

7 mai 2025

PAVILHÃO DO
CONHECIMENTO
CENTRO CIÊNCIA VIVA

DEBATE PARTICIPATIVO

Combate ao Cancro

O debate participativo dedicado ao tema do Combate ao Cancro contou com a participação de 12 alunos da Escola Secundária José Saramago (Mafra), e das investigadoras Cíntia Pêgo da Universidade Lusófona, Rafaela Timóteo da Fundação Champalimaud, e Sofia Ravara do Centro de Investigação em Saúde Pública.

O debate decorreu na Biblioteca do Pavilhão do Conhecimento, onde os alunos e investigadores foram divididos por 3 mesas, cada uma dedicada a uma questão relacionada com o tema de investigação do/a cientista, nomeadamente: “Alimentos processados: como levar os jovens a consumir menos?”, “Prevenção do cancro: o que falta fazer?” e “Tabagismo e cigarros eletrónicos: como reduzir o consumo?”.

Para dar início ao debate participativo, o moderador da Ciência Viva explicou os objetivos, etapas e dinâmicas do debate,

e em cada mesa, foi escolhido um relator entre os estudantes. De seguida, cada cientista apresentou de uma forma resumida, o tema da sua mesa, sobre o qual desenvolve o seu trabalho.

Recorrendo à metodologia de *World café*, os alunos circularam pelas diferentes mesas, com exceção do relator, refletindo sobre os temas em debate. Os participantes usaram o papel que cobria a mesa para tomarem notas e escreverem as ideias principais do debate, sendo que o relator fez anotações extra para o ajudar a resumir o que foi discutido em cada mesa.

Compilando todas as ideias que foram debatidas, os alunos e investigadores votaram nas recomendações que consideraram mais importantes, 1 por cada questão em debate. Este documento apresenta um resumo dos debates em cada mesa e compila, no final, as 3 recomendações mais votadas.



Investigadora Cíntia Pêgo, Universidade Lusófona

Alimentos processados: como levar os jovens a consumir menos?

Durante o debate, os participantes refletiram nesta mesa, sobre a necessidade de aumentar o conhecimento junto da comunidade educativa sobre a alimentação saudável, e como é possível adequar a gestão familiar para mudanças de hábitos saudáveis. Foi também mencionada a possibilidade para aumentar os preços dos alimentos com maior teor em açúcar, gordura e sal, e por outro lado, fomentar uma boa publicidade dos alimentos saudáveis.

- Oficinas práticas de cozinha;
- Planificação semanal de refeições familiares.

O total de recomendações propostas pelo grupo foi:

- Regular a publicidade/preços;
- Mais publicidade a produtos saudáveis;
- Introduzir conteúdos de nutrição no currículo escolar;



Investigadora Rafaela Timóteo, Fundação Champalimaud

Prevenção do cancro: o que falta fazer?

Nesta mesa, foram debatidas medidas que possam contribuir para uma melhor prevenção do cancro. O acesso ao diagnóstico e a promoção da literacia em saúde foram dois pontos centrais da discussão. Os alunos demonstraram o desejo de incluir a educação para a saúde no currículo escolar. O desenvolvimento e a aplicação de novas tecnologias, como a realidade aumentada e a inteligência artificial, foram salientados pela investigadora — área em que trabalha, o que permitiu que os alunos tivessem contato com técnicas na vanguarda da medicina.

- Inserir educação para a saúde no programa curricular;
- Rastreio frequente e precoce;
- Unidades móveis de diagnóstico;
- Investimento e aplicação de tecnologias novas desenvolvidas em investigação;
- Mais literacia em saúde (cancro) sobretudo nas escolas.

O total de recomendações propostas pelo grupo foi:

- Incluir uma escala informativa sobre a quantidade de substâncias /ingredientes cancerígenos em produtos;



Investigadora Sofia Ravara, Centro de Investigação em Saúde Pública

Tabagismo e cigarros eletrónicos: como reduzir o consumo?

Nesta mesa de debate foi abordado o tema do consumo do tabaco e nicotina, face ao aumento significativo do uso destes produtos nos estudantes e jovens adultos. A utilização de cigarros eletrónicos, produtos de tabaco aquecido e sem fumo ganham cada vez mais popularidade entre os mais jovens como alternativa aos cigarros. A segurança, os efeitos do consumo e a disponibilização destas substâncias no mercado foram o centro da discussão entre os jovens e a investigadora.

Aumentar a literacia para a adição e danos para a saúde dos jovens;

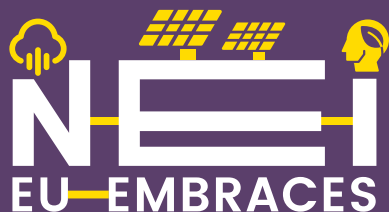
Regulamentação das atividades da indústria e dos produtos;

Abolição da exposição e promoção nos pontos de venda;

Combate às táticas de marketing, design e tecnologias utilizadas na produção dos produtos.

O total de recomendações propostas pelo grupo foi:

Envolver e sensibilizar os jovens, pais, educadores e comunidade para a prevenção do consumo do tabaco e nicotina;



Os alunos e investigadores, tendo em conta as discussões que tiveram oportunidade de integrar em cada mesa, votaram nas diferentes recomendações propostas. Cada participante votou numa recomendação para cada uma das questões em debate, totalizando 3 votos.

No final, e considerando o resultado das votações, obtiveram-se as seguintes recomendações mais votadas:

Alimentos processados: como levar os jovens a consumir menos?

Introduzir conteúdos de nutrição no currículo escolar.

› 8 votos

Prevenção do cancro: o que falta fazer?

Inserir educação para a saúde no programa curricular.

› 10 votos

Tabagismo e cigarros eletrónicos: como reduzir o consumo?

Regulamentação das atividades da indústria e dos produtos.

› 14 votos

