

A Associação de Pais e Encarregados de Educação do Agrupamento Vertical das Escolas de Grândola (APEEAVEG) realizou uma acção de sensibilização sobre “O Peso das Mochilas”, à porta de alguns estabelecimentos escolares do concelho, e em aulas de cidadania na Escola EB2/3 D. Jorge Lencastre e na Escola Secundária António Inácio da Cruz.

Tendo em conta que cada vez mais os nossos filhos carregam peso em excesso, não quis a APEEAVEG deixar de sensibilizar alunos, pais e encarregados de educação e comunidade escolar para este problema de **saúde pública**.

As exigências escolares fazem com que os nossos filhos transportem cada vez mais livros, manuais, cadernos de apoio e material necessário para as aulas mas, que em conjunto, fazem das mochilas dos nossos filhos autênticos “PESAdelos”.

A APEEAVEG esteve à porta da EB1 de Grândola e da EB da Aldeia do Futuro, nos dias 16 e 17 de Fevereiro, onde realizou a pesagem de 35 e 20 mochilas, respectivamente.

Na **EB1 de Grândola**, o valor médio do peso das mochilas em relação ao peso do aluno foi de **15.5%**. Estamos a falar de crianças com idades compreendidas entre os **7 e os 9 anos** em que o peso máximo não deveria ultrapassar os 10%. Na **EB da Aldeia do Futuro**, o valor médio do peso das mochilas em relação ao peso do aluno foi de **9.5%**.

Nos dias 20 e 21, a APEEAVEG realizou pesagens à porta da **EB2/3 D. Jorge de Lencastre**. Foram pesadas 122 mochilas e alunos, e o peso médio dessas pesagens foi de **13%**. No entanto, queremos realçar o valor máximo pesado nesses dias: **29.5%**, de uma aluna de 10 anos, que pesava 22 kg e transportava uma mochila às costas com 6.5kg.

Posteriormente foi solicitado à Direcção do Agrupamento de Escolas, autorização para realizarmos a referida acção de sensibilização em aulas de cidadania. Fomos a 13 aulas de cidadania, das 31 turmas. Em aulas de cidadania realizamos apenas a pesagens de 10 mochilas por turma e encontramos o peso médio por turma.

Ano e Turma	% do peso médio das 10 mochilas pesadas
5º A	10,0
5º B	20,0
5º C	11,6
5º D	14,3
5º E	16,0
6º B	8,6
7º A	23,0
7º C	14,7
7º G	11,6
8º A	12,3
8º E	10,5
9º C	9,2
9º D	8,7

Em 13 turmas de cidadania onde realizámos as pesagens, apenas 4 turmas apresentam valores abaixo dos 10%. O valor máximo pesado nesses dias: **30%**, de um aluno de 7º ano de 13 anos, que pesava 40 kg e transportava uma mochila às costas com 12kg. A percentagem média, das turmas onde realizámos pesagens, é de **13%**. Em suma, em 69% das turmas onde realizámos pesagens, os alunos carregam excesso de peso.

Maioritariamente os alunos não almoçam em casa, fazendo com que carreguem diariamente todo o material necessário para a totalidade do dia de aulas, incluindo a mochila para as aulas de educação física e os instrumentos para as aulas de música do ensino articulado.

Com a entrega da petição na Assembleia da República, com mais de 50.000 assinaturas, aguardamos resoluções que passam minimizar o peso das mochilas e melhorar a qualidade de vida dos nossos filhos:

:: **editoras:** que estas passem a editar os livros/manuais escolares com papel mais fino, de gramagem menor e/ou divididos em fascículos retiráveis segundo os três períodos do ano;

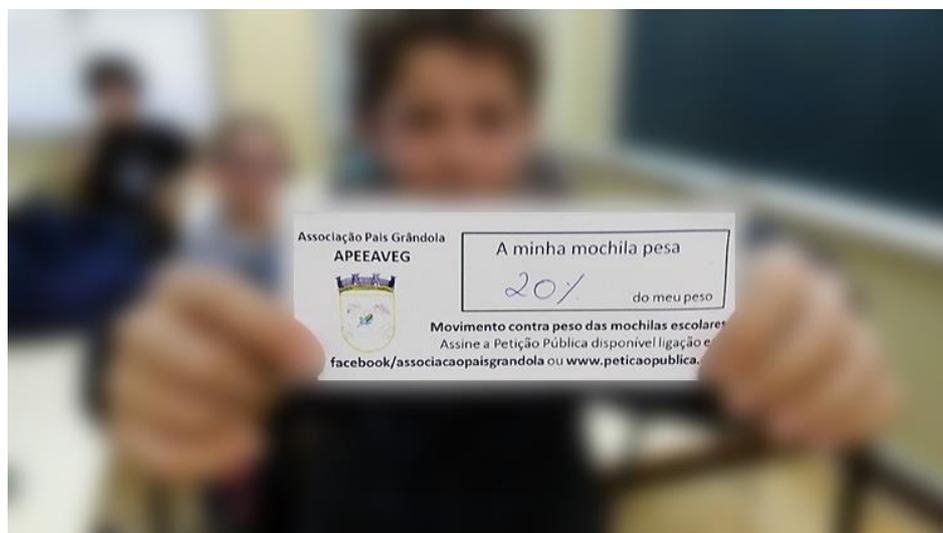
:: **agrupamento de escolas:** que disponibilizem cacifos para que todos os alunos consigam deixar alguns livros e cadernos, de modo que possam deslocar-se entre as suas casas e a escola com menos peso;

:: **encarregados de educação:** deverão diariamente verificar as mochilas e certificar que apenas contém o necessário para o dia de aulas, evitando transportar “extras” que só vão aumentar o peso da mochila;

:: **alunos:** usar a mochila com as duas alças, distribuindo assim o peso pelos dois ombros; no início do ano escolar optar por cadernos de tamanho A5 agrafados (e não os habituais A4 de argolas que pesam o dobro).

Confira, você mesmo, o peso da mochila do seu filho(a):

$$\% = (\text{Peso da mochila} \times 100) / \text{Peso do aluno}$$



Grândola, Março 2017