

## Estudo avaliou iniciativa internacional “Arte no Prato”

### **Workshop Nestlé contribuiu para o aumento da ingestão de frutas e vegetais por crianças de 16 países**

Linda-a-Velha, 15 de maio de 2019 – No âmbito do Dia Internacional da família, que se assinala hoje, e na importância que esta tem na promoção de uma alimentação saudável desde a primeira infância, a Nestlé divulga estudo com os resultados da iniciativa internacional “Arte no Prato”.

Desenvolvida no âmbito do Dia Internacional dos Chefs, em 16 países de três continentes – Ásia, América e Europa, a “Arte no Prato” teve um efeito muito positivo nas crianças que nele participaram, tendo contribuído para um aumento de ingestão de frutas e vegetais. Esta é a conclusão do estudo publicado pelo *Journal Of Nutrition Education and Behavior* que avaliou mais de 400 crianças com idades compreendidas entre os 4 e os 14 anos que participaram na primeira edição deste workshop, em 2016.

Às crianças envolvidas nesta iniciativa foi realizada em 16 países foi pedido que criassem, com a ajuda de um *chef*, um prato criativo com frutas e legumes. Em todas as crianças foram avaliados os seus hábitos alimentares antes e depois do workshop, nomeadamente no que respeita ao consumo de frutas e vegetais e à sua habitual apetência para a ingestão destes produtos. O estudo demonstrou que o efeito positivo do manuseamento de frutas e vegetais pelas crianças resultou numa maior predisposição para gostar, escolher e passar a incluir estes alimentos no seu dia-a-dia. 30% das crianças aumentaram os seus níveis de satisfação e predisposição para o consumo de frutas e vegetais.

A “Arte no Prato” foi desenvolvida no âmbito do programa “Nestlé Por Crianças mais Saudáveis”, que promove a educação alimentar e para estilos de vida mais saudáveis nas escolas na grande maioria dos países onde a Nestlé está presente. Em Portugal este programa está nas escolas dos ensinamentos pré-escolar e básico (1º, 2º ciclos) desde 1999 e conta com a chancela do Ministério da Educação. Anualmente, o programa impacta cerca de 400 mil crianças em todo o país, ensinando-lhes os conceitos de uma alimentação saudável inserida num estilo de vida ativo.

Este workshop internacional visou precisamente aferir a eficácia da utilização de estratégias de aprendizagem experiencial nos programas de educação escolar e de que forma estes podem estar associados a aumentos de consumos de frutas e vegetais. Os efeitos positivos destas atividades participativas devem-se sobretudo a fatores como: ter frutas e legumes como opções de escolha, aumentar a familiaridade com estes alimentos, incrementar a atratividade dos mesmos e gerar um maior grau de



Good Food, Good Life

motivação e orgulho na sua utilização e uma crescente valorização dos pratos criados pelas crianças num contexto positivo de atividades culinárias.

#### **Sobre a Nestlé**

A Nestlé é a maior companhia mundial de alimentação e bebidas. Está presente em 189 países em todo o mundo e os seus 323.000 Colaboradores estão comprometidos com o seu propósito de “Melhorar a qualidade de vida e contribuir para um futuro mais saudável”. A Nestlé oferece um vasto portefólio de produtos e serviços para as pessoas e para os seus animais de companhia ao longo das suas vidas. As suas mais de 2000 marcas variam de ícones globais como Nescafé ou Nespresso, até marcas locais amplamente reconhecidas como CERELAC, NESTUM e SICAL. A performance da Companhia é orientada pela sua estratégia de Nutrição, Saúde e Bem-estar. A Nestlé está sediada na vila suíça de Vevey, onde foi fundada há mais de 150 anos.

Em Portugal, a Nestlé está presente desde 1923 e tem atualmente 2066 Colaboradores, tendo gerado em 2018 um volume de negócios de 500 milhões de euros. Conta atualmente com duas fábricas (Porto e Avanca), um centro de distribuição (Avanca) e cinco delegações comerciais espalhadas pelo Continente e pelas ilhas.