

**Folha Informativa****CENTRO DE COMPETÊNCIAS PARA A DIETA MEDITERRÂNICA**

A Folha Informativa do Centro de Competências da Dieta Mediterrânica pretende dar visibilidade às iniciativas e projetos de Salvaguarda e Promoção da Dieta Mediterrânica, desenvolvidos por este Centro, pelas entidades parceiras ou ainda por serem relevantes para esta temática.

**Aumentar a adesão à dieta mediterrânica – Proposta da agenda de inovação para a agricultura 2030**

Aumentar o nível de adesão à Dieta Mediterrânica é uma das metas da Agenda de Inovação para a Agricultura 2030 – Terra Futura, aprovada em Conselho de Ministros e apresentada publicamente a 11 de setembro de 2020, na AGROGLOBAL. [Saber +](#)

[Powerpoint TERRA FUTURA](#)

[Vídeo TERRA FUTURA](#)

**Centro de Experimentação Agrária de Tavira – Projetos para o futuro**

A Direção Regional de Agricultura e Pescas do Algarve (DRAP Algarve) deu início ao desenvolvimento do projeto integrado para reabilitação e sustentabilidade futura do Centro de Experimentação Agrária de Tavira (CEAT), polo da Rede de Inovação recentemente anunciada pelo Ministério da Agricultura, no âmbito da iniciativa “Alimentação Sustentável” da Agenda para a Inovação na Agricultura 20|30. [Saber +](#)

Informação: Direção Regional de Agricultura e Pescas do Algarve

**Reunião da comissão regional da dieta mediterrânica do algarve**

No dia 17 de setembro, no Centro de Experimentação Agrária de Tavira (CEAT), realizou-se a 9ª reunião da Comissão Regional da Dieta Mediterrânica do Algarve, a convite da DRAP Algarve e com o propósito de acompanhar a execução do Plano de Atividades 2018-2021 e planear a estratégia futura para aquele espaço. [Saber +](#)

Informação: Direção Regional de Agricultura e Pescas do Algarve

**Relatório sobre COVID 19, segurança alimentar e sistemas alimentares da região mediterrânica**

O CEMAS - Centro Mundial de Valência para a Alimentação Urbana divulgou um relatório sobre os efeitos da pandemia COVID 19 na segurança alimentar e nos sistemas alimentares da Região Mediterrânica. [Saber +](#)

[Relatório “COVID-19, Seguridad Alimentaria y Sistemas Alimentarios Mediterráneos, CEMAS, 2020](#)

Informação: MED - Instituto Mediterrâneo para a Agricultura, Ambiente e Desenvolvimento

**COVID 19, alimentação e atividade física – resultados de inquérito**

Os portugueses praticaram menos atividade física e aumentaram o consumo de snacks doces, frutas e hortícolas durante o período de confinamento no âmbito da pandemia de Covid-19. Estas são algumas das conclusões do Inquérito Nacional sobre os comportamentos alimentares e de atividade física durante o período de confinamento social, realizado pela Direção-Geral da Saúde (DGS), em parceria com o Instituto de Saúde Ambiental da Faculdade de Medicina da Universidade de Lisboa. [Saber +](#)

Informação: Direção Geral de Saúde

**Hábitos alimentares, de saúde e adesão à dieta mediterrânica dos jovens da região do algarve – publicado artigo de divulgação do estudo**

Na Acta Portuguesa de Nutrição, 20, de jan – mar 2020, foi publicado o Artigo Original “[Hábitos alimentares, de saúde e adesão à Dieta Mediterrânica dos jovens da Região do Algarve](#)”, desenvolvido pela Universidade do Algarve, inserido no âmbito do Projeto MEDITA - “Dieta Mediterrânica Promove Saúde”, financiado pelo Fundo Europeu de Desenvolvimento Regional (FEDER) através do Programa Operacional (POCTEP). Este estudo contou com 325 participantes, com idades entre 15 e 19 anos, e os resultados obtidos indicam que devem ser delineadas estratégias de educação alimentar e de promoção da saúde dirigidas à população juvenil, com base na Dieta Mediterrânica, uma vez que os resultados do índice KIDMED, mostram uma baixa adesão ao padrão alimentar mediterrânico em 9,0% dos participantes, adesão intermédia em 45,5% e adesão alta em 45,5%.

Informação: Universidade do Algarve

**Rede regional de mercados locais percorre todo o algarve**

**Cadeias curtas e mercados locais por um algarve mais sustentável**

A Rede Regional de Mercados Locais pretende incentivar o consumo sustentável e repor a importância das cadeias curtas e dos mercados locais, que constituem pilares da Dieta Mediterrânica. Recentemente foi possível observar uma mudança nos hábitos de consumo e tornou-se ainda mais emergente a necessidade de reforçar a importância de consumir produtos locais, não só para melhorar a dieta alimentar, bem como para diminuir o impacto ambiental. [Saber +](#)

Informação: Vicentina - Associação para o Desenvolvimento do Sudoeste

**TERRAS DA CHANFANA®... de prato familiar de dias de festa, a imagem de marca de uma região**

Das 2 décadas de trabalho dos agentes do território - confrarias, câmaras municipais, restaurantes, associações - resultou a parceria dinamizada e promovida pela Dueceira que se consagrou em 2018 como uma das 7 maravilhas à mesa de Portugal. Tendo a chanfana como o elemento gastronómico fulcral desta iniciativa, a Dueceira tem promovido o seu território enquanto um todo territorial (concelhos de Lousã, Miranda do Corvo, Peneda e Vila Nova de Poiares), valorizando os recursos culturais e ambientais nas suas componentes de gastronomia, história, património edificado, paisagem, usos e costumes perspetivando a captação de turistas e visitantes e a promoção da economia local. [Saber +](#)

Informação: DUECEIRA – Associação de Desenvolvimento do Ceiro e Dueça