questões comportamentais, mobilizando para o projecto um parceiro adequado (Centro de Saúde local, Associação Portuguesa de Médicos de Clínica Geral), sendo privilegiada, a par desta vertente, a promoção de hábitos alimentares saudáveis e da actividade física.

### **Programa de protecção da saúde e de defesa dos consumidores**

Neste contexto, considera-se que o Clube de Saúde é apresentado como correspondente a uma acção que poderá ser perspectivada à luz do novo programa de protecção da saúde e de defesa dos consumidores, enfatizando a questão da promoção da alimentação saudável e nutricionalmente equilibrada, associada a actividade física, potencialmente integrando também uma vertente de acções sobre a prevenção de doenças específicas, nomeadamente, doenças cardiovasculares.

Assume-se como argumento favorável à apresentação do Clube de Saúde, neste contexto, o facto de projectos específicos, visando a recolha e comparação de dados, recolhidos e analisados pela mesma entidade, segundo a mesma metodologia e abordagem, recorrendo aos mesmos instrumentos e incidindo sobre amostras de população previamente tipificadas e comparáveis terem, à partida, maior probabilidade de eficácia.

A questão da distribuição geográfica dos elementos da amostra pode ser contornada se se definir como espaço de implementação metodológico uma estrutura implantada nas várias comunidades, de que é exemplo, precisamente, a comunidade escolar sobre a qual incide o Clube de Saúde.

### **Parceria Público-Privada e incidência do projecto sobre comunidades locais**

Afirma-se como igualmente válido o argumento segundo o qual projectos e iniciativas bem estruturadas, com o apoio de instituições comunitárias, merecerem, por norma, mais



atenção dos decisores, facilitando o respectivo apoio e envolvimento, visto estarem, à partida, revestidos da credibilidade e notoriedade de que o endorsement as reveste.

Este endorsement é igualmente facilitador da comunicação dos resultados dos projectos, bem como de todos os dados relevantes (estudos, provas existentes), uma vez que torna acessíveis ao projecto os canais de comunicação de que dispõe o apoiante / parceiro institucional ou decisor (serviços / estruturas de entidades tuteladas) e, para além disso, permite projectar a iniciativa, em termos de contacto com os órgãos de comunicação social (OCS), identificando oradores distintos, dotando-o de uma dimensão institucional relevante que também agiliza a cobertura mediática.

A divulgação das características dos projectos, operacionalização e resultados é particularmente eficaz através da cobertura que deles fazem os OCS diferenciados, chegando a vários perfis de público-alvo. No entanto, esta cobertura é maximizada quando os projectos se revestem de uma vertente empírica, de realização comunitária e substancial contacto com os indivíduos, sendo este o modelo mais eficaz.

Assim, será relevante destacar que se consideram de eficácia maximizada os modelos de acções operacionalizadas junto de comunidades locais, de implementação segmentada e adaptada a públicos distintos, com parceiros institucionais, nacionais e comunitários credíveis, devidamente comunicada aos órgãos de comunicação social que a projectam e divulgam. Formas complementares de comunicação, de que é exemplo a disponibilização de um site, são também relevantes.

### **Abordagem de questões da área de intervenção específica da indústria (rotulagem / publicidade)**

Neste contexto, o Clube de Saúde poderá ser afirmado como uma acção cujo formato permite preencher os requisitos de previsível eficácia máxima anteriormente enunciados. Para além disso, consubstancia também um projecto pedagógico dirigido a jovens consumidores, essencialmente, que desempenham, nas suas famílias, um papel preponderante no que se refere às opções alimentares. Neste âmbito, o Clube poderá revestir-se também de um papel relevante na veiculação de conteúdos de descodificação das informações apresentadas nos rótulos dos alimentos e sendo, a este nível, uma acção de boas-práticas da indústria, contribuindo para a redução da credulidade dos consumidores vulneráveis em relação aos meios de comunicação e pela publicidade.



Será uma alegação igualmente importante o facto de projectos deste tipo, assentes em acções pedagógicas, suportadas por materiais vários, devidamente adaptados a públicos-alvo específicos, organizados em sessões temáticas e em cuja génese estão parcerias público-privadas, contando com o contributo de profissionais e representantes institucionais de várias áreas, prepararem os consumidores para que optem com conhecimento de causa e actuem em conformidade. Para além disso, poder-se-á afirmar que permitem equacionar um problema específico – a prevenção da obesidade, a promoção de comportamento alimentares saudáveis e de estilos de vida activos - de modo integrado e pluri-sectorial. Esse tipo de parcerias enriquece os projectos e informa as medidas políticas adoptadas nas várias áreas relevantes (educação, desporto, consumidor, agricultura e saúde), pelo contacto que permite com a realidade empírica.

### **Conclusão**

Com o parecer de directrizes e argumentos anteriormente mencionados considera-se que estão reunidas condições para, em complemento à apresentação institucional e mecânica do projecto Clube de Saúde, seja remetida à Comissão uma resposta ao Livro Verde que integre o Case Study Clube de Saúde, relacionando-o com as principais questões colocadas pelo Livro Verde e investindo o Clube de Saúde da qualidade de resposta em si a grande parte delas, justificando porquê.

This paper represents the views of its author on the subject. These views have not been adopted or in any way approved by the Commission and should not be relied upon as a statement of the Commission's or Health & Consumer Protection DG's views. The European Commission does not guarantee the accuracy of the data included in this paper, nor does it accept responsibility for any use made thereof.