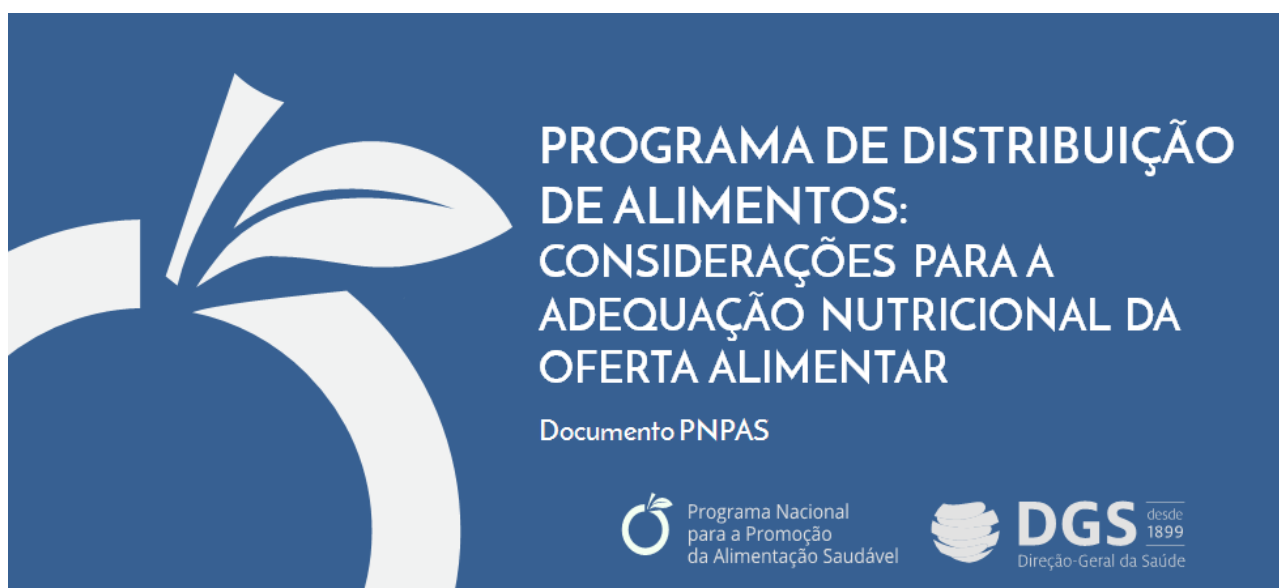


# nutrimento



## O PNPAS apoia a ajuda alimentar às famílias mais carenciadas

Atualmente, o **PCAAC** foi substituído pelo Fundo de Auxílio Europeu às Pessoas Mais Carenciadas (**FEAC**), um programa que tem como ambição melhorar o modelo de ajuda alimentar da UE, assegurando não só a oferta de alimentos, mas também assegurando que sejam nutricionalmente adequados.

Desta forma, o Ministério do Trabalho, Solidariedade e Segurança Social apoia duplamente as famílias mais carenciadas, através do fornecimento de alimentos, mas também através da oferta de alimentos nutricionalmente adequados a uma alimentação saudável e promotora de saúde.

**HOJE SABEMOS QUE SÃO AS FAMÍLIAS MAIS CARENCIADAS AS MAIS ATINGIDAS PELA OBESIDADE, PELA DIABETES E PELA HIPERTENSÃO.**

Os alimentos mais baratos são também, muitas vezes, os mais ricos em açúcar, gordura e sal. Se a ajuda alimentar às famílias mais carenciadas não tiver em conta a qualidade nutricional acabará por favorecer esta bola de neve, em que a ajuda alimentar favorece o aparecimento de doença que por sua vez favorece o desemprego que por sua vez favorece de novo a compra de alimentos baratos e muito

calóricos.

Para reverter este ciclo, a DGS e o PNPAS colaboraram na construção de diversas propostas para a composição dos cabazes alimentares (quer no que se refere ao tipo de alimentos a incluir quer no que diz respeito às suas respetivas quantidades) a serem distribuídos às pessoas/famílias portuguesas carenciadas no âmbito do FEAC.

Assim se elaborou o Manual intitulado: “[Programa de distribuição de alimentos: considerações para a adequação nutricional da oferta alimentar](#)”, que representa também uma oportunidade para os técnicos de saúde que trabalham na área poderem fazer a pedagogia da utilização adequada dos alimentos oferecidos regularmente a estas famílias. No sentido de uma confeção adequada, na utilização racional das quantidades para evitar desperdícios ou ainda na promoção de ementas variadas, nutricionalmente equilibradas e adaptadas aos gostos de cada família.

Para a elaboração destas propostas de cabazes alimentares, foram utilizadas, sempre que possível, as recomendações alimentares disponíveis especificamente para a população portuguesa, nomeadamente as recomendações do guia alimentar Português – a Roda dos Alimentos, adotando os valores de energia e as recomendações nutricionais preconizadas pela [Organização Mundial de Saúde \(OMS\)](#), pela [Food and Agriculture Organization \(FAO\)](#) e pelo [Food and Nutrition Board, Institute of Medicine](#).

Consulte o manual [aqui](#).

Link do artigo:

<http://nutrimento.pt/noticias/o-pnpas-apoia-a-ajuda-alimentar-as-familias-mais-carenciadas/>

### **Direção-Geral da Saúde**

Alameda Afonso Henriques, 45

1049-005 Lisboa

Tel.: 218 430 500

Fax.: 218 430 530

Email: [pnpas@dgs.pt](mailto:pnpas@dgs.pt)