



## SAÚDE

## Direção-Geral da Saúde

**Despacho n.º 7450-A/2019**

*Sumário:* Determina que os valores a ter em conta na identificação de elevado valor energético, teor de sal, açúcar, ácidos gordos saturados e ácidos gordos *trans* são os que constam do anexo I ao presente despacho.

A Lei n.º 30/2019, de 23 de abril, veio proceder à 14.ª alteração ao Código da Publicidade, aprovado pelo Decreto-Lei n.º 330/90, de 23 de outubro, introduzindo 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*.

De acordo com o artigo 20.º-B do Código da Publicidade, deve a Direção-Geral da Saúde (DGS) identificar os géneros alimentícios que contenham elevado valor energético, teor de sal, açúcar, ácidos gordos saturados e ácidos gordos *trans* e fixar por despacho os géneros alimentícios “que contenham uma quantidade dos referidos elementos que comprometa, de acordo com o conhecimento científico disponível, uma dieta variada, equilibrada e saudável”, sendo que os valores que devem ser tidos em consideração para este efeito têm em conta as recomendações da Organização Mundial da Saúde (OMS) e da União Europeia.

Em conformidade, a DGS identificou os géneros alimentícios para efeitos de aplicação da Lei n.º 30/2019, de 23 de abril, utilizando as recomendações da OMS para a definição do perfil nutricional destes géneros alimentícios, com base no *WHO Regional Office for Europe Nutrient Profile Model* (2015).

Foram introduzidas algumas adaptações com o objetivo de alinhar os valores limite para alguns nutrientes para algumas categorias de alimentos com os valores definidos para as alegações nutricionais, 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.

Deste modo, o perfil nutricional tem por base as orientações técnicas da OMS e da União Europeia.

Foram também efetuadas alterações que refletem os compromissos assumidos em Portugal no âmbito do processo da reformulação dos géneros alimentícios, bem como uma análise da composição nutricional dos géneros alimentícios portugueses.

Outras adaptações resultam ainda do enquadramento do modelo de perfil nutricional da OMS aos limites impostos pela redação da Lei n.º 30/2019, de 23 de abril.

Assim, nos termos do n.º 2 do artigo 20.º-B do Código da Publicidade, aditado pela Lei n.º 30/2019, de 23 de abril, determina-se o seguinte:

1 — Os valores que devem ser tidos em conta na identificação de elevado valor energético, teor de sal, açúcar, ácidos gordos saturados e ácidos gordos *trans*, constam do anexo I ao presente despacho, do qual é parte integrante.

2 — O presente despacho produz efeitos 60 dias após a sua publicação.

26 de julho de 2019. — A Diretora-Geral da Saúde, *Maria da Graça Gregório de Freitas*.

## ANEXO I

 Tabela do 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 incluídos na categoria (exemplos)	Código do Sistema Harmonizado de Designação e Codificação de Mercadorias (posição e/ou número da subposição) <sup>a</sup>	O elevado valor energético, teor de sal, açúcar, ácidos gordos saturados e ácidos gordos <i>trans</i> deve ser considerado quando exceder, por 100g <sup>b</sup>						
				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 <i>granola</i> 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; <i>croissants</i> ; tortas e bolos; tartes de fruta; biscoitos/bolachas; bolachas e biscoitos recheados ou com cobertura; <i>wafers</i> ; 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/ <i>Snacks</i>	Pipocas doces e salgadas; biscoitos e bolachas salgados; <i>snacks</i> à base de arroz, milho ou batata e outros cereais	<i>Snacks</i> 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	*	
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
	Leite <sup>c</sup>	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 <sup>d</sup> ; outras bebidas refrigerantes		Alguns do 22.02	*	2,5	0	*	*	20



Categoria de alimentos	Incluídos na categoria (exemplos)	Não incluídos na categoria (exemplos)	Código do Sistema Harmonizado de Designação e Codificação de Mercadorias (posição e/ou número da subposição) <sup>a</sup>	O elevado valor energético, teor de sal, açúcar, ácidos gordos saturados e ácidos gordos <i>trans</i> deve ser considerado quando exceder, por 100g <sup>b</sup>						
				Ácidos gordos saturados (g)	Açúcar total (g)	Açúcar adicionado (g)	Sal (g)	Ácidos gordos <i>trans</i> (g)	Valor energético (kcal)	
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 <i>granola</i> ;	19.04.10; 19.04.20	1,5	15		1	*		
8	Iogurtes, leites fermentados, natas lácteas e outros produtos similares	Iogurtes; leites fermentados; <i>kefir</i> ; queijo fresco açucarado; outros substitutos do iogurte; iogurtes com ingredientes adicionais (fruta, muesli); natas pasteurizadas e UHT, chantili e natas de culinária aromatizadas	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	*		
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; sanduíches prontas a comer; massas recheadas; sopas e ensopados (embalados ou conservados);	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-levedado; tostas e pão torrado; gressinos	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, <i>bulgur</i> , aveia	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					

Categoria de alimentos	Incluídos na categoria (exemplos)	Não incluídos na categoria (exemplos)	Código do Sistema Harmonizado de Designação e Codificação de Mercadorias (posição e/ou número da subposição) <sup>a</sup>	O elevado valor energético, teor de sal, açúcar, ácidos gordos saturados e ácidos gordos <i>trans</i> deve ser considerado quando exceder, por 100g <sup>b</sup>					
				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; <i>ketchup</i> de tomate; maionese; caldos; molho de soja; molhos de mostarda	21.03	0,75	2,5	0	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 devem 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.

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).

<sup>a</sup> Quando apropriado, um número de posição de quatro dígitos foi indicado. Quando se refere "alguns de", significa que a maioria (mas não todos) de 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.

<sup>b</sup> Os géneros alimentícios devem, sempre que possível, ser avaliados como vendidos ou reconstituídos (se necessário) de acordo com as instruções do fabricante.

<sup>c</sup> Este modelo de perfil nutricional aplica-se aos géneros alimentícios para crianças acima de 36 meses. As fórmulas dos leites infantis não estão contempladas neste modelo. Para estes géneros alimentícios deve ter-se em conta que a resolução WHA 39.28 da Assembleia Mundial da Saúde, em 1986, determinou que a prática de fornecer a recém-nascidos substitutos do leite materno não é necessária. Além disso, qualquer alimento ou bebida administrada antes da alimentação complementar pode interferir com a manutenção do aleitamento materno e, portanto, não devem ser promovidos nem incentivados para uso por lactentes durante este período.

<sup>d</sup> Não há consenso quanto à definição de bebidas energéticas, pelo que se inclui na categoria das bebidas refrigerantes. No entanto, esta categoria de bebidas inclui uma variedade de bebidas não alcoólicas. Enquanto a cafeína é considerada o principal ingrediente, um conjunto de outras substâncias estão muitas vezes presentes. As mais comuns incluem guaraná, taurina, glucuronolactona e vitaminas. Uma característica comum é que estas bebidas são comercializadas pelos efeitos reais ou percebidos como estimulantes, energizantes e potenciadoras de desempenho.