

2023-03-14 10:37:25

<http://justnews.pt/noticias/ordem-dos-nutricionistas-lanca-campanha-a-saude-e-o-que-nos-alimenta>

## **Ordem dos Nutricionistas lança campanha «A saúde é o que nos alimenta»**

A Ordem dos Nutricionistas desenvolveu uma campanha de comunicação com o tema “A saúde é o que nos alimenta” e que destaca o contributo e papel dos nutricionistas portugueses na sociedade, nomeadamente nas suas diferentes áreas de atuação junto de diversos grupos populacionais, com vista à promoção da saúde e à prevenção da doença através da alimentação.

Esta campanha foi lançada no dia em que se comemorou o “Dia do Nutricionista” em Portugal e estende-se até final do próximo mês de abril. Através de mensagens positivas e com imagens e vídeos criativos, a iniciativa visa também consciencializar para a importância de serem realizadas “escolhas corretas de alimentação que, inevitavelmente, impactam e proporcionam uma melhor qualidade de vida”.

Para Clara Matos, da Direção da Ordem dos Nutricionistas, “com esta campanha pretendemos aproximar os nutricionistas da população, contribuindo para escolhas alimentares mais equilibradas e saudáveis. Uma alimentação adequada é fundamental para o nosso bem-estar ao longo da nossa vida e em qualquer idade. Desde logo nos primeiros dias de vida, ao contribuir para moldar paladares, preferências e comportamentos, os bons hábitos alimentares assumem o papel principal no crescimento e desenvolvimento saudáveis durante a infância e adolescência.”

Reitera, ainda, que “o cuidado com a alimentação deve acontecer igualmente ao longo da vida adulta, isto porque uma alimentação completa, equilibrada, variada, segura e sustentável determina a qualidade de vida que merecemos em cada dia da nossa vida ativa, esperando-se que, até ao ocaso de uma vida plena, a alimentação possa ser sempre vivida saudavelmente e sem perder o sabor das tradições”.

Somos o caminho  
para uma alimentação  
sustentável.



**A saúde é o que nos alimenta.**



Consulte um Nutricionista  
[www.ordemdosnutricionistas.pt](http://www.ordemdosnutricionistas.pt)



ORDEM DOS  
NUTRICIONISTAS

De acordo com a Ordem dos Nutricionistas, "esta campanha pretende acrescentar valor enquanto ferramenta de literacia que, ao mesmo tempo, reforça a atenção dos nutricionistas relativamente à saúde dos portugueses. Contribuir para mais anos de vida saudável, conduzir escolhas e influenciar decisões, estar perto da população, porque a saúde é, de facto, o que nos alimenta."

A campanha termina dia 28 de abril, aquando da realização da "Cerimónia do Compromisso Profissional", quando também se assinala a nomeação da Comissão Instaladora da Ordem dos Nutricionistas (em 2011) e o dia da tomada de posse dos seus primeiros órgãos eleitos (em 2012).