DELICIOUS

PRIMA
IN THE MEDITERRANEAN AREA

Resultados do **Projeto**

01 02 03 04 05 06

01. Identificar, qualificar e quantificar os fatores que influenciam o declínio da adesão à Dieta Mediterrânica.

02. Avaliar a sustentabilidade das diversas receitas da Dieta Mediterrânica.

03. Conceber programas de atividade física nas escolas adaptados à cultura para prevenir e reduzir a obesidade.

04. Desenvolver, produzir e validar novos produtos alimentares e reformular receitas da Dieta Mediterrânica.

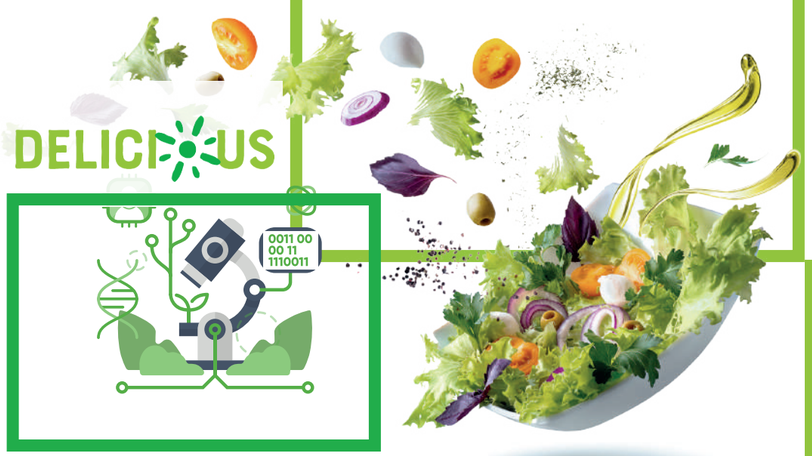
05. Desenvolver uma plataforma digital que forneça planos semanais de Dieta Mediterrânica.

06. Implementar ações educativas nas escolas para promover mudanças nos hábitos de alimentação.

www.deliciousproject.eu

Horizon 2020
European Union Funding
for Research & Innovation

DELICIOUS



PARCEIROS

aiju TECHNOLOGICAL INSTITUTE FOR CHILDREN'S PRODUCTS & LEISURE

ASSIUT UNIVERSITY

inn bcc innovation basque culinary center

contactica innovation

GRUPO EDELVIVES

LCIbérica

maristas

maristi

maristes

Università di Catania

Contacte-nos para mais informações: juancho.pons@edelvives.es

DELICIOUS

Crescer com saúde e alegria

DIETA MEDITERRÂNICA



Compreender as escolhas alimentares dos consumidores e promover regimes alimentares e estilos de vida mediterrânicos saudáveis e sustentáveis nas crianças através de ações de mudança de comportamentos.

Este projeto faz parte do programa PRIMA apoiado pela União Europeia ao abrigo da Convenção de Subvenção n.º 2131

PRIMA
IN THE MEDITERRANEAN AREA

DELICIOUS

PRIMA
PARTNERSHIP FOR RESEARCH AND INNOVATION IN THE MEDITERRANEAN AREA

O conceito

Lutar contra a obesidade das crianças e dos adolescentes através de uma dieta mediterrânica saudável e sustentável, do desporto, de materiais educativos e dos brinquedos.

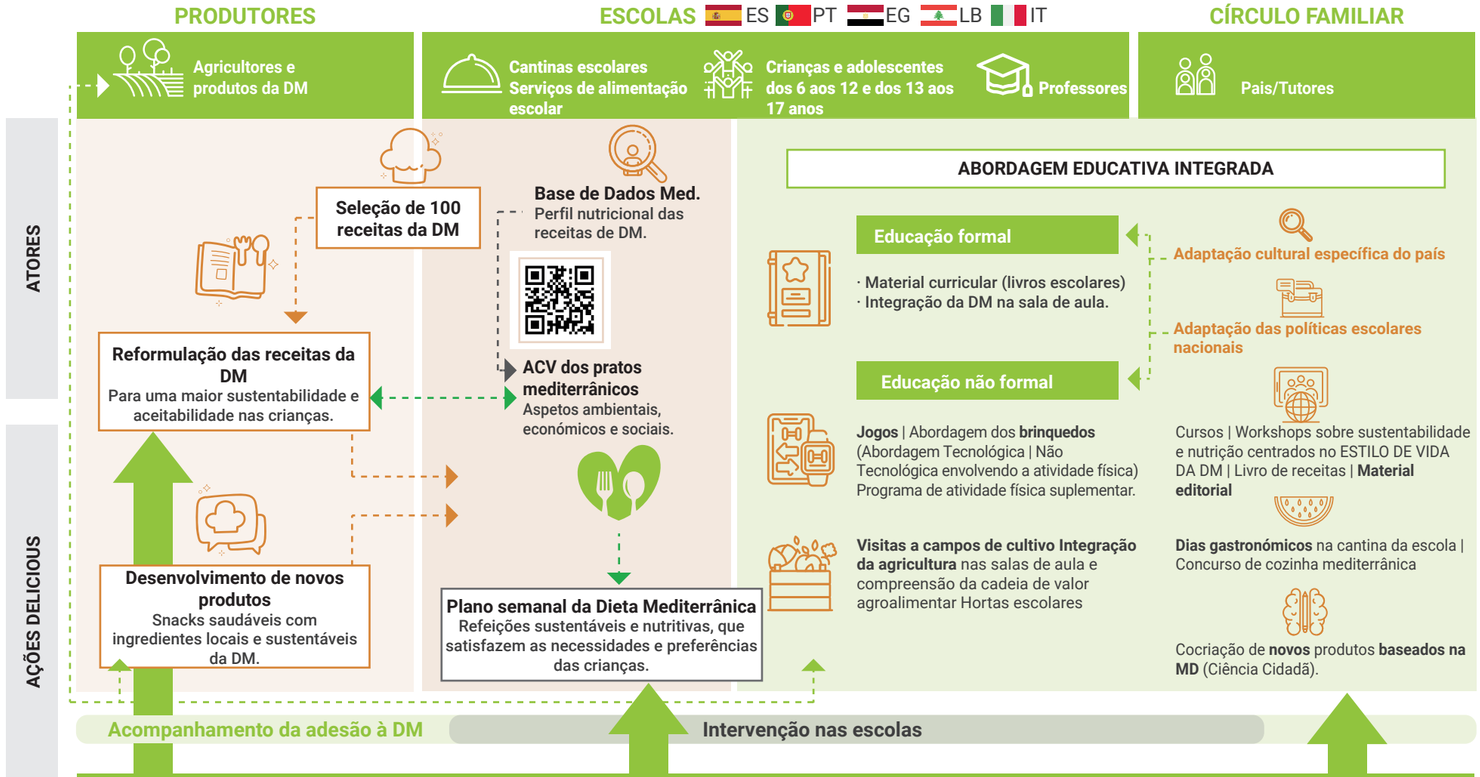
Através da **reformulação das receitas tradicionais mediterrânicas, o DELICIOUS** pretende torná-las mais aliciantes para o público mais jovem e conseguir uma maior adesão à Dieta Mediterrânica. Este projeto visa a **adoção de hábitos saudáveis tipicamente presentes na cultura mediterrânica** por parte de crianças e adolescentes.

O projeto **DELICIOUS** reforçará **o estilo de vida mediterrânico** (dieta, atividade física, património sociocultural) nas sociedades mediterrânicas, combinando aspetos tecnológicos e educativos para capacitar os consumidores a fazerem escolhas alimentares mais **sustentáveis** e **saudáveis**.



BMI

www.deliciousproject.eu



DELICIOUS

Os desafios

Má nutrição

Metade da população adulta da União Europeia, **51,8%**, foi classificada como tendo excesso de **peso** em 2017, sendo que cerca de 14,9% dos adultos foram classificados como obesos, de acordo com a Comissão Europeia.

A urbanização, o ritmo de vida acelerado e uma **dieta ocidentalizada**, rica em alimentos ultraprocessados e pobre em frutas frescas, levam a um consumo de alimentos de menor qualidade, deficientes em micronutrientes e com um teor de macronutrientes desequilibrado. O aumento da **obesidade pediátrica** na região mediterrânica conduz frequentemente a maiores doenças crónicas na idade adulta.

A pressão do sistema alimentar no ambiente

Os atuais sistemas alimentares são responsáveis por 20-35% das **emissões globais de gases com efeito de estufa**. Na região mediterrânica a produção agrícola ocupa quase 40% das terras aráveis, **sendo esta uma das regiões mais vulneráveis às alterações climáticas**. A adaptação através de sistemas alimentares mais resilientes é obrigatória. A elevada pressão ambiental dos sistemas alimentares tem consequências devastadoras nas alterações climáticas e na biodiversidade.