



ID: 122279427

29-03-2026

Espaço público

Comer bem na escola não é luxo, é política pública



Isabel Flores

Portugal tem das regulamentações mais exigentes da Europa em matéria de alimentação escolar – desde 1918 que existe preocupação formal com o serviço sanitário escolar –, mas continua a enfrentar práticas preocupantes que não estão a contribuir para a saúde de longo prazo das crianças. Os dados são conhecidos, mas vale a pena repeti-los: quase um terço das crianças portuguesas entre os seis e os oito anos apresentavam excesso de peso em 2022 (31,9%), das quais 13,5% com obesidade – e esta tendência, que vinha a melhorar desde 2008, agravou-se com a pandemia, invertendo anos de progresso.

A pobreza dos agregados familiares faz com que muitas crianças e jovens consumam a sua principal refeição diária na escola. Aliás, durante a pandemia, uma das medidas mais acertadas foi precisamente manter as cantinas escolares abertas para garantir que as crianças mais vulneráveis não ficassem sem comer. Se esta é a principal – ou única – refeição quente do dia, mais razão ainda para garantir que é equilibrada, fresca e nutritivamente adequada.

A recente polémica em torno da discriminação alimentar num colégio de contrato de associação fez soar algumas campanhas. Mas as campanhas devem soar para um problema maior: a insuficiência do financiamento público canalizado para a alimentação escolar. O cerne não é a distinção

entre oferta privada e pública, mas sim a incapacidade coletiva de garantir um serviço público de qualidade. E o mais básico dos serviços públicos é alimentar bem as crianças.

São as autarquias – e não as escolas – as entidades que negociam os contratos públicos de alimentação escolar, que pagam e fiscalizam as refeições. O Ministério da Educação transfere para os municípios um teto máximo de 2,75 euros por refeição e por criança. As famílias fora dos escalões de apoio social pagam ainda 1,46 euros adicionais. O valor transferido pelo Estado não foi substancialmente atualizado desde 2022 – um período em que a inflação alimentar em Portugal chegou a superar os 20% acumulados.

O contraste é revelador: em 2026, o subsídio de refeição de um funcionário público é de 6,15 euros por dia – mais do dobro do valor máximo que o Estado considera aceitável gastar numa refeição escolar. E sabemos que uma criança a partir dos 10 ou 12 anos come tanto ou mais do que um adulto.

As cantinas escolares são, na sua esmagadora maioria, concessionadas a empresas que têm de pagar ingredientes, trabalhadores, energia, custos de confeção, impostos – e ainda garantir margem de viabilidade económica – com menos de três euros. A Ordem dos Nutricionistas disse-o publicamente há poucos dias: “Não é possível oferecer uma refeição equilibrada com estes valores.” Não é necessário ser nutricionista para o perceber: basta tentar cozinhar sopa, prato de peixe, carne ou vegetariano e sobremesa com menos de um euro de ingredientes por cabeça. A matemática não fecha – e o resultado é massa com massa acompanhada de ultraprocessados, e ementas anunciadas que chegam ao prato de outra forma.

Concursos que ficam desertos porque as

empresas recusam trabalhar com os valores disponíveis; municípios que compensam com orçamento próprio – criando desigualdades entre crianças do mesmo país consoante a riqueza da autarquia onde vivem; e um Ministério da Educação que, quando questionado sobre a possibilidade de reforçar as verbas, não responde, afirmando antes que a solução passará por não ter escola pública ao lado de escola privada. Talvez construir um muro.

Na Europa, o investimento médio por criança na alimentação escolar varia muito: países como a Finlândia, a Suécia e a Estónia oferecem refeições gratuitas e universais a todos os alunos, independentemente do rendimento familiar, organizando-se por forma a terem escala, eficiência e modelo de governação completamente diferentes. O que distingue estes países de Portugal não é apenas o valor, é a lógica: a refeição escolar é tratada como um bem público, não como um serviço concessionado ao preço mais baixo que o mercado aceitar.

O modelo finlandês é particularmente



A recente polémica em torno da discriminação alimentar num colégio de contrato de associação fez soar algumas campanhas. Mas as campanhas devem soar para um problema maior

inspirador. Desde 1948, a lei garante que todos os alunos – do pré-escolar ao ensino secundário – têm direito a uma refeição diária gratuita, equilibrada e supervisionada por nutricionistas. A refeição escolar é utilizada como ferramenta pedagógica: ensina boas maneiras à mesa, cultura alimentar, literacia nutricional, e aumenta o consumo de vegetais, fruta, pão integral e leite. Sendo Portugal um dos países que mais se orgulham da sua gastronomia e da riqueza da dieta mediterrânica, talvez fosse boa ideia começar a transmiti-la desde cedo – até como forma de não perder este património.

Investir em alimentação escolar tem de ser uma política pública. A proposta é simples: que o investimento do Estado, por aluno, se situe perto do subsídio de refeição dos seus trabalhadores – na ordem dos seis euros. Não como cheque em branco, mas como alavanca para desenvolver programas alimentares sustentáveis: melhores processos de contratação pública, fornecedores locais com critérios nutricionais exigentes e mecanismos de fiscalização. O investimento adicional ronda os 400 euros por aluno por ano – um custo que precisa de ser comparado com o que se gasta em cuidados de saúde associados à obesidade infantil e às doenças crónicas futuras, e com o impacto comprovado de uma melhor nutrição nas aprendizagens e no ambiente escolar.

Um dia, as cantinas escolares vão ser tão boas que os professores, os diretores de agrupamento e até o Isaltino vão escolher almoçar ao lado dos alunos, partilhando a mesma refeição. Esse dia ainda está longe. Mas começa com uma decisão política simples: reconhecer que três euros não chegam para alimentar bem uma criança, e agir em conformidade.

Investigadora e directora executiva do IPPS-Iscte