



Apresentação da Carta da Alimentação Saudável e Sustentável da UTAD

Foi através de um *webinar*, realizado a 17 de junho, que foi apresentada e debatida a Carta da Alimentação Saudável e Sustentável da UTAD, documento elaborado por um grupo de trabalho constituído em fevereiro deste ano, que incluiu elementos de várias Escolas, dos Serviços de Ação Social da UTAD, da Associação Académica da UTAD, do Núcleo de Estudantes de Ciências da Nutrição e um representante da comunidade local.

Depois de um breve enquadramento por Artur Cristóvão, Vice-Reitor para o Planeamento e Internacionalização, que destacou o facto da Carta se inserir no compromisso da UTAD com a concretização dos Objetivos de Desenvolvimento Sustentável da

Agenda 2030 das Nações Unidas, interveio um painel constituído por Alexandra Bento, Bastonária da Ordem dos Nutricionistas, por Óscar Sequeira, nutricionista da ACES Douro I, por José Pinheiro, Presidente da AAUTAD, e por Antero Gonçalves, coordenador da área alimentar dos SASUTAD, que destacaram a importância crucial da alimentação para uma boa saúde e um bom desempenho cognitivo, assim como a importância de políticas públicas e de medidas institucionais que permitam garantir segurança alimentar, qualidade, sustentabilidade e combate ao desperdício.

O Presidente da AAUTAD focou em particular a necessidade de atender, no plano alimentar, aos estudantes em situação de incerteza financeira e elevada ansiedade. O Coordenador da área alimentar dos SASUTAD referiu as medidas já implementadas e os projetos em curso em parceria com as Universidades do Minho e Porto.

Para finalizar, Carla Gonçalves, Diretora da licenciatura em Ciências da Nutrição, apresentou as boas práticas propostas na Carta, que obedecem a cinco princípios orientadores: Assegurar o acesso a uma alimentação saudável, equilibrada e variada, tendo em consideração as necessidades do indivíduo e da sua situação no ciclo de vida; Garantir a segurança alimentar dos estudantes; Promover a sustentabilidade alimentar e a redução do desperdício alimentar; Promover o aumento da literacia alimentar; e Promover a capacitação dos diferentes elementos da comunidade académica para a concretização de uma alimentação saudável e sustentável.

O documento foi divulgado nos canais internos da UTAD. Os interessados podem fazer sugestões através do email: vr_pi@utad.pt

Foto: Dan Gold on Unsplash