



**PLANO
ESTRATÉGICO
20—30**

**ALIMENTAÇÃO,
NUTRIÇÃO
E SUSTENTABILIDADE**

PLANO ESTRATÉGICO 20–30

**ALIMENTAÇÃO, NUTRIÇÃO
E SUSTENTABILIDADE**

P.PORTO

**SERVIÇOS
DE ACÇÃO
SOCIAL**

MENSAGEM DO ADMINISTRADOR DOS SAS DO P.PORTO

As instituições de ensino superior são por excelência o lugar do conhecimento, da sua produção e da sua partilha, lugar para formulação da tese, para o protocolo da síntese, espaço para a discussão livre e da antítese. São lugares para se ser mais do que para se estar. Sítios de transformação, dinâmicos, enérgicos, vivos!

Os Serviços de Ação Social (SAS) estão em cada um dos lugares onde a transformação individual e coletiva acontece, acompanhando e apoiando nessa mutação.

Os SAS procuram assim acompanhar as gerações que se sucedem, as suas necessidades, as suas exigências, caminhando lado a lado no caminho sem fim que compõe a viagem de cada estudante, e porque não cada elemento da academia, na sua busca pela felicidade e realização pessoal.

Muitas vezes os SAS dão resposta àqueles que por razões económicas estão condicionados no desenvolvimento de todo o seu potencial, outras dão resposta no alojamento académico. Outras ainda contribuem para a integração e a inclusão, na promoção da saúde (incluindo a saúde mental e sexual) da atividade física e no combate à não discriminação ou às alterações climáticas.

Porém, a cada dia, os SAS servem milhares de refeições nas unidades alimentares. Estes equipamentos garantem não apenas uma refeição, mas um lugar para se estar e ser. Para se partilhar, para se estudar. Um lugar para recordar, com memórias de dias, uns felizes outros quem sabe nem tanto, mas todos a fazer parte de um período inesquecível da vida de cada um.

Por este motivo a Presidência do P.PORTO, tem vindo a realizar uma serie de investimentos ao nível da requalificação das unidades alimentares, tanto ao nível das infra estruturas e equipamentos, como ao nível da qualidade do serviço prestado.

Este exercício carecia de uma estratégia de médio prazo, que pudesse orientar o exercício da nossa atividade no setor alimentar à melhoria continua e a resultados que pudessem corresponder às expectativas mais exigentes das presentes gerações como das gerações que hão de vir a integrar a nossa comunidade académica.

A qualidade destes espaços tem de viver em coerência com um serviço de alimentação com preocupações de qualidade alimentar, de equilíbrio nutricional, de sensibilidade ambiental e combate ao desperdício, acompanhando simultaneamente preocupações de gestão, e qualidade do serviço prestado.

O presente documento procura responder a esta exigência: a de dotar de propósito e perspetiva o trabalho a realizar no sector alimentar do P.PORTO, com uma estratégia a 10 anos que possa conduzir a uma melhoria contínua da alimentação coletiva nas unidades orgânicas do P.PORTO.

Se o futuro se construi hoje, queremos começar a construir um serviço de alimentação coletiva de excelência agora!

Ivo Costa Santos, Administrador dos SAS

MENSAGEM DO NÚCLEO DE ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO

Nos dias de hoje, o mundo da Alimentação Coletiva assume um papel de grande relevo no que diz respeito à educação para uma alimentação equilibrada e sustentável. A oferta é cada vez mais alargada e as preocupações com a saúde e com o ambiente são cada vez mais decisivas. Neste contexto, o Instituto Politécnico do Porto surge numa posição privilegiada de contacto à sociedade, responsabilizando-se pela adoção de políticas ambientais e de saúde que facilitem a literacia e as escolhas alimentares da sua Comunidade.

O presente Plano Estratégico Alimentar, cuidadosamente elaborado pelo Núcleo de Alimentação e Nutrição dos Serviços de Acção Social do P.PORTO, reflete esta preocupação de uma forma clara e a longo prazo, integrando visões multidisciplinares e envolvendo várias Entidades da nossa Comunidade, declarando-se como um pilar fundamental para o desenvolvimento do nosso trabalho diário. Este documento agrega uma série de orientações e linhas guia para que o foco nunca se perca e o futuro possa ser mais seguro e menos incerto.

Enquanto responsável pelo Núcleo de Alimentação e Nutrição, e após o longo caminho de aprendizagens realizadas no decorrer da elaboração deste documento, irei encarar este Plano como um guia de apoio, mas também como uma força motivadora para o meu dia-a-dia de trabalho.

Sara Marinheiro, Núcleo de Alimentação e Nutrição dos SAS do P.PORTO

Dentro da sua responsabilidade social, as Instituições de Ensino Superior devem priorizar e envolverem-se na definição de políticas de saúde pública, sendo certo que o estado de saúde dos estudantes revela-se de extrema relevância, dado que serão a geração futura ativa do país, influenciando o seu desenvolvimento. É hoje amplamente reconhecido o contributo da adoção de padrões alimentares saudáveis para um bom estado de saúde.

Como tal, o presente Plano Estratégico, através de uma intervenção integrada e multinível, pretende ser o primeiro marco na construção de uma política alimentar e de nutrição no P.PORTO, que contribua para o consumo alimentar adequado e conseqüente melhoria do estado nutricional desta comunidade. Enquanto Nutricionista Estagiária, o desafio para o desenvolvimento deste documento foi encarado com grande sentido de responsabilidade, com o objetivo de assegurar ambientes favoráveis à adoção de hábitos alimentares saudáveis e de promover a literacia alimentar e nutricional da comunidade do P.PORTO.

Ana Gabriela Cabilhas, 2949 NE

ÍNDICE

CAP. 1 | **01**

ENQUADRAMENTO

SAS DO P.PORTO

CAP. 2 | **03**

ANÁLISE DIAGNÓSTICA

ANÁLISE SWOT 04

ANÁLISE PESTEL 05

STAKEHOLDERS 06

INFOGRAFIA 07

CAP. 3 | **12**

LINHAS DE ORIENTAÇÃO PARA A PROMOÇÃO DA ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL

EIXO ESTRATÉGICO I 15

EIXO ESTRATÉGICO II 19

EIXO ESTRATÉGICO III 21

EIXO ESTRATÉGICO IV 23

EIXO ESTRATÉGICO V 25

EIXO ESTRATÉGICO VI 30

CAP. 4 | **32**

OBJETIVOS DE DESENVOLVIMENTO

SUSTENTÁVEL 2030

CAP. 5 | **33**

OBJETIVOS ALCANÇADOS 35

CRONOGRAMA 34

DIAGRAMA DE GANTT (2020-2030)

E PREVISÃO DE CUSTOS 36

DIAGRAMA DE GANTT 2020 38

DIAGRAMA DE GANTT 2021 39

CAP. 6 | **40**

MONITORIZAÇÃO DO PLANO ESTRATÉGICO

CAP. 7 | **41**

CONSIDERAÇÕES FINAIS

BIBLIOTECA | **42**



PLANO ESTRATÉGICO

20—30

P. PORTO

SERVIÇOS
DE ACÇÃO
SOCIAL

**ALIMENTAÇÃO,
NUTRIÇÃO
E SUSTENTABILIDADE**

1

ENQUADRAMENTO SAS DO P.PORTO

Os Serviços de Ação Social (SAS do P.PORTO) integram o Politécnico do Porto, gozando de autonomia administrativa e financeira, nos termos previstos nos Estatutos.

Constitui **missão** dos SAS do P.PORTO executar as políticas de ação social escolar, tendo como objetivo garantir condições de equidade no acesso ao ensino superior, especialmente aos estudantes mais carenciados, bem como a prestação de serviços de qualidade aos estudantes, que contribuam para o seu sucesso escolar.

***“Integrar, agregar,
intervir, vencer
e saber construir,
num Compromisso
Comum”***

A sua **visão** assenta na consolidação de uma organização inovadora, com foco nos interesses dos estudantes, potenciando a unidade de objetivos das políticas de Ação Social no âmbito da comunidade do P.PORTO.

Os **valores** institucionais que regem a conduta dos SAS do P.PORTO são sete:

Atenção centrada no estudante, os SAS do P.PORTO estão ao serviço dos estudantes, pelo que devem compreender as suas necessidades atuais e futuras e cumprir os seus requisitos de qualidade;

Transparência, os SAS do P.PORTO atuam de forma a garantir objetividade e isenção, que deve sustentar o sentimento de confiança recíproca entre estes serviços e os estudantes;

Boa-fé, os SAS do P.PORTO e os estudantes agem segundo regras de boa-fé, para que se enraíze a confiança indispensável a um saudável relacionamento;

Proporcionalidade, entendido como o direito reconhecido a cada estudante de beneficiar de apoio adequado à sua situação concreta;

Informação e qualidade, os serviços devem prestar informações e esclarecimentos de forma clara, simples, cortês e rápida;

Responsabilização do estudante, que aponta para a assunção pelo estudante das consequências da sua ação, expressa ou implícita, pelos seus atos;

Melhoria contínua do desempenho pelo qual cumprem a sua missão é um objetivo permanente dos SAS do P.PORTO.

Na prossecução da sua missão, os SAS do P.PORTO promovem o acompanhamento próximo dos estudantes nos diversos domínios da sua ação, entres os quais a alimentação e os serviços de saúde.

O SAS do P.PORTO garantem o **acesso equitativo à alimentação** através das suas catorze Unidades Alimentares, de gestão indireta, distribuídas pelos seus três campi.

Os SAS do P.PORTO asseguram diariamente o fornecimento de refeições aos estudantes, docentes e funcionários, segundo duas valências:

- Confeção e fornecimento da refeição social em regime de self-service;
- Serviço de cafetaria, bar ou snack-bar, com refeições alternativas ligeiras e de cafetaria.

O serviço prestado pretende conceder uma refeição equilibrada, com garantias ao nível da segurança e da qualidade alimentar, a preços acessíveis e satisfazendo os seus utilizadores.



2

ANÁLISE DIAGNÓSTICA



A análise diagnóstica permite de forma estruturada realizar uma análise atual e real da conjuntura dos SAS do P.PORTO e da sua envolvente externa, identificar os seus pontos críticos e o seu potencial estratégico, definir metas futuras e sinalizar prioridades de atuação.

Esta análise diagnóstica inicia-se com uma Análise SWOT, que analisa com detalhe as Forças, Fraquezas (envolvente interna), Oportunidades e Ameaças (envolvente externa) dos SAS do P.PORTO. Segue-se a Análise PESTEL, que apresenta um enquadramento de fatores e tendências de cariz macroambiental que permitem visualizar o impacto que o ambiente externo pode ter nos serviços e facilitam uma reanálise do seu posicionamento. Por último, são listados os principais stakeholders dos SAS do P.PORTO, que podem vir a desempenhar um papel de influência no planeamento estratégico.

Pela Análise SWOT (Figura 1), é possível perceber que as oportunidades elencadas consolidam alguns dos pontos fortes, em particular a oferta variada de serviços, a aposta dos SAS do P.PORTO na requalificação de Unidades Alimentares e o esforço para a modernização dos seus equipamentos. As oportunidades, as ameaças e os pontos fracos apontam para a necessidade de uma formulação estratégica com vista à melhoria do serviço de alimentação a vários níveis, bem como para a definição de uma política alimentar de futuro, que garanta simultaneamente a saúde da comunidade académica, a sustentabilidade alimentar e a equidade no acesso à alimentação. Assim, com uma aposta num dos pilares de atuação dos SAS do P.PORTO, a alimentação, é possível uma readaptação dos serviços que dê resposta às necessidades e exigências dos seus utilizadores.

PONTOS FORTES

PONTOS FRACOS

AMBIENTE INTERNO

- Boa cobertura geográfica das Unidades Alimentares
- Público -alvo garantido
- Oferta variada de serviços- cantina, bar, snack-bar, cafetaria
- Refeições a preços acessíveis
- Sentido de serviço público
- Requalificação das Unidades Alimentares proporcionando comodidade e conforto
- Grande esforço para modernização de equipamentos nas Unidades Alimentares
- Boa relação com stakeholders (estudantes, empresa concessionária, associações de estudantes, entidades parceiras)
- Margem de progressão relativa à curva de aprendizagem e adaptação do concessionário ao setor
- Tempos de espera superior ao esperado relativamente ao serviço de alimentação
- Refeições a preço de custo muito baixo
- Variedade de pratos relativamente pobre
- Rotatividade do concessionário
- Grande rotatividade dos funcionários
- Baixo nível de formação dos funcionários
- Equipa reduzida e ausência de nutricionista
- Fraca estratégia de promoção holística de alimentação saudável e sustentável
- Deficiente grau de informatização
- Modelo de financiamento público
- Diminuição do número de vendas em período de férias escolares, exames, queima das fitas
- Número de turnos/horários não rentáveis

OPORTUNIDADES

AMEAÇAS

AMBIENTE EXTERNO

- Maior preocupação social com a alimentação e o estado de saúde
- Maior consciencialização social para problemáticas ambientais
- Potenciais clientes de outras escolas e instituições
- Utilização de tecnologia para melhoria do serviço prestado aos utilizadores
- Utilização de canais de comunicação para alcançar maior número de utilizadores
- Implementação de novos conceitos ao nível da inovação na área da alimentação social
- Utilizadores mais exigentes em termos de qualidade do serviço prestado
- Possibilidade de estabelecimento de parcerias para melhorar eficiência e sustentabilidade do serviço prestado
- Reconhecimento e prestígio do politécnico do Porto
- Impacto social e económico da pandemia COVID-19 na comunidade P.PORTO
- Impacto económico da pandemia COVID-19 ao nível do concessionário
- Forte concorrência devido à sua proximidade geográfica e à oferta com boa relação qualidade/preço
- Crescente diversidade da população ao nível das escolhas alimentares
- Baixo interesse por este tipo de negócio

Figura 1. Análise SWOT dos SAS do P.PORTO

Na Análise PESTEL (Figura 2) constam os fatores identificados relacionados com a envolvente externa da organização, sendo depois apresentado o seu impacto, por forma a perspetivarem-se traços de mudança cruciais para o plano estratégico.

P FATORES POLÍTICOS

- Políticas governamentais em matérias de ensino superior e ação social, saúde e alimentação
- Medidas e procedimentos em vigor na administração pública, em matéria remuneratória e de contratação pública
- Estratégia nacional direcionada para a promoção de alimentação saudável

S FATORES SOCIAIS

- Envelhecimento da população
- Impacto social da COVID-19 (falta de confiança em comer fora de casa, menor poder de compra)
- Consumidores mais exigentes
- Crescente diversidade de escolhas alimentares
- Multiculturalidade
- Padrões de compra
- Crescente valorização de estilos de vida saudáveis e/ou sustentáveis
- Importância da opinião do consumidor

E FATORES AMBIENTAIS

- Alterações climáticas
- Política ambiental europeia e nacional
- Aumento da consciencialização ambiental por parte dos consumidores

E FATORES ECONÓMICOS

- Tendência económica do país (impacto económico da COVID-19, com possível retração do emprego, menor crescimento económico, menor rendimento das famílias, maior número de estudantes em situação de carência económica)
- Modelo de financiamento público
- Baixo investimento público
- Preço da refeição social definido pelo IAS - Lein.º71/2017
- Poder de compra da população
- Forte concorrência local

T FATORES TECNOLÓGICOS

- Novas tendências e inovação tecnológica
- Rápida absolutização dos equipamentos tecnológicos
- Trabalho nem rede e partilha dos sistemas de informação
- Universalização do acesso à internet e consequente acesso permanente à informação
- Ciber ameaças

L FATORES LEGAIS

- Legislação portuguesa e comunitária respeitante aos géneros alimentícios e aos alimentos em particular
- CODEX Alimentarius
- Sistema HACCP
- Legislação ambiental relevante no setor alimentar
- Legislação de proteção do consumidor

Figura 2. Análise PESTEL dos SAS do P.PORTO.

O impacto dos **fatores políticos** são:

Na autonomia dos SAS do P.PORTO e nos seus procedimentos de contratação;
Implementação de soluções para obter ganhos de eficácia;
Maior ajustamento organizativo;
Novas oportunidades de crescimento e de melhoria da qualidade do serviço prestado.

O impacto dos **fatores económicos** são:

Dificuldade de financiamento ao nível de Orçamento de Estado;
Maior ajustamento financeiro e otimização dos recursos existentes;
Necessidade de monitorização das estratégias do mercado;
Esforço para a implementação de projetos de responsabilidade social (apoio a estudantes).

O impacto dos **fatores tecnológicos** são:

- Possível redução global do número de refeições servidas;
- Esforço para o desenvolvimento de novas estratégias a nível alimentar, como o serviço de take-away;
- Necessidade de avaliar periodicamente o grau de satisfação dos utilizadores;
- Esforço para a melhoria contínua da qualidade do serviço de alimentação;
- Ajustamento da oferta disponível nas Unidades Alimentares.

O impacto dos **fatores ambientais** são:

- Desenvolvimento de uma política interna de sustentabilidade, evoluindo para serviços socialmente responsáveis;
- Monitorização e redução do desperdício alimentar;
- Promoção do consumo de água da rede pública;
- Separação de resíduos e redução do consumo de plástico;
- Esforço no investimento de equipamentos mais sustentáveis;
Possibilidade de estabelecimento de parcerias.

O impacto dos **fatores legais** são:

- Garantir o cumprimento de todos os requisitos legais aplicáveis;
- Esforço na implementação de procedimentos para melhor gestão do cumprimento dos requisitos legais.

Os principais stakeholders dos SAS do P.PORTO, com um grau de interesse elevado em relação a performance da instituição são:

- Os seus clientes, nomeadamente os estudantes, pessoal docente e não docente e investigadores do P.PORTO, que beneficiam de uma gestão de proximidade;
- Presidência, Serviços Comuns, Escolas e demais unidades orgânicas do P.PORTO, pelo apoio institucional;
- Empresa concessionária e colaboradores dos serviços, que são parte integrante para o fornecimento de um serviço de excelência;
- Conselho de Ação Social, o órgão superior de gestão da ação social;
- Associações de estudantes e a Federação Académica do Porto, com os quais os SAS do P.PORTO devem interagir e articular a sua atividade;
- Ministério da Ciência, Tecnologia e Ensino Superior, Ministério da Saúde, Direção Geral do Ensino Superior e Direção Geral da Saúde, com uma importância vital no âmbito de ação dos SAS do P.PORTO;
- Rede de parcerias, tendo em vista interesses comuns, como outros Serviços de Ação Social do país, Municípios da Área Metropolitana do Porto, Águas do Porto, LIPOR, Associação Portuguesa de Nutrição, entre outras organizações.

De forma a dar a conhecer a situação atual do serviço de alimentação dos SAS do P.PORTO, apresentam-se de seguida algumas informações gráficas consideradas pertinentes e uma reflexão sobre as mesmas.

A Figura 3 revela que mais de metade dos utilizadores das Unidades Alimentares recorrem a este serviço mais de 3 a 4 vezes por semana, sendo esta uma percentagem significativa e que deve ser tida em conta na gestão destas unidades. Os números explanados justificam um investimento crescente nestes serviços, procurando a sua melhoria e evolução constantes, por forma a fidelizar os utilizadores atuais e captar novos clientes. Ademais, estes números comprovam manifestamente a importância da existência destes serviços no dia a dia da comunidade do P.PORTO.

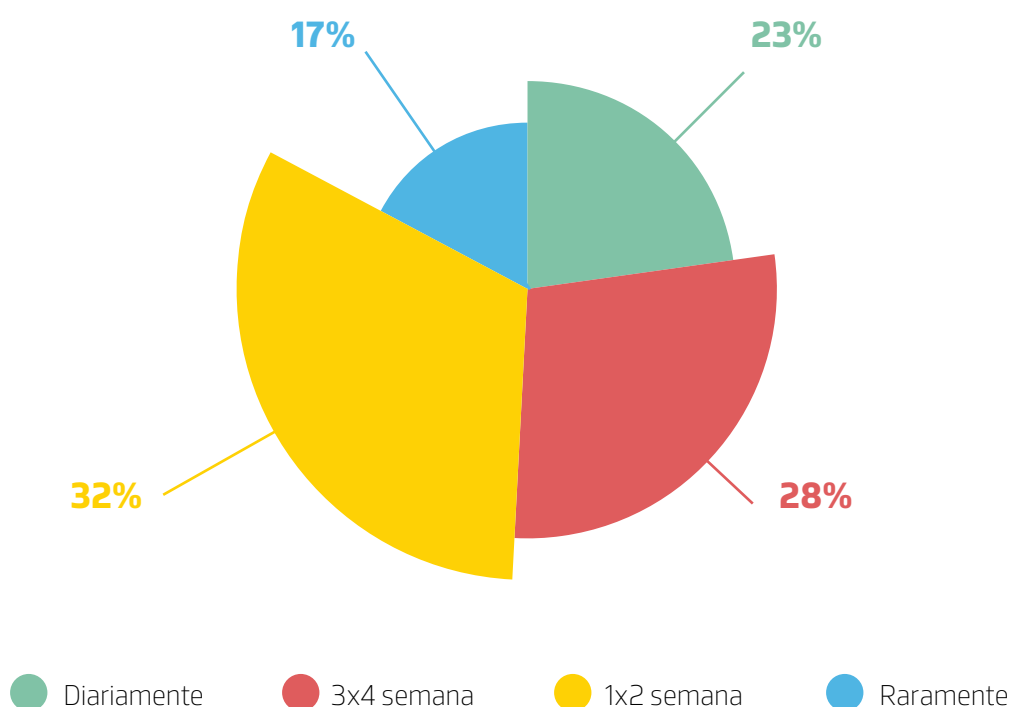


Figura 3. Frequência de utilização das Unidades Alimentares, por percentagem de utilizadores (2019).

De acordo com os dados do inquérito de satisfação de dezembro de 2019, 41% dos utilizadores encontram-se satisfeitos ou muito satisfeitos com a relação qualidade/preço das refeições (Figura 4). Ainda assim, há trabalho a desenvolver neste âmbito de forma a aumentar o leque de indivíduos com nível de satisfação elevado relativamente ao serviço prestado.

Sobre a satisfação com a variedade de ementas, apenas 20% dos inquiridos respondem estar satisfeitos (Figura 5), o que revela uma necessidade de intervenção ao nível da sua adequação nutricional, características sensoriais, utilização de matérias primas diferenciadas, variadas e apelativas.

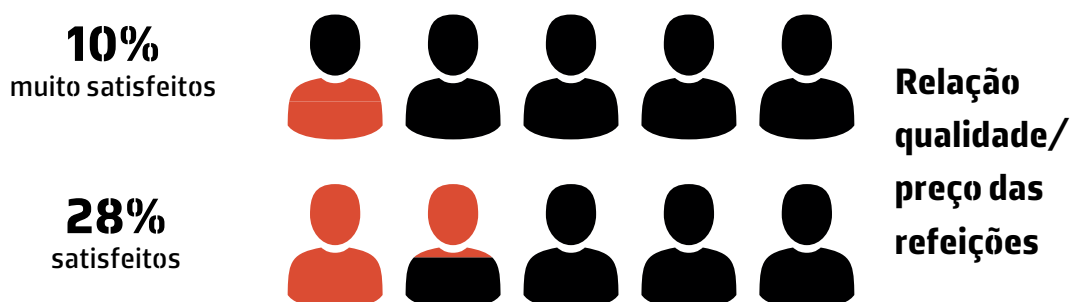


Figura 4. Grau de satisfação dos utilizadores com a relação qualidade/preço das refeições (2019).

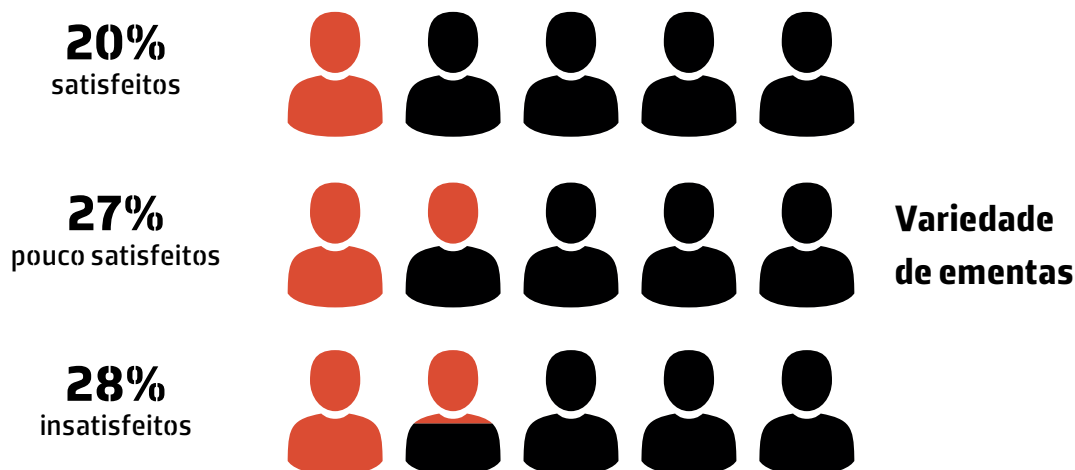


Figura 5. Grau de satisfação dos utilizadores com a variedade de ementas (2019).

Pela análise da Figura 6, constata-se que existe algum descontentamento relativamente ao sabor das refeições servidas. Tal pode justificar uma intervenção focada na formação dos colaboradores (cozinheiros e preparadores), na melhoria das fichas técnicas já existentes, bem como na formulação de outras.

Relativamente à satisfação com as doses servidas, a Figura 7 denota que 33% dos utilizadores encontram-se satisfeitos. Apesar destes resultados serem positivos, existe margem para melhoria, quer na revisão das capitações pré-definidas, quer na formação de colaboradores.

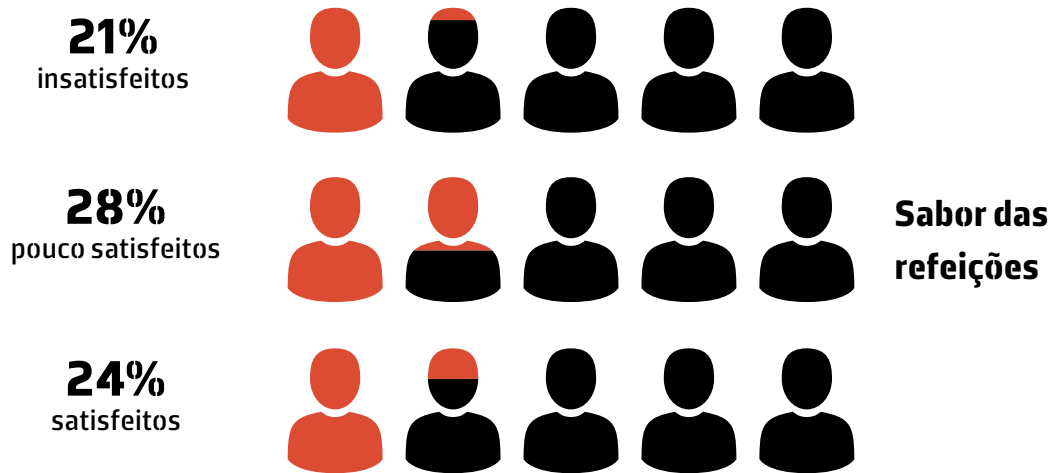


Figura 6. Grau de satisfação dos utilizadores com o sabor das refeições (2019).

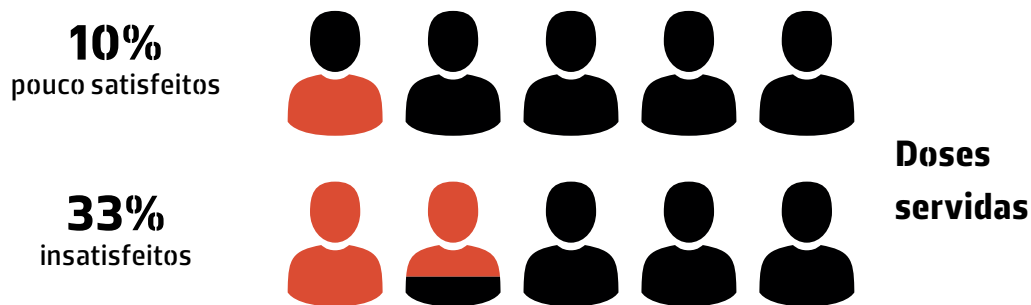


Figura 7. Grau de satisfação dos utilizadores com as doses servidas (2019).

De acordo com a Figura 8, 74% dos inquiridos não consideram o número de colaboradores suficiente. Este resultado justifica o grau de insatisfação com o tempo de espera do serviço. Por consequência, uma intervenção na tipologia de serviço, nomeadamente a pré-marcação de refeições, serviço de take-away, serviço de refeições express, grab & go, entre outros, pode dar resposta às necessidades da comunidade do P.PORTO. Já 43% dos utilizadores encontram-se positivamente agradados com a apresentação e higiene dos funcionários, um fator considerado crucial e que se apresenta como alvo constante de ações e monitorização.



Figura 8. Grau de satisfação dos utilizadores com o funcionamento do serviço e com os funcionários (2019).

No que concerne às infraestruturas das Unidades Alimentares dos SAS do P.PORTO, a Figura 9 aponta alguma exigência pertinente por parte dos seus utilizadores. Dada a grande oferta que o mercado apresenta, justifica-se que o consumidor exija cada vez mais qualidade em relação aos serviços a que recorre. Este é um aspeto a perseguir e que deverá motivar os SAS do P.PORTO a diferenciar-se das restantes ofertas existentes, atingindo um serviço de excelência.

Enquanto Instituição de longa data, os SAS do P.PORTO possuem um edificado que requer manutenção constante, sendo um dos seus objetivos primordiais a requalificação e reabilitação das suas Unidades Alimentares, que contribuirão certamente para melhorar os resultados relativamente aos atributos abaixo apresentados.

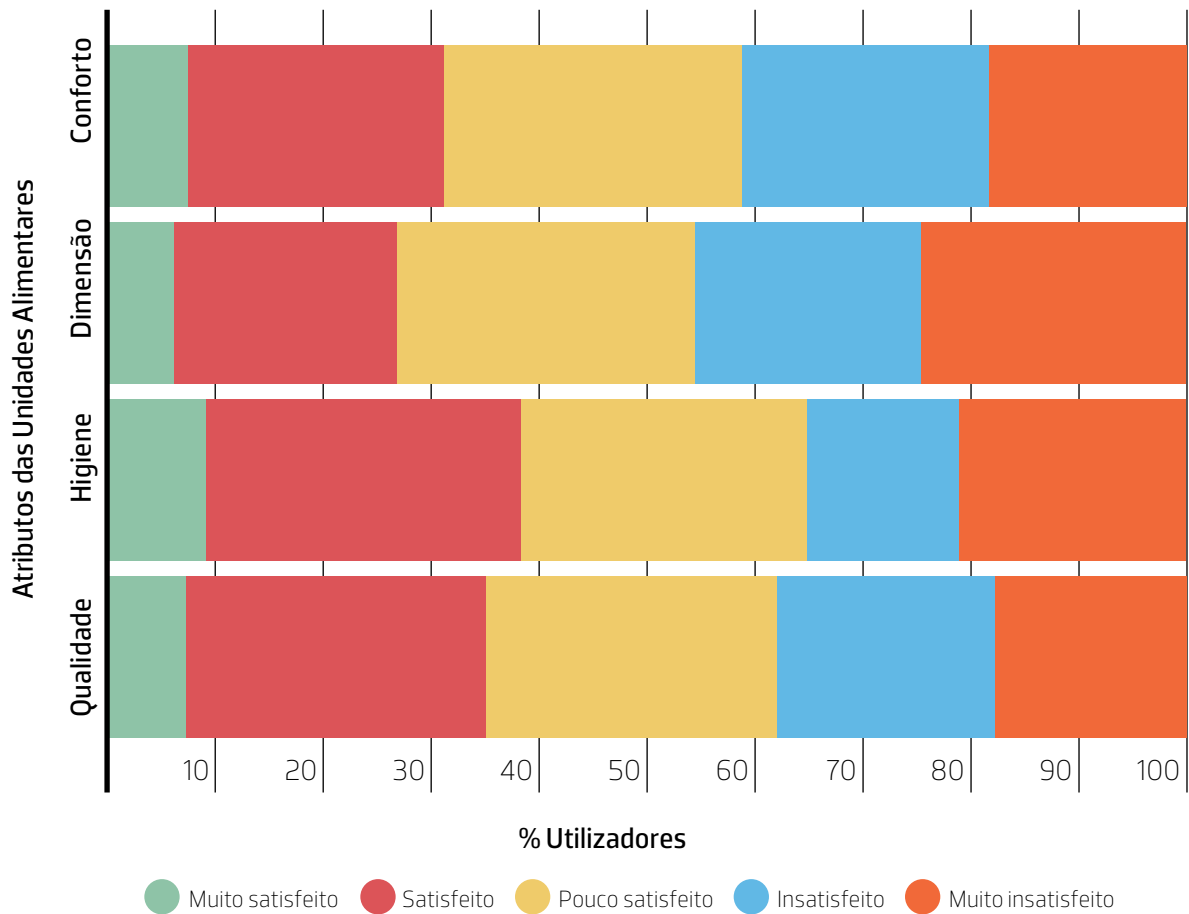


Figura 9. Grau de satisfação com os atributos das instalações das Unidades Alimentares (2019).

3

LINHAS DE ORIENTAÇÃO PARA A PROMOÇÃO DA ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL



A missão dos SAS do P.PORTO deve priorizar cada vez mais ações no âmbito da promoção da saúde e bem-estar e da melhoria do estado nutricional da sua comunidade. Assumindo este propósito, os SAS do P.PORTO apresentam uma estratégia para a promoção da alimentação saudável no P.PORTO, dirigida a toda a comunidade académica, em especial, aos seus estudantes.

A definição de uma estratégia ambiciosa, com objetivos traçados a médio e longo prazos, que responde a necessidades identificadas e adaptada à realidade local, permitiu definir a melhor estratégia a nível alimentar para a comunidade do P.PORTO.

Em paralelo à estratégia apresentada, os SAS do P.PORTO continuam a investir no controlo e garantia da **segurança e qualidade alimentar**, através de acompanhamento técnico e de supervisão, certos da necessidade de melhoria contínua dos serviços e da relevância de uma gestão integrada.

Tendo em conta os desafios atuais, a estratégia apresentada ultrapassa as questões centradas na alimentação, incluindo também o conceito de **desenvolvimento sustentável**, com o objetivo máximo de promoção da sustentabilidade. Os SAS do P.PORTO assumem como preocupações inerentes à sua ação, a proteção ambiental, a prosperidade económica e a equidade social.

A estratégia para a promoção da alimentação saudável dos SAS do P.PORTO pretende estar alinhada com a Estratégia Integrada para a Promoção da Alimentação Saudável (EIPAS), uma estratégia inter-setorial consensualizada por 7 Ministérios diferentes e coordenada pela Direção Geral da Saúde. Publicada em 2017 através do Despacho n.º 11418/2017, de 29 de dezembro, tem como objetivo incentivar o consumo alimentar adequado e a conseqüente melhoria do estado nutricional dos cidadãos, com impacto direto na prevenção e controlo das doenças crónicas.

Esta estratégia assenta em 6 eixos estratégicos:

Eixo 1: modificar o meio ambiente onde as pessoas escolhem e compram alimentos através da modificação da disponibilidade de alimentos em certos espaços físicos e promoção da reformulação de determinadas categorias de alimentos.

Eixo 2: melhorar a qualidade e acessibilidade da informação disponível ao consumidor, de modo a informar e capacitar os cidadãos para escolhas alimentares saudáveis.

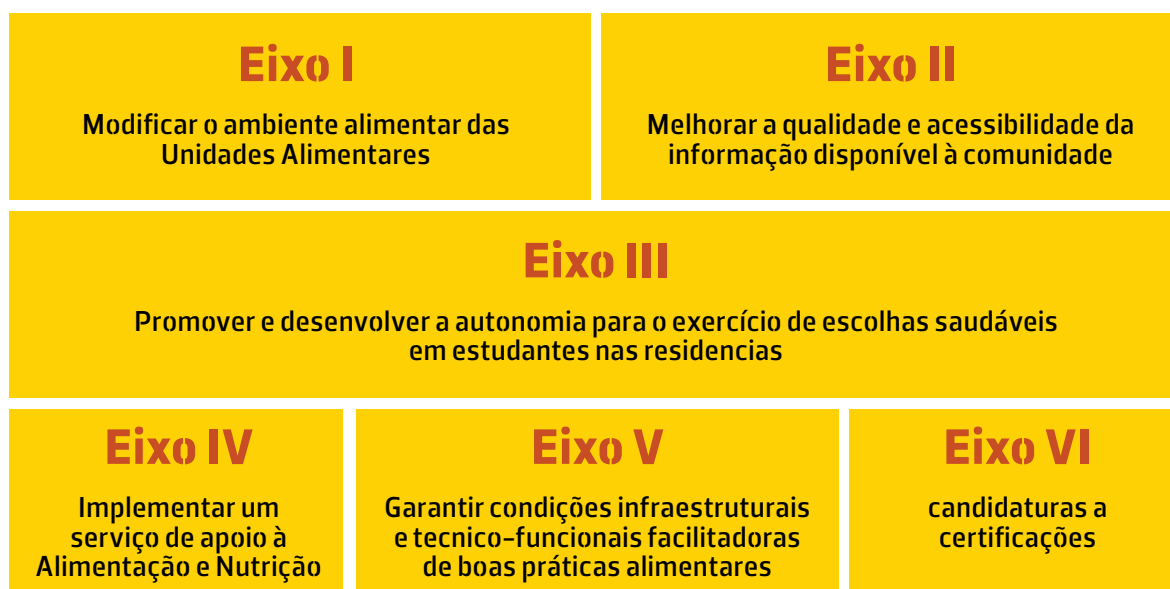
Eixo 3: promover e desenvolver a literacia e autonomia para o exercício de escolhas saudáveis pelo consumidor.

Eixo 4: promover a inovação e o empreendedorismo direcionado à área da promoção da alimentação saudável.

Eixo 5: fornecer as melhores condições ao operador das Unidades Alimentares, de forma a garantir a satisfação dos seus utilizadores; implementação de medidas de proteção ambiental.

Eixo 6: garantir o cumprimento de todas as normas de higiene e HACCP, assegurando assim a segurança alimentar.

Por seu turno, as áreas de intervenção prioritárias no âmbito da estratégia dos SAS do **P.PORTO** são:





As Instituições de Ensino Superior são espaços destinados à educação e formação, pelo que se devem envolver ativamente na capacitação dos seus estudantes, para que estes mais facilmente sejam cidadãos saudáveis, bem como oferecer serviços que favoreçam uma alimentação saudável, ao nível das Unidades de Alimentação e das Residências estudantis. Num ambiente de instrução, a alimentação não deve ser exceção, pelo que promover uma alimentação saudável significa, também, promover uma aprendizagem verdadeiramente eficaz.

A entrada no ensino superior marca uma etapa da vida de um jovem adulto, que está associada a um conjunto de mudanças e a um nível maior de independência. Este período pode ser considerado crítico e de risco para os estudantes quanto à sua alimentação, com alterações de comportamentos que contribuem negativamente para a sua saúde e bemestar (Deforche B et al., 2015; Stok FM et al., 2018).

Segundo a literatura, a transição para o ensino superior está associada a um padrão de consumo com refeições irregulares, a título de exemplo, não tomar o pequeno almoço, a menor consumo de hortofrutícolas, a maior consumo de produtos alimentares de elevada densidade energética e do tipo fast-food e ao afastamento do tradicional padrão alimentar mediterrânico. Outros comportamentos de risco, como o maior consumo de álcool e a inatividade física, parecem aumentar nesta fase de transição (Deforche B et al., 2015; Thorpe MG et al., 2014; Harker D et al., 2010; Hilger J et al., 2017; Martins MJRL, 2009; Moreno-Gómez et al., 2012; El Ansari W et al., 2012; Small M et al., 2013; Teleman AA et al., 2015). Também tem sido mencionado o aumento do peso dos estudantes, com possível evolução para estados de pré-obesidade e obesidade (Deforche B et al., 2015; Vella-Zarb RA e Elgar FJ, 2009; Crombie AP et al., 2009; Racette SB et al., 2008).

Por um lado, muitos estudantes encontram-se deslocados e afastados das rotinas alimentares e de atividades físicas familiares, por outro lado, a falta de tempo, de motivação e de competências para a preparação e confeção de refeições, podem justificar alterações nos hábitos alimentares. Acresce o stress e a ansiedade inerentes a esta transição, que acabam por se prolongar ao longo do ensino superior, aquando da época de exames, por exemplo. Nas relações interpessoais, o convívio entre colegas pode promover uma maior ingestão de álcool, e, possivelmente, refeições pobres do ponto de vista nutricional (Harker D et al., 2010; Deliens T et al., 2014; Lupi S et al., 2015; Hilger J et al., 2017; Sogari G et al., 2018; Hilger-Kolb J et al., 2019; Thurber CA e Walton EA, 2012). Assim, muitos estudantes tendem a praticar estilos de vida pouco saudáveis, colocando-os em risco de desenvolver problemas de saúde, com seguimento na vida adulta desta população melhor qualificada.

EIXO ESTRATÉGICO I

Modificar o ambiente alimentar das Unidades Alimentares

Uma vez que os hábitos alimentares que se criam no início da idade adulta podem condicionar fortemente os hábitos alimentares mais tarde (Papadaki A et al., 2007; Allom V e Mullan B, 2014; Thorpe MG et al., 2014), os SAS do P.PORTO apresentam uma estratégia alimentar integrada para a sua comunidade, reconhecendo a importância de contribuir para melhorar os hábitos alimentares dos estudantes do ensino superior.

A relação entre alimentação e saúde é hoje conhecida. Em Portugal, os hábitos alimentares inadequados são um dos principais determinantes do estado de saúde, contribuindo para a perda de anos de vida saudável (IHME, 2016; DGS, 2017).

Segundo os dados do último Inquérito Alimentar Nacional e de Atividade Física, 56% dos adultos portugueses (18-64 anos) apresenta um consumo diário de hortofrutícolas inferior à recomendação da Organização Mundial de Saúde (OMS). Relativamente à ingestão de açúcar, 24% dos adultos portugueses ultrapassa a recomendação da OMS, sendo que os doces e os refrigerantes são os alimentos que mais contribuem para o seu aporte. Também a ingestão média de sal se mostra superior às recomendações da OMS (Lopes C et al., 2017).

Considerando que a saúde e o bem-estar da comunidade académica são influenciados pelo ambiente em que esta se encontra diariamente, os SAS do P.PORTO identificam um conjunto de medidas que permitem a melhoria da oferta alimentar do regime de self-service e de cafetaria, bar ou snack-bar da sua instituição, facilitando a atratividade e o acesso a escolhas alimentares saudáveis.

O Eixo Estratégico I apresenta duas áreas de intervenção prioritárias: **a melhoria da oferta alimentar disponível das Unidades Alimentares**, assim como a **monitorização da composição nutricional da oferta alimentar**.

EIXO ESTRATÉGICO I

Medidas e Indicadores de Desempenho

MEDIDA 1

Melhoria da oferta alimentar disponível na refeição social em regime self-service

1. Aumentar a oferta e diversidade de hortícolas como acompanhamento das refeições servidas, respeitando a sua sazonalidade;
2. Aumentar a oferta de leguminosas nas refeições servidas;
3. Aumentar a oferta e diversidade de fruta da época como sobremesa;
4. Promover um dia com refeições sem carne, pescado ou derivados, inicialmente, uma vez por semestre;
5. Aumentar a oferta da variedade de pão disponível, feito a partir de farinhas pouco refinadas, e com pouco sal;
6. Utilizar o azeite como gordura preferencial, tanto para cozinhar, como para temperar;
7. Aumentar a disponibilidade de água da rede pública e de água aromatizada não açucarada em local bem visível;

MEDIDA 2

Melhoria da oferta alimentar disponível no bar, snack-bar ou cafetaria

1. Aumentar a disponibilidade de água, através da disponibilização de água pública de forma gratuita, nomeadamente através de jarros de água disponíveis e visíveis;
2. Disponibilizar opções alimentares saudáveis de forma bem visível;
3. Reduzir a oferta de refrigerantes, preparados de refrigerantes, sumos industrializados e outras bebidas açucaradas;
4. Aumentar a oferta de batidos de leite com fruta fresca ou congelada, sumos de fruta naturais e/ou comerciais "100% sumo" e águas aromatizadas, sem açúcares e/ou edulcorantes adicionados;
5. Aumentar a oferta da variedade de pão, feito a partir de farinhas pouco refinadas e com pouco sal, como pão de centeio, mistura de cereais, alfarroba, entre outros;

6. Não disponibilizar pastéis com massa folhada e/ou creme, à exceção do pastel de natal, com preferência por bolos à fatia, se possível confeccionados nas Unidades Alimentares, com menores teores de açúcar e gordura, e com adição de iogurte, fruta, especiarias, entre outros;
7. Não disponibilizar marmelada, geleias e compotas com teor de açúcares superior a 50%;
8. Não disponibilizar guloseimas, como pastilhas elásticas com açúcar, rebuçados, caramelos, chupas ou gomas, e chocolates com embalagens superiores a 50 g;
9. Limitar a oferta de bolachas, biscoitos e barras de cereais, com preferência por doses individuais com baixo teor em lípidos, açúcares e sal;
10. Reduzir a oferta de géneros alimentícios industrializados que contenham sal em grandes quantidades (ex. batatas fritas de pacote, entre outros);
11. Diminuir a disponibilidade de sandes ou outros produtos que tenham chouriço, salsicha, chouriço, mortadela, linguiça, presunto, bacon, entre outros produtos de charcutaria ricos em lípidos e sal;
12. Não publicitar produtos salgados, de pastelaria, charcutaria, bolachas e biscoitos, guloseimas, chocolates, snacks doces ou salgados, sobremesas doces, sandes ou outros produtos que contenham ketchup, maionese ou mostarda, refeições rápidas como hambúrguer, cachorro quente, pizza e lasanha, refrigerantes e bebidas com álcool.

MEDIDA 3

Monitorização da composição nutricional da oferta alimentar nas Unidades Alimentares

1. Redução gradual das percentagens de açúcar, gordura e sal contidas nas fichas técnicas das confeções;
2. Revisão de ementas e de fichas técnicas, com vista à melhoria da adequação nutricional à população estudantil, das características sensoriais e da qualidade alimentar das refeições servidas.

INDICADORES DE DESEMPENHO

METAS 2025 2030

Número de publicações acerca de alterações baseadas na Reavaliação de Ementas das Unidades Alimentares.	2	4
Número de revisões das cláusulas técnicas do Caderno de Encargos para adjudicação do serviço de refeições.	2	4
Percentagem de confeções monitorizadas relativamente ao teor de açúcar, gordura e sal, por ano.	50%	50%
Percentagem de de ementas e fichas técnicas revistas, por ano	50%	50%

EIXO ESTRATÉGICO II

Melhorar a qualidade e acessibilidade da informação disponível à comunidade

Os SAS do P.PORTO estão comprometidos com o aumento e a melhoria da informação sobre alimentação saudável e sustentabilidade alimentar na comunidade. A otimização dos níveis de literacia, com promoção do espírito crítico, apresenta-se como uma estratégia potencialmente capaz de orientar positivamente tomadas de decisão, levando a mudanças de comportamento e de estilos de vida.

Neste sentido, pretende-se envolver e dotar a comunidade de competências, para que possam aceder, compreender e utilizar informação de qualidade. O Eixo Estratégico II identifica **iniciativas que facilitam o acesso a informação por parte da comunidade do P.PORTO**, para uma escolha informada. Ademais, pretende-se promover a reflexão sobre boas práticas que fomentem ganhos em saúde e nos ecossistemas ao nível da alimentação social no ensino superior.

MEDIDAS

1. Promover a realização de campanhas de educação alimentar, com o objetivo de informar e capacitar para a adoção de escolhas alimentares saudáveis e gestão adequada da própria alimentação;
2. Promover a Dieta Mediterrânica, de forma a potenciar a adesão da comunidade a este padrão alimentar;
3. Promover a realização de campanhas de sensibilização sobre sustentabilidade alimentar, com o objetivo de informar e estimular a mudança de atitudes e comportamentos face ao ambiente decorrentes de práticas alimentares;
4. Utilizar os novos meios de comunicação digital para promover mensagens de qualidade sobre alimentação saudável e sustentabilidade alimentar;
5. Promover o empreendedorismo direcionado à área da promoção da alimentação saudável, eventualmente através da sua discussão no Congresso Nacional de Ação Social no Ensino Superior.

INDICADORES DE DESEMPENHO

METAS 2025 2030

Número de campanhas de sensibilização.	6	1
Número de publicações nas redes sociais.	90	165
Números de inscrições no Congresso Nacional de Ação Social no Ensino Superior.	200	n/a

EIXO ESTRATÉGICO III

Promover e desenvolver a autonomia para o exercício de escolhas saudáveis em estudantes nas Residências

No âmbito das suas atribuições, os SAS do P.PORTO promovem o acolhimento dos estudantes que prosseguem os seus estudos no seio da estrutura do P.PORTO. A atribuição de alojamento numa das residências destina-se a estudantes que, pelas suas condições socioeconómicas, pela distância ou dificuldade de transporte, não possam residir com o agregado familiar durante o ano letivo e necessitem, por isso, de alojamento adequado e com as condições necessárias para a prossecução dos seus estudos da melhor forma possível. Atualmente, estão disponíveis seis residências de estudantes, quatro delas no concelho do Porto e duas em Vila do Conde. As residências do P.PORTO têm passado por um processo de melhoria contínua, aperfeiçoando os equipamentos disponíveis, conforto e funcionalidade, de modo a facilitar o quotidiano dos estudantes.

Na comunidade académica, mas em especial nos estudantes alojados em residências, é possível, de forma mais direta, a sua **capacitação para preparar refeições ricas nutricionalmente, saborosas, de fácil preparação e acessíveis**. A capacidade de cozinhar está por norma associada a uma alimentação mais saudável, que se aproxima das recomendações nutricionais. Além disso, uma maior aptidão culinária associa-se a uma maior adesão ao Padrão Alimentar Mediterrânico (Santos S e Rodrigues S, 2015).

Assim, os SAS do P.PORTO definem algumas medidas que incentivam a realização de confeções culinárias em conjunto com outros colegas, promovendo a melhoria dos hábitos alimentares dos estudantes, bem como a diminuição dos gastos em dinheiro e tempo. Adicionalmente, e em sintonia com o processo de qualificação das residências, revela-se crucial a existência de um **local funcional, capaz de responder às necessidades de armazenamento, preparação, confeção, conservação e consumo de alimentos**. Estas medidas seguem aquelas apresentadas no e-book sobre “Linhas de Orientação para a oferta alimentar em residências universitárias” da autoria da Direção Geral da Saúde (DGS, 2015).

EIXO ESTRATÉGICO III

Medidas e Indicadores de Desempenho

MEDIDAS

1. Promover a confeção de refeições saudáveis pelos estudantes, através da realização anual de workshops nas residências (RESI.COOK) e disponibilização de receitas;
2. Disponibilizar informação nas residências sobre recomendações alimentares e nutricionais, higiene e segurança alimentar, compra, armazenamento e confeção adequada, saudável, fácil e acessível;
3. Assegurar condições para que a confeção de refeições nas residências estudantis seja facilitada e incentivada.

INDICADORES DE DESEMPENHO

METAS 2025 2030

Número de <i>workshops</i> realizados, por residência estudantil.	5	10
Número de suportes informativos desenvolvidos e distribuídos, por residência estudantil.	10	20
Número de livros de receitas desenvolvidos.	0	1

EIXO ESTRATÉGICO IV

Implementar um serviço de apoio à alimentação e nutrição

A prevalência de doenças crónicas não transmissíveis, as quais se associam a desequilíbrios nutricionais, atingem níveis preocupantes (IHME, 2016; DGS, 2017). A alimentação é considerada um dos principais fatores de risco modificáveis relacionados com seu desenvolvimento (WHO/FAO, 2003). Dada a influência da alimentação e nutrição na melhoria do estado de saúde e a relevância que estas assumem na prevenção da doença, os SAS do P.PORTO pretendem posicionar-se nesta área de forma estruturada, através da implementação de um serviço de apoio à Alimentação e Nutrição. Através do investimento numa intervenção alimentar/nutricional individualizada, destinada aos membros da comunidade académica que a desejarem, será possível obter um impacto positivo ao nível da sua saúde mental e física, estado nutricional e qualidade de vida, que se traduzirá certamente numa redução de despesas em cuidados de saúde.

A missão do Serviço de Apoio à Alimentação e Nutrição passa por:

- Disponibilizar um Serviço de Alimentação e Nutrição à comunidade académica, de forma gratuita, com a finalidade de intervir e monitorizar o estado nutricional dos indivíduos, nomeadamente:
 - Prestar aconselhamento alimentar, de forma a corrigir hábitos alimentares incorretos e fomentar a prática de uma alimentação adequada;
 - Elaborar planos alimentares individualizados, sempre que necessário;
 - Analisar a evolução e a adesão à intervenção ao longo do tempo e proceder ao seu reajuste se oportuno.
- Contribuir para a investigação na área da alimentação e nutrição com foco em estudantes do ensino superior, de forma a melhor intervir futuramente.
- Colaborar com entidades parceiras e outros setores, nomeadamente do desporto, autarquias, ou outras instituições de ensino superior, de forma a promover ações e projetos transversais, que promovam a adoção de hábitos alimentares saudáveis.

EIXO ESTRATÉGICO IV

Medidas e Indicadores de Desempenho

MEDIDAS

Implementar o serviço de apoio à Alimentação e Nutrição.

INDICADORES DE DESEMPENHO

METAS 2025 2030

Número de contratações de profissionais com formação base em Ciências da Nutrição.

1

n/a

Número de atendimentos realizados pelo serviço de Apoio à Alimentação e Nutrição.

900

2700

EIXO ESTRATÉGICO V

Garantir condições infraestruturais e técnico-funcionais facilitadoras de boas práticas alimentares e sustentáveis

Um dos objetivos permanentes dos SAS do P.PORTO assenta na melhoria contínua e no cumprimento dos requisitos ao nível da segurança e qualidade alimentar, assim como de sustentabilidade. Como tal, várias são as medidas que devem ser adotadas por forma a garantir boas práticas alimentares e sustentáveis nas Unidades Alimentares ao nível das condições infraestruturais e técnico-funcionais.

A realização de **obras de requalificação** pretende dar resposta a obrigações de conformidade ao nível da higiene e segurança alimentar, que racionalizem recursos, com redução de custos operacionais, apostando ainda nas potencialidades do espaço. As Unidades Alimentares podem ser transformadas em espaços com múltiplas valências e elevados padrões de conforto, disponibilizando à comunidade académica não só Unidades Alimentares com melhores condições, mas, também um espaço de estudo, lazer e convívio diário, rentabilizando a estrutura e equipamento em prol da comunidade académica do P.PORTO.

Também a **formação dos recursos humanos** se mostra crucial e imprescindível para assegurar um serviço que se pautar por boas práticas ao nível da alimentação e sustentabilidade. O envolvimento e a integração dos colaboradores com os objetivos e metas da instituição são essenciais para o cumprimento dos mesmos. Deste modo, os SAS do P.PORTO ambicionam dinamizar ações de formação para os colaboradores afetos às Unidades Alimentares, em articulação com a empresa concessionária, que contribuam para a melhoria dos métodos de trabalho.

Dada a crise climática atual, os SAS do P.PORTO integram neste plano estratégico medidas que pretendem mitigar, contribuindo para melhorar o futuro do planeta, tornando-o mais verde e limpo. Estas medidas refletem a consciencialização institucional e a capacidade dos SAS do P.PORTO em integrar o conceito de **desenvolvimento sustentável** nas suas ações diárias.

EIXO ESTRATÉGICO V

Medidas e Indicadores de Desempenho

MEDIDA 1

Requalificação das Unidades Alimentares

1. Conclusão de obras de requalificação da Unidade Alimentar do Instituto Superior de Contabilidade e Administração do Porto (ISCAP) e da Escola Superior de Educação do Politécnico do Porto (ESE);
2. Renovação da linha de self-service e requalificação do Snack Bar da Unidade Alimentar do Instituto Superior de Engenharia do Porto (ISEP);
3. Desenvolver intervenções de melhoria no snack-bar do Campus II do Politécnico do Porto;
4. Análise de diagnóstico, auscultação e levantamento de necessidades nas Unidades Alimentares, de forma periódica.

MEDIDA 2

Formação de colaboradores afetos às Unidades Alimentares

1. Dotar os colaboradores com conhecimentos, técnicas e atitudes adequadas e integradas no sistema de produção de refeições, através de ações de formação anuais. Os planos de formação devem incluir, entre outras, as seguintes temáticas: separação e gestão de resíduos, rentabilização de recursos e minimização de desperdícios para minimização do impacto ambiental, adequação do empratamento, noções de alimentação saudável na restauração coletiva e relacionamento com o cliente no atendimento;
2. Incluir a garantia de que será ministrada aos colaboradores formação adequada no que se refere às boas práticas ao nível da alimentação e sustentabilidade, nas cláusulas técnicas do caderno de encargos para adjudicação do serviço de refeições.

EIXO ESTRATÉGICO V

Medidas e Indicadores de Desempenho

MEDIDA 3

Implementação de medidas de sustentabilidade ambiental nas Unidades Alimentares

Redução do consumo de papel e plástico

1. Informatização do sistema de pré-marcação de refeições nas cantinas;
2. Eliminação dos sacos dos talheres das refeições e toalhetes individuais de tabuleiro;
3. Não utilização de materiais plásticos, nomeadamente palhinhas, copos e talheres, podendo estes serem substituídos preferencialmente pelo uso de loiça ou por materiais alternativo biodegradáveis ou reutilizáveis ecológicos;
4. Minimização do embalamento através da disponibilização de pão a granel;
5. Disponibilização de garrafas de água de plástico apenas de tamanho superior a 0,5L, nas cafetarias/bares dos SAS do P.PORTO;
6. Promoção de consumo de água da rede pública em qualquer evento promovido pelos SAS do P.PORTO;
7. Reforço deste compromisso de sustentabilidade em todos os eventos e atividades levados a cabo pelos SAS P.PORTO, almejando a redução da pegada ecológica dos mesmos.

Redução dos Consumos Energético

1. Implementação de medidas de redução de consumos energéticos, através da aquisição gradual de equipamentos de elevada eficiência energética e transição para lâmpadas led de baixo consumo;
2. Manutenção preventiva dos equipamentos.

Promoção da Gestão de Resíduos

1. Separação de resíduos em todas as Unidades Alimentares e encaminhamento para reciclagem;
2. Promoção da valorização orgânica e encaminhamento do lixo orgânico para compostagem;
3. Monitorização das quantidades de resíduos encaminhados para reciclagem;
4. Gestão e tratamento das gorduras e óleos alimentares, com redução da sua utilização e respetivo encaminhamento para reciclagem.

Redução do desperdício alimentar

1. Monitorização e quantificação do desperdício alimentar;
2. Implementação de medidas de racionalização e redução do desperdício ao nível da produção e consumo:

- **Produção:**

- Planeamento adequado dos alimentos e quantidades a confeccionar;
- Utilização de alimentos de produção local e da época, sempre que possível;
- Utilização das porções dos hortofrutícolas normalmente não consumidas, como cascas e talos, quando aplicável

- **Consumo:**

- Pré-marcação de refeições obrigatória;
- Sensibilização da comunidade académica para a necessidade de consumo responsável, quer ajustando o pedido às suas necessidades, quer aceitando apenas o que pretende consumir;
- Implementação do “Quanto basta”, um menu de refeição que possibilite duas opções de escolha – um prato de tamanho médio e um prato de tamanho inferior.

MEDIDA 4

Avaliação do grau de satisfação do serviço de alimentação

1. Avaliar o grau de satisfação e a opinião dos utentes das Unidades Alimentares dos SAS do Politécnico do Porto relativamente aos ambientes externo e interno, funcionários, serviço prestado, refeição servida, entre outros, através da aplicação de um inquérito semestral.

INDICADORES DE DESEMPENHO

METAS 2025 2030

Número de intervenções efetuadas em infraestruturas.	4	n/a
Número de ações de formação aos colaboradores das Unidades Alimentares, por ano.	1	1
Números de revisões das cláusulas técnicas do Caderno de Encargos para adjudicação dos serviços de refeições	2	4
Número de avaliações relativas ao grau de satisfação dos utilizadores das Unidades Alimentares, por ano.	2	2
Número total de refeições servidas, por ano.	175 000	200 000
Número de participações Projeto “Dose Certa” promovido pela LIPOR, por ano.	1	1
Transição para lâmpadas led de baixo consumo.	50%	100%
Número de ecopontos instalados em zonas técnicas/preparação de refeições.	50%	100%
Números de refeições servidas do menu “Quanto Basta”	43 750	50 000

EIXO ESTRATÉGICO VI

Candidatura a certificações

A certificação de sistemas de gestão revela-se de extrema importância pois demonstra às partes interessadas que a organização implementou e mantém esse mesmo sistema de gestão comprovado, reforçando a confiança nos utilizadores dos seus serviços. A candidatura a certificações comprova a procura constante pela melhoria dos serviços prestados pelos SAS do P.PORTO.

Se existe área para a qual os consumidores em geral estão mais sensíveis é para com a segurança alimentar, uma vez que contactam com esta questão na sua rotina diária. Concretamente, a candidatura à certificação ISO 22000 – Sistema de Gestão da Segurança Alimentar, tem como base a adoção de boas práticas de gestão de segurança alimentar. Uma organização certificada por esta norma demonstra ao mercado que tem um sistema de gestão da segurança alimentar com capacidade de fornecer produtos seguros, ou que resultem em produtos seguros para o consumidor quando usados segundo a utilização prevista, em conformidade com requisitos legais e regulamentares, bem como os dos clientes, relacionados com a segurança alimentar (ISO, 2018). Os principais benefícios da implementação e posterior certificação de acordo com este referencial são:

- A definição de requisitos genéricos da norma, que permite uma flexibilidade das metodologias a implementar;
- A otimização da gestão dos recursos e melhoria da eficiência na produção de alimentos seguros;
- O aumento da confiança dos clientes e consumidores, pela adoção de padrões elevados de conformidade alimentar.

Ao longo dos próximos anos, os procedimentos internos dos SAS do P.PORTO devem estar orientados com vista à garantia de condições favoráveis à formalização de outras candidaturas consideradas relevantes no seu âmbito de atuação.

EIXO ESTRATÉGICO VI

Medidas e Indicadores de Desempenho

MEDIDAS

Implementação da Norma ISO 22000:2018 nas Unidade Alimentares dos SAS do P.PORTO.

INDICADORES DE DESEMPENHO

METAS 2025 2030

Início do processo de consultoria para certificação ISO 22000:2018..	cumpre	n/a
Submissão do pedido de certificação ISO 22000:2018	cumpre	n/a
Auditoria de concessão ISO 22000:2018	cumpre	cumpre
Obtenção de certificação ISO 22000:2018	cumpre	cumpre

4

OBJETIVOS DE DESENVOLVIMENTO SUSTENTÁVEL 2030

Em 2016, a Organização das Nações Unidas lançou a ambiciosa Agenda para o Desenvolvimento Sustentável até 2030, que apresenta uma visão global para um futuro mais sustentável e inclusivo. Tor-na-se imperativo que as organizações tenham presente o conceito de desenvolvimento sustentável, e que, através das suas tomadas de decisão, contribuam para alcançar os 17 objetivos definidos para a concretização da Agenda 2030 (FAO, 2018).

Os SAS do P.PORTO estão conscientes do seu papel a nível regional, para dar resposta a estes desafios à escala global, pelo que ambicionam traçar um percurso cada vez mais sustentável nas suas ações, atividades e processos diários, com impacto positivo a nível ambiental, económico e social. O Plano Estratégico apresentado dá resposta a 7 dos objetivos apresentados, e está alinhado com os valores organizacionais dos SAS do P.PORTO, explanando o seu compromisso com a sustentabilidade presente e futura do meio envolvente e o seu papel enquanto agente promotor da Agenda 2030.



EIXO ESTRATÉGICO I

- Desenvolvimento de um Manual Interno para Avaliação de Emendas para melhoria da qualidade nutricional da alimentação disponível e das refeições servidas.
- Disponibilização de jarros de água da rede pública, água aromatizada ou chá sem adição de açúcar, de forma gratuita e bem visível nas cantinas.

EIXO ESTRATÉGICO II

- Partilha de informação nas redes sociais do SAS do P.PORTO sobre alimentação e a pandemia da COVID-19 e alimentação adequada na época de exames.
- Desenvolvimento de um Plano Alimentar para as Unidades Alimentares.

EIXO ESTRATÉGICO IV

- Início das obras de requalificação das Unidades Alimentares da ESE e do ISCAP.
- Eliminação dos toalhetes de tabuleiros nas linhas de *selfservice*.
- Não disponibilização de palhinhas de plástico, nem de garrafas de água de plástico <0,5L.
- Disponibilização de pão a granel.
- Aquisição de novos equipamentos com uma maior eficiência energética para as Unidades Alimentares da ESE e ISCAP.
- Monitorização do desperdício alimentar nas Unidades Alimentares do ISEP, Escola Superior de Saúde e Campus 2, no âmbito do Projeto Dose Certa.
- Avaliação do impacto da pandemia por COVID-19 nos serviços de alimentação dos SAS do P.PORTO.
- Avaliação do grau de satisfação dos utilizadores relativamente ao serviço de alimentação.

CRONOGRAMA

- **EI** – Aumentar a oferta de hortofrutícolas e leguminosas, a variedade de pão e de sumos de fruta naturais.
- **EII** – Campanha de promoção do consumo de hortofrutícolas.
- **EV** – Renovar a linha de selfservice e bar do ISEP.
- **EV** – Formação aos colaboradores sobre desperdício alimentar.
- **EV** – Informatização do sistema de marcação de refeições.

2021

- **EI** – Disponibilizar refeição sem carne ou pescado.
- **EI** – Revisão de ementas e fichas técnicas.
- **EII** – Campanha de promoção do consumo de água.
- **EII** – Congresso Nacional de Ação Social.
- **EV** – Formação aos colaboradores sobre HACCP.
- **EV** – Promoção da gestão de resíduos.
- **EVI** – Início do processo de consultoria para certificação ISO 22000.

2022

- **EII** – Campanha de promoção da Dieta Mediterrânica.
- **EIV** – Implementação do Serviço de apoio à Alimentação e Nutrição.
- **EV** – Intervenção de melhoria no snack-bar do Campus II.
- **EV** – Formação aos colaboradores sobre receção e armazenagem de matérias-primas.

2023

- **EI** – Não publicitação de produtos alimentares inadequados do ponto de vista nutricional.
- **EII** – Campanha de sensibilização para a redução do consumo de sal.
- **EIII** – Criação de suporte informativo para as residências estudantis.
- **EV** – Formação aos colaboradores sobre gestão de resíduos.
- **EV** – Implementação do menu “Quanto basta”.

2024

- **EI** – Revisão de ementas e fichas técnicas.
- **EI** – Reduzir a disponibilidade de produtos processados ricos em açúcar, gordura e sal.
- **EII** – Campanha de sensibilização para a redução do desperdício alimentar.
- **EV** – Formação aos colaboradores sobre empratamento.
- **EVI** – Auditoria para certificação ISO 22000.

2025

CRONOGRAMA

- **EI** - Revisão de ementas e fichas técnicas.
- **EII** - Campanha de sensibilização para o consumo moderado de álcool.
- **EV** - Formação aos colaboradores sobre boas práticas ambientais.

2029

- **EII** - Campanha de promoção de gastronomia sustentável.
- **EIII** - Lançamento de Livro de Receitas, com disponibilização nas cozinhas das Residências.
- **EV** - Formação aos colaboradores sobre alimentação saudável.

2026

- **EII** - Campanha de sensibilização para a redução do consumo de sal.
- **EV** - Formação aos colaboradores sobre gestão de reclamações e atendimento ao cliente.

2029

- **EII** - Campanha de sensibilização para a redução do consumo de açúcar.
- **EV** - Formação aos colaboradores sobre identificação e rastreabilidade de produtos.

2027

- **EII** - Campanha de promoção do consumo de produtos locais e sazonais.
- **EV** - Formação aos colaboradores sobre trabalho em equipa.

2030

DIAGRAMA DE GANTT E PREVISÃO DE CUSTOS

Actividade	Eixo	2020	2021	2022	2023	2024	2025	2026	2027	2028	2029	2030	Projeção de custos (€)
Análise Diagnóstica- Alimentação dos SAS do P.PORTO	-												-
Conceção/ Elaboração do documento e consolidação da formulação estratégica	-												-
Discussão do documento com AAEE do P.PORTO, CAS e FAP	-												-
Sessão de Apresentação do Plano Estratégico	-												1 200,00
Consulta Pública do Plano Estratégico	-												-
Disseminação nas Redes Sociais	-												-
Início da implementação do Plano Estratégico	-												-
Aumentar a oferta de hortofrutícolas e leguminosas, da variedade de pão, da disponibilidade de água e de sumos de fruta naturais	I												-
Campanha de promoção do consumo de hortofrutícolas	II												1 900,00
Renovar a linha de self-service e bar do ISEP	V												300 000,00
Formação aos colaboradores sobre desperdício alimentar	V												300,00
Informatização do sistema de marcação de refeições	V												190 000,00
Monitorização anual do Plano Estratégico	-												-
Disponibilizar refeições sem carne ou pescado	I												-
Revisão de ementas e fichas técnicas	I												-
Campanha de promoção do consumo de água	II												8 500,00
Congresso Nacional de Ação Social – temática Alimentação no Ensino Superior	II												10 000,00
Formação aos colaboradores sobre HACCP	V												500,00
Promoção da gestão de resíduos	V												2 000,00
Início do processo de consultoria para certificação ISO 22000	VI												10 000,00
Monitorização anual do Plano Estratégico	-												-
Campanha de promoção da Dieta Mediterrânica	II												3 500,00
Implementação do Serviço de apoio à Alimentação e Nutrição	IV												175 839.04
Intervenção de melhoria no snack-bar do Campus II	V												150 000,00
Formação aos colaboradores sobre receção e armazenagem de matérias-primas	V												300,00
Monitorização anual do Plano Estratégico	-												-
Não publicitação de produtos alimentares inadequados do ponto de vista nutricional	II												-

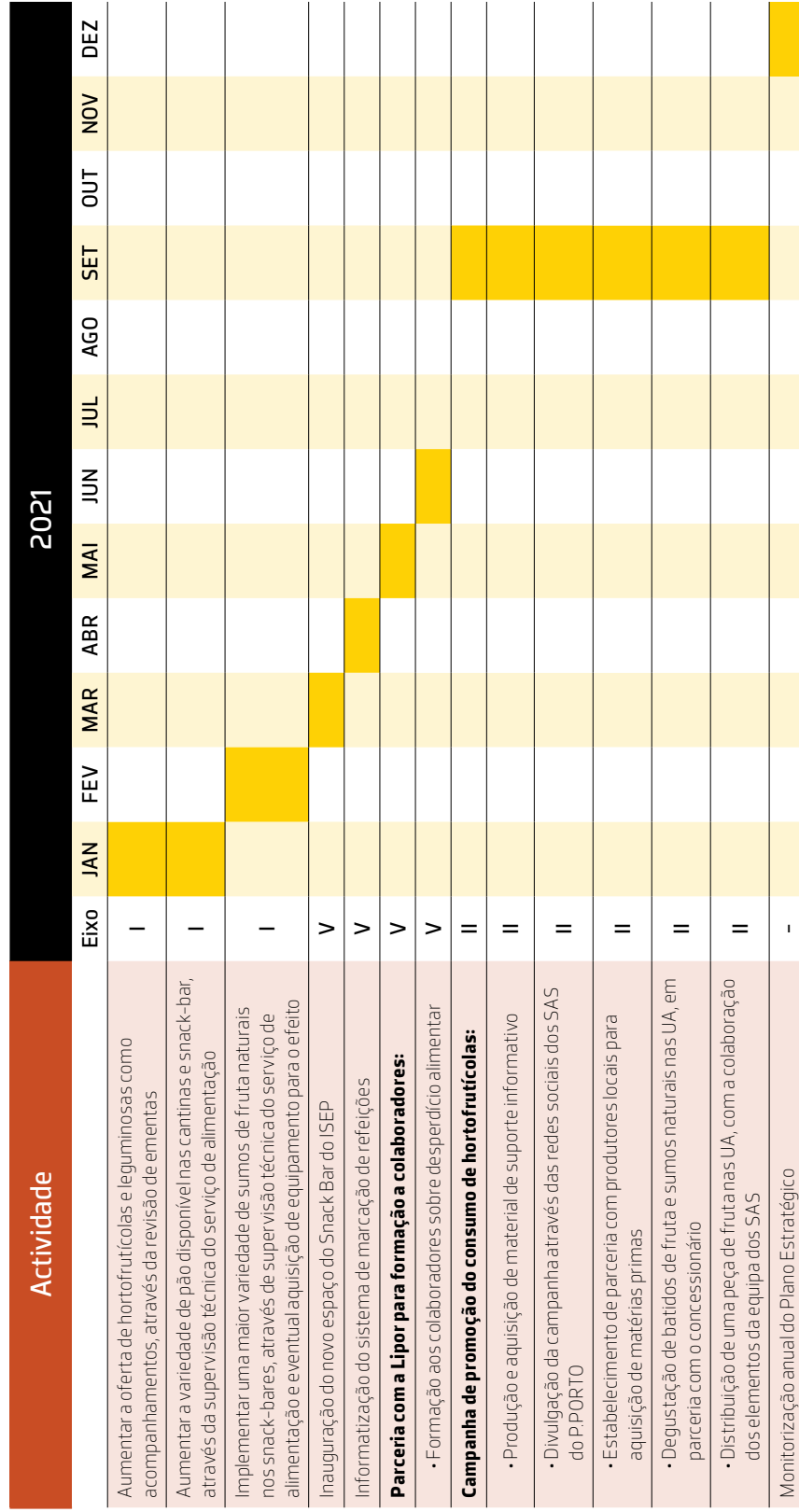
DIAGRAMA DE GANTT E PREVISÃO DE CUSTOS

Actividade	Eixo	2020	2021	2022	2023	2024	2025	2026	2027	2028	2029	2030	Projeção de custos (€)
Campanha de sensibilização para a redução do consumo de sal	II												3 300,00
Criação de suporte informativo para as residências estudantis	III												800,00
Formação aos colaboradores sobre gestão de resíduos	V												300,00
Implementação do Menu Quanto Basta	V												4 100,00
Monitorização anual do Plano Estratégico													-
Revisão de ementas e fichas técnicas	I												-
Reduzir a disponibilidade de produtos processados ricos em açúcar, gordura e sal	I												-
Campanha de sensibilização para redução do desperdício alimentar	II												2 000,00
Formação aos colaboradores sobre empratamento	V												300,00
Auditoria para certificação ISO 22000	VI												10 000,00
Revisão do Plano Estratégico													-
Monitorização anual do Plano Estratégico													-
Campanha de promoção de gastronomia sustentável	II												1 800,00
Formação aos colaboradores sobre alimentação saudável	V												300,00
Monitorização anual do Plano Estratégico													-
Campanha de sensibilização para a redução do consumo de açúcar	II												1 500,00
Formação aos colaboradores sobre identificação e rastreabilidade de produtos	V												300,00
Monitorização anual do Plano Estratégico													-
Revisão de ementas e fichas técnicas	I												-
Campanha de sensibilização para o consumo moderado de álcool	II												1 000,00
Formação aos colaboradores sobre boas práticas ambientais	V												300,00
Monitorização anual do Plano Estratégico													-
Campanha de sensibilização para a redução do consumo de sal	II												2 100,00
Formação aos colaboradores sobre gestão de reclamações e atendimento ao cliente	V												300,00
Monitorização anual do Plano Estratégico													-
Campanha de promoção do consumo de produtos locais e sazonais	II												1 600,00
Formação aos colaboradores sobre trabalho em equipa	V												300,00
Elaboração de um Relatório Final sobre o balanço global da estratégia implementada													-
Sessão de Apresentação de Resultados													1 200,00
													902 539,04

DIAGRAMA DE GANTT 2020

Actividade		2020											
	Eixo	JAN	FEV	MAR	ABR	MAI	JUN	JUL	AGO	SET	OUT	NOV	DEZ
Análise Diagnóstica- Alimentação dos SAS do PPORTO	-												
Eliminação dos toalhetes de tabuleiro das Linhas de Self Service	V												
Não disponibilização de palhinhas de plásticos ou garrafas de água de capacidade inferior a 0,5L	V												
Disponibilização de pão a granel em detrimento do pão embalado	V												
Promoção do consumo de água da rede pública, através da sua disponibilização em jarrros e com opção de água aromatizada e chá frio	I												
Primeira monitorização de desperdício alimentar (ISEP, ESS e Campus2) – Projeto Dose Certa	V												
Disponibilização de conteúdos nas redes sociais para a comunidade PPORTO, no âmbito da alimentação saudável em contexto de pandemia	II												
Conceção/ Elaboração do documento e consolidação da formulação estratégica	-												
Inquérito Avaliação do Impacto da Covid-19 nas Unidades Alimentares	V												
Conclusão do Manual Interno para Avaliação de Ementas	I												
Proposta de Plano de Animação para as Unidades Alimentares	II												
Discussão do documento com AAEE do PPORTO, CAS e FAP	-												
Aquisição de novos equipamentos, com maior eficiência energética (ESE e ISCAP)	V												
Conclusão da intervenção de requalificação nas Unidades Alimentares da ESE e ISCAP	V												
Sessão de Apresentação do Plano Estratégico	-												
Consulta Pública do Plano Estratégico	-												
Disseminação nas redes sociais	-												
Inquérito de Satisfação aos Utilizadores das Unidades Alimentares	V												
Procedimento para Informatização do sistema de marcação de refeições	V												

DIAGRAMA DE GANTT 2021



6

MONITORIZAÇÃO DO PLANO ESTRATÉGICO

Com o objetivo de acompanhar de forma contínua e regular o desenvolvimento e execução dos eixos estratégicos e das suas medidas, é apresentado de seguida um modelo de monitorização a prosseguir pelos SAS do P.PORTO.

A monitorização implica a recolha periódica de informação para cada indicador chave definido no presente documento e o preenchimento da checklist de verificação do progresso de ações em anexo. Quando aplicável, com base nos resultados obtidos, devem ser compreendidos os motivos e as razões da não concretização de uma meta, e propor a sua revisão.

É de salientar que este documento não é estanque e apresenta um carácter flexível, e, por isso, é expectável o surgimento de novas medidas, e quiçá, de novos eixos, de forma a dar resposta a necessidades e desafios que venham a surgir.

A monitorização do Plano Estratégico deverá ter como base as seguintes premissas:

- Monitorização com periodicidade anual pelo Núcleo de Alimentação e Nutrição, com apresentação da *check-list* de progresso das ações
- Após a implementação de cada meta, definir valores base/ de referência para os respetivos indicadores de desempenho;
- Atualização documentada de novos contributos para o documento estratégico;
- Reuniões de monitorização trimestrais com a empresa concessionária;
- Integração da informação sobre a monitorização do Plano Estratégico no Relatório Anual de Gestão;
- Divulgação dos resultados através dos canais de comunicação dos SAS do P.PORTO.

7

CONSIDERAÇÕES FINAIS



O Plano Estratégico 20-30 dos SAS do P.PORTO dá resposta a duas questões atuais e fulcrais, que representam grandes desafios para a década, a saúde humana e a saúde do planeta.

O Plano Estratégico representa uma mais valia para o Núcleo de Alimentação e Nutrição, quer para o seu crescimento, quer para o seu progresso. A nível mais global, constitui um apoio precioso para melhorar o serviço prestado à comunidade e para o posicionamento dos SAS do P.PORTO enquanto entidade prestadora de um serviço de alimentação social de excelência e de reconhecimento.

Este documento apresenta um carácter flexível e dinâmico, pelo que deverá estar em constante evolução e ser alvo de melhorias ao longo do tempo. É, pois, um Plano Estratégico audaz, desafiante, mas sobretudo realista e revelador de um compromisso sólido por parte dos SAS do P.PORTO.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- 01 Deforche B, Van Dyck D, Deliens T, De Bourdeaudhuij I. Changes in weight, physical activity, sedentary behaviour and dietary intake during the transition to higher education: a prospective study. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*. 2015; 12(1):16.
- 02 Stok FM, Renner B, Clarys P, Lien N, Lakerveld J, Deliens T. Understanding Eating Behavior during the Transition from Adolescence to Young Adulthood: A Literature Review and Perspective on Future Research Directions. *Nutrients*. 2018; 10(6):667.
- 03 Harker D, Sharma B, Harker M, Reinhard K. Leaving home: Food choice behavior of young German adults. *Journal of Business Research*. 2010; 63(2):111-15.
- 04 Deliens T, Clarys P, De Bourdeaudhuij I, Deforche B. Determinants of eating behaviour in university students: a qualitative study using focus group discussions. *BMC Public Health*. 2014; 14(1):53.
- 05 Lupi S, Bagordo F, Stefanati A, Grassi T, Piccinni L, Bergamini M, et al. Assessment of lifestyle and eating habits among undergraduate students in northern Italy. *Annali dell'Istituto superiore di sanita*. 2015; 51:154-61.
- 06 Hilger J, Loerbroks A, Diehl K. Eating behaviour of university students in Germany: Dietary intake, barriers to healthy eating and changes in eating behaviour since the time of matriculation. *Appetite*. 2017; 109:100-07.
- 07 Sogari G, Velez-Argumedo C, Gómez MI, Mora C. College Students and Eating Habits: A Study Using An Ecological Model for Healthy Behavior. *Nutrients*. 2018; 10(12):1823.
- 08 Hilger-Kolb J, Diehl K. 'Oh God, I Have to Eat Something, But Where Can I Get Something Quickly?'—A Qualitative Interview Study on Barriers to Healthy Eating among University Students in Germany. *Nutrients*. 2019; 11(10):2440.
- 09 Thurber CA, Walton EA. Homesickness and Adjustment in University Students. *Journal of American College Health*. 2012; 60(5):415-19.
- 10 Papadaki A, Hondros G, A. Scott J, Kapsokefalou M. Eating habits of University students living at, or away from home in Greece. *Appetite*. 2007; 49(1):169-76.
- 11 Allom V, Mullan B. Maintaining healthy eating behaviour: experiences and perceptions of young adults. *Nutrition & Food Science*. 2014; 44(2):156-67.
- 12 Thorpe MG, Kestin M, Riddell LJ, Keast RSJ, McNaughton SA. Diet quality in young adults and its association with food-related behaviours. *Public Health Nutrition*. 2014; 17(8):1767-75.
- 13 Global Burden of Disease Study 2015 Results. Seattle, United States: Institute for Health Metrics and Evaluation (IHME); 2016.
- 14 A Saúde dos Portugueses 2016. Lisboa: Direção-Geral da Saúde, Direção de Serviços de Informação e Análise; 2017.
- 15 Martins MJRL. Hábitos alimentares de estudantes universitários [Tese de licenciatura]. Repositório Aberto da Universidade do Porto: Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação da Universidade do Porto; 2009.

- 16 Moreno-Gómez C, Romaguera-Bosch D, Tauler-Riera P, Bennasar-Veny M, Pericas-Beltran J, Martinez-Andreu S, et al. Clustering of lifestyle factors in Spanish university students: the relationship between smoking, alcohol consumption, physical activity and diet quality. *Public Health Nutrition*. 2012; 15(11):2131-39.
- 17 El Ansari W, Stock C, Mikolajczyk RT. Relationships between food consumption and living arrangements among university students in four European countries - A cross-sectional study. *Nutrition Journal*. 2012; 11(1):28.
- 18 Small M, Bailey-Davis L, Morgan N, Maggs J. Changes in Eating and Physical Activity Behaviors Across Seven Semesters of College: Living On or Off Campus Matters. *Health Education & Behavior*. 2013; 40(4):435-41.
- 19 Teleman AA, de Waure C, Soffiani V, Poscia A, Di Pietro ML. Nutritional habits in Italian university students. *Annali dell'Istituto superiore di sanita*. 2015; 51(2):99-105.
- 20 Vella-Zarb RA, Elgar FJ. The 'freshman 5': a meta-analysis of weight gain in the freshman year of college. *Journal of American college health : J of ACH*. 2009;58(2):161-6.
- 21 Crombie AP, Ilich JZ, Dutton GR, Panton LB, Abood DA. The freshman weight gain phenomenon revisited. *Nutrition reviews*. 2009;67(2):83-94.
- 22 Racette SB, Deusinger SS, Strube MJ, Highstein GR, Deusinger RH. Changes in weight and health behaviors from freshman through senior year of college. *Journal of nutrition education and behavior*. 2008;40(1):39-42.
- 23 Lopes C, Torres D, Oliveira A, Severo M, Alarcão V, Guiomar S, et al. Inquérito Alimentar Nacional e de Atividade Física IAN-AF 2015-2016. Relatório de resultados. Porto: Universidade do Porto; 2017.
- 24 Santos S, Rodrigues S. Confeção de alimentos e hábitos alimentares em adultos jovens. Universidade do Porto; 2015.
- 25 Linhas de orientação para a oferta alimentar em residências universitárias. Lisboa: Direção Geral da Saúde, Programa Nacional para a Promoção da Alimentação Saudável; 2015.
- 26 World Health Organization, Food and Agriculture Organization. Report of a Joint WHO/FAO Expert Consultation: Diet, Nutrition And The Prevention Of Chronic Diseases. Geneve; 2003. Report No.: 916.
- 27 ISO 22000:2018—Food Safety Management Systems—Requirements for Any Organization in the Food Chain. In International Organization for Standardization: Geneva, Switzerland.
- 28 Food and Agriculture Organization. In www.ods.pt.

ANEXOS

PLANO ESTRATÉGICO 20–30

ALIMENTAÇÃO, NUTRIÇÃO
E SUSTENTABILIDADE

P. PORTO

SERVIÇOS
DE ACÇÃO
SOCIAL

CHECK-LIST PROGRESSO DE AÇÕES (I)

MEDIDA	C	NC	NA	OBSERVAÇÕES
Aumentar a oferta e diversidade de hortícolas como acompanhamento das refeições servidas, respeitando a sua sazonalidade nas cantinas.				
Aumentar a oferta de leguminosas nas refeições servidas nas cantinas.				
Aumentar a oferta e diversidade de fruta da época como sobremesa nas cantinas.				
Disponibilizar uma refeição sem carne, pescado ou derivados, inicialmente, uma vez por semestre nas cantinas.				
Aumentar a oferta da variedade de pão disponível, feito a partir de farinhas pouco refinadas, e com pouco sal nas cantinas.				
Utilizar o azeite como gordura preferencial, tanto para cozinhar, como para temperar.				
Aumentar a disponibilidade de água da rede pública e de água aromatizada não açucarada em local bem visível nas cantinas.				
Aumentar a disponibilidade de água, através da disponibilização de água pública de forma gratuita no <i>snack-bar</i> .				
Disponibilizar opções alimentares saudáveis de forma bem visível no <i>snack-bar</i> .				
Reduzir a oferta de refrigerantes, preparados de refrigerantes, sumos industrializados e outras bebidas açucaradas no <i>snack-bar</i> .				
Aumentar a oferta de batidos de leite com fruta, sumos de fruta naturais e/ou comerciais "100% sumo" e águas aromatizadas, sem açúcares e/ou edulcorantes adicionados no <i>snack-bar</i> .				
Aumentar a oferta da variedade de pão, feito a partir de farinhas pouco refinadas e com pouco sal, como pão de centeio, mistura de cereais, alfarroba, no <i>snack-bar</i> .				
Não disponibilizar pastéis com massa folhada e/ou creme, à exceção do pastel de natal, com preferência por bolos à fatia, se possível confeccionados nas UA, com menores teores de açúcar e gordura.				
Não disponibilizar marmelada, geleias e compotas com teor de açúcares superior a 50% no <i>snack-bar</i> .				
Não disponibilizar guloseimas, como pastilhas elásticas com açúcar, rebuçados, caramelos, chupas ou gomas, e chocolates com embalagens superiores a 50 g no <i>snack-bar</i> .				

Legenda C - Conforme; NC - Não Conforme; NA - Não Aplicável; UA - Unidade Alimentar

CHECK-LIST PROGRESSO DE AÇÕES (II)

MEDIDA	C	NC	NA	OBSERVAÇÕES
Limitar a oferta de bolachas, biscoitos e barras de cereais, com preferência por doses individuais com baixo teor em lípidos, açúcares e sal no <i>snack-bar</i> .				
Reduzir a oferta de géneros alimentícios industrializados que contenham sal em grandes quantidades (ex. batatas fritas de pacote, entre outros) no <i>snack-bar</i> .				
Diminuir a disponibilidade de sandes ou outros produtos que tenham chouriço, salsicha, chouriço, mortadela, linguiça, presunto, bacon, entre outros produtos de charcutaria ricos em lípidos e sal no <i>snack-bar</i> .				
Não publicitar produtos alimentares considerados pouco saudáveis no <i>snack-bar</i> .				
Redução gradual das percentagens de açúcar, gordura e sal contidas nas fichas técnicas das confeções.				
Revisão de ementas e de fichas técnicas, com vista à melhoria da adequação nutricional à população estudantil, das características sensoriais e da qualidade alimentar das refeições servidas.				
Promover a realização de campanhas de educação alimentar, com o objetivo de informar e capacitar para a adoção de escolhas alimentares saudáveis e gestão adequada da própria alimentação.				
Promover a Dieta Mediterrânica, de forma a potenciar a adesão da comunidade a este padrão alimentar.				
Promover a realização de campanhas de sensibilização sobre sustentabilidade alimentar, com o objetivo de informar e estimular a mudança de atitudes e comportamentos face ao ambiente.				
Utilizar os novos meios de comunicação digital para promover mensagens de qualidade sobre alimentação saudável e sustentabilidade alimentar.				
Promover o empreendedorismo direcionado à área da promoção da alimentação saudável, nomeadamente através da sua discussão no Congresso Nacional de Ação Social no Ensino Superior				
Promover a confeção de refeições saudáveis pelos estudantes, através da realização anual de workshops nas residências e disponibilização de receitas.				
Disponibilizar informação nas residências sobre recomendações alimentares e nutricionais, higiene e segurança alimentar, compra, armazenamento e confeção adequada, saudável, fácil e acessível.				
Assegurar condições para que a confeção de refeições nas residências estudantis seja facilitada e incentivada.				
Implementação de um serviço de apoio à Alimentação e Nutrição.				

Legenda C - Conforme; NC - Não Conforme; NA - Não Aplicável; UA - Unidade Alimentar

CHECK-LIST PROGRESSO DE AÇÕES (III)

MEDIDA	C	NC	NA	OBSERVAÇÕES
Concluir as obras de requalificação da Unidade Alimentar do ISCAP e ESE.				
Renovar a linha de self-service da Unidade Alimentar do ISEP e requalificar o bar.				
Desenvolver intervenções de melhoria no <i>snack-bar</i> do Campus II do Politécnico do Porto.				
Análise de diagnóstico, auscultação e levantamento de necessidades nas Unidades Alimentares, de forma periódica.				
Dotar os colaboradores com conhecimentos, técnicas e atitudes adequadas e integradas no sistema de produção de refeições, através de ações de formação anuais.				
Incluir a garantia de que serão ministradas aos colaboradores formação adequada no que se refere às boas práticas ao nível da alimentação e sustentabilidade, nas cláusulas técnicas do caderno de encargos para adjudicação do serviço de refeições.				
Informatização do sistema de pré-marcação de refeições nas cantinas.				
Eliminação dos sacos dos talheres das refeições e toalhetes individuais de tabuleiro.				
Não utilização de materiais plásticos, nomeadamente palhinhas, copos e talheres.				
Minimização do embalamento através da disponibilização de pão a granel.				
Disponibilização de garrafas de água de plástico apenas de tamanho superior a 0,5L nas cafetarias/bares dos SAS do P.PORTO.				
Promoção do consumo de água da rede pública em qualquer evento promovido pelos SAS do P.PORTO.				
Reforço do compromisso de sustentabilidade em todos os eventos e atividades levadas a cabo pelos SAS do P.PORTO.				
Implementação de medidas de redução de consumos energéticos, através da aquisição gradual de equipamentos de elevada eficiência energética e transição para lâmpadas led de baixo consumo.				
Manutenção preventiva de equipamentos.				

Legenda C - Conforme; NC - Não Conforme; NA - Não Aplicável; UA - Unidade Alimentar

CHECK-LIST PROGRESSO DE AÇÕES (IV)

MEDIDA	C	NC	NA	OBSERVAÇÕES
Separação de resíduos em todas as Unidades Alimentares e encaminhamento para reciclagem.				
Promoção da valorização orgânica e encaminhamento do lixo orgânico para compostagem.				
Monitorização da quantidade de resíduos encaminhados para reciclagem.				
Gestão e tratamento das gorduras e óleos alimentares.				
Monitorização e quantificação do desperdício alimentar.				
Implementação de medidas de racionalização e redução do desperdício ao nível da produção e consumo.				
Implementação do menu de refeição "Quanto basta".				
Avaliação do grau de satisfação e a opinião dos utentes das UA.				
Implementação da Norma ISO 22000:2018 nas UA.				

Legenda C - Conforme; NC - Não Conforme; NA - Não Aplicável; UA - Unidade Alimentar

PLANO ESTRATÉGICO

20—30

ALIMENTAÇÃO
NUTRIÇÃO
E SUSTENTABILIDADE

P.PORTO

SERVIÇOS
DE ACÇÃO
SOCIAL



PLANO ESTRATÉGICO

20—30

**ALIMENTAÇÃO
NUTRIÇÃO
E SUSTENTABILIDADE**

