



PERFIL NUTRICIONAL

RESTRIÇÕES À PUBLICIDADE

ALIMENTAR DIRIGIDA

A CRIANÇAS

2019

Perfil Nutricional

Restrições à publicidade alimentar dirigida a
crianças

FICHA TÉCNICA

Portugal. Ministério da Saúde. Direção-Geral da Saúde.
Perfil Nutricional – Restrições à publicidade alimentar dirigida a crianças.
Lisboa: Direção-Geral da Saúde, 2019.

PALAVRAS CHAVE

Perfil nutricional, alimentos, crianças, publicidade alimentar

EDITOR

Direção-Geral da Saúde
Alameda D. Afonso Henriques, 45 1049-005 Lisboa
Tel.: 218 430 500
Fax: 218 430 530
E-mail: geral@dgs.min-saude.pt
www.dgs.pt

AUTOR

Programa Nacional para a Promoção da Alimentação Saudável

Maria João Gregório

Luís Guedes

Filipa Milhazes

Rita Sousa

Pedro Graça

A Direção-Geral da Saúde agradece os contributos para a produção deste documento de: Carla Lopes, Nuno Borges, Direção-Geral do Consumidor (DGC), Autoridade de Segurança Alimentar e Económica (ASAE), Ordem dos Nutricionistas, Associação Portuguesa de Nutrição, Associação Portuguesa para a Defesa do Consumidor (DECO), Federação das Indústrias Portuguesas Agro-Alimentares (FIPA) e Associação Portuguesa de Empresas de Distribuição (APED).

Este manual não reflete, contudo, a posição individual ou institucional das entidades ouvidas e que contribuíram para a produção deste documento.

Lisboa, julho, 2019

Índice

Sumário	3
Summary	4
Enquadramento	5
Racional para o perfil nutricional dos alimentos	8
Adaptações introduzidas ao modelo de perfil nutricional da OMS	17
Comparação entre o modelo de perfil nutricional da DGS e o da OMS	21
Perfil nutricional para a identificação dos géneros alimentícios com elevado valor energético, teor de sal, açúcar, ácidos gordos saturados e ácidos gordos <i>trans</i>	26
Considerações finais	30
Referências bibliográficas	31

Índice de tabelas

Tabela 1. Alegações nutricionais “baixo teor de gorduras saturadas”, “baixo teor de açúcares” e “baixo teor de sódio/sal”, definidos pelo Regulamento (CE) N.º 1924/2006 do Parlamento Europeu e do Conselho de 20 de dezembro de 2006 relativo às alegações nutricionais e de saúde sobre os alimentos	10
Tabela 2. Valores relativos a 25% da dose de referência	11
Tabela 3. Racional para o perfil nutricional para cada uma das categorias de géneros alimentícios	11
Tabela 4. Diferenças entre o modelo de perfil nutricional da DGS e o modelo de perfil nutricional da OMS	17

Índice de figuras

Figura 1. Produtos alimentares analisados por categoria de produto alimentar	21
Figura 2. Comparação entre a percentagem de cereais de pequeno-almoço aptos à publicidade dirigida a menores de 16 anos, de acordo com o modelo de perfil nutricional da DGS e da OMS (n=140)	22
Figura 3. Comparação entre a percentagem de leites com chocolate ou aromatizados aptos à publicidade dirigida a menores de 16 anos, de acordo com o modelo de perfil nutricional da DGS e da OMS	22

Figura 4. Comparação entre a percentagem de iogurtes aptos à publicidade dirigida a menores de 16 anos, de acordo com o modelo de perfil nutricional da DGS e da OMS (n=93).	22
Figura 5. Comparação entre a percentagem de queijos aptos à publicidade dirigida a menores de 16 anos, de acordo com o modelo de perfil nutricional da DGS e da OMS (n=61).	23
Figura 6. Comparação entre a percentagem de bebidas vegetais aptos à publicidade dirigida a menores de 16 anos, de acordo com o modelo de perfil nutricional da DGS e da OMS. .	23
Figura 7. Comparação entre a percentagem de fruta e hortícolas processados aptos à publicidade dirigida a menores de 16 anos, de acordo com o modelo de perfil nutricional da DGS e da OMS (n=25).....	23
Figura 8. Comparação entre a percentagem de óleos e gorduras aptos à publicidade dirigida a menores de 16 anos, de acordo com o modelo de perfil nutricional da DGS e da OMS (n=24).....	24
Figura 9. Comparação entre a percentagem de bolachas aptos à publicidade dirigida a menores de 16 anos, de acordo com o modelo de perfil nutricional da DGS e da OMS (n=1024).....	24
Figura 10. Comparação entre a percentagem de sumos de fruta aptos à publicidade dirigida a menores de 16 anos, de acordo com o modelo de perfil nutricional da DGS e da OMS (n=233).....	24
Figura 11. Comparação entre a percentagem de refrigerantes aptos à publicidade dirigida a menores de 16 anos, de acordo com o modelo de perfil nutricional da DGS e da OMS (n=856).	25

Sumário

No seguimento da aprovação da Lei n.º 30/2019, de 23 de abril, que introduz restrições à publicidade dirigida a menores de 16 anos de géneros alimentícios e bebidas que contenham elevado valor energético, teor de sal, açúcar, ácidos gordos saturados e ácidos gordos *trans*, procedendo à 14.ª alteração ao Código da Publicidade, aprovado pelo Decreto-Lei n.º 330/90, de 23 de outubro, foi atribuída à Direção-Geral da Saúde (DGS) a responsabilidade de definir o perfil nutricional dos alimentos que devem ser tidos em conta para limitar a publicidade alimentar dirigida a crianças.

Neste documento descreve-se o racional para a definição deste perfil nutricional dos alimentos, desenvolvido pela DGS. O modelo de perfil nutricional fixado pela DGS, teve como inspiração e base de trabalho o modelo de perfil nutricional da Organização Mundial da Saúde (OMS) – *WHO Regional Office for Europe Nutrient Profile Model* – ao qual foram introduzidas algumas alterações com o objetivo de alinhar os limites para alguns nutrientes em algumas categorias de alimentos com os valores definidos pela legislação da União Europeia. Foram também efetuadas alterações que refletem os compromissos assumidos em Portugal no âmbito da reformulação dos produtos alimentares, bem como uma análise da composição nutricional dos alimentos disponíveis no mercado português. Outras adaptações refletem ainda o enquadramento do modelo de perfil nutricional da OMS aos limites impostos pela redação da Lei n.º 30/2019, de 23 de abril.

Depois de aplicar o modelo de perfil nutricional desenvolvido pela DGS a um conjunto de produtos alimentares disponíveis no mercado português, em particular a uma amostra de produtos alimentares das categorias de alimentos que são mais publicitadas, foi possível verificar que o modelo de perfil nutricional da DGS permite restringir a publicidade a alimentos que podem comprometer uma alimentação saudável e a alimentos que apresentam um elevado valor energético, teores de sal, açúcar, ácidos gordos saturados e ácidos gordos *trans*, tal como é objetivo da Lei n.º 30/2019. Esta análise mostra ainda que o modelo de perfil nutricional desenvolvido pela DGS permite obter resultados muito semelhantes ao modelo de perfil nutricional da OMS, no que diz respeito ao seu propósito, permitindo obter um bom nível de concordância entre os dois modelos no que diz respeito aos produtos alimentares que são classificados em “aptos” e “não aptos” à publicidade alimentar dirigida a menores de 16 anos.

Summary

According to the Law n.º 30/2019, of 23 April, that introduces restrictions to food marketing to children under 16 years of age of foods that are high in energy, salt, sugar, saturated and trans fatty acids and that revise the Advertisement Code, approved by the Law n.º 330/90, of 23 October, it was defined that the Directorate-General of Health (DGS) will be the national authority that will develop the nutrient profile model. This document describes the rationale for the nutrient profile model developed by DGS. The nutrient profile model developed by DGS is based on the WHO nutrient profile model - *WHO Regional Office for Europe Nutrient Profile Model* - in which some adaptations were made in order to align the nutrient thresholds for some food categories with the values defined by European Union legislation. Other adaptations also reflect the Portuguese Agreements for food reformulation, as well as, an analysis of the nutrition composition of the Portuguese foods. Other adaptations also reflect the adjustment of the WHO nutrient profile model to the limits imposed by the wording of Law n.º 30/2019, of 23 April. After testing the nutrient profile model developed by DGS in a sample of Portuguese food products, in particular for the most advertised food categories, it was possible to verify that the DGS nutrient profile model is able to restrict food marketing of foods that may compromise healthy eating and of foods that are high in energy, salt, sugar, saturated and trans fatty acids, as laid down by Law n.º 30/2019. This analysis also shows that the nutrient profile model developed by DGS provides very similar results to the WHO nutrient profile model in terms of its purpose, enabling a good level of agreement between the two models in terms of the classification of foods in “permitted” and “not permitted” for food marketing to children.

Enquadramento

A Lei n.º 30/2019 de 23 de abril introduz restrições à publicidade dirigida a menores de 16 anos de géneros alimentícios e bebidas que contenham elevado valor energético, teor de sal, açúcar, ácidos gordos saturados e ácidos gordos *trans*, procedendo à 14.ª alteração ao Código da Publicidade, aprovado pelo Decreto-Lei n.º 330/90, de 23 de outubro.

De acordo com o Artigo 20.º-B do Código da Publicidade, alterado pela Lei n.º30/2019 de 23 de abril, foi atribuída à Direção-Geral da Saúde (DGS) a competência de identificar os produtos alimentares que contenham elevado valor energético, teor de sal, açúcar, ácidos gordos saturados e ácidos gordos *trans*, sendo que os valores que devem ser tidos em consideração na identificação de elevado valor energético, teor de sal, açúcar, ácidos gordos saturados e ácidos gordos *trans*, devem ter em conta as recomendações da Organização Mundial da Saúde (OMS) e da União Europeia.

No Artigo 20.º-B do Código da Publicidade, aditado pela Lei n.º 30/2019 de 23 de abril é também referido que são considerados “géneros alimentícios e bebidas de elevado valor energético, teor de sal, açúcar, ácidos gordos saturados e ácidos gordos *trans* aqueles que contenham uma quantidade dos referidos elementos que comprometa, de acordo com o conhecimento científico disponível, uma dieta variada, equilibrada e saudável”.

A evidência científica é consistente no que diz respeito ao impacto que o marketing e a publicidade alimentar dirigida a crianças pode ter na modelação dos seus comportamentos e preferências alimentares bem como no seu estado nutricional e de saúde (1, 2), tanto que as instituições a nível internacional como a OMS (3-5) e o *High Level Group on Nutrition and Physical Activity* da Comissão Europeia recomendam a adoção de medidas nesta área por parte dos Estados Membros (6).

Vários documentos estratégicos da OMS recomendam que os Estados Membros implementem medidas que visem reduzir o impacto do marketing e da publicidade de alimentos e bebidas não saudáveis, nomeadamente o *WHO European Food and Nutrition Action Plan 2015-2020* (3), a *Vienna Declaration on Nutrition and Noncommunicable Diseases in the Context of Health 2020* (5) e o *Report of the WHO Commission on Ending Childhood Obesity* (7).

A Comissão Europeia, através do *High Level Group on Nutrition and Physical Activity*, identifica também a restrição do marketing e publicidade alimentar dirigida a crianças como uma das áreas de intervenção prioritárias para a promoção de hábitos alimentares saudáveis e em particular para a redução da prevalência da obesidade infantil, nomeadamente no *EU Action Plan on Childhood Obesity 2014-2020* (6).

Em consonância com as recomendações internacionais, as estratégias portuguesas nesta área, têm considerado a importância de implementar medidas que visem controlar a publicidade alimentar dirigida a crianças. O Programa Nacional para a Promoção da Alimentação Saudável (PNPAS), tem esta medida considerada no âmbito da sua estratégia para a modificação dos ambientes alimentares (8). Mais recentemente, a importância de controlar a publicidade alimentar dirigida a crianças para promover hábitos alimentares saudáveis, ficou também evidente a nível interministerial, na Estratégia

Integrada para a Promoção da Alimentação Saudável (EIPAS), nomeadamente através das medidas 3 (“incentivar a adoção de medidas pelos operadores económicos, no sentido de limitar a publicidade destinada a menores de idade de produtos alimentares com excesso de sal, açúcar, gordura, nomeadamente *trans* e energia”) e 4 (“incentivar a adoção de medidas pelos operadores económicos, no sentido de limitar as comunicações comerciais e a publicidade a produtos alimentares com excesso de sal, açúcar, gordura, nomeadamente *trans* e energia em eventos em que participem menores, designadamente atividades desportivas, culturais, recreativas ou outras”) do eixo 2 (9). Aliás, Portugal coordena desde 2016, a *WHO European Action Network on Reducing Marketing Pressure on Children*, uma rede europeia que tem como objetivo contribuir para redução do marketing e publicidade alimentar dirigida a crianças.

Os dados relativos ao consumo alimentar e estado nutricional das crianças portuguesas sugerem a necessidade de colocar restrições à publicidade alimentar de produtos de baixo valor nutricional dirigido a crianças. De acordo com os dados do último Inquérito Alimentar Nacional (IAN-AF), conclui-se que é no grupo das crianças e dos adolescentes que se verificam hábitos alimentares mais desequilibrados. Quanto à ingestão de açúcar, quase metade das crianças e dos adolescentes portugueses (48,4% das crianças e 48,7% dos adolescentes) apresentam um consumo diário que ultrapassa a recomendação da OMS para um consumo de açúcar que não deve contribuir para mais de 10% do valor energético total (10). No que diz respeito ao excesso de peso, os dados do estudo COSI Portugal (*Childhood Obesity Surveillance Initiative*) de 2019, mostram que 29,6% das crianças portuguesas com idades compreendidas entre os 6 e os 8 anos de idade apresentam excesso de peso, sendo que a obesidade atinge 12,0% das crianças analisadas (11). Estes valores colocam as crianças portuguesas desta idade e Portugal no lote dos países com maiores prevalências de obesidade no espaço europeu.

Estes modelos de restrição do marketing e publicidade alimentar podem enquadrar-se também no conjunto de medidas que visam assegurar os direitos das crianças presentes na Convenção sobre os Direitos da Criança da UNICEF, nomeadamente o expresso no artigo 3 relacionado com o interesse superior da criança. Nesta Convenção está também expresso o direito à saúde (Artigo 24), à proteção contra a exploração económica (Artigo 32), a necessidade de elaborar princípios orientadores adequados à proteção da criança contra informação e documentos prejudiciais ao seu bem-estar (Artigo 17), bem como o destaque que é dado ao papel do Estado em garantir e promover os direitos das crianças descritos nesta Convenção.

Acresce ainda salientar os resultados de diversos trabalhos científicos que mostram a dimensão da exposição ao marketing e publicidade alimentar, em particular nas crianças. Um estudo publicado já em 2019 na *Obesity Reviews* e realizado em 22 países mostra que 23% de todos os anúncios televisivos são relativos a alimentos ou bebidas e que quando se analisou o perfil nutricional dos produtos alimentares publicitados nestes anúncios, verificou-se que a publicidade aos alimentos que a OMS considera que deveriam ser proibidos publicitar, era 4 vezes superior à publicidade de alimentos que se enquadram no grupo dos permitidos. Mais ainda, os resultados deste estudo, demonstram que a publicidade a alimentos “não permitidos” de acordo com o modelo de perfil nutricional da OMS é cerca de 35% superior nos períodos que apresentam uma maior percentagem audiências de crianças, ou em programas dirigidos ao público infantil (12).

De acordo com este mesmo estudo, as categorias de alimentos que são mais frequentemente publicitadas são os refrigerantes e outras bebidas açucaradas, chocolates e produtos de confeitaria, refeições prontas a consumir, cereais de pequeno-almoço, bolos, produtos de pastelaria e bolachas. As 10 empresas do setor alimentar que mais estão presentes nos anúncios de alimentos e bebidas analisados neste estudo são signatárias do *International Food and Beverage Alliance (IFBA) global commitment for responsible marketing* (12).

Estes dados mostram claramente que os códigos voluntários de boas práticas por parte da indústria alimentar não estão a ser suficientes para reduzir a exposição das crianças ao marketing e à publicidade alimentar, justificando assim uma intervenção mais forte dos Estados Membros nesta área, que se veio a concretizar em Portugal em abril de 2019 com a publicação da Lei n.º 30/2019 de 23 de abril e com a definição de um enquadramento nutricional para definir os produtos alimentares a restringir no que diz respeito à publicidade.

Este documento descreve o racional para a definição do perfil nutricional dos alimentos, desenvolvido pela DGS, no âmbito das restrições à publicidade alimentar dirigida a menores de 16 introduzidas pela Lei n.º 30/2019 de 23 de abril de 2019.

Racional para o perfil nutricional dos alimentos

O modelo de perfil nutricional fixado pela DGS no âmbito das restrições à publicidade alimentar dirigida a menores de 16 anos previstas na Lei n.º 30/2019, teve como inspiração e base de trabalho o modelo de perfil nutricional da OMS. A OMS publicou em 2015, o perfil nutricional dos alimentos e bebidas que devem ser restringidos da publicidade dirigida a menores- *WHO Regional Office for Europe Nutrient Profile Model* (13) - sendo este um modelo cuja aplicabilidade já foi testada em diversos países, incluindo a um conjunto de alimentos disponíveis no mercado português (14). A publicação deste modelo de perfil nutricional pela OMS, resultou da necessidade identificada, pelos Estados Membros da OMS Região Europa, da existência de um modelo de perfil nutricional global que pudesse ser implementado a nível nacional uniformizando as respostas nacionais a uma necessidade global.

Contudo foram introduzidas algumas adaptações ao caso português, com vista a alinhar os limites definidos para os pontos de corte de alguns nutrientes em algumas categorias de alimentos, com a legislação da União Europeia, nomeadamente com: **1)** os valores definidos para as alegações nutricionais definidas através do Regulamento (CE) N.º 1924/2006, do Parlamento Europeu e do Conselho, de 20 de dezembro de 2006, relativo às alegações nutricionais e de saúde sobre os alimentos, nomeadamente com os limites superiores das alegações nutricionais relativas ao “baixo teor de gorduras”, “baixo teor de gorduras saturadas”, “baixo teor de açúcares” e “baixo teor de sódio/sal” (15) e **2)** o valor estabelecido através do Regulamento (UE) 2019/649 da Comissão de 24 de abril de 2019, que altera o Anexo III do Regulamento (CE) n.º 1925/2006 do Parlamento Europeu e do Conselho, no que se refere aos ácidos gordos *trans* (16).

Estes foram os pressupostos gerais que orientaram o modelo de perfil nutricional na DGS no âmbito das restrições à publicidade previstas no artigo 20.º-A do Código da Publicidade, porém de seguida descrevem-se pormenorizadamente os pressupostos do seu racional:

1. O racional para o modelo de perfil nutricional da DGS que aqui se apresenta teve em consideração que as restrições à publicidade alimentar dirigida a crianças devem ter como principal objetivo limitar a publicidade aos alimentos que apresentam elevados teor de açúcar e que por isso contribuem para uma maior ingestão de açúcar nas crianças e adolescentes, nomeadamente refrigerantes, produtos de pastelaria e confeitaria, doces e guloseimas, bolachas, néctares e sumos de fruta, cereais de pequeno-almoço e iogurtes.
2. Para a definição dos pontos de corte que permitem a identificação dos géneros alimentícios com “elevado teor de sal, ácidos gordos saturados e açúcar” foram utilizados diferentes valores de referência, em função das diferentes categorias de alimentos. De modo geral, o racional para os pontos de corte definidos para as diferentes categorias de alimentos refletem o seu perfil nutricional global, com pontos de corte superiores para as categorias de alimentos que se podem enquadrar num padrão alimentar saudável e com pontos de corte inferiores para as categorias de alimentos que podem “comprometer uma dieta variada, equilibrada e saudável”, tal como refere o ponto 1 do Artigo 20.º-B do Código da Publicidade aditado pela Lei n.º30/2019 de 23 de abril.
3. Para algumas categorias de alimentos os pontos de corte foram baseados nos valores correspondentes a 25% da dose de referência e para outras categorias de alimentos, os valores de referência foram baseados na informação disponível em alguns regulamentos em vigor na União Europeia, nomeadamente aqueles definidos pelo Regulamento (CE) N.º 1924/2006 (15).

4. Nas situações em que estamos na presença de 1) categorias de alimentos que habitualmente não contêm quantidades significativas de ácidos gordos saturados e/ou açúcar e/ou sal ou de 2) categorias de alimentos para as quais não se reconhece valor nutricional significativo e que por isso não devem integrar um padrão alimentar saudável, os pontos de corte utilizados para construir este perfil nutricional da DGS correspondem a valores idênticos aos limites superiores das alegações “baixo teor de” definidas no Regulamento (CE) N.º 1924/2006 (Tabela 1). No caso particular da alínea 2), a definição de pontos de corte baseados em valores de referência mais baixos permitem seguir as recomendações da OMS e ao mesmo tempo encontram-se alinhados com o ponto 1 do Artigo 20.º-B do Código da Publicidade aditado pela Lei n.º30/2019 de 23 de abril, na medida em que este ponto considera “géneros alimentícios e bebidas de elevado valor energético, teor de sal, açúcar, ácidos gordos saturados e ácidos gordos *trans* aqueles que contenham uma quantidade dos referidos elementos que comprometa, de acordo com o conhecimento científico disponível, uma dieta variada, equilibrada e saudável”.

De salientar que, de acordo com o modelo de perfil nutricional da OMS, para as categorias de produtos alimentares que estão enquadradas na alínea 2) do parágrafo anterior, ou seja, para as categorias de alimentos com elevada densidade energética e baixo valor nutricional, ou para as quais existe evidência científica consistente sobre os seus riscos para a saúde humana quando consumidos de forma regular e excessiva, as restrições à publicidade alimentar dirigida a menores de 16 anos, aplicam-se a todos os produtos dessas categorias de alimentos. Ou seja, à luz do modelo de perfil nutricional da OMS, nenhum produto das seguintes categorias pode ser publicitado: chocolates, produtos de confeitaria, barras energéticas, coberturas e cremes doces para barrar, sobremesas doces; bolos e outros produtos de pastelaria, biscoitos doces e preparados em pó para a produção de doces; sumos; bebidas refrigerantes; bebidas energéticas; e gelados e sorvetes. Estes produtos alimentares enquadram-se nas categorias de géneros alimentícios que não são promotoras de uma alimentação saudável e cuja publicidade, de acordo com o artigo 20.º-A do Código da Publicidade, deve ser restringida. Estas categorias estão também identificadas no guia alimentar para a população portuguesa – Roda dos Alimentos – como alimentos que não se enquadram num padrão alimentar saudável (17). Assim, no modelo de perfil nutricional da DGS, para efeitos de restrições à publicidade alimentar dirigida a crianças, considerou-se que estas categorias de produtos alimentares não poderão ser publicitadas se contiverem um valor energético > 40 kcal por 100 g para os sólidos/ > 20 kcal por 100 ml para os líquidos, e/ou um teor de sal > 0,3 g de sal por 100 g de produto e/ou um teor de açúcar > 5 g de açúcar por 100 g para os sólidos/ > 2,5 g de açúcar por 100 ml para os líquidos e/ou um teor de ácidos gordos saturados >1,5 g de ácidos gordos saturados por 100 g para os sólidos/ > 0,75 g de ácidos gordos saturados por 100 ml, em conformidade com os valores definidos para as alegações nutricionais, através do Regulamento (CE) N.º 1924/2006 do Parlamento Europeu e do Conselho de 20 de dezembro de 2006 relativo às alegações nutricionais e de saúde sobre os alimentos.

5. Consideraram-se os valores correspondentes a 25% da dose de referência para estabelecer os pontos de corte para as categorias de alimentos que habitualmente contêm quantidades significativas de um ou mais destes nutrientes, mas para as quais se reconhece valor nutricional (Tabela 2).

Note-se que os diferentes perfis nutricionais desenvolvidos para alguns países europeus, quer no contexto dos esquemas simplificativos de rotulagem nutricional (18) (ex: Semáforo

Nutricional (Reino Unido) (19) e Nutri-score (França) (20)), quer no contexto dos perfis nutricionais para a restrição do marketing alimentar dirigido a crianças (modelo de perfil nutricional do Reino Unido – *Nutrient Profiling System* da *Food Standards Agency*) (21), têm considerado um valor superior a 25% da dose de referência para a identificação do “elevado teor de sal, açúcar, gordura e ácidos gordos saturados”. Este valor enquadra-se também na maior parte dos valores definidos pelos peritos da OMS. Neste sentido, para o modelo de perfil nutricional da DGS foi assumido também o *cut-off* de 25% da dose de referência. De referir que este valor permite, de modo geral, incluir os géneros alimentícios “best in class” para as diferentes categorias de alimentos.

6. Estes dois critérios gerais para a definição dos pontos de corte (1. limites superiores dos valores definidos para as alegações “baixo teor de...” e 2. valores superiores a 25% da dose de referência) foram utilizados sempre que possível, porém, para algumas categorias de géneros alimentícios, foram feitos pequenos ajustes de modo a que os pontos de corte definidos possam também refletir a composição nutricional dos géneros alimentícios “best in class” para cada uma das categorias, bem como para que possam refletir a estratégia portuguesa para a reformulação dos géneros alimentícios. Assim, na Tabela 3 descreve-se o racional utilizado pela equipa de trabalho da DGS para definir o perfil nutricional para cada categoria de géneros alimentícios. De forma a tornar o trabalho o mais rigoroso e transparente possível todas as categorias de alimentos referenciadas têm os seus pontos de corte devidamente justificados na Tabela 3.
7. Relativamente ao teor máximo de ácidos gordos *trans*, apesar da OMS recomendar que o teor de ácidos gordos *trans* não deve ser superior a 1 g por 100g de gordura, no modelo de perfil nutricional da DGS, para a definição de um “elevado teor de ácidos gordos *trans*” considerou-se o valor estabelecido através do Regulamento (UE) 2019/649 da Comissão de 24 de abril de 2019, que altera o Anexo III do Regulamento (CE) n.º 1925/2006 do Parlamento Europeu e do Conselho, no que se refere aos ácidos gordos *trans*, com exceção dos ácidos gordos *trans* naturalmente presentes em lípidos de origem animal, que define que o teor de ácidos gordos *trans* não pode exceder 2 g por 100 g de lípidos (16). Este valor aplica-se de forma transversal a todas as categorias de alimentos.

Tabela 1. Alegações nutricionais “baixo teor de gorduras saturadas”, “baixo teor de açúcares” e “baixo teor de sódio/sal”, definidos pelo Regulamento (CE) N.º 1924/2006 do Parlamento Europeu e do Conselho de 20 de dezembro de 2006 relativo às alegações nutricionais e de saúde sobre os alimentos.

	Baixo teor (100 g)	Baixo teor (100 ml)
Ácidos gordos saturados	≤ 1,5 g	≤ 0,75 g
Sódio/sal	≤ 0,3 g (sal)	
Açúcar	≤ 5 g	≤ 2,5 g

Tabela 2. Valores relativos a 25% da dose de referência.

	Dose de referência	25% da dose de referência (por 100 g)	25% da dose de referência (por 100 ml)
Energia	2000 kcal	-	-
Ácidos gordos saturados	22 g*	5 g	2,5 g
Sódio/sal**	5 g	1,3 g	0,7 g
Açúcares livre***	50 g	12,5 g	6,3 g

*10% do valor energético total, de acordo com a recomendação da OMS.

** De acordo com a recomendação da OMS para não ultrapassar os 5 g por dia (22).

*** De acordo com a recomendação da OMS para não ultrapassar os 10% da ingestão energética total (23).

Tabela 3. Racional para o perfil nutricional para cada uma das categorias de géneros alimentícios.

Categoria alimentar	Descrição do racional para os pontos de corte
Chocolates produtos de confeitaria, barras energéticas, coberturas doces, cremes para barrar e sobremesas	<p>Ácidos gordos saturados – 1,5 g por 100 g Valor definido de acordo com o Regulamento (CE) N.º 1924/2006 do Parlamento Europeu e do Conselho de 20 de dezembro de 2006 relativo às alegações nutricionais e de saúde sobre os alimentos.</p> <p>Açúcar – 5 g açúcar total Valor definido de acordo com o Regulamento (CE) N.º 1924/2006 do Parlamento Europeu e do Conselho de 20 de dezembro de 2006 relativo às alegações nutricionais e de saúde sobre os alimentos.</p> <p>Sal – 0,3 g por 100 g Valor definido de acordo com o Regulamento (CE) N.º 1924/2006 do Parlamento Europeu e do Conselho de 20 de dezembro de 2006 relativo às alegações nutricionais e de saúde sobre os alimentos.</p> <p>Valor energético – 40 kcal por 100 g Valor definido de acordo com o Regulamento (CE) N.º 1924/2006 do Parlamento Europeu e do Conselho de 20 de dezembro de 2006 relativo às alegações nutricionais e de saúde sobre os alimentos.</p>
Bolos e outros produtos de pastelaria, biscoitos doces, preparados em pó para a produção de doces	<p>Ácidos gordos saturados – 1,5 g por 100 g Valor definido de acordo com o Regulamento (CE) N.º 1924/2006 do Parlamento Europeu e do Conselho de 20 de dezembro de 2006 relativo às alegações nutricionais e de saúde sobre os alimentos.</p> <p>Açúcar – 5 g açúcar total Valor definido de acordo com o Regulamento (CE) N.º 1924/2006 do Parlamento Europeu e do Conselho de 20 de dezembro de 2006 relativo às alegações nutricionais e de saúde sobre os alimentos.</p> <p>Sal – 0,3 g por 100 g Valor definido de acordo com o Regulamento (CE) N.º 1924/2006 do Parlamento Europeu e do Conselho de 20 de dezembro de 2006 relativo às alegações nutricionais e de saúde sobre os alimentos.</p>

Categoria alimentar	Descrição do racional para os pontos de corte
Bolos e outros produtos de pastelaria, biscoitos doces, preparados em pó para a produção de doces	<p>Valor energético – 40 kcal por 100 g</p> <p>Valor definido de acordo com o Regulamento (CE) N.º 1924/2006 do Parlamento Europeu e do Conselho de 20 de dezembro de 2006 relativo às alegações nutricionais e de saúde sobre os alimentos.</p>
Aperitivos/Snacks	<p>Açúcar – 5 g açúcar total</p> <p>Açúcar de adição – 0</p> <p>Valor definido de acordo com o Regulamento (CE) N.º 1924/2006 do Parlamento Europeu e do Conselho de 20 de dezembro de 2006 relativo às alegações nutricionais e de saúde sobre os alimentos.</p> <p>Sal – 0,3 g por 100 g</p> <p>Valor definido de acordo com o Regulamento (CE) N.º 1924/2006 do Parlamento Europeu e do Conselho de 20 de dezembro de 2006 relativo às alegações nutricionais e de saúde sobre os alimentos.</p>
Frutos oleaginosos e sementes	<p>Açúcar – 5 g açúcar total</p> <p>Açúcar de adição – 0</p> <p>Valor definido de acordo com o Regulamento (CE) N.º 1924/2006 do Parlamento Europeu e do Conselho de 20 de dezembro de 2006 relativo às alegações nutricionais e de saúde sobre os alimentos.</p> <p>Sal – 0,3 g por 100 g</p> <p>Valor definido de acordo com o Regulamento (CE) N.º 1924/2006 do Parlamento Europeu e do Conselho de 20 de dezembro de 2006 relativo às alegações nutricionais e de saúde sobre os alimentos.</p>
Sumos	<p>Açúcar – 2,5 g açúcar total</p> <p>Açúcar de adição – 0</p> <p>Valor definido de acordo com o Regulamento (CE) N.º 1924/2006 do Parlamento Europeu e do Conselho de 20 de dezembro de 2006 relativo às alegações nutricionais e de saúde sobre os alimentos.</p> <p>Valor energético – 20 kcal por 100 g</p> <p>Valor definido de acordo com o Regulamento (CE) N.º 1924/2006 do Parlamento Europeu e do Conselho de 20 de dezembro de 2006 relativo às alegações nutricionais e de saúde sobre os alimentos.</p>
Leite	<p>Ácidos gordos saturados – 2,5 g por 100 ml</p> <p>Para o teor de ácidos gordos saturados do leite aplicou-se o critério dos 25% da dose de referência para este nutriente (2,5 g).</p> <p>Açúcar total – 5,5 g por 100 ml</p> <p>Açúcar de adição – 0</p> <p>Valor definido de acordo com a quantidade máxima de lactose encontrada no leite disponível no mercado português.</p> <p>Sal – 0,3 g por 100 ml</p> <p>Valor definido de acordo com o Regulamento (CE) N.º 1924/2006 do Parlamento Europeu e do Conselho de 20 de dezembro de 2006 relativo às alegações nutricionais e de saúde sobre os alimentos.</p>
Bebidas vegetais	<p>Ácidos gordos saturados – 2,5 g por 100 ml</p> <p>Para o teor de ácidos gordos saturados das bebidas vegetais aplicou-se o critério dos 25% da dose de referência para este nutriente (2,5 g).</p>

Categoria alimentar	Descrição do racional para os pontos de corte
Bebidas vegetais	<p>Açúcar total – 2,5 por 100 ml Valor definido de acordo com o Regulamento (CE) N.º 1924/2006 do Parlamento Europeu e do Conselho de 20 de dezembro de 2006 relativo às alegações nutricionais e de saúde sobre os alimentos.</p> <p>Sal – 0,3 g por 100 ml Valor definido de acordo com o Regulamento (CE) N.º 1924/2006 do Parlamento Europeu e do Conselho de 20 de dezembro de 2006 relativo às alegações nutricionais e de saúde sobre os alimentos.</p>
Bebidas refrigerantes	<p>Açúcar – 2,5 g açúcar total Açúcar de adição – 0 Limite superior ao valor de referência da alegação “baixo teor de açúcar Valor definido de acordo com o Regulamento (CE) N.º 1924/2006 do Parlamento Europeu e do Conselho de 20 de dezembro de 2006 relativo às alegações nutricionais e de saúde sobre os alimentos.</p> <p>Valor energético – 20 kcal por 100 g Valor definido de acordo com o Regulamento (CE) N.º 1924/2006 do Parlamento Europeu e do Conselho de 20 de dezembro de 2006 relativo às alegações nutricionais e de saúde sobre os alimentos.</p>
Gelados e Sorvetes	<p>Ácidos gordos saturados – 1,5 g por 100 g Valor definido de acordo com o Regulamento (CE) N.º 1924/2006 do Parlamento Europeu e do Conselho de 20 de dezembro de 2006 relativo às alegações nutricionais e de saúde sobre os alimentos.</p> <p>Açúcar – 5 g açúcar total Valor definido de acordo com o Regulamento (CE) N.º 1924/2006 do Parlamento Europeu e do Conselho de 20 de dezembro de 2006 relativo às alegações nutricionais e de saúde sobre os alimentos.</p> <p>Valor energético – 40 kcal por 100 g Valor definido de acordo com o Regulamento (CE) N.º 1924/2006 do Parlamento Europeu e do Conselho de 20 de dezembro de 2006 relativo às alegações nutricionais e de saúde sobre os alimentos.</p>
Cereais de pequeno-almoço	<p>Ácidos gordos saturados – 1,5 g por 100 g Valor definido de acordo com o Regulamento (CE) N.º 1924/2006 do Parlamento Europeu e do Conselho de 20 de dezembro de 2006 relativo às alegações nutricionais e de saúde sobre os alimentos.</p> <p>Açúcar total – 15 g por 100 g Para o teor de açúcar dos cereais de pequeno-almoço, deveria considerar-se um “elevado teor de açúcar” um valor superior a 25% da dose de referência para este nutriente (12,5 g), contudo tendo em conta a análise da composição nutricional dos cereais de pequeno-almoço disponíveis do mercado português, que sugere que estes géneros alimentícios apresentam teores de açúcar significativamente superiores, definiu-se o valor de 15 g de modo a permitir a incluir os géneros alimentícios “best in class”.</p>

Categoria alimentar	Descrição do racional para os pontos de corte
Cereais de pequeno-almoço	<p>Sal – 1 g por 100 g</p> <p>Para o teor de sal nos cereais de pequeno-almoço, poderia considerar-se um “elevado teor de sal”, um valor superior a 25% da dose de referência para este nutriente (1,3 g), contudo para esta categoria de géneros alimentícios foi considerado o valor de 1 g de acordo com os valores definidos no âmbito do plano de Portugal para a reformulação dos géneros alimentícios.</p>
Iogurtes e leites fermentados, natas lácteas e outros produtos similares	<p>Ácidos gordos saturados – 1,5 g por 100 g</p> <p>Valor definido de acordo com o Regulamento (CE) N.º 1924/2006 do Parlamento Europeu e do Conselho de 20 de dezembro de 2006 relativo às alegações nutricionais e de saúde sobre os alimentos.</p> <p>Açúcar – 10 g por 100 g</p> <p>Para o teor de açúcar nos iogurtes considerou-se que o açúcar de adição não deveria ultrapassar os 5 g por 100 g, de acordo com o valor definido para a alegação “baixo teor de açúcar”. Considerou-se também que o teor médio de lactose nos iogurtes é de 3,8 g por 100 g, o que significa que idealmente os iogurtes deveriam ter um teor médio de açúcar total inferior a 8,8 g. Contudo, de modo a incluir os géneros alimentícios “best in class”, considerou-se o valor de 10 g.</p> <p>De referir, que os iogurtes contribuem com uma importante percentagem para a ingestão de açúcar nas crianças. Cerca de 10% da ingestão de açúcares livres nas crianças portuguesas é proveniente do consumo de iogurtes.</p> <p>Importa ainda salientar que esta é uma das categorias de alimentos, cujos géneros alimentícios apresentam habitualmente quantidades elevadas de açúcar de adição. A evidência científica sugere também que os consumidores toleram bem iogurtes com uma percentagem de açúcar de 7%.</p> <p>Sal – 0,3 g por 100 g</p> <p>Valor definido de acordo com o Regulamento (CE) N.º 1924/2006 do Parlamento Europeu e do Conselho de 20 de dezembro de 2006 relativo às alegações nutricionais e de saúde sobre os alimentos.</p>
Queijos e produtos análogos	<p>Ácidos gordos saturados – 13 g por 100 g</p> <p>Para o teor de ácidos gordos saturados dos queijos e produtos análogos, deveria considerar-se um “elevado teor de ácidos gordos saturados” um valor superior a 25% da dose de referência para este nutriente (5 g). Contudo, para esta categoria, definiu-se um teor máximo de ácidos gordos saturados de 13 g por 100 g, uma vez que para esta categoria não se verifica no mercado um conjunto significativo de géneros alimentícios com um teor de ácidos gordos saturados inferior a 5 g por 100 g. Pretende-se assim, como a definição de um teor máximo de ácidos gordos saturados de 13 g por 100 g, incluir os géneros alimentícios “best in class” para esta categoria.</p> <p>Sal – 1,3 g por 100 g</p> <p>Para o teor de sal dos queijos e produtos análogos aplicou-se o critério dos 25% da dose de referência para este nutriente (1,3 g).</p>
Refeições preparadas e de conveniência	<p>Ácidos gordos saturados – 5 g por 100 g</p> <p>Para o teor de ácidos gordos saturados das refeições pré-preparadas aplicou-se o critério dos 25% da dose de referência para este nutriente (5 g).</p>

Categoria alimentar	Descrição do racional para os pontos de corte
Refeições pré-preparadas, de conveniência e refeições prontas a consumir	<p>Açúcar – 5 g por 100 g Valor definido de acordo com o Regulamento (CE) N.º 1924/2006 do Parlamento Europeu e do Conselho de 20 de dezembro de 2006 relativo às alegações nutricionais e de saúde sobre os alimentos.</p> <p>Sal – 1 g por 100 g Para o teor de sal das refeições pré-preparadas, poderia considerar-se um “elevado teor de sal” um valor superior a 25% da dose de referência para este nutriente (1,3 g), contudo para esta categoria de géneros alimentícios foi considerado o valor de 1 g de acordo com os valores definidos no âmbito do plano de Portugal para a reformulação dos géneros alimentícios.</p> <p>Valor energético – 225 kcal por 100 g Para o valor energético desta categoria assumiu-se o valor proposto no modelo de perfil nutricional da OMS.</p>
Manteigas, gorduras e óleos	<p>Ácidos gordos saturados – 20 g por 100 g Para o teor de ácidos gordos saturados desta categoria assumiu-se o valor proposto no modelo de perfil nutricional da OMS.</p> <p>Sal – 1,3 g por 100 g Para o teor de sal desta categoria aplicou-se o critério dos 25% da dose de referência para este nutriente (1,3 g).</p>
Pão, produtos à base de pão e tostas	<p>Açúcar – 5 g por 100 g Valor definido de acordo com o Regulamento (CE) N.º 1924/2006 do Parlamento Europeu e do Conselho de 20 de dezembro de 2006 relativo às alegações nutricionais e de saúde sobre os alimentos.</p> <p>Sal – 1 g por 100 g Para o teor de sal do pão e géneros alimentícios similares, poderia considerar-se um “elevado teor de sal” um valor superior a 25% da dose de referência para este nutriente (1,3 g), contudo para esta categoria de géneros alimentícios foi considerado o valor de 1 g de acordo com os valores definidos no âmbito do plano de Portugal para a reformulação dos géneros alimentícios.</p>
Massa, arroz e outros cereais	<p>Açúcar – 5 g por 100 g Valor definido de acordo com o Regulamento (CE) N.º 1924/2006 do Parlamento Europeu e do Conselho de 20 de dezembro de 2006 relativo às alegações nutricionais e de saúde sobre os alimentos.</p> <p>Sal – 1 g por 100 g Para o teor de sal desta categoria, poderia considerar-se um “elevado teor de sal” um valor superior a 25% da dose de referência para este nutriente (1,3 g), contudo para esta categoria de géneros alimentícios foi considerado o valor de 1 g de acordo com os valores definidos no âmbito do plano de Portugal para a reformulação dos géneros alimentícios.</p>
Preparados de carne e produtos à base de carne	<p>Ácidos gordos saturados – 1,5 g por 100 g Valor definido de acordo com o Regulamento (CE) N.º 1924/2006 do Parlamento Europeu e do Conselho de 20 de dezembro de 2006 relativo às alegações nutricionais e de saúde sobre os alimentos.</p>

Categoria alimentar	Descrição do racional para os pontos de corte
Preparados de carne e produtos à base de carne	<p>Sal – 0,3 g por 100 g Valor definido de acordo com o Regulamento (CE) N.º 1924/2006 do Parlamento Europeu e do Conselho de 20 de dezembro de 2006 relativo às alegações nutricionais e de saúde sobre os alimentos.</p> <p>Valor energético – 40 kcal por 100 g Valor definido de acordo com o Regulamento (CE) N.º 1924/2006 do Parlamento Europeu e do Conselho de 20 de dezembro de 2006 relativo às alegações nutricionais e de saúde sobre os alimentos.</p>
Transformados/conservas de pescado	<p>Sal – 1,3 g por 100 g Para o teor de sal desta categoria aplicou-se o critério dos 25% da dose de referência para este nutriente (1,3 g).</p>
Fruta, hortícolas, leguminosas e tubérculos processados	<p>Açúcar – 10 g por 100 g Para o teor de açúcar desta categoria assumiu-se o valor proposto no modelo de perfil nutricional da OMS.</p> <p>Sal – 1 g por 100 g Para o teor de sal desta categoria, poderia considerar-se um “elevado teor de sal” um valor superior a 25% da dose de referência para este nutriente (1,3 g), contudo muitos dos géneros alimentícios disponíveis no mercado já contêm um teor de sal inferior a 1 g por 100 g, pelo que se aplicou o critério do “best in class”.</p>
Molhos e Temperos	<p>Ácidos gordos saturados – 0,75 g por 100 g Valor definido de acordo com o Regulamento (CE) N.º 1924/2006 do Parlamento Europeu e do Conselho de 20 de dezembro de 2006 relativo às alegações nutricionais e de saúde sobre os alimentos.</p> <p>Açúcar – 2,5 g açúcar total Valor definido de acordo com o Regulamento (CE) N.º 1924/2006 do Parlamento Europeu e do Conselho de 20 de dezembro de 2006 relativo às alegações nutricionais e de saúde sobre os alimentos.</p> <p>Sal – 0,3 g por 100 g Valor definido de acordo com o Regulamento (CE) N.º 1924/2006 do Parlamento Europeu e do Conselho de 20 de dezembro de 2006 relativo às alegações nutricionais e de saúde sobre os alimentos.</p>

Adaptações introduzidas ao modelo de perfil nutricional da OMS

O modelo de perfil nutricional da DGS apresenta algumas diferenças por comparação com o modelo de perfil nutricional da OMS. Algumas dessas diferenças resultaram da necessidade de ajustar alguns dos pontos de corte para a identificação dos géneros alimentícios com “elevado teor de sal, ácidos gordos saturados, ácidos gordos *trans* e açúcar” à legislação da União Europeia. Contudo, as principais diferenças devem-se aos limites impostos pela Lei n.º 30/2019 de 23 de abril, cuja redação não permite a identificação de categorias de alimentos como “não permitidas”, nem permite que o modelo de perfil nutricional considere outros parâmetros como por exemplo o teor de gordura total e edulcorantes. De facto, a Lei n.º 30/2019 recomenda que a DGS apresente pontos de corte que devem ser tidos em conta na identificação de alimentos com elevado valor energético, sal, açúcar, ácidos gordos saturados e ácidos gordos *trans*, não são especificando os edulcorantes e a gordura total. Assim, de modo a cumprir o expressamente descrito na Lei n.º 30/2019 de 23 de abril, o perfil nutricional elaborado pela DGS para Portugal, não apresenta teores definidos para a gordura total e para os edulcorantes artificiais, nem apresenta categorias de alimentos cuja publicidade alimentar a menores de 16 anos não é permitida para a totalidade dos produtos dessa categoria, independentemente do seu perfil nutricional (Tabela 4).

A lista de alimentos incluída em cada categoria de alimentos também sofreu alterações de modo a refletir a realidade Portuguesa e os alimentos mais consumidos.

Tabela 4. Diferenças entre o modelo de perfil nutricional da DGS e o modelo de perfil nutricional da OMS.

Categoria alimentar (modelo DGS)	Perfil Nutricional DGS (por 100g)	Perfil Nutricional OMS (por 100g)	Categoria alimentar (modelo OMS)		
1	Chocolates produtos de confeitaria, barras energéticas, coberturas doces, cremes para barrar e sobremesas	AG saturados – 1,5 g Açúcar total – 5 g Sal – 0,3 g VE – 40 kcal	Não permitido	Chocolates produtos de confeitaria, barras energéticas, coberturas doces, cremes para barrar e sobremesas	1
2	Bolos e outros produtos de pastelaria, biscoitos doces, preparados em pó para a produção de doces	AG saturados – 1,5 g Açúcar total – 5 g Sal – 0,3 g VE – 40 kcal	Não permitido	Bolos e outros produtos de pastelaria, biscoitos doces, preparados em pó para a produção de doces	2
3	Aperitivos/Snacks	AG saturados – 1,5 g Açúcar total – 5 g Açúcar adicionado - 0 Sal – 0,3 g	Açúcar adicionado – 0 Sal – 0,1 g	Aperitivos/Snacks	3
4	Frutos oleaginosos e sementes	Açúcar total – 5 g Açúcar adicionado - 0 Sal – 0,3 g			
5a	Sumos	Açúcar total – 2,5 g Açúcar adicionado - 0 VE – 20 kcal	Não permitido	Sumos	4a
5b	Leite	AG saturados – 2,5 g Açúcar total – 5,5 g Açúcar adicionado - 0 Sal – 0,3 g	Gordura total – 2,5 g Açúcar adicionado – 0 Edulcorantes - 0	Leite	4b
5c	Bebidas vegetais	AG saturados – 2,5 g Açúcar total – 2,5 g Açúcar adicionado - 0 Sal – 0,3 g			
5d	Bebidas refrigerantes	Açúcar total – 2,5 g Açúcar adicionado - 0 VE – 20 kcal	Não permitido	Bebidas energéticas	4c
			Açúcar adicionado – 0 Edulcorantes - 0	Outras bebidas	4d

CAPÍTULO Nº3 – ADAPTAÇÕES INTRODUZIDAS AO MODELO DE PERFIL NUTRICIONAL DA OMS

Categoria alimentar (modelo DGS)	Perfil Nutricional DGS (por 100g)	Perfil Nutricional OMS (por 100g)	Categoria alimentar (modelo OMS)
6 Gelados e Sorvetes	AG saturados – 1,5 g Açúcar total – 5 g VE – 40 kcal	Não permitido	5
7 Cereais de pequeno-almoço	AG saturados – 1,5 g Açúcar total – 15 g Sal – 1 g	Gordura total – 10 g Açúcar total – 15 g Sal – 1,6 g	Cereais de pequeno-almoço 6
8 Iogurtes e leites fermentados, natas lácteas e outros produtos similares	AG saturados – 1,5 g Açúcar total – 10 g Sal – 0,3 g	Gordura total – 2,5 g AG saturados – 2,0 g Açúcar total – 10 g Sal – 0,2 g	Iogurtes e leites fermentados, natas lácteas e outros produtos similares 7
9 Queijos e produtos análogos	AG saturados – 13 g Sal – 1,3 g	Gordura total – 20 g Sal – 1,4 g	Queijos 8
10 Refeições pré-preparadas e de conveniência	AG saturados – 5 g Açúcar total – 5 g Sal – 1 g VE – 225 kcal	Gordura total – 10 g AG saturados – 4 g Açúcar total – 10 g Sal – 1 g VE – 225 kcal	Refeições pré-preparadas e de conveniência 9
11 Manteigas, gorduras e óleos	AG saturados – 20 g Sal – 1,3 g	AG saturados – 20 g Sal – 1,3 g	Manteigas, gorduras e óleos 10
12 Pão, produtos à base de pão e tostas	AG saturados – 1,5 g Açúcar total – 5 g Sal – 1 g	Gordura total – 10 g Açúcar total – 10 g Sal – 1,2 g	Pão, produtos à base de pão e tostas 11
13 Massa, arroz e outros cereais	Açúcar total – 5 g Sal – 1 g	Gordura total – 10 g Açúcar total – 10 g Sal – 1,2 g	Massa, arroz e outros cereais 12
14 Carne pescada e ovos	Não aplicável	Permitido	Carne pescada e ovos 13
15 Preparados de carne e produtos à base de carne	AG saturados – 1,5 g Sal – 0,3 g VE – 40 kcal	Gordura total – 20 g Sal – 1,7 g	Transformados/ Conservas de carne e pescado 14
16 Transformados/ conservas de pescado	Sal – 1,3 g		
17 Fruta, hortícolas, leguminosas e tubérculos frescos e congelados	Não aplicável	Permitido	Fruta, hortícolas, leguminosas e tubérculos frescos e congelados 15
18 Fruta, hortícolas, leguminosas e tubérculos processados	Açúcar total – 10 g Açúcar adicionado - 0 Sal – 1 g	Gordura total – 5 g Açúcar total – 10 g Açúcar adicionado - 0 Sal – 1 g	Fruta, hortícolas, leguminosas e tubérculos processados 16
19 Molhos e Temperos	AG saturados – 0,75 g Açúcar total – 2,5 g Sal – 0,3 g VE – 20 kcal	Gordura total – 10 g Açúcar adicionado – 0 Sal – 1 g	Molhos e Temperos 17
20 Outros	AG saturados – 1,5 g por 100 g/ 0,75 g por 100 ml Açúcar total – 5 g por 100 g/2,5 g por 100 ml Açúcar adicionado - 0 Sal – 0,3 g VE – 40 kcal por 100 g/ 20 kcal por 100 ml		Não aplicável

* O teor máximo de ácidos gordos *trans* foi definido de forma transversal a todas as categorias de alimentos, sendo de acordo com o modelo de perfil nutricional da DGS, 2 g de ácidos gordos *trans* por 100 g de gordura o valor máximo definido (em vez de 1 g de ácidos gordos *trans* por 100 g).

Chocolates produtos de confeitaria, barras energéticas, coberturas doces, cremes para barrar e sobremesas – Considerando a impossibilidade de seguir as recomendação do modelo de perfil nutricional proposto pela OMS para esta categoria de produtos alimentares, que considera que a

publicidade alimentar a menores de 16 anos não é permitida para a totalidade dos produtos dessa categoria, independentemente do seu perfil nutricional, o modelo de perfil nutricional da DGS, para esta categoria considerou como pontos de corte para os diferentes parâmetros os valores da alegações “baixo valor energético”, “baixo teor de sal”, “baixo teor de gordura saturada” e “baixo teor de açúcar”. Para os ácidos gordos *trans*, considerou-se 2 g por 100 g de gordura.

Bolos e outros produtos de pastelaria, biscoitos doces, preparados em pó para a produção de doces – Considerando a impossibilidade de seguir as recomendação do modelo de perfil nutricional proposto pela OMS para esta categoria de produtos alimentares, que considera que a publicidade alimentar a menores de 16 anos não é permitida para a totalidade dos produtos dessa categoria, independentemente do seu perfil nutricional, o modelo de perfil nutricional da DGS, para esta categoria considerou como pontos de corte para os diferentes parâmetros os valores da alegações “baixo valor energético”, “baixo teor de sal”, “baixo teor de gordura saturada” e “baixo teor de açúcar”. Para os ácidos gordos *trans*, considerou-se 2 g por 100 g de gordura.

Aperitivos/snacks – Alteração do teor de sal, de modo a considerar o limite superior do valor da alegação “baixo teor de sal” como o valor de referência para a definição do ponto de corte – alteração de 0,1 g para 0,3 g. Incluiu-se um valor para o teor de açúcar total, de modo a considerar como valor de referência para a definição do ponto de corte o limite superior do valor da alegação “baixo teor de açúcar” – 5 g e um valor para o teor de ácidos gordos saturados, de modo a considerar como valor de referência para a definição do ponto de corte o limite superior do valor da alegação “baixo teor de açúcar” – 1,5 g.

Frutos oleaginosos e sementes – Acrescentou-se uma nova categoria para os frutos oleaginosos (incluídos na categoria dos aperitivos e snacks no perfil nutricional da OMS). Alteração do teor de sal, de modo a considerar o valor da alegação “baixo teor de sal” – alteração de 0,1 g para 0,3 g. Incluiu-se um valor para o teor de açúcar total, de modo a considerar o valor da alegação “baixo teor de açúcar” – 5 g.

Sumos - Considerando a impossibilidade de seguir as recomendação do modelo de perfil nutricional proposto pela OMS para esta categoria de produtos alimentares, que considera que a publicidade alimentar a menores de 16 anos não é permitida para a totalidade dos produtos dessa categoria, independentemente do seu perfil nutricional, o modelo de perfil nutricional da DGS, para esta categoria considerou como ponto de corte para os diferentes parâmetros os valores da alegações “baixo valor energético” e “baixo teor de açúcar”.

Leite – Considerando a impossibilidade de definir um valor para o teor de gordura total, acrescentou-se o limite para o teor de ácidos gordos saturados, de acordo com o valor acima dos 25% da dose de referência – 2,5 g. Definiu-se um valor para o teor de açúcar total – 5,5 g e um valor para o teor de sal – 0,3 g. Não foi possível não permitir a publicidade aos produtos alimentares desta categoria que apresentam adição de edulcorantes, tal como a OMS recomenda.

Bebidas vegetais – Acrescentou-se uma nova categoria para as bebidas vegetais (incluídas na categoria do leite no perfil nutricional da OMS). O perfil nutricional é idêntico ao definido para o leite. Teor máximo de sal de 0,3 g (valor da alegação “baixo teor de sal”). Acrescentou-se o limite para o teor de ácidos gordos saturados, de acordo com o valor da acima dos 25% da dose de referência – 2,5 g e para o teor de açúcar – 2,5 g (valor da alegação “baixo teor de açúcar”). Não foi também possível não permitir a publicidade aos produtos alimentares desta categoria que apresentam adição de edulcorantes, tal como a OMS recomenda.

Bebidas refrigerantes – Considerando a impossibilidade de seguir as recomendação do modelo de perfil nutricional proposto pela OMS para esta categoria de produtos alimentares que considera que a publicidade alimentar a menores de 16 anos não é permitida para a totalidade dos produtos dessa

categoria, independentemente do seu perfil nutricional, o modelo de perfil nutricional da DGS, para esta categoria considerou como ponto de corte para os diferentes parâmetros os valores das alegações “baixo valor energético” e “baixo teor de açúcar”.

Gelados e sorvetes – Considerando a impossibilidade de seguir as recomendação do modelo de perfil nutricional proposto pela OMS para esta categoria de produtos alimentares, que considera que a publicidade alimentar a menores de 16 anos não é permitida para a totalidade dos produtos dessa categoria, independentemente do seu perfil nutricional, o modelo de perfil nutricional da DGS, para esta categoria considerou como pontos de corte para os diferentes parâmetros os valores das alegações “baixo valor energético”, “baixo teor de gordura saturada” e “baixo teor de açúcar”. Para os ácidos gordos *trans*, considerou-se 2 g por 100 g de gordura.

Cereais de pequeno-almoço – Alteração do teor de sal para 1 g (em vez de 1,6g), uma vez que foi a meta estabelecida no acordo estabelecido com a indústria alimentar e distribuição para a reformulação desta categoria de alimentos. Considerando a impossibilidade de definir um valor para o teor de gordura total, acrescentou-se o limite para o teor de ácidos gordos saturados, de acordo com o valor da alegação “baixo teor de gordura saturada” – 1,5 g.

Logurtes e leite fermentados – Alteração dos teores ácidos gordos saturados e sal. Considerando a impossibilidade de definir um valor para o teor de gordura total, considerou-se o limite para o teor de ácidos gordos saturados, de acordo com o valor da alegação “baixo teor de gordura saturada” – 1,5 g. Para o sal, foi considerado o valor da alegação nutricional “baixo teor de sal” – alteração de 0,2 g para 0,3 g.

Refeições pré-preparadas e de conveniência – Alteração dos teores ácidos gordos saturados e açúcar. Para o teor de ácidos gordos saturados, considerou-se o valor acima dos 25% da dose de referência – 5 g (em vez de 4 g). Para o teor de açúcar, foram os valores das alegações nutricionais “baixo teor de açúcar” – alterações de 10 g para 5 g.

Pão e produtos similares/ Massa, arroz e grãos – Alteração dos teores de açúcar e sal. Para o teor de açúcar, foram os valores das alegações nutricionais “baixo teor de açúcar” – alterações de 10 g para 5 g. Para o teor de sal, considerou-se a meta estabelecida no acordo estabelecido com a indústria alimentar e distribuição para a reformulação desta categoria de alimentos (1 g de sal). Não foi possível definir um valor para o teor de gordura total tal como a OMS recomenda.

Preparados de carne e produtos à base de carne – Foi criada uma nova categoria para os preparados de carne e produtos à base de carne. Para esta categoria considerou como pontos de corte para os diferentes parâmetros os valores das alegações “baixo valor energético”, “baixo teor de gordura saturada” e “baixo teor de sal”.

Transformados/conservas de pescado – Alteração do teor sal, de modo a corresponder a 25% da dose de referência. Alteração de 1,7 g para 1,3 g para o sal.

Fruta, hortícolas, leguminosas e tubérculos processados – Não foi possível considerar o teor de gordura total, tal como a OMS recomenda.

Molhos e temperos – O modelo de perfil nutricional da DGS, para esta categoria considerou como pontos de corte para os diferentes parâmetros os valores das alegações “baixo valor energético”, “baixo teor de sal”, “baixo teor de gordura saturada” e “baixo teor de açúcar”. Para os ácidos gordos *trans*, considerou-se 2 g por 100 g de gordura.

Comparação entre o modelo de perfil nutricional da DGS e o da OMS

O modelo de perfil nutricional desenvolvido pela DGS foi testado numa amostra de 2498 produtos alimentares portugueses, de modo a permitir analisar a aplicabilidade dos pontos de corte definidos para a identificação dos alimentos com elevado valor energético e elevado teor de sal, açúcar, ácidos gordos saturados e ácidos gordos *trans*. Tendo em conta que o modelo de perfil nutricional da DGS derivou do modelo de perfil nutricional da OMS, ao qual foram introduzidas um conjunto de alterações, fez-se também uma análise comparativa entre os resultados obtidos através do modelo de perfil nutricional da DGS e os resultados obtidos através do modelo de perfil nutricional da OMS. Esta análise foi realizada para as seguintes categorias de produtos alimentares: cereais de pequeno-almoço, leite achocolatado ou aromatizado, bebidas vegetais, iogurtes, queijos, fruta e hortícolas processados, óleos e gorduras, bolachas, sumos de fruta e refrigerantes (Figura 1). Incluíram-se assim nesta análise as categorias de alimentos que mais são publicitadas.

De modo geral, o modelo de perfil nutricional da DGS apresenta um bom nível de concordância com o modelo de perfil nutricional da OMS, uma vez que a percentagem de produtos alimentares que estão aptos à publicidade dirigida a menores de 16 anos é muito semelhante para a maioria das categorias de produtos alimentares analisadas (Figuras 2-11).

As diferenças encontradas entre o modelo de perfil nutricional da OMS e o modelo proposto pela DGS podem ser explicadas pela impossibilidade de estabelecer limites para os “edulcorantes”, verificando-se maiores diferenças para as categorias das bebidas vegetais e refrigerantes.

Comparando a proposta inicial do perfil nutricional da OMS e o modelo de perfil nutricional desenvolvido pela DGS, que adiciona e incorpora recomendações da União Europeia e ajustada aos limites impostos pela Lei n.º 30/2019 de 23 de abril, pode verificar-se uma grande semelhança entre estes dois modelos, o que nos leva a afirmar que mesmo com estas alterações se mantêm o espírito original da proposta da OMS dando assim resposta aos pressupostos contidos na referida Lei.

Figura 1. Produtos alimentares analisados por categoria de produto alimentar.



Figura 2. Comparação entre a percentagem de **cereais de pequeno-almoço** aptos à publicidade dirigida a menores de 16 anos, de acordo com o modelo de perfil nutricional da DGS e da OMS (n=140).

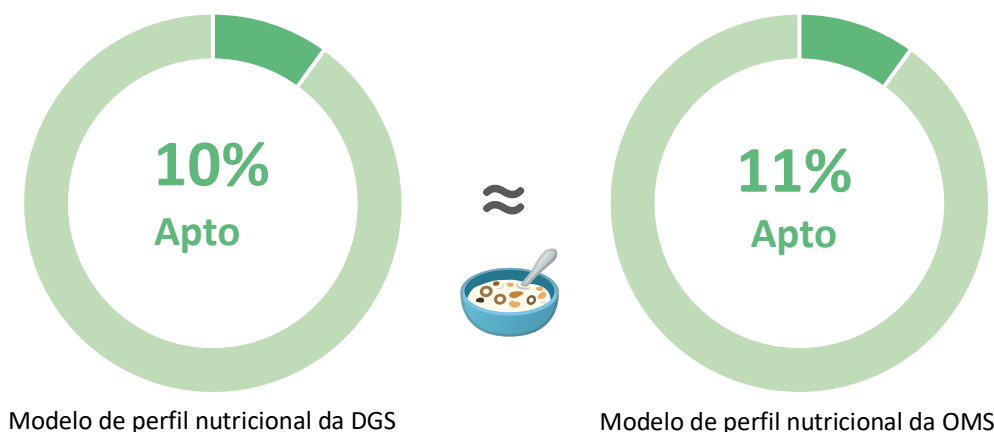


Figura 3. Comparação entre a percentagem de **leites com chocolate ou aromatizados** aptos à publicidade dirigida a menores de 16 anos, de acordo com o modelo de perfil nutricional da DGS e da OMS.

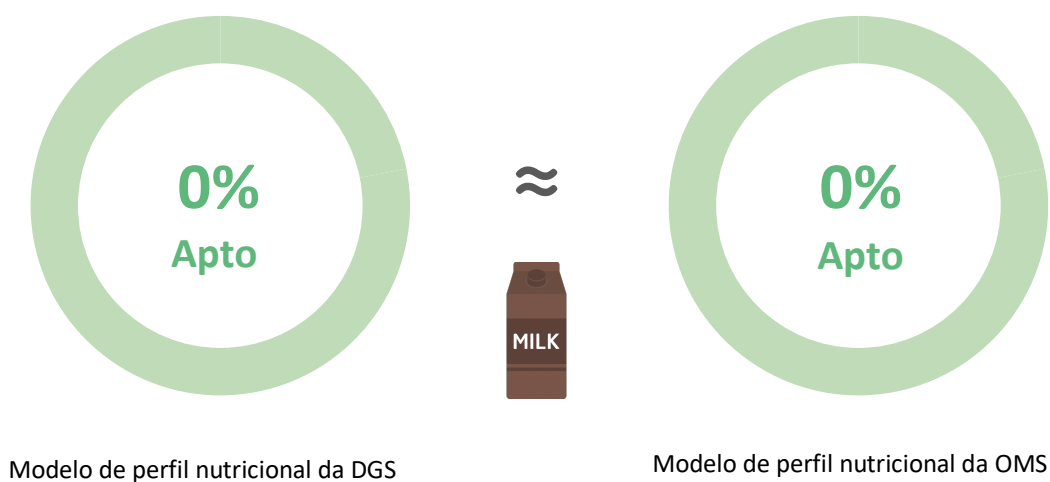


Figura 4. Comparação entre a percentagem de **iogurtes** aptos à publicidade dirigida a menores de 16 anos, de acordo com o modelo de perfil nutricional da DGS e da OMS (n=93).

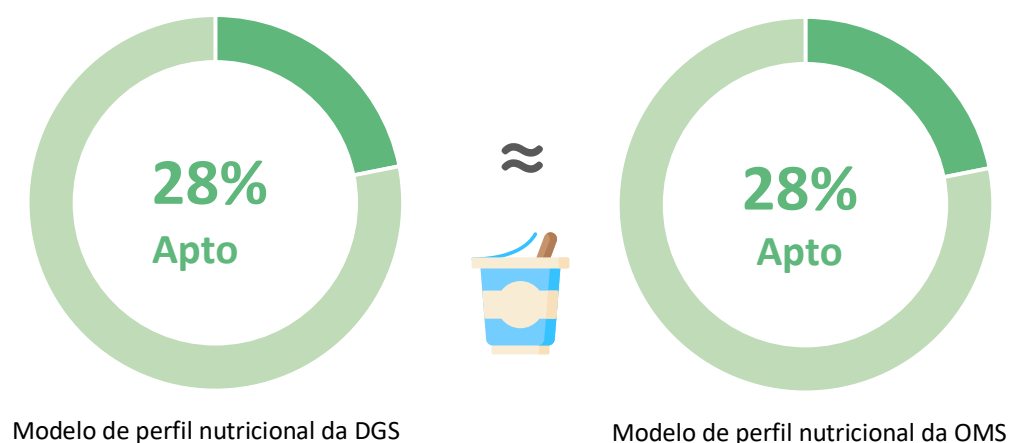


Figura 5. Comparação entre a percentagem de **queijos** aptos à publicidade dirigida a menores de 16 anos, de acordo com o modelo de perfil nutricional da DGS e da OMS (n=61).

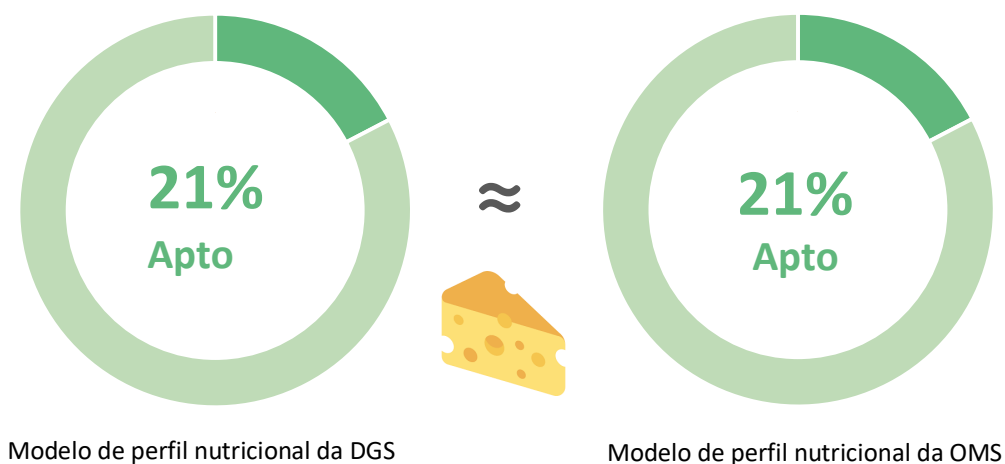


Figura 6. Comparação entre a percentagem de **bebidas vegetais** aptos à publicidade dirigida a menores de 16 anos, de acordo com o modelo de perfil nutricional da DGS e da OMS.

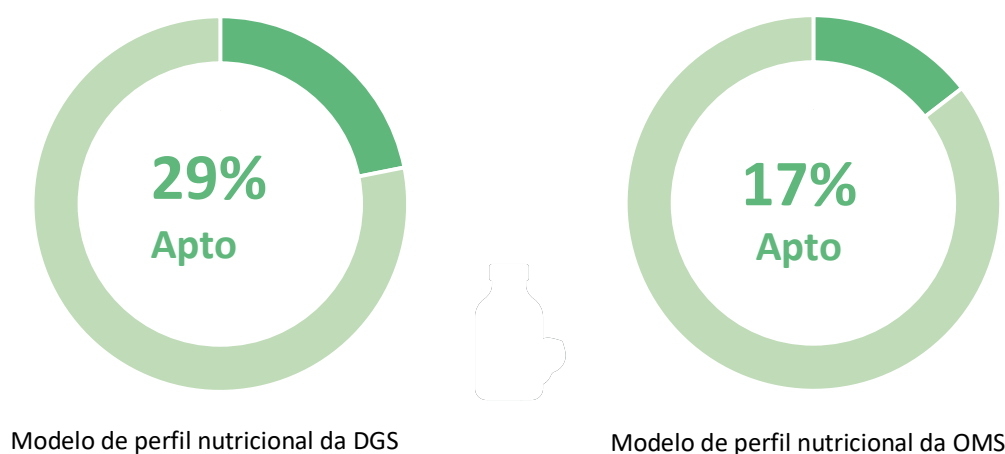


Figura 7. Comparação entre a percentagem de **fruta e hortícolas processados** aptos à publicidade dirigida a menores de 16 anos, de acordo com o modelo de perfil nutricional da DGS e da OMS (n=25).

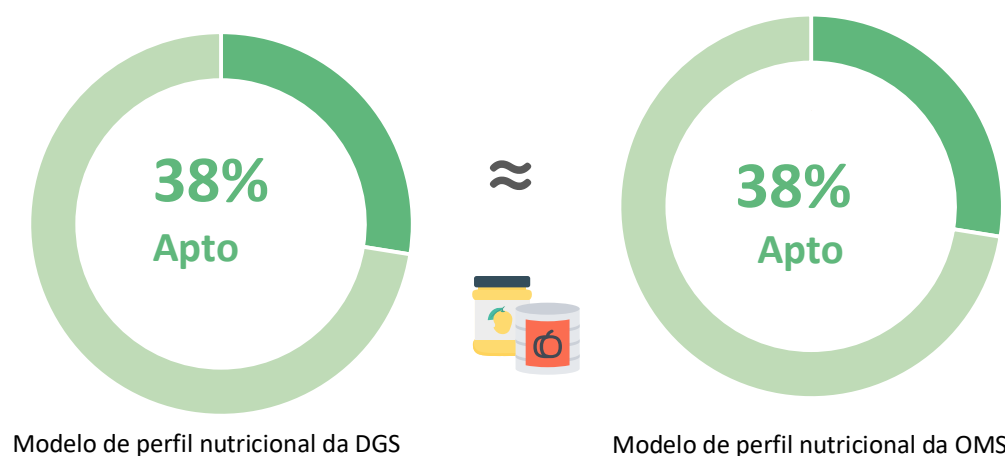


Figura 8. Comparação entre a percentagem de **óleos e gorduras** aptos à publicidade dirigida a menores de 16 anos, de acordo com o modelo de perfil nutricional da DGS e da OMS (n=24).

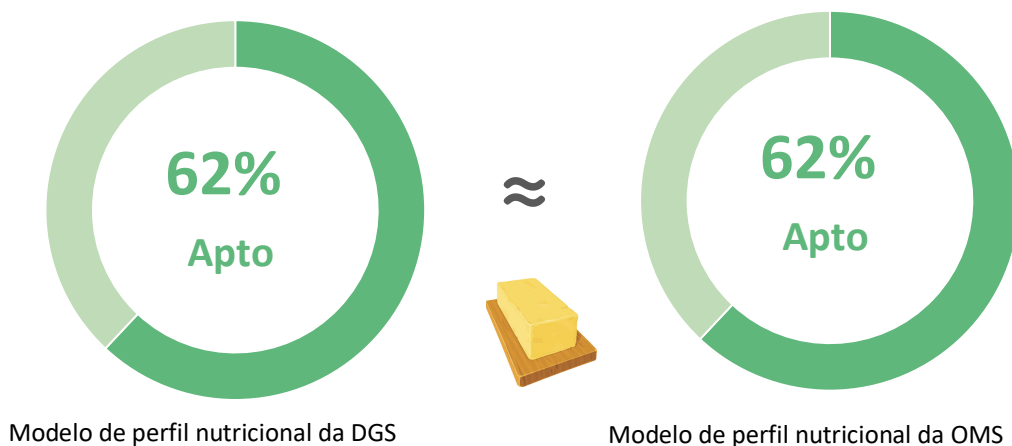


Figura 9. Comparação entre a percentagem de **bolachas** aptos à publicidade dirigida a menores de 16 anos, de acordo com o modelo de perfil nutricional da DGS e da OMS (n=1024).

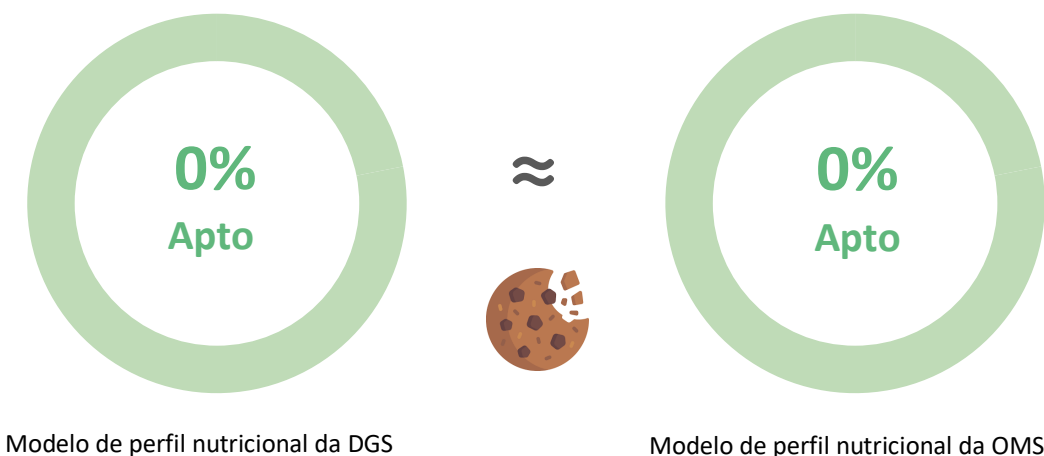


Figura 10. Comparação entre a percentagem de **sumos de fruta** aptos à publicidade dirigida a menores de 16 anos, de acordo com o modelo de perfil nutricional da DGS e da OMS (n=233).

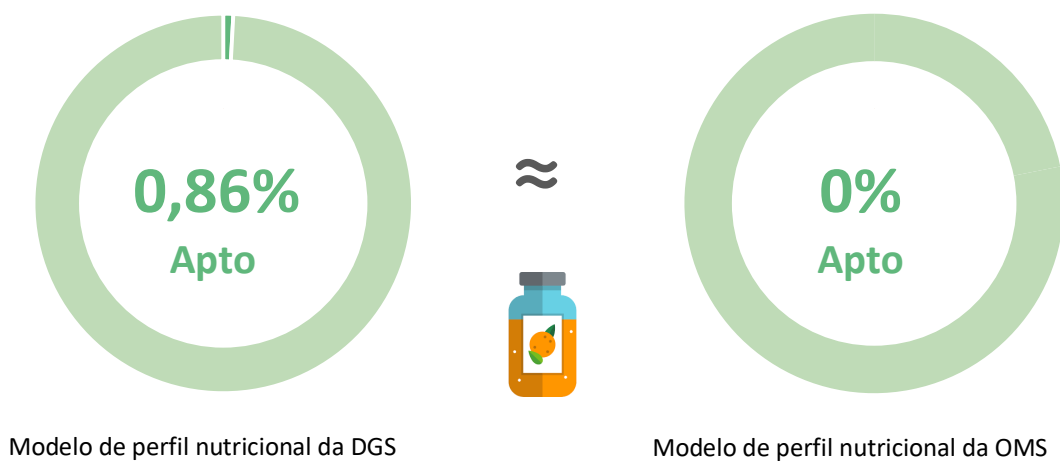
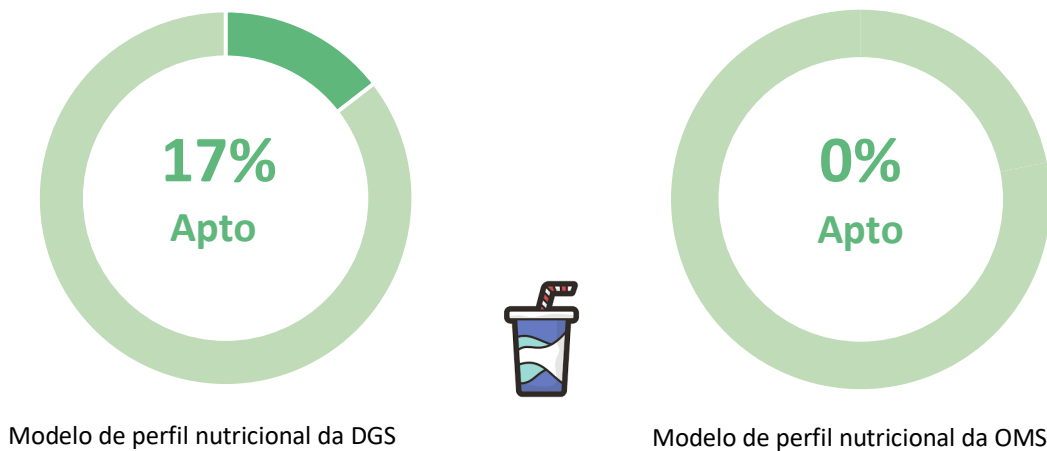


Figura 11. Comparação entre a percentagem de **refrigerantes** aptos à publicidade dirigida a menores de 16 anos, de acordo com o modelo de perfil nutricional da DGS e da OMS (n=856).



Estes resultados permitem verificar que, para as categorias de alimentos para as quais se reconhece um valor nutricional relevante, e que por isso se podem enquadrar dentro de um padrão alimentar saudável, o modelo de perfil nutricional da DGS aqui proposto, permite que uma percentagem considerável de produtos alimentares se encontrem dentro dos limites máximos definidos para os teores de açúcar, sal, ácidos gordos saturados e ácidos gordos *trans* (28% para os iogurtes, 21% para os queijos e 10% para os cereais de pequeno-almoço).

Perfil nutricional para a identificação dos géneros alimentícios com elevado valor energético, teor de sal, açúcar, ácidos gordos saturados e ácidos gordos *trans*

Esta tabela fixa os valores limite para a identificação do “elevado valor energético, teor de sal, açúcar, ácidos gordos saturados e ácidos gordos *trans*”, sendo que os produtos alimentares devem ser considerados alimentos com “elevado valor energético, teor de sal, açúcar, ácidos gordos saturados e ácidos gordos *trans*” quando apresentarem uma quantidade destes parâmetros que exceda os valores definidos para cada uma das categorias de alimentos.

Categoria de alimentos	Incluídos na categoria (exemplos)	Não incluído na categoria (exemplos)	Código do Sistema Harmonizado de Designação e Codificação de Mercadorias (posição e/ou número da subposição) ^a	O elevado valor energético, teor de sal, açúcar, ácidos gordos saturados e ácidos gordos <i>trans</i> deve ser considerado quando exceder, por 100g ^b						
				Ácidos gordos saturados (g)	Açúcar Total (g)	Açúcar Adicionado (g)	Sal (g)	Ácidos gordos <i>trans</i> (g)	Valor energético (kcal)	
1	Chocolates, produtos de confeitaria, barras energéticas, coberturas doces, cremes para barrar e sobremesas.	Chocolates e outros produtos que contenham cacau; chocolate branco; <i>snacks</i> de chocolate; doces, chupas, gomas e guloseimas; pastilhas elásticas; rebuçados; caramelos; gelatinas; sobremesas doces; chocolate de barrar e outros doces com coberturas; manteiga de amendoim; barras de cereais, de granola ou de muesli; massapão; preparados em pó para bebida achocolatada	Cereais de pequeno-almoço com chocolate; bolos e pastelaria; biscoitos e outros produtos cobertos de chocolate	17.04; 18.06; alguns do 19.05; alguns do 20.08; alguns do 21.06	1,5	5		0,3	2	40
2	Bolos e outros produtos de pastelaria, biscoitos doces, preparados em pó para a produção de doces	Produtos de pastelaria; croissants; tortas e bolos; tartes de fruta; biscoitos/bolachas; bolachas e biscoitos recheados ou com cobertura; wafers; pães doces; preparados para a confeção de bolos	Pão e produtos à base de pão	Alguns do 19.05	1,5	5		0,3	2	40
3	Aperitivos/Snacks	Pipocas doces e salgadas; biscoitos e bolachas salgados; <i>snacks</i> à base de arroz, milho ou batata e outros cereais	Snacks de frutos secos ou sementes	10.05; 19.04.10, 19.04.20; Alguns do 19.05; 20.05.20;	1,5	5	0	0,3	2	
4	Frutos oleaginosos e sementes			08.01; 08.02; 08.13; 20.08.11; 20.08.19; 20.08.99	*	5	0	0,3	2	
Bebidas										
5	Sumos	Sumos naturais de fruta e hortícolas; sumos 100 % de fruta e hortícolas e néctares de fruta e hortícolas; sumos concentrados; <i>smoothies</i> ;		20.09	*	2,5	0	*	*	20

CAPÍTULO Nº6 – PERFIL NUTRICIONAL PARA A IDENTIFICAÇÃO DOS GÉNEROS ALIMENTÍCIOS COM ELEVADO VALOR ENERGÉTICO, TEOR DE SAL, AÇÚCAR, ÁCIDOS GORDOS SATURADOS E ÁCIDOS GORDOS *TRANS*

Categoria de alimentos	Incluídos na categoria (exemplos)	Não incluído na categoria (exemplos)	Código do Sistema Harmonizado de Designação e Codificação de Mercadorias (posição e/ou número da subposição) ^a	O elevado valor energético, teor de sal, açúcar, ácidos gordos saturados e ácidos gordos <i>trans</i> deve ser considerado quando exceder, por 100g ^b						
				Ácidos gordos saturados (g)	Açúcar Total (g)	Açúcar Adicionado (g)	Sal (g)	Ácidos gordos <i>trans</i> (g)	Valor energético (kcal)	
Bebidas										
5	Leite ^c	Leite simples; leites processados (batidos de leite, leite achocolatado e aromatizado); leites em pó	Natas	Alguns do 04.01; alguns do 04.02	2,5	5,5	0	0,3	*	
	Bebidas vegetais	Bebidas de coco, soja, amêndoa, arroz, espelta ou aveia		22.02.99	2,5	2,5	0	0,3	*	
	Bebidas refrigerantes	Refrigerantes com e sem gás, colas, limonadas, laranjadas; bebidas isotónicas; águas aromatizadas (incluindo gaseificadas) com adição de açúcar e/ou edulcorantes; bebidas energéticas; outras bebidas refrigerantes		Alguns do 22.02	*	2,5	0	*	*	20
6	Gelados e Sorvetes	Gelados e sorvetes; gelado de iogurte		21.05	1,5	5			2	40
7	Cereais de pequeno-almoço	Flocos de cereais; cereais infantis, farinhas lácteas e não lácteas; cornflakes; cereais com chocolate; papas de aveia; aveia, muesli e granola;		19.04.10; 19.04.20	1,5	15		1	*	
8	Iogurtes, leites fermentados, natas lácteas e outros produtos similares	Iogurtes; leites fermentados; kefir; queijo fresco açucarado; outros substitutos do iogurte; iogurtes com ingredientes adicionais (fruta, muesli); natas pasteurizadas e UHT, chantili e natas de culinária aromatizadas	Leites e leites aromatizados; Bebidas vegetais de amêndoa, arroz ou aveia	Alguns do 04.02; 04.03; 04.04; alguns do 04.06.10; 19.01.10; 19.01.90; alguns de 21.06	1,5	10		0,3	*	
9	Queijos e produtos análogos	Queijos curados; queijo fresco; requeijão; queijo ralado ou queijo em pó; queijo creme de barrar e fundidos e outros; produtos análogos do queijo constituídos por ingredientes não lácteos		04.06	13	*		1,3	*	

CAPÍTULO Nº6 – PERFIL NUTRICIONAL PARA A IDENTIFICAÇÃO DOS GÉNEROS ALIMENTÍCIOS COM ELEVADO VALOR ENERGÉTICO, TEOR DE SAL, AÇÚCAR, ÁCIDOS GORDOS SATURADOS E ÁCIDOS GORDOS *TRANS*

Categoria de alimentos	Incluídos na categoria (exemplos)	Não incluído na categoria (exemplos)	Código do Sistema Harmonizado de Designação e Codificação de Mercadorias (posição e/ou número da subposição) ^a	O elevado valor energético, teor de sal, açúcar, ácidos gordos saturados e ácidos gordos <i>trans</i> deve ser considerado quando exceder, por 100g ^b					
				Ácidos gordos saturados (g)	Açúcar Total (g)	Açúcar Adicionado (g)	Sal (g)	Ácidos gordos <i>trans</i> (g)	Valor energético (kcal)
10	Refeições pré-preparadas, de conveniência e refeições prontas a consumir	Pizzas; lasanhas e outros pratos de massa com molhos; quiches; refeições prontas-a-comer; sanduiches prontas-a-comer; massas recheadas; sopas e ensopados (embalados ou conservadas);	Alguns do 16; alguns do 19.01.20; alguns do 19.02; Alguns do 19.05; alguns do 20.05; 21.04	5	5		1	2	225
11	Manteiga, gorduras e óleos	Manteiga; óleos vegetais, margarinas; cremes vegetais; azeites	04.05; 15	20	*		1,3	2	
12	Pão, produtos à base de pão, tostas	Pão corrente (contendo cereais, fermento e sal); pão sem glúten; pão não-levadado; tostas e pão torrado; gressinos	Biscoitos doces; pastelaria e bolos 19.05.10; 19.05.40; 19.05.90	1,5	5		1	*	
13	Massas, arroz e outros cereais	Massas frescas e secas, arroz comum, integral e selvagem, milho, trigo sarraceno, quinoa, bulgur, aveia	Massas recheadas e massas com adição de molhos 10; alguns do 11; 19.02 excluindo 19.02.20	*	5		1	*	
14	Carne, pescado e ovos		Preparados de carne e produtos à base de carne 02 excluindo 02.09 e 02.10; alguns do 03 excluindo 03.05; 04.07; 04.08	Não aplicável					
15	Preparados de carne e produtos à base de carne	Salsichas, fiambre, presunto, bacon; <i>nuggets</i> de frango; pré-preparados de carne;	02.10; alguns do 16	1,5	*		0,3	*	40
16	Transformados/conservas de pescado	Peixes fumados; peixes em conserva de salmoura ou óleos; pré-preparados de pescado; barrinhas de Pescado; filetes de peixe pré-fritos panados	Alguns do 03; alguns do 16	*	*		1,3	*	
17	Fruta, hortícolas, leguminosas e tubérculos frescos e congelados	Fruta e hortícolas; leguminosas; raízes e tubérculos	Fruta, hortícolas e leguminosas enlatados; fruta em calda; fruta desidratada; fruta congelada com açúcar adicionado 07 excluindo 07.11, 07.12, 07.13 e alguns do 07.10; alguns do 08 excluindo 08.01; 08.02; 08.12; 08.13; 08.14 e alguns do 08.11;	Não aplicável					

CAPÍTULO Nº6 – PERFIL NUTRICIONAL PARA A IDENTIFICAÇÃO DOS GÉNEROS ALIMENTÍCIOS COM ELEVADO VALOR ENERGÉTICO, TEOR DE SAL, AÇÚCAR, ÁCIDOS GORDOS SATURADOS E ÁCIDOS GORDOS *TRANS*

Categoria de alimentos	Incluídos na categoria (exemplos)	Não incluído na categoria (exemplos)	Código do Sistema Harmonizado de Designação e Codificação de Mercadorias (posição e/ou número da subposição) ^a	O elevado valor energético, teor de sal, açúcar, ácidos gordos saturados e ácidos gordos <i>trans</i> deve ser considerado quando exceder, por 100g ^b					
				Ácidos gordos saturados (g)	Açúcar Total (g)	Açúcar Adicionado (g)	Sal (g)	Ácidos gordos <i>trans</i> (g)	Valor energético (kcal)
18	Fruta, hortícolas, leguminosas e tubérculos processados	Sumo de fruta	07.10; 07.11; 07.12; 07.13; alguns do 08.03; alguns do 08.05; alguns do 08.06; 08.11, 08.12, 08.13 e 08.14; 20.01; 20.02; 20.03; 20.04; 20.05; 20.06; 20.07; 20.08.20, 20.08.30, 20.08.40, 20.08.50, 20.08.60, 20.08.70, 20.08.80; 20.08.93; 20.08.97; 20.08.99	*	10	0	1	*	
19	Molhos e Temperos	Temperos de salada; ketchup de tomate; maionese; caldos; molho de soja; molhos de mostarda	21.03	0,75	2,5		0,3	2	20
20	Outros	Não aplicável		1,5 g por 100 g/ 0,75 g por 100 ml	5 g por 100 g/ 2,5 g por 100 ml	0	0,3	2	40 kcal por 100 g/ 20 kcal por 100 ml

* Para os nutrientes cujos valores limites não se encontram definidos na tabela deve considerar-se os seguintes valores: 1) sal - <0,3 g de sal por 100 g de produto; 2) açúcar - 5 g de açúcar por 100 g para os sólidos/2,5 g de açúcar por 100 ml para os líquidos; 3) ácidos gordos saturados - 1,5 g de ácidos gordos saturados por 100 g para os sólidos/ 0,75 g de ácidos gordos saturados por 100 ml para os líquidos e 4) ácidos gordos *trans* - 2 g por 100 de gordura o teor de ácidos gordos saturados

Nota 1. No caso de refeições/menus de restaurantes compostas por 2 ou mais componentes, cada um dos componentes deve cumprir os critérios especificados individualmente.

Nota 2. Por ácidos gordos saturados entende-se os ácidos gordos sem ligações duplas; por ácidos gordos *trans* entende-se ácidos gordos que apresentam, pelo menos uma ligação dupla não conjugada (nomeadamente interrompida por, pelo menos, um grupo metileno) entre átomos de carbono na configuração *trans*; por açúcar total entende-se todos os mono e dissacáridos presentes nos géneros alimentícios, englobando os açúcares intrínsecos incorporados na estrutura intacta da fruta e dos hortícolas, os açúcares do leite (lactose e galactose), bem como os mono e dissacáridos que são adicionados aos géneros alimentícios durante o processamento, confeção ou consumo e ainda os açúcares naturalmente presentes no mel, xaropes e sumos de fruta; por sal entende-se o teor equivalente de sal calculado por meio da fórmula: sal = sódio x 2,5 e por valor energético entende-se o total de energia disponível nos géneros alimentícios e nos seus macronutrientes (hidratos de carbono, lípidos e proteína).

^a Quando apropriado, um número de posição de quatro dígitos foi indicado. Quando se refere "alguns de", significa que a maioria (mas não todos) géneros alimentícios alimentares nesta posição numérica são cobertos. Em alguns casos, uma subposição de seis dígitos é fornecida para identificar géneros alimentícios específicos mais facilmente.

^b Os géneros alimentícios devem, sempre que possível, serem avaliados como vendidos ou reconstituídos (se necessário) de acordo com as instruções do fabricante.

Considerações finais

A DGS, em concordância com o disposto na Lei n.º 30/2019 de 23 de abril, elaborou o modelo de perfil nutricional para efeitos de restrições à publicidade alimentar dirigida a menores de 16 anos. O modelo de perfil nutricional apresentado neste documento apresenta um racional técnico e científico robusto, que cumpre com as recomendações da OMS e da UE e que se encontra suportado pela mais recente evidência científica. Contudo, este modelo de perfil nutricional apresenta algumas limitações que se prendem com os limites que são impostos pela redação da Lei n.º 30/2019 de 23 de abril, que não permite que a gordura total e os edulcorantes sejam parâmetros a ter em consideração para a definição deste perfil nutricional.

Depois de aplicar este modelo de perfil nutricional a um conjunto de produtos alimentares disponíveis no mercado português, em particular a uma amostra de produtos alimentares das categorias de alimentos que são mais publicitadas, foi possível verificar que o modelo de perfil nutricional da DGS permite restringir a publicidade a alimentos que podem comprometer uma alimentação saudável e a alimentos que apresentam um elevado valor energético, teores de sal, açúcar, ácidos gordos saturados e ácidos gordos *trans*, tal como é objetivo da Lei n.º 30/2019.

De futuro será necessária uma monitorização rigorosa de modo a que esta medida possa ter um impacto efetivo na melhoria dos hábitos alimentares e do estado nutricional e de saúde das crianças e jovens portugueses. Esperamos também que as empresas do setor alimentar, ao abrigo dos seus códigos de responsabilidade social, compreendam a importância desta lei e a possam cumprir plenamente.

Referências bibliográficas

1. Boyland EJ, Nolan S, Kelly B, Tudur-Smith C, Jones A, Halford JC, et al. Advertising as a cue to consume: a systematic review and meta-analysis of the effects of acute exposure to unhealthy food and nonalcoholic beverage advertising on intake in children and adults. *The American journal of clinical nutrition*. 2016;103:519-33.
2. Boyland EJ, Halford JCG. Television advertising and branding. Effects on eating behaviour and food preferences in children. *Appetite*. 2013;52:236-41.
3. World Health Organization. European Food and Nutrition Action Plan 2015-2020. Copenhagen, Denmark: WHO Regional Office for Europe; 2015.
4. World Health Organization Regional Office for Europe. Action Plan for the Prevention and Control of Noncommunicable Diseases in the WHO European Region. Copenhagen, Denmark: WHO Regional Office for Europe; 2016.
5. World Health Organization Regional Office for Europe. Vienna Declaration on Nutrition and Noncommunicable Diseases in the Context of Health 2020. WHO Ministerial Conference on Nutrition and Noncommunicable Diseases in the Context of Health 2020. Vienna: WHO Regional Office for Europe; 2013.
6. High Level Group on Nutrition and Physical Activity, European Commission. EU Action Plan on Childhood Obesity 2014-2020. 2014.
7. World Health Organization. Report of the WHO Commission on Ending Childhood Obesity. Geneva: WHO; 2016.
8. Programa Nacional para a Promoção da Alimentação Saudável, Direção-Geral da Saúde. Programa Nacional para a Promoção da Alimentação Saudável - Orientações Programáticas. Lisboa: Direção-Geral da Saúde; 2012.
9. Diário da República. 2.ª série — N.º 249 — 29 de dezembro de 2017. Despacho n.º 11418/2017. Estratégia Integrada para a Promoção da Alimentação Saudável. 2017.
10. Lopes C, Torres D, Oliveira A, Severo M, Alarcão V, Guiomar S, et al. Inquérito Alimentar Nacional e de Atividade Física IAN-AF 2015-2016. Relatório de resultados. Porto: Universidade do Porto; 2017.
11. Instituto Nacional de Saúde Dr. Ricardo Jorge. Childhood Obesity Surveillance Initiative COSI Portugal - 2019. 2019.
12. Kelly B, Vandevijvere S, Ng S, Adams J, Allemandi L, Bahena-Espina L, et al. Global benchmarking of children's exposure to television advertising of unhealthy foods and beverages across 22 countries. *Obesity reviews : an official journal of the International Association for the Study of Obesity*. 2019.
13. World Health Organization Regional Office for Europe. WHO Regional Office for Europe nutrient profile model. Copenhagen: WHO Regional Office for Europe; 2015.
14. Jewell J, Rayner M, Breda J, Nishida C, Galea G. Addressing the challenge of food marketing to children: the WHO Regional Office for Europe Nutrient Profile Model as a common tool. *Public Health Panorama*. 2015;1(3):221-9.
15. Parlamento Europeu, Conselho da União Europeia. Regulamento (CE) N.º 1924/2006 do Parlamento Europeu e do Conselho de 20 de dezembro de 2006 relativo às alegações nutricionais e de saúde sobre os alimentos. *Jornal Oficial da União Europeia*. 2006.
16. Comissão Europeia. Regulamento (UE) 2019/649 da Comissão de 24 de abril de 2019 que altera o anexo III do Regulamento (CE) n.º 1925/2006 do Parlamento Europeu e do Conselho no que se refere aos ácidos gordos trans, com exceção dos ácidos gordos trans naturalmente presentes em lípidos de origem animal. *Jornal Oficial da União Europeia*; 2019.

17. Rodrigues SS, Franchini B, Graca P, de Almeida MD. A new food guide for the Portuguese population: development and technical considerations. *Journal of nutrition education and behavior*. 2006;38(3):189-95.
18. Rayner M, Scarborough P, Williams C. The origin of Guideline Daily Amounts and the Food Standards Agency's guidance on what counts as 'a lot' and 'a little'. *Public health nutrition*. 2003;7(4):549-56.
19. Department of Health, Food Standards Agency and devolved administrations in Scotland, Northern Ireland and Wales. *Guide to creating a front of pack (FoP) nutrition label for pre- packed products sold through retail outlets*. 2016.
20. Julia C, Hercberg S. Development of a new front-of-pack nutrition label in France : the five-colour Nutri-Score *Public Health Panorama*. 2017;3(4):712-25.
21. Public Health England. *The 2018 review of the UK Nutrient Profiling Model*. 2018.
22. World Health Organization. *Guideline: Sodium intake for adults and children*. Geneva: WHO; 2012.
23. World Health Organization. *Guideline: Sugars intake for adults and children*. Geneva: World Health Organization; 2015.



Direção-Geral da Saúde

Alameda D. Afonso Henriques, 45 | 1049-005 Lisboa | Portugal

Tel.: +351 218 430 500 | Fax: +351 218 430 530

E-mail: geral@dgs.min-saude.pt

www.dgs.pt