

Bruxelas, 8 de Novembro de 2007

Combater a obesidade infantil: Dia Europeu da Alimentação e da Cozinha Saudáveis

O Comissário Europeu da Saúde, Markos Kyprianou, lançou hoje o Dia Europeu da Alimentação e da Cozinha Saudáveis, que pretende encorajar uma alimentação saudável nas crianças, com vista a combater o actual crescimento da obesidade infantil na Europa. Em 14 Estados-Membros¹, funcionários da UE e cozinheiros de prestígio associam-se a crianças em idade escolar para fazer demonstrações de cozinha saudável e saborosa e para animar oficinas em que promoverão um estilo de vida equilibrado. O Comissário Kyprianou participou em lições de cozinha interactivas na Escola Europeia de Bruxelas, esta manhã, onde quatro chefes de cozinha explicaram os benefícios de uma alimentação correcta a 60 crianças. A Comissária Europeia da Agricultura, Mariann Fischer-Boel, também visitou uma escola em Copenhaga, juntamente com um prestigiado cozinheiro dinamarquês. Havendo actualmente na UE cerca de 22 milhões de crianças obesas ou com excesso de peso, o objectivo é fomentar o interesse das crianças pelos alimentos que ingerem e sensibilizá-las para os princípios básicos de uma boa nutrição. O Dia Europeu da Alimentação e da Cozinha Saudáveis foi organizado conjuntamente pela Comissão Europeia e pela Eurotoques (Comunidade Europeia de Cozinheiros).

Nas palavras do Comissário Kyprianou, «é mais provável que os bons hábitos adquiridos logo na infância continuem na idade adulta. Através desta parceria com a Eurotoques, a Comissão quer promover a importância de uma alimentação saudável junto das crianças de uma forma divertida e interactiva. Encorajar as crianças a apreciar uma alimentação saudável e o exercício físico é o melhor investimento que podemos fazer para o seu futuro.»

A obesidade infantil é um problema extremamente preocupante - o número de crianças com excesso de peso ou obesas está a aumentar à razão de 400 000 por ano na Europa. As crianças obesas não só padecem de problemas de saúde como a diabetes e perturbações hepáticas quando ainda são jovens, como também é provável que venham a estar expostas a um risco acrescido de doenças coronárias, cancro, hipertensão, acidentes vasculares-cerebrais e depressão à medida que envelhecem.

¹ Alemanha, Bélgica, Bulgária, Chipre, Dinamarca, Espanha, Finlândia, França, Grécia, Irlanda, Itália, Luxemburgo, Suécia e Roménia.

O Dia Europeu da Alimentação e da Cozinha Saudáveis inscreve-se numa campanha mais vasta da Comissão para lutar contra a obesidade, incentivando os cidadãos da UE a optarem por um regime alimentar equilibrado e a fazerem mais exercício físico. É na infância que se formam muitos dos nossos padrões de estilo de vida. Assim, as crianças que conhecerem a importância de uma alimentação saudável e que aprenderem a fazer as escolhas certas no plano alimentar têm mais hipóteses de ter um estilo de vida equilibrado na idade adulta. Os eventos e as demonstrações que terão hoje lugar em vários Estados-Membros apresentarão a centenas de crianças o conceito de alimentação saudável de uma forma atractiva e lúdica. Cozinheiros da Eurotoques prepararão refeições nutritivas juntamente com as crianças, demonstrando que uma alimentação saudável pode ser divertida, enquanto funcionários da Comissão falarão com as crianças acerca da importância de terem um regime alimentar equilibrado e de se manterem activas fisicamente. Também se realizarão conferências de imprensa em alguns dos Estados-Membros envolvidos.

O Dia Europeu da Alimentação e da Cozinha Saudáveis também tem o seu próprio sítio na Internet, intitulado: http://eu.mini-chefs.eu/index_pt.html. Concebido para as crianças, este sítio Internet pretende ilustrar como a alimentação pode ser simultaneamente saudável e divertida. No sítio dos «minichefs» há ainda um fórum sobre alimentação saudável e sobre como preparar pratos espectaculares, com receitas e conselhos. O sítio Internet está disponível em 12 línguas e inclui um jogo de culinária interactivo, para que as crianças aprendam brincando.

Para mais informações, consultar:

http://ec.europa.eu/dgs/health_consumer/events/minichefs_en.htm

[MEMO/07/442](#)