

Semana de Alimentação Escolar

MAIO | 2009

A Semana de Alimentação Escolar (SAE), criada em 1959, destaca-se como estratégia para a promoção da alimentação saudável na escola. Na cidade do Rio de Janeiro, a SAE é comemorada na terceira semana do mês de maio, de acordo com o Decreto Municipal nº 22.854 de 28/04/2003. Na rede Estadual, comemora-se, na mesma data a Semana de Educação Alimentar (Lei Estadual nº 4.856 de 28/09/2006). Neste ano, fruto de uma parceria estabelecida pelo CECANE (Centro Colaborador em Alimentação e Nutrição – Região Sudeste) esta Semana será comemorada com um tema único em toda a rede pública de ensino do estado do Rio.

Mais uma vez, esperamos mobilizar a comunidade escolar para desenvolver atividades, com diferentes grupos, que favoreçam a reflexão sobre o tema escolhido: “Água – alimento essencial à vida”. Nossa expectativa é que esse tema seja trabalhado em várias ocasiões e em diversas disciplinas curriculares, além deste momento de culminância da Semana, estimulando a integralidade do ensino, a interdisciplinaridade e a promoção da saúde.

Para subsidiar o desenvolvimento das atividades, foi produzido este texto que contém sugestões de atividades visando aproximar a comunidade escolar do assunto e incentivar a reflexão sobre o consumo racional e sustentável da água e sua importância para alimentação humana.

Disponibilidade e acesso à água potável



Os ecossistemas da Terra são sustentados e interligados pela água, que promove o crescimento da vegetação e oferece um habitat permanente a muitas espécies animais. Esses ecossistemas proporcionam segurança ambiental à humanidade e são, também, garantia da biodiversidade.

Se levássemos em conta que cerca de três quartos da superfície do nosso planeta são recobertos por água, deveríamos chamá-lo de “Água” e não de “Terra”. A água está presente, não somente nos rios, mares e lagos, mas também no solo, no ar e em todos os seres vivos.

Os oceanos constituem cerca de 97,5% de toda a água do planeta. Dos 2,5 % restantes, aproximadamente 1,9% estão localizados nas calotas polares e nas geleiras, enquanto apenas 0,6 % é encontrado na forma de água subterrânea, em lagos, rios e também na atmosfera, como vapor d’água. Com estes dados observamos que a fração de água que pode ser potencialmente consumida é muito pequena. Além disso, a água vem mantendo o seu volume constante, por meio de uma relação de interdependência denominada “ciclo da água”, desde o seu aparecimento no planeta há, aproximadamente, 4,5 bilhões de anos.

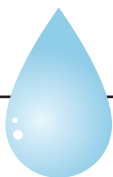
Embora saibamos que a água é indispensável para nossa sobrevivência e que o homem sempre lutou por ela, só recentemente a humanidade começou a refletir sobre a preservação da água no mundo, que para além de um recurso natural vem sendo considerada um patrimônio.

Em 1977, a Conferência das Nações Unidas sobre a Água definiu os princípios éticos universais sobre o acesso e uso da água. Resumidamente, estes princípios dizem respeito à dignidade humana; à participação de todos os indivíduos no planejamento e na administração da água; à solidariedade; à igualdade humana; à economia, que visa o equilíbrio ético

entre o uso prudente e a preservação da nossa terra e dos recursos hídricos; e ao bem comum. Entretanto, ainda hoje, um bilhão e meio de pessoas não têm acesso à água potável, o que poderia ser caracterizado como uma situação de insegurança alimentar – considerando que a água também é um alimento.

“Segurança alimentar e nutricional é a realização do direito de todos ao acesso regular e permanente a alimentos de qualidade, em quantidade suficiente, sem comprometer o acesso a outras necessidades essenciais, tendo como base práticas alimentares promotoras de saúde, que respeitem a diversidade cultural e que sejam social, econômica e ambientalmente sustentáveis” (CONSEA, 2004).

Este conceito de segurança alimentar e nutricional aponta que o acesso à água potável também é um direito humano e vem corroborar os questionamentos éticos sobre o uso racional da água: embora todos precisem de água, isso não nos dá o direito de consumir toda a água que quisermos utilizar. Hoje estudiosos sobre o tema afirmam, que para possibilitar a preservação da água são necessárias mudanças de comportamentos individuais somadas a modos sustentáveis de produção de bens e serviços, incluindo a cadeia produtiva de alimentos.



VOCÊ SABIA QUE...

o Brasil é considerado um dos países mais ricos em água potável, com 8% de toda água doce superficial do planeta e possui alguns dos rios mais importantes do mundo, como o Amazonas, o São Francisco e o Paraná?

o Dia Mundial da Água, comemorado em 22 de março, foi criado pela Organização das Nações Unidas (ONU) durante a conferência sobre meio ambiente e desenvolvimento (Eco 92) realizada no Rio de Janeiro?

Consumo racional e sustentável da água



Os principais usos da água para consumo são a produção de alimentos, a produção industrial e o abastecimento domiciliar, que utilizam respectivamente 70%, 20% e 10% do volume disponível.

Neste sentido, sabemos que a agricultura produz a maior parte dos alimentos consumidos pela humanidade e é também o maior consumidor de água doce, sendo responsável por cerca de três quartos do consumo mundial. A água para a agricultura provém diretamente das chuvas, que recompoem a umidade do solo, ou é gerada artificialmente, por meio da irrigação. Um pouco mais de 60% da produção global de alimentos é atribuído à chuva, e quase 40% à agricultura irrigada.

Aperfeiçoar a eficiência do uso da água na irrigação de modo a aumentar a produção e o rendimento da colheita é tecnicamente possível e também necessário. A utilização de água servida (água que foi utilizada em residências para lavagem de roupas e de louças, para banhos etc e que não passou por purificação ou tratamento) na irrigação de plantações já está sendo pesquisada e efetivada em alguns países, como por exemplo Israel. Neste país, dois terços de toda a sua necessidade de irrigação são satisfeitos com a água servida tratada. Projetos destinados à irrigação, como transposição de rios e construção de poços artesianos, devem ser analisados previamente sob a ótica da sustentabilidade e dos impactos social e ambiental, evitando-se, assim, desastres ecológicos.

Do mesmo modo é preciso evitar o desmatamento irracional para ampliação de ambientes de pastagens e construções urbanas, que tem causado diversos problemas ambientais, entre eles a secagem de nascentes de rios e o assoreamento dos rios.

Quanto ao uso da água pela indústria, embora faça parte do senso comum que o desenvolvimento industrial provoca, inevitavelmente, a poluição dos rios e das águas subterrâneas, este mito pode ser destruído se as indústrias utilizarem a água com responsabilidade e eficiência, evitando o desperdício e o esgotamento da água contaminada. É necessário que seja priorizado o uso de fluxos renováveis, o retorno da água não utilizada para as

bacias naturais e o tratamento da água servida, a fim de devolvê-la ao meio ambiente em condições de ser utilizada.

Nas últimas décadas, houve o fortalecimento da consciência ambiental e social e, neste sentido, alguns países têm estimulado o desenvolvimento da chamada tecnologia limpa. Nestes países as indústrias reduziram o consumo de água e, conseqüentemente, a poluição, sendo que essas iniciativas não produziram impacto econômico significativo nos setores envolvidos.

No que diz respeito ao abastecimento e ao consumo de água nas residências, ocorre um grande desperdício diário. Existem cidades brasileiras onde mais de 50% da água são perdidos na rede, no percurso entre a estação de tratamento e a torneira do usuário. Dentro de nossas casas observamos que as torneiras, as descargas, os chuveiros e outros equipamentos não foram concebidos para economizar água. Mudar hábitos rotineiros pode ser o primeiro passo para diminuir o consumo desse recurso natural, que apesar de indispensável, não é infinito.

DICAS PARA REDUZIR O CONSUMO DE ÁGUA NAS RESIDÊNCIAS E NAS ESCOLAS

- Consertar vazamentos em torneiras, válvulas de descarga e chuveiros.
- Verificar se o relógio que mede o consumo de água está em perfeito estado.
- Evitar o uso da mangueira! Usar vassoura, balde e pano úmido para limpar mobiliário, salas, escadas e áreas externas.
- Aproveitar a água da máquina de lavar roupas para lavar o quintal, o carro...
- Deixar de molho as louças com sujeira mais pesada.
- Remover bem os restos de comida antes de lavar pratos e panelas.
- Manter a torneira fechada ao ensaboar as louças.
- Ser breve ao enxaguar a louça.
- Fechar a torneira enquanto estiver escovando os dentes ou fazendo a barba.
- Fechar o chuveiro enquanto estiver se ensaboando.
- Aproveitar a água de cozimento de hortaliças para o preparo de outros alimentos.
- Reutilizar a água, sempre que possível.



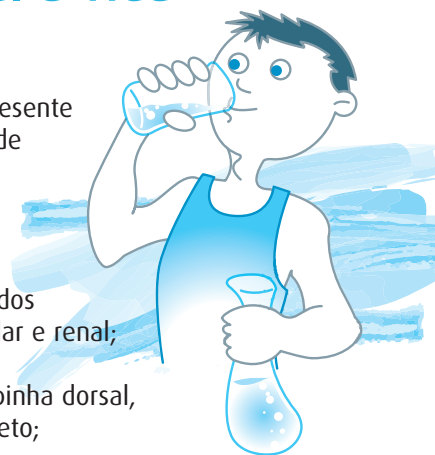
EXEMPLOS A SEREM SEGUIDOS

- Já existem casas projetadas nas quais são utilizadas tecnologias que permitem o uso mais inteligente da água. Toda água usada para banhos, lavagem de louças, roupas etc, vai para um reservatório e é reaproveitada.
- No Brasil, existe um programa do poder público que prevê a construção de cisternas para a captação e armazenamento da água da chuva, permitindo o aproveitamento desta água para atividades domésticas.

Água – alimento essencial à vida

A água é um nutriente essencial à vida e está presente nas células, nos vasos sanguíneos e nos tecidos de sustentação. Nenhum outro nutriente tem tantas funções no corpo como a água, incluindo:

- transportar nutrientes para todo o corpo;
- ajudar na eliminação das toxinas resultantes dos processos digestório, respiratório, cardiovascular e renal;
- atuar como lubrificante para as articulações;
- absorver choques (impacto) nos olhos, na espinha dorsal, articulações e saco amniótico, protegendo o feto;
- ajudar na regulação da temperatura corporal.



Todo o nosso corpo depende da água, por isso, é preciso haver equilíbrio entre a água que perdemos e a água que repomos. Quando o corpo perde líquido, o cérebro coordena a produção de hormônios que provocam a sede. A sede é um sinal de falta de água. Se a perda de água for maior que a reposição, a pessoa entra em processo de desidratação, que começa com a boca seca e sede, passando por alterações na pele, na respiração, na circulação sanguínea podendo levar à morte, caso não seja devidamente

reidratada. O baixo consumo de água também pode colaborar para a constipação intestinal, a formação de cálculos renais, entre outras alterações.

O ideal seria beber água antes da sensação de sede, entretanto o hábito de beber água tem sido muito desvalorizado, sendo comum substituir a água por refrigerantes e outras bebidas industrializadas. De forma geral, estas bebidas são pobres em vitaminas e minerais e apresentam alto teor de açúcar e fatores anti-nutricionais, que contribuem para várias doenças crônicas como, por exemplo, obesidade e diabetes.

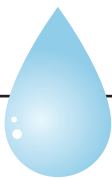
A água deve ser consumida preferencialmente nos intervalos das refeições. Em condições normais, um adulto deveria ingerir por dia, aproximadamente, dois litros de água, ou seja de 6 a 8 copos grandes. Algumas situações e doenças demandam o aumento da ingestão de água. No verão, por exemplo, devido às altas temperaturas, ocorre um aumento da transpiração e conseqüentemente a necessidade de água também aumenta.

DICAS PARA AUMENTAR A INGESTÃO DE ÁGUA

- Manter uma garrafa personalizada com água na geladeira para cada pessoa da casa. Ao final do dia, verificar o volume ingerido.
- Levar, sempre que possível, uma garrafinha com água para o trabalho e passeios, dando preferência a garrafas reaproveitáveis.
- Disponibilizar água filtrada nos ambientes de trabalho, escolas, unidades de saúde e outros locais públicos.
- Colocar fatias de laranja ou limão ou galhinhos de hortelã para dar sabor a água.
- Substituir refrigerantes, bebidas alcoólicas e sucos industrializados por água, água de coco ou sucos de frutas frescas sem adição de açúcar.
- Oferecer água às visitas, em reuniões de trabalho, em comemorações...

Vamos voltar a valorizar este líquido tão precioso!





VOCÊ SABIA QUE...

as pessoas infectadas pelo vírus da dengue requerem maior reposição hídrica? A dengue muitas vezes leva à desidratação e desde os primeiros sintomas é recomendado maior consumo de água. Esta simples medida faz muita diferença no tratamento e na recuperação da pessoa porque pode impedir o agravamento do quadro.

As crianças e os idosos merecem atenção especial. Devemos oferecer água para estes grupos várias vezes ao longo do dia. As crianças se distraem com a brincadeira e não se lembram de pedir água e, nos idosos, o mecanismo da sede pode ser menos eficiente, levando à redução da ingestão de água. Os bebês amamentados exclusivamente ao peito, que mamam a qualquer hora, já consomem a quantidade necessária de água por meio do leite materno. Após os primeiros seis meses de vida, quando deve ser iniciada a introdução de outros alimentos, o bebê também precisa beber água.

Para atender às necessidades hídricas, contamos ainda com a água contida nos alimentos. A proporção de água varia bastante em cada alimento, sendo as frutas, legumes e verduras uma boa fonte deste nutriente, pois apresentam até 95% do seu peso em água, enquanto o da carne é de até 50%, o dos grãos cerca de 10% e os óleos e o açúcar não contêm água. Neste sentido, o aumento do consumo de frutas, legumes e verduras que colabora para a alimentação saudável, também favorece a hidratação corporal, além de fornecer vitaminas, minerais e fibras.

Qualidade da água

A água está presente em atividades humanas essenciais como nutrição, higiene, produção, manipulação e preparo de alimentos, recreação etc. Vale a pena ressaltar que a água adequada ao consumo (potável) apresenta determinadas características físicas, químicas e biológicas.

Para garantir a sua potabilidade, a água deve sofrer um tratamento para que sejam retirados os contaminantes que nela são lançados, incluindo microrganismos patogênicos (causadores de doenças), poluentes tóxicos da fumaça de combustíveis ou utilizados na agricultura (que são absorvidos pelo solo), derramamento de óleos e metais pesados, entre outros.

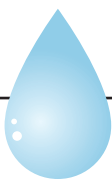
Os sistemas públicos de tratamento (Estações de Tratamento) têm por objetivo remover alguns desses perigos utilizando grandes e potentes filtros para retirar as sujidades, além de produtos químicos (comumente o cloro) para matar a maioria desses microrganismos. Nas estações de tratamento, a água também recebe a adição de flúor visando a prevenção de cáries. O uso de filtros em casa pode melhorar ainda mais a qualidade da água que recebemos. A água que não seja procedente de estações de tratamento ou que seja suspeita de contaminação microbiológica, deve, além de filtrada, ser fervida por, aproximadamente, cinco minutos, antes de ser usada para beber, para preparar refeições e sucos ou outras bebidas.

Segundo a Organização Mundial de Saúde, 10% dos problemas gerados por doenças no mundo poderiam ser evitados com um melhor gerenciamento da água, melhorias no sistema de fornecimento de água potável, mais saneamento e higiene. Todos os países estão sujeitos à ocorrência de doenças relacionadas à água, entretanto nos países onde a infra-estrutura de saneamento básico é inadequada ou inexistente o risco de contaminação é ainda maior.



Para ilustrar, relacionaremos algumas dessas doenças:

- doenças causadas pela ingestão de água contaminada (ex: hepatite A, cólera, febre tifóide e diarreia);
- doenças causadas pelo contato da pele ou olhos com água contaminada (ex: leptospirose)
- doenças causadas por parasitas encontrados em organismos que vivem na água (ex: esquistossomose);
- doenças causadas por insetos vetores que nascem na água (ex: dengue, malária e febre amarela).



VOCÊ SABIA QUE...

a Companhia de Águas e Esgotos do Rio de Janeiro disponibiliza um serviço de atendimento aos clientes, através dos telefones 0800-2821195 e 2570-8998 ou pelo e-mail: atdcliente.quali@cedae.rj.gov.br para esclarecimentos e dúvidas relativas à qualidade da água?

CUIDADOS COM A QUALIDADE DA ÁGUA NO DIA-A-DIA

- a água para o consumo deve ser filtrada ou fervida;
- a limpeza e a desinfecção da caixa d'água e da cisterna deve ser realizada, de seis em seis meses, com controle de validade;
- a higiene das mãos deve ser feita antes de iniciar o preparo dos alimentos;
- os utensílios utilizados devem estar devidamente higienizados;
- verduras, legumes e frutas devem ser bem lavados em água corrente e depois colocados de molho, por dez minutos, em água clorada, utilizando produto adequado para esse fim (ler rótulo da embalagem), na diluição de até 200 ppm (um colher de sopa por um litro).

Sugestões de Atividades

- 1 Discutir com os alunos a “Declaração Universal dos Direitos da Água” publicada em 22 de março de 1992 pela Organização das Nações Unidas (ONU). Eis o texto:

- A água faz parte do patrimônio do planeta. Cada continente, cada povo, cada nação, cada região, cada cidade, cada cidadão, é plenamente responsável aos olhos de todos.
- A água é a seiva de nosso planeta. Ela é condição essencial de vida de todo vegetal, animal ou ser humano. Sem ela não poderíamos conceber como são a atmosfera, o clima, a vegetação, a cultura ou a agricultura.
- Os recursos naturais de transformação da água em água potável são lentos, frágeis e muito limitados. Assim sendo, a água deve ser manipulada com racionalidade, precaução e parcimônia.
- O equilíbrio e o futuro de nosso planeta dependem da preservação da água e de seus ciclos. Estes devem permanecer intactos e funcionando normalmente para garantir a continuidade da vida sobre a Terra. Este equilíbrio depende em particular, da preservação dos mares e oceanos, por onde os ciclos começam.
- A água não é somente herança de nossos predecessores; ela é, sobretudo, um empréstimo aos nossos sucessores. Sua proteção constitui uma necessidade vital, assim como a obrigação moral do homem para com as gerações presentes e futuras.
- A água não é uma doação gratuita da natureza; ela tem um valor econômico: precisa-se saber que ela é, algumas vezes, rara e dispendiosa e que pode muito bem escassear em qualquer região do mundo.
- A água não deve ser desperdiçada, nem poluída, nem envenenada. De maneira geral, sua utilização deve ser feita com consciência e discernimento para que não se chegue a uma situação de esgotamento ou de deterioração da qualidade das reservas atualmente disponíveis.
- A utilização da água implica respeito à lei. Sua proteção constitui uma obrigação jurídica para todo homem ou grupo social que a utiliza. Esta questão não deve ser ignorada nem pelo homem nem pelo Estado.
- A gestão da água impõe um equilíbrio entre os imperativos de sua proteção e as necessidades de ordem econômica, sanitária e social.
- O planejamento da gestão da água deve levar em conta a solidariedade e o consenso em razão de sua distribuição desigual sobre a Terra.

- 2 Realizar experiências que comprovem a presença de água nos alimentos:
 - a colocar pedaços de frutas, legumes, verduras e carnes em recipientes transparentes vedados (tubos de ensaio fechados com algodão, por exemplo) e aquecê-los em uma chama de vela ou de lamparina. Observar as gotas de água que se formam na parede interna do vidro, provenientes do alimento.
 - b espremer frutas em um pano limpo para medir a quantidade de suco extraída. Relacionar as frutas que têm mais água.
- 3 Construir, com os alunos, uma Estação de Tratamento da Água. Utilizar: água barrenta, garrafas pet cortadas ao meio, filtro de papel, areia, cascalho, tubos plásticos para ligar as garrafas que devem estar dispostas em níveis diferentes.
- 4 Conhecer o site da Universidade da Água: organização não governamental sem fins lucrativos, que tem a missão de promover a proteção, preservação e recuperação da água no planeta. Site: www.uniagua.org.br/
- 5 Convidar um profissional da equipe de Saúde da Família a fim de realizar uma oficina para confecção de filtro de água com material reciclável.
- 6 Fazer o registro de quantos copos de água consome durante 1 dia.
- 7 Promover o diálogo e a reflexão da turma sobre o consumo de líquidos do dia anterior, observando a presença da água, sucos de frutas e água de coco X refrigerantes, chás gelados e sucos artificiais.
- 8 Elaborar uma oficina de culinária de sucos naturais criativos com os alunos.
- 9 Elaborar uma peça de teatro problematizando a questão do uso sustentável da água e estimulando a adoção de hábitos de preservação desse patrimônio.
- 10 Ler o livro: “O ônibus mágico: no caminho das águas”. (Joanna Cole & Bruce Decen, editora Rocco – Jovens leitores, 2005)
- 11 Explorar os sites www.museu%20da%20agua.epal.pt e www.tvcultura.com.br/aloescola/infantis/chuachuagua

- 13 Pesquisar sobre as doenças transmitidas pela água e os cuidados de higiene para prevenção. Sugerimos o site www.cives.ufrj.br/informacao/viagem/protecao
- 14 Produzir murais com a seguinte questão: Qual é a sua gota de contribuição? Cada aluno receberá uma gota de papel, na qual representará a sua idéia para melhorar a condição da água em nossa região e no planeta. Podem ser colocados informações, ações práticas, poemas, músicas, desenhos etc.
- 15 Criar uma campanha para o aumento da ingestão de água. Confeccionar cartazes, folhetos, broches e outros artigos com o tema da campanha. Distribuir e colocar em pontos de fácil visualização.
- 16 Demonstrar com materiais o percentual de água potável disponível para o consumo no planeta: 1 garrafa plástica de 2 litros – toda água do planeta (doce e salgada); 1 copo de 200ml - somente água doce (2,7%); 1 copo de 50ml – água doce de fácil acesso (0,26%) e 1 tampa de garrafa – água potável (0,02%). Elaborar com os alunos as conclusões sobre a observação.
- 17 Realizar com os alunos ou sugerir que os alunos realizem com outros grupos um teste para saber quem está economizando água:



FAÇA O TESTE E VEJA SE VOCÊ TEM COLABORADO PARA SALVAR O PLANETA

Revista Recreio – Ano 8 – Nº 367 – Editora Abril

- 1 Na hora do banho, você:**
 - ☐ Canta e se distrai.
 - ☒ Fecha o chuveiro para se ensaboar.
- 2 O que faz para lavar o seu cachorro?**
 - ☒ Tenta não demorar.
 - ☐ Põe uma roupa de banho e faz bagunça com ele.
- 3 Quando escova os dentes, você:**
 - ☐ Deixa a torneira aberta.
 - ☒ Abre a torneira, só quando precisa.
- 4 O que faz se vê uma torneira pingando?**
 - ☐ Não se preocupa.
 - ☒ Avisa logo um adulto para consertá-la.
- 5 Depois de usar o banheiro, é melhor:**
 - ☒ Usar a descarga uma só vez.
 - ☐ Dar descarga várias vezes.
- 6 Você costuma regar as plantas:**
 - ☒ Com um regador.
 - ☐ Com o esguicho, para molhar bem a terra.

Se marcou mais ☒

Você sabe quanto a água é importante e tenta contribuir para que ela não falte. Continue assim e fale com seus amigos sobre isso. Se todos ajudarem, teremos um mundo com suas cachoeiras, rios, lagos e geleiras preservados.

Se marcou mais ☐

Fique mais esperto! Você não está pensando no futuro do planeta. Brinque com água só quando estiver na praia ou na piscina. Evite desperdício e procure se informar mais sobre o assunto. Todo mundo tem de ajudar. O risco de nossas reservas de água acabarem não é brincadeira!

BIBLIOGRAFIA E SITES PESQUISADOS

BRASIL/MS/CGPAN. Guia alimentar para a população brasileira: promovendo a alimentação saudável. Brasília, 2006.

CHRISTOFIDIS, DEMETRIOS. Água na produção de alimentos: papel da academia e da indústria no alcance do desenvolvimento sustentável. Revista Ciências Exatas. Taubaté, v.12, n.1, p.37-46, 2006.

CONSEA, 2. Princípios e diretrizes de uma Política de Segurança Alimentar e Nutricional. Brasília, 2004.

OLIVEIRA, ANA BEATRIZ. Água e meio ambiente. Trabalho completo apresentado no IV Encontro Nacional de Alimentação Escolar-2008: Avaliação e Perspectivas. Natal. 2008.

RIEDEL, GUENTHER. Controle sanitário dos alimentos. São Paulo: Editora Atheneu, 2005.

SEEDUC/RJ. Consumo Racional de Água nas Unidades Escolares da SEEDUC. Rio de Janeiro, 2008.

SELBORNE, LORD. A Ética do Uso da Água Doce: um levantamento. Brasília: UNESCO, 2001. 80p.

SECRETARIA MUNICIPAL DE MEIO AMBIENTE. Vamos falar sobre água? Rio de Janeiro, s/d.

VIEIRA, ANDRÉE DE RIDDER. Cadernos de Educação Ambiental. Água para vida. Água para todos. Guia de Atividades. Brasília: WWFBrasil, 2006.

www.cedae.rj.gov.br/

www.cetesb.sp.gov.br/Agua/rios/ciclo.asp

www.cives.ufrrj.br/informacao/viagem/protecao/dta-iv.html

www.uniagua.org.br/

ELABORAÇÃO DE CONTEÚDO E PRODUÇÃO

Secretaria Municipal de Saúde e Defesa Civil do Rio de Janeiro
Subsecretaria de Promoção, Atenção Básica e Vigilância em Saúde
Superintendência de Promoção de Saúde
Instituto de Nutrição Annes Dias

Universidade do Estado do Rio de Janeiro
Instituto de Nutrição
Núcleo Colaborador em Alimentação e Nutrição do Escolar /
Rio de Janeiro – Centro Colaborador em Alimentação
e Nutrição do Escolar /UNIFESP-SP

PROJETO GRÁFICO

Paralaxe Design

ILUSTRAÇÕES

Mauro Britto

PARCEIROS

Prefeitura da Cidade do Rio de Janeiro
Universidade do Estado do Rio de Janeiro
Centro Colaborador em Alimentação e Nutrição do Escolar / UNIFESP
Governo do Estado do Rio de Janeiro
União dos Dirigentes Municipais de Educação
Conselho Regional de Nutricionistas – 4ª região
Associação de Nutricionistas do Estado do Rio de Janeiro

Para mais esclarecimentos, entrar em contato com:

Instituto de Nutrição Annes Dias

T 21 2244.6929 | inad@rio.rj.gov.br

MAIO 2009