APROVADA
PLENÁRIO
Em: 14 / 11 / 19
Presidente

EXPEDIDO
Ofício nº 1165 / 2019
Em: 18 / 11 / 19
VISTO

ESTADO DA PARAÍBA
CÂMARA MUNICIPAL DE CABEDELO

REQUERIMENTO Nº 679 / 2019
(Do Vereador JOSÉ PEREIRA)

RECEBIDO
Secretaria Legislativa
Câmara Municipal de Cabedelo(PB)
Ás: 12:18 hs. Em: 14/11/2019
VISTO

Senhor(a) Presidente(a),

REQUEIRO a Vossa Excelência, na forma regimental e depois de ouvido o Plenário, que seja enviado ofício desta Casa Legislativa ao **Senhor Prefeito Municipal, Vitor Hugo Peixoto Castelliano**, solicitando a criação do Programa Café da manhã, em todas as escolas municipais.

Justificativa

Nossos alunos são o futuro de Cabedelo, e uma criança bem alimentada, sem dúvida, é capaz de assimilar melhor as ideias e aprendizagem. Inserindo mais uma alimentação nutritiva no cardápio ofertado na rede municipal, estamos garantindo que nossos estudantes sejam ainda melhores acolhidos no ambiente escolar, fortalecendo inclusive o trabalho de toda a equipe.

Plenário "Luiz de Góes", em 14 de novembro de 2019.

Ver. JOSÉ PEREIRA
Vice-presidente

O hábito de pular o café da manhã geralmente está relacionado com outros comportamentos inadequados, como a inatividade física, e pode contribuir para o aumento do risco de sobrepeso e obesidade. Por sua vez, o consumo diário do café da manhã contribui para a adequação nutricional da dieta, estando associado com melhor qualidade geral da alimentação e com maior ingestão de micronutrientes e de fibras[5]. Especialmente para crianças em idade escolar, realizar o café da manhã diariamente pode trazer outros benefícios importantes, os quais vêm sendo investigados por diversos grupos de pesquisa.

Uma série de trabalhos investigou a importância do consumo do café da manhã para o desempenho cognitivo e acadêmico. Edefonti et al. (2014)[4] conduziram uma revisão sistemática incluindo 15 artigos que analisaram este desfecho por meio de testes de memória, atenção, aprendizado e habilidades verbais e matemáticas. A maioria dos estudos foi realizada com um pequeno número de crianças e teve curta duração, por isso os achados ainda não são suficientes para o estabelecimento de conclusões sólidas a respeito do tema. De toda forma, existem evidências emergentes indicando que uma menor resposta glicêmica pós-prandial parece beneficiar o desempenho cognitivo dos escolares.

Isto foi observado por Cooper et al. (2012)[3], que compararam em uma amostra de escolares adolescentes de 12 a 14 anos de idade os efeitos do consumo de um café da manhã de baixo índice glicêmico (IG), de um com alto IG e da omissão desta refeição. Uma bateria de testes cognitivos foi realizada 30 e 120 minutos após o café da manhã. Os resultados apontaram que o café da manhã de baixo IG resultou em menor resposta glicêmica e foi relacionado com maior acurácia nos testes, apresentando, portanto, o maior benefício para a função cognitiva.

As escolhas alimentares que compõem um café da manhã de baixo IG são condizentes com a composição recomendada para um café da manhã saudável, isto é, a combinação de alimentos à base de grãos integrais, frutas e alimentos fontes de proteínas e de cálcio, como leite, queijo ou derivados da soja com as bebida à base de soja[5].

Outra revisão sistemática recente também concluiu que a qualidade do café da manhã, em termos da variedade de alimentos e da adequação de energia, apresenta associação positiva com o desempenho escolar. O hábito de realizar esta refeição em casa, assim como a presença de programas escolares de oferta do café da manhã, foi relacionado com o sucesso acadêmico, especialmente entre crianças desnutridas, com impacto significativo sobre as notas de aritmética e matemática[1].

Um estudo conduzido por Anzman-Frasca et al. (2015)[2] analisou o impacto do programa norte-americano *Breakfast in the Classroom* – BIC (Café da Manhã na Sala de Aula), implementado em 257 escolas, garantindo a oferta desta refeição no início de cada dia escolar. Os pesquisadores verificaram que o programa resultou em aumento substancial na participação de escolares no café da manhã durante o ano letivo e contribuiu para uma

frequência escolar significativamente maior em comparação a escolas que não participaram do BIC.

As evidências apresentadas confirmam a importância do consumo diário do café da manhã por crianças e adolescentes em idade escolar, por sua contribuição para a qualidade total da dieta e para aspectos incluindo função cognitiva, memória e atenção, especialmente quando a composição nutricional desta refeição resulta em menor resposta glicêmica pós-prandial[1]. Assim, a orientação aos pais incentivando a oferta de um café da manhã equilibrado para toda a família e programas desenvolvidos nas escolas podem contribuir para um bom desempenho acadêmico, garantindo também saúde e bem-estar[5].

Referências:

1 – Adolphus K, Lawton CL, Dye L. The effects of breakfast on behavior and academic performance in children and adolescents. Front Hum Neurosci 2013; 7: 425.

2 – Anzman-Frasca S, Djang HC, Halmo MM, et al. Estimating impacts of a breakfast in the classroom program on school outcomes. JAMA Pediatr 2015; 169(1): 71-7.

3 – Cooper SB, Bandelow S, Nute ML, et al. Breakfast glycaemic index and cognitive function in adolescent school children. Br J Nutr 2012; 107(12): 1823-32.

4 – Edefonti V, Rosato V, Parpinel M, et al. The effect of breakfast composition and energy contribution on cognitive and academic performance: a systematic review. Am J Clin Nutr 2014; 100(2): 626-56.

5 – Rampersaud GC, Pereira MA, Girard BL, et al. Breakfast habits, nutritional status, body weight, and academic performance in children and adolescents. J Am Diet Assoc 2005; 105(5): 743-60.

Fonte: http://www.unileverhealthinstitute.com.br/saude-infantil/artigo/o-impacto-do-cafe-da-manha-no-desempenho-escolar