



## MUN-SI

O Programa MUN-SI surge na continuidade das ações desenvolvidas na comunidade à luz das preocupações e prioridades de saúde locais, onde o papel das autarquias é determinante, e **pretende oferecer uma resposta interventiva e interativa à problemática da malnutrição infantil (desnutrição e obesidade).**

Saiba como participar em [www.mun-si.com](http://www.mun-si.com)

As principais ações comunitárias foram desenvolvidas no MUN-SI **Oeiras**. A área de intervenção escolhida foi a “Escola Saudável” e os **principais temas** escolhidos e abordados foram os **frutos, hortícolas e a água**.

Foram **visitadas 12 escolas** do município de Oeiras. Foram realizadas **24 sessões em sala de aula**, tendo sido abrangido um total de **484 alunos**.

Em cada mês foram desenvolvidas atividades consoante o subtema de cada mês (ver tabelas).

TEMA	Novembro Castanha	Dezembro Couve	Janeiro Romã
Atividade em sala de aula	Quiz “castanha”	Prova de couves	História do Rei Romão + Coroas de reis



Figura 1 – Prova de couves na escola.



Figura 2 – Crianças com as coroas feitas por eles na atividade.

TEMA	Fevereiro Sopa de Legumes	Março Sobremesas de fruta	Abril Espinafres
Atividade em sala de aula	Preparação de sopa de legumes + prova	Preparação de sobremesa de frutas saudável + prova	Visita de atleta + realização de atividade física ao ar livre



Figura 3 – Preparação da sopa de legumes, durante uma sessão na escola.



Figura 4 – O atleta Miguel Moreira a falar sobre a importância da prática de atividade física.

TEMA	Maior Morangos	Junho Água
Atividade em sala de aula	Preparação de receita com morangos + prova	Manhã MUN-SI



Figura 5 – Manhã MUN-SI.

## Atividade MUN-SI Janeiro-Março: Leguminosas.

Fique atento ao *site* MUN-SI e ao nosso Facebook!

[www.mun-si.com](http://www.mun-si.com) /// <https://www.facebook.com/programamunsi>

## REDE EPODE

O MUN-SI juntou-se à Rede Internacional EPODE (EIN) em 2012. A Rede EPODE foi criada em 2008 (em França) com o objetivo de dar apoio à implementação de programas de base comunitária nos países da Europa.

Baseado na metodologia EPODE e nos seus resultados, os objetivos do MUN-SI são reduzir a magreza/excesso de peso/obesidade ao nível comunitário.



## Eventos em Outubro 2013

O MUN-SI esteve presente no **EUROPEAN OBESITY FORUM**, organizado pela Rede Internacional EPODE. Este evento é uma chamada à ação para as perspetivas europeias, soluções e compromissos sobre a obesidade e prevenção de doenças não transmissíveis.

O European Obesity Forum teve lugar em Bucharest de 16 a 18 de Outubro de 2013. A sessão MUNSIS foi apresentada no dia 18 de Outubro na "Session II - DISCUSSING THE ROLE OF THE ENVIRONMENT IN PREVENTING OBESITY".



## Cientificidades MUN-SI

### **Características Socioeconómicas e Obesidade Infantil no Âmbito do Projeto Comunitário MUN-SI**

**Érica Doroana; Ana Lucia Silva e Ana Rito**

**INTRODUÇÃO:** A obesidade infantil representa hoje um dos maiores problemas de saúde no mundo. Sabe-se que a genética e os comportamentos modificáveis de estilo de vida são fatores de associação com a obesidade, porém o carácter social e económico condiciona o estado nutricional. Compreender o impacto das desigualdades socioeconómicas no estado nutricional, permite criar estratégias de prevenção da obesidade. Com base no programa piloto MUN-SI de promoção da saúde infantil, pretendeu-se relacionar as variáveis socioeconómicas com a obesidade infantil, de modo a investigar uma eventual associação. **MÉTODOS:** O MUN-SI como estudo piloto desenvolveu-se segundo três fases (2008-2011) e envolveu crianças com idades compreendidas entre os 6 e os 12 anos, inscritas nas escolas públicas de 1º ciclo de ensino básico dos municípios de Oeiras, Seixal, Montijo, Fundão e Viana do Castelo. Os dados socioeconómicos (rendimento familiar mensal, ocupação profissional e nível de escolaridade parental) e o estado nutricional infantil (peso e estatura) foram obtidos em 2 momentos (2008-2009; 2010-2011). **RESULTADOS:** Avaliaram-se 2254 e 1602 crianças na 1ª e 3ª fase, respetivamente. Verificou-se inicialmente que 33,1% das crianças apresentavam excesso de peso e 14,6% apresentavam obesidade face a 32,9% e 14,2% respetivamente na 3ª fase. Verificou-se nos 2 momentos que o risco de desenvolvimento de obesidade infantil aumenta nas seguintes condições: pais cujas habilitações literárias são ≤3º ciclo do Ensino básico, com rendimento familiar mensal ≤1500€ e cujo estatuto profissional ≤ocupações semiqualficadas (OR:IC95%). **CONCLUSÕES:** Conclui-se que no caso dos pais com habilitações literárias intermédias a baixas, rendimento familiar baixo e estatuto profissional menos qualificado são inversamente proporcionais ao desenvolvimento de obesidade infantil. Estes resultados evidenciam a importância de implementar medidas protetoras do estado nutricional infantil em famílias de baixa condição socioeconómica.

## **Contactos**

Site: [www.mun-si.com](http://www.mun-si.com)

Facebook: <https://www.facebook.com/programamunsi>

Email: [programa.munsi@gmail.com](mailto:programa.munsi@gmail.com)

Morada / Address: Sala da Pousada; Fábrica da Pólvora de Barcarena 2730-036 Barcarena, Oeiras