

Documento Técnico
Critérios Nutricionais do
Compromisso pela Publicidade Responsável
para Crianças



Introdução

O Compromisso pela Publicidade Responsável para Crianças é uma iniciativa voluntária de um grupo de empresas do ramo de alimentos e bebidas, em que estas se comprometem a apenas anunciar alimentos e bebidas para crianças abaixo de doze anos de idade, quando estes atenderem aos critérios nutricionais específicos descritos neste documento.

Como um compromisso com a Plataforma para Ações sobre Dieta, Atividade Física e Saúde, da Organização Mundial da Saúde, a Política Global de Comunicação de Marketing para Crianças evoluiu significativamente em comparação à sua primeira versão, publicada em 2009: a definição de "comunicação para crianças" foi reforçada para cobrir programas com público alvo de menores de 12 anos maior que 35%, em relação ao original de 50%, e o escopo do compromisso foi estendido para cobrir sites de propriedade de empresas, bem como de comunicação e publicidade on-line em outros sites.

No entanto, as empresas associadas ao Compromisso pela Publicidade Responsável para Crianças estão cientes de que a utilização de critérios nutricionais específicos de cada uma delas, embora baseados na ciência, não gera alinhamento dos parâmetros utilizados para a avaliação e dificulta o monitoramento do seu cumprimento. Por conseguinte, as empresas se reuniram para desenvolver critérios comuns.

Para isso, formou-se um Grupo Técnico de Trabalho, denominado Comitê Técnico, composto pelos departamentos de Nutrição, Regulatórios e Pesquisa e Desenvolvimento das empresas participantes deste compromisso.

O Comitê definiu que os critérios nutricionais do Compromisso pela Publicidade Responsável para Crianças são estabelecidos com a finalidade exclusiva de definir melhores opções para o consumidor no contexto da publicidade de alimentos e bebidas para crianças menores de doze anos e, especificamente, para as categorias dos produtos abrangidos. Isso reflete as orientações internacionais que ressaltam a necessidade de desenvolver critérios nutricionais que sejam adaptados para uma finalidade específica.

Os critérios de nutrição do Compromisso pela Publicidade Responsável para Crianças foram desenvolvidos com base no Pledge Europeu 2015, que, por sua vez, teve seus critérios baseados em diretrizes internacionais disponíveis.

Para o desenvolvimento do Pledge Europeu, o Grupo de Trabalho de Nutrição da International Food and Beverages Alliance (IFBA) Europeu assumiu os princípios-chave do Parecer da EFSA (2008), ou seja, a necessidade de se levar em conta:

- Recomendações dietéticas, considerações de saúde pública e evidências científicas geralmente aceitas sobre a relação entre alimentação, nutrição e saúde;
- A variabilidade dos hábitos e tradições alimentares e o fato de que mudanças na dieta levam tempo;
- A capacidade tecnológica da indústria para inovação de produto;
- Outras considerações de natureza industrial e cultural.

Com base nessa orientação, o Grupo de Trabalho de Nutrição da IFBA para desenvolvimento do Pledge Europeu definiu os princípios-chave dos critérios nutricionais:

- **Cientificamente fundamentados:** ou seja, sustentados por uma análise da evidência baseada em ciência e tecnologias disponíveis.



- **Abrangentes:** ou seja, aplicáveis a todos os produtos em categorias definidas, a menos que as isenções sejam justificadas cientificamente ou pelo fato de que tais categorias / produtos não sejam atualmente comercializados para crianças entre seis e doze anos de forma alguma.
- **Progressivos:** ou seja, capazes de promover o progresso de critérios específicos de empresas existentes e capazes de incentivar a inovação de produtos e reformulação.
- **Apropriados:** isto é, adequados para o contexto e compatíveis com os padrões desenvolvidos em outros lugares.
- **Validados:** ou seja, passíveis de um processo de validação, garantindo qualidade e legitimidade.
- **Transmissíveis:** ou seja, com uma justificativa clara e relativamente simples de se comunicar externamente para públicos leigos.

Definição dos critérios nutricionais

Diferentes abordagens têm sido adotadas em todo o mundo. Uma abordagem não é necessariamente melhor do que outra, mas cada sistema possui vantagens e desvantagens específicas e têm limitações inerentes. Para o desenvolvimento dos critérios nutricionais do Pledge Europeu, e, portanto, dos critérios adotados pelo Compromisso pela Publicidade Responsável para Crianças, optou-se por uma abordagem baseada em categorias, com base em limiares de nutrientes essenciais e presença de componentes a serem incentivados.

Essa abordagem foi selecionada porque ela é mais indicada do que uma abordagem universal, para refletir o papel que diferentes tipos de alimentos e bebidas desempenham dentro da alimentação e considera também suas características intrínsecas, bem como a tecnologia disponível para a sua produção. É também melhor para a discriminação entre os produtos alimentares dentro das categorias e, portanto, apropriada para promover o objetivo do Compromisso pela Publicidade Responsável para Crianças, ou seja, limitar a publicidade de alimentos e bebidas dirigida a crianças, de acordo com seus perfis nutricionais. Ao mesmo tempo, incentiva a concorrência para o desenvolvimento de opções com melhor qualidade nutricional através de inovação e reformulação de produtos.

Os critérios nutricionais abrangem sete categorias que contemplam alimentos e bebidas produzidos ou comercializados pelas empresas participantes do Compromisso. A escolha de categorias foi motivada pela necessidade de agrupar produtos similares e para evitar categorias tão amplas que não considerassem as suas características nutricionais e o papel de diferentes grupos de alimentos dentro da alimentação. A fim de garantir tanto robustez e equidade, foi necessário criar subcategorias dentro da maioria das sete categorias.

Os parâmetros dos critérios nutricionais do Compromisso são os mesmos utilizados no Pledge Europeu, não tendo sido necessário realizar adaptações quanto ao seu conteúdo, uma vez que contemplam a mesma faixa etária e referências globalmente reconhecidas.

Definiu-se que as categorias que podem ser anunciadas para crianças menores de doze anos com necessidade de adequação ao critério nutricional são:

1. Óleos e gorduras com base vegetal e animal, e produtos à base de gordura & molhos emulsionados
2. Frutas, vegetais e sementes e seus produtos, exceto óleo
3. Leites, produtos lácteos e substitutos do leite
4. Produtos à base de cereal
5. Sopas, pratos compostos, pratos principais e sanduíches



6. Refeições

7. Sorvetes

Há categorias que podem ser anunciadas para crianças menores de 12 anos sem necessidade de adequação a critérios nutricionais devido às suas características:

- Água engarrafada
- Suco 100% fruta
- Produtos 100% à base de fruta ou vegetal, sem adição de sal, gordura ou açúcar
- Produtos 100% à base de sementes e castanhas, sem adição de sal, gordura ou açúcar
- Carne crua
- Gomas e balas “sugar free”

Nenhum critério nutricional foi desenvolvido para determinadas categorias, que incluem chocolates, doces e refrigerantes. Isso reflete o compromisso das empresas associadas ao Compromisso pela Publicidade Responsável para Crianças em não anunciar estes produtos para crianças menores de 12 anos.

O produto que não puder ser enquadrado em qualquer categoria / subcategoria existente no Compromisso também não poderá ser anunciada para crianças menores de doze anos.

Para as categorias estabelecidas neste documento, os critérios nutricionais são baseados em dois principais pilares: "nutrientes a serem limitados" e "componentes a serem incentivados" (componentes inclui nutrientes e/ou grupos alimentares). Isso porque um sistema que leva em conta ambos está mais de acordo com o objetivo central do Compromisso - promover a inovação e reformulação para uma mudança na publicidade por melhores produtos - do que um sistema baseado unicamente em "nutrientes a serem limitados".

Os "nutrientes a serem limitados" - sódio, gorduras saturadas e açúcares totais - foram escolhidos com base em dados científicos amplamente disponíveis, já que são de preocupação da saúde pública, uma vez que a média de consumo da população destes nutrientes é superior àquela recomendada. Outra definição feita pelo grupo é que os "componentes a serem incentivados" não compensam os "nutrientes a serem limitados". Ou seja, para ser elegível para a publicidade para crianças abaixo de doze anos, um produto deverá atender a ambos, contendo a quantidade necessária de "componentes a serem incentivados", além de ser inferior aos limites de "nutrientes a serem limitados" e conter o valor máximo de calorias definido para cada categoria.

A escolha de "componentes a serem incentivados" foi feita por categoria, identificando aqueles componentes positivos mais relevantes em cada uma delas, por exemplo, fibras e grão integral em produtos à base de cereais; proteínas e cálcio em produtos lácteos, etc.

Para a definição das unidades de referência para os parâmetros nutricionais, foi acordado o seguinte:

- Valor energético: deve ser "por porção", de acordo com o tamanho de porção estabelecido pela legislação brasileira vigente. Isto asseguraria que o valor de energia absoluto de um produto terá de ser inferior a um valor máximo específico para ser elegível para a publicidade para crianças abaixo de doze anos.
- Nutrientes a serem limitados: foi acordado que a unidade de referência seria "por 100 g / ml". Isto porque viabiliza analisar qualitativamente a presença desses nutrientes nos produtos.
- Componentes a serem incentivados: uma vez que estes foram definidos de acordo com o papel de



cada categoria na alimentação, as unidades de referência foram especificadas para cada um deles, podendo estas serem referentes a minerais, fibras ou porções de vegetais, por exemplo.

Considerando o tempo de implementação do Compromisso pela Publicidade Responsável para Crianças, a aplicação de “componentes a serem incentivados” deverá ser gradual, para que a indústria possa se adaptar e incluir esses componentes nas categorias em que são considerados relevantes.

Desta maneira, os critérios nutricionais harmonizados no Brasil são aplicáveis a partir de 1º de janeiro de 2017 e as empresas participantes podem ir além e utilizar outros critérios, se assim o desejarem, mas com a condição de que eles sejam comprovadamente mais rigorosos do que os estabelecidos neste documento.

A partir desta data, os critérios nutricionais aplicados serão exclusivamente os “nutrientes a serem limitados”. E os “componentes a serem incentivados” terão um prazo de adequação de até 3 anos, considerando as atuais limitações tecnológicas locais.

Todos os valores referentes à energia, "nutrientes a serem limitados" e "componentes a serem incentivados" nos critérios nutricionais do Compromisso pela Publicidade Responsável para Crianças aplicam-se a alimentos e bebidas tal como vendidos, exceto nos casos em que há necessidade de reconstituição ou preparo dos mesmos (por exemplo, sopa em pó, purê de batatas desidratado, mingaus etc.).

É evidente que quaisquer critérios nutricionais terão suas vantagens e desvantagens e todos os sistemas têm limitações inerentes. No entanto, as empresas participantes deste Compromisso acreditam que esses critérios nutricionais constituem um importante passo à frente em termos de maior transparência e consistência.

Em linha com as recomendações internacionais, os critérios nutricionais devem ser passíveis de adaptação à luz dos novos desenvolvimentos. Estes critérios nutricionais podem, portanto, ser atualizados no futuro, potencialmente também para incluir categorias de alimentos que não sejam representadas atualmente.

Caso as empresas participantes do Compromisso pela Publicidade Responsável para Crianças atuais ou futuras desejem desenvolver critérios para novas categorias de alimentos, ou seja, categorias atualmente não representadas neste documento, elas terão de fazê-lo em conjunto, considerando as premissas nutricionais estabelecidas.



Tabela 1: Visão Geral dos Critérios Nutricionais do Compromisso pela Publicidade Responsável para Crianças

Categoria 1: Óleos e gorduras com base vegetal e animal, e produtos à base de gordura & molhos emulsionados					
Exemplos	Componentes a serem limitados				Componentes a serem incentivados
	Energia (kcal/porção*)	Sódio (mg/100g ou 100ml*)	Gorduras saturadas (SAFA) (g/100g ou 100ml*)	Açúcares totais (g/100g ou 100ml*)	
<i>*Valores energéticos por porção e valores de nutrientes por 100g, exceto quando especificado</i>					
Subcategoria A: Óleos e gorduras com base vegetal e animal, e produtos à base de gordura: todos os óleos e gorduras com base vegetal e animal ¹					
Óleos e gorduras (todos os tipos), cremes vegetais, margarina, e produtos de gordura/óleo sólidos ou líquidos	≤ 85	≤ 500	≤ 33% de gordura total é SAFA (incl. Ácidos graxos Trans - TFA)	(5)	≥ 25% de gordura total é de ácidos graxos poli-insaturados (PUFA)
Subcategoria B: Molhos à base de emulsão: molhos constituídos apenas de um componente minoritário da refeição ao qual um agente emulsionante é adicionado OU possui um teor de gordura ≥ 10%					
Maionese, molhos para saladas, marinados, vinagretes.	≤ 85	≤ 750	≤ 33% de gordura total é SAFA (incl. TFA)	≤ 5	≥ 25% de gordura total é PUFA

¹Manteigas estão excluídas desta categoria, porque não serão anunciados para as crianças.



Categoria 2: Frutas, vegetais e sementes, exceto óleo. Vegetais incluem legumes e batatas. Sementes incluem sementes, grãos e oleaginosas. ²					
Exemplos	Componentes a serem limitados				Componentes a serem incentivados
	Energia (kcal/porção*)	Sódio (mg/100g ou 100ml*)	Gorduras saturadas (SAFA) (g/100g ou 100ml*)	Açúcares totais (g/100g ou 100ml*)	
<i>*Valores energéticos por porção e valores de nutrientes por 100g, exceto quando especificado</i>					
Subcategoria A: Produtos de frutas e vegetais com exceção de óleos & batatas (≥ 50g de frutas e/ou vegetais por 100g de produto acabado), que constituem uma componente substancial da refeição.					
Gratinado de vegetais, vegetais enlatados, feijões cozidos, compotas de frutas, frutas em calda, salada de frutas	≤170	≤ 300	≤ 1,5	< 15	Mín. de ½ porção de fruta e/ou vegetais Nutrientes fornecidos através de ingredientes (frutas e/ou vegetais).
Subcategoria B: Batata & produtos de batata, exceto produtos de batata desidratados: todos os pratos à base de batata (≥ 50g de batata por 100g de produtos acabados) que constituem um componente substancial da refeição.					
Purê de batata, nhoque, bolinhos, batata frita ou assada.	≤170	≤ 300	≤ 1,5	< 5	Nutrientes entregues através do ingrediente principal (batata)
Subcategoria C: Chips de batatas & salgadinhos à base de batata					
Chips/crisps de batata	≤170	≤670	≤10% kcal de SAFA	≤ 10	Fibra: ≥3g/100g/ml; e/ou ≥70% gorduras insaturadas/gorduras totais
Salgadinhos extrusados a base de batata e peletes	≤170	≤900	≤10% kcal de SAFA	≤10	Fibra: ≥3g/100g/ml; e/ou ≥70% gorduras insaturadas/gorduras totais
² Isenções: 100% de fruta e vegetais e seus produtos, incluindo 100% de sumos de fruta e vegetais, bem como 100% de castanhas e sementes e misturas dos mesmos (sem adição de sal, açúcar ou gordura). Estes produtos, apresentados frescos, congelados, secos, ou sob qualquer outra forma podem ser anunciados para crianças sem restrições.					
Subcategoria D: Sementes e castanhas					
Castanhas temperadas com sal ou aromatizadas, castanhas mistas, misturas de castanhas e frutas, pasta de amendoim	≤200	≤670	≤10	≤ 15	Nutrientes fornecidos através de ingredientes (castanhas e sementes)
Subcategoria E: Condimentos à base de frutas/vegetais: todos os condimentos à base de fruta/vegetais (≥ 50g de frutas e/ou vegetais por 100g de produtos acabados) que constituem um componente minoritário da refeição					



Ketchup, molhos à base de frutas...	≤ 85	≤ 750	≤ 1,5	≤ 25	Nutrientes fornecidos através de ingredientes (frutas e/ou vegetais).
-------------------------------------	------	-------	-------	------	-----------------------------------------------------------------------

Categoria 3: Leites, produtos lácteos e substitutos do leite

Exemplos	Componentes a serem limitados				Componentes a serem incentivados
	Energia (kcal/porção*)	Sódio (mg/100g ou 100ml*)	Gorduras saturadas (SAFA) (g/100g ou 100ml*)	Açúcares totais (g/100g ou 100ml*)	
<i>*Valores energéticos por porção e valores de nutrientes por 100g, exceto quando especificado</i>					

Subcategoria A: Leites, produtos lácteos e substitutos do leite, exceto queijos: Devem conter no mínimo 50% de laticínio, exceto para bebidas vegetais

Leites; bebidas lácteas; substitutos do leite, como bebidas vegetais (soja, coco, arroz, castanhas); iogurtes; queijo petit suisse, cottage; coalhada; queijos fresco e cremosos; leites fermentados; sobremesas lácteas	≤170	≤ 300	≤ 2,6	≤ 13,5	Proteína: ≥12 E% ou ≥ 2g /100g ou 100ml E/OU Pelo menos 1 fonte de: Ca ou Vit D ou qualquer Vitamina do complexo B
--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------	-------	-------	--------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Subcategoria B: Queijo e produtos salgados à base de leite: Devem conter no mínimo 50% de laticínio

Queijos moles e outros produtos à base de queijo, como requeijão, cream cheese e queijos processados	≤170	≤800	≤10	≤8	
------------------------------------------------------------------------------------------------------	------	------	-----	----	--

Categoria 4: Produtos à base de cereal

Exemplos	Componentes a serem limitados				Componentes a serem incentivados
	Energia (kcal/porção*)	Sódio (mg/100g ou 100ml*)	Gorduras saturadas (SAFA) (g/100g ou 100ml*)	Açúcares totais (g/100g ou 100ml*)	
<i>*Valores energéticos por porção e valores de nutrientes por 100g, exceto quando especificado</i>					

Subcategoria A: Biscoitos doces, produtos de confeitaria e outros produtos à base de cereais: O cereal e/ou seus derivados devem ser o primeiro ingrediente na lista de ingredientes.

Todos os tipos de biscoitos doces e bolos, pães doces, barras de cereais, panquecas ...	≤200	≤450	≤10	≤35	Fibra (>3 g/100g) e/ou grão integral (15% dos ingredientes totais) e/ou 20% energia proveniente de gorduras insaturadas e ≥70% de gorduras insaturadas/gorduras totais
-----------------------------------------------------------------------------------------	------	------	-----	-----	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------



Subcategoria B: Biscoitos salgados, produtos de confeitaria e outros produtos à base de cereais, incluindo produtos à base de massa: O cereal - e/ou seus derivados - deve ser o primeiro ingrediente na lista de ingredientes.					
Biscoitos salgados, produtos extrusados & salgadinhos à base de milho e, pipoca e pretzel	≤170	≤900	≤10% kcal de SAFA	≤10	Fibra: >3 g/100g; e/ou >70% de gorduras insaturadas/gorduras totais
Subcategoria C: Cereais matinais, incluindo mingau. O cereal e seus derivados devem ser listados como o primeiro ingrediente na declaração de ingredientes.					
Cereais matinais prontos para consumo, aveia, farinha de cereais e mingau à base de cereais	≤210	≤450	≤5	≤30	Fibra (≥3g/100g) e/ou grão integral (15% dos ingredientes totais)
Subcategoria D: Cereais e produtos de cereais, exceto cereais matinais, biscoitos e produtos de confeitaria: O cereal e seus derivados devem ser listados como o primeiro ingrediente na declaração de ingredientes.					
Pão, arroz, macarrão, massas, polenta	≤340	≤500	≤5	≤5	Fibra (≥3 g/100 g) e/ou grão integral (15% dos ingredientes totais)

Categoria 5: Sopas, pratos compostos, pratos principais e sanduíches					
Exemplos	Componentes a serem limitados				Componentes a serem incentivados
	Energia (kcal/porção*)	Sódio (mg/100g ou 100ml*)	Gorduras saturadas (SAFA) (g/100g ou 100ml*)	Açúcares totais (g/100g ou 100ml*)	
<i>*Valores energéticos por porção e valores de nutrientes por 100g, exceto quando especificado</i>					
Subcategoria A: Sopas: todos os tipos de sopas e caldos contendo pelo menos 1 dos seguintes: 30g de frutas, vegetais, cereais, carne, peixe, leite ou qualquer combinação destes (calculado como equivalente fresco) por porção. (Limiars são aplicáveis aos alimentos tal como reconstituídos, prontos para o consumo, seguindo as instruções do fabricante).					
Sopa de tomate enlatada, sopa de legumes instantânea, sopas em pó	≤ 170	≤ 350	≤ 1,5	≤ 7,5	Nutrientes fornecidos através de ingredientes (frutas e/ou vegetais, cereais, carne, peixe, leite)
Subcategoria B: Pratos compostos, pratos principais e sanduíches: todos os tipos de pratos e sanduíches contendo pelo menos 2 dos seguintes: 30g de frutas, vegetais, cereais, carne, peixe, leite ou qualquer combinação destes (calculado como equivalente fresco) por porção. (Limiars são aplicáveis aos alimentos tal como reconstituídos, prontos para o consumo, seguindo as instruções do fabricante).					
Salada de macarrão com vegetais, macarrão tipo noodle com molho, pizza, croque-monsieur, moussaka, panquecas recheadas	≤ 425	≤ 400mg	≤ 5	< 7,5	Nutrientes fornecidos através de ingredientes (frutas e/ou vegetais, cereais, carne, peixe, leite)



Categoria 6: Refeições: A combinação de itens servidos como uma refeição (prato principal, item de acompanhamento e uma bebida) para o café da manhã, almoço ou jantar.					
Exemplos	Componentes a serem limitados				Componentes a serem incentivados
	Energia (kcal/porção*)	Sódio (mg/100g ou 100ml*)	Gorduras saturadas (SAFA) (g/100g ou 100ml*)	Açúcares totais (g/100g ou 100ml*)	
	<i>*Valores energéticos por porção e valores de nutrientes por 100g, exceto quando especificado</i>				
Refeições para crianças	<p>≤510/ refeição ^{a)}</p> <p>≤340/ refeição ^{b)}</p>	<p>≤660/ refeição</p>	<p>≤10% kcal de gordura saturada</p> <p>-</p>	<p>≤20/ refeição (menos o açúcar de ocorrência natural ^{c)} de 1 porção ^{d)} J/F /V/M/D)</p>	<p>Cada refeição deve conter pelo menos:</p> <p>1 porção ^{d)} frutas/vegetais ou/e</p> <p>1 porção ^{d)} 100% de suco e/ou</p> <p>1 porção ^{d, e)} produto lácteo qualificado ou leite e/ou</p> <p>1 porção ^{d)} de grão integral ^{f)}</p>



Categoria 7: Gelados comestíveis: todos os tipos de sorvetes, picolés e sorbets.					
Exemplos	Componentes a serem limitados				Componentes a serem incentivados
	Energia (kcal/porção*)	Sódio (mg/100g ou 100ml*)	Gorduras saturadas (SAFA) (g/100g ou 100ml*)	Açúcares totais (g/100g ou 100ml*)	
	<i>*Valores energéticos por porção e valores de nutrientes por 100g, exceto quando especificado</i>				
Sorvetes, picolés e sorbets	≤ 110	≤ 120	≤ 5	≤ 20	-

Exclusões (nenhum critério nutricional; não são divulgados para crianças menores de 12 anos pelas empresas associadas ao Compromisso de Publicidade Responsável para Crianças)

- Açúcar e produtos à base de açúcar, que incluem: Chocolate ou produtos à base de chocolate; Geleia ou marmelada; Açúcar, mel ou xarope; outros produtos com açúcar³
- Refrigerantes⁴

Observações:

- a) Para o almoço/jantar (30% de energia)
 b) Para o café da manhã (20% de energia)
 c) Se o teor de açúcar for superior a 20g para uma refeição e contiver mais de 1 J/F/V/M/D.
 d) Porções são:
- Frutas (F)/Vegetais (V): 60-80g
 - 100% de sumo (J): 150-250ml
 - Laticínio (D): por exemplo, 30g de queijo/100-150g de iogurte
 - Leite (M): 150-250ml
- e) Atende os requisitos da categoria individuais
 f) Produto qualificado para uma fonte razoável de fibra que contém ≥ 8g de grão integral

³ Gomas de mascar sem açúcar e balas sem açúcar estão isentos, isto é, fora do escopo das restrições do Compromisso pela Publicidade Responsável para Crianças.

⁴ Água engarrafada é isenta das restrições da Compromisso pela Publicidade Responsável para Crianças.





Referências

- AFSSA 2009. Les Agences françaises de sécurité sanitaire: le Bateau Alimentaire. http://www.lexpress.fr/informations/le-bateau-alimentaire_641424.html
- Conseil Supérieur d'Hygiène 2009. Conseil Supérieur d'Hygiène. Recommandations nutritionnelles pour la Belgique <https://portal.health.fgov.be>
- DGE 2000. Deutsche Gesellschaft für Ernährung, Österreichisch Gesellschaft für Ernährung, Schweizerische Vereinigung für Ernährung. (2000). Referenzwerte für die Nährstoffzufuhr. 1. Auflage. Umschau/Braus. Frankfurt.
- DGE 2005. Deutsche Gesellschaft für Ernährung, Die Dreidimensionale Lebensmittelpyramide. <http://www.dge.de/> último acesso em Outubro de 2009 (Alemanha)
- DHHS 2010. Departamento de Saúde e Serviços Humanos dos Estados Unidos, Diretrizes Dietéticas para os Norte-Americanos de 2010.
- DoH 1991. Departamento de Saúde. (1991). Valores dietéticos de referência para energia e nutrientes de alimentos para o Reino Unido. Relatório do painel sobre os valores de referência dietéticos do comitê sobre os aspectos médicos da política de alimentos. Londres: HSMO.
- EFSA 2008. Parecer científico do Painel sobre os produtos dietéticos, nutrição e alergias, sobre a fixação de perfis nutricionais para alimentos que ostentam argumentos nutricionais e de saúde em conformidade com o artigo 4 do Regulamento (CE) No. 1924/2006.
- Eurodiet 2001. Nutrição e dieta para estilos de vida saudáveis na Europa: a evidência da Eurodiet. Public Health Nutrition, vol. 4, 2(A) e 2 (B).
- Comissão Europeia 2010. Estratégia para a Europa sobre nutrição, sobrepeso e questões de saúde relacionadas à obesidade. http://ec.europa.eu/health/nutrition_physical_activity/docs/implementation_report_en.pdf
- Comissão Europeia 2012. Primeiro Relatório da Comissão ao Parlamento Europeu, ao Conselho, ao Comitê Econômico e Social Europeu e ao Comitê das Regiões sobre a aplicação da Diretiva 2010/13/UE "Diretiva do Serviço de Média Audiovisual". COM (2012) 203 final http://ec.europa.eu/avpolicy/reg/tvwf/implementation/reports/index_en.htm
- EUFIC 2012. Revisão 01/2012: Consumo de frutas e vegetais na Europa - os europeus obtêm o suficiente? (<http://www.eufic.org/article/en/expid/Fruit-vegetable-consumption-Europe/> acesso em Junho de 2012)
- Agência de Normas Alimentares 2007. Diretrizes baseadas nos nutrientes e alimentos para as instituições do Reino Unido. <http://www.food.gov.uk/multimedia/pdfs/nutrientinstitution.pdf>
- FSAI 1999. Autoridade de Segurança Alimentar da Irlanda. (1999). Tolerâncias dietéticas recomendadas para a Irlanda. http://www.fsai.ie/publications/reports/recommended_dietary_allowances_ireland_1999.pdf (http://extranet.who.int/iris/bitstream/10665/43144/1/9241592826_eng.pdf, acesso em junho de 2012)
- Gezondheidsraad 2006. Diretrizes para uma dieta saudável 2006. <http://www.gr.nl/samenvatting.php?ID=1481>
- Documento Técnico de Nutrição da Compromisso de Publicidade Responsável para Crianças – Atualizado em Julho de 2015 Página 44

Harika et al. 2011. Harika RK, Cosgrove MC, Osendarp SJ, Verhoef P, Zock PL. Fatty acid intakes of children and adolescents are not in line with the dietary intake recommendations for future cardiovascular health: a systematic review of dietary intake data from thirty countries. Br J Nutr 2011 Aug;106(3):307-16

HMH 2009. Conselho de Saúde Científico Supremo. Ministério da Saúde da Grécia. Diretrizes dietéticas para adultos na Grécia.

IGD 2005. Distribuição de Produtos de Produtos de Mercearia da Indústria (2005). Relatório do grupo de trabalho técnico sobre a estratégia nutricional da indústria IGD/PIC sobre as orientações das quantidades diárias (GDAs). Revisão de GDAs existentes e desenvolvimento de novas GDAs: decisões e justificativa.

IOM 2005. Instituto de Medicina das Academias Nacionais. Conselhos de Alimentos e Nutrição (2005). Ingestões de referências dietéticas para energia, carboidratos, fibras, gordura, ácidos graxos, colesterol, proteínas e aminoácidos (Macronutrientes). The national academies press, Washington DC. <http://www.nap.edu/catalog/10490.html>

Martin 2001. Martin A. 2001. Apports nutritionnels conseillés pour la population française. 3ème édition. CNERNA-CNRS-AFSSA. Editions TEC & DOC, Paris. 605 p.

MFF 2009. Ministeriet for familieog forbrugeranliggender; Kostråd og Kostkompasset (Dinamarca)

MHH 2001. Ministério da Saúde das Diretrizes Dietéticas da Hungria para a população adulta da Hungria. ftp://ftp.fao.org/es/esn/nutrition/dietary_guidelines/hun.pdf

Mozaffarian 2010. Mozaffarian D, Micha R, Wallace S (2010) Effects on Coronary Heart Disease of Increasing Polyunsaturated Fat in Place of Saturated Fat: A Systematic Review and Meta-Analysis of Randomized Controlled Trials. PLoS Med 7(3): e1000252. doi:10.1371/journal.pmed.1000252

NNC 2005 National Nutrition Council; Finnish Nutrition Recommendations 2005.

Roodenburg et al 2011: AJC Roodenburg, BM Popkin and JC Seidell. Development of international criteria for a front of package food labelling system: the International Choices Programme. EUR J Clin Nutr. 22 de Junho de 2011; 65: 1190-1200

Roodenburg et al 2011 bis: Choices EU database: Appendix 3, supplementary material to AJC Roodenburg, BM Popkin and JC Seidell. Development of international criteria for a front of package food labelling system: the International Choices Programme. EUR J Clin Nutr. 22 de Junho de 2011; 65: 1190-1200.

SACN 2003. Comitê Consultivo Científico sobre Nutrição. Sal e Saúde. Londres (2003). www.sacn.gov.uk/pdfs/sacn_salt_final.pdf

SACN 2011. Comitê Consultivo Científico sobre Nutrição. Valores nutricionais de referência para energia. Londres, TSO. 2012.

Comitê Permanente Nórdico sobre Alimentos. (2004). Recomendações nutricionais nórdicas 2004, 4ª Edição. <http://www.norden.org/pub/velfaerd/livsmedel/sk/N2004013.pdf>

Torun 1997. Torun B. (1997). Necessidades energéticas das crianças e adolescentes. Public Health

Nutrition, 8 (7A), 968-993.

VIG 2009. Vlaams Instituut voor Gezondheidspromotie; De actieve voedingsdriehoek.

WHO 2003. Dieta, nutrição e prevenção de doenças crônicas. Relatório de uma consulta a um perito WHO /FAO em conjunto, Genebra, 28 janeiro - 01 fevereiro de 2002. Relatório técnico WHO, série 916.

WHO, 2003 bis. Diretrizes dietéticas com base nos alimentos na região europeia WHO: http://www.euro.who.int/_data/assets/pdf_file/0017/150083/E79832.pdf

WHO 2004. Estratégia Global para Dieta, Atividade Física e Saúde. http://www.who.int/dietphysicalactivity/strategy/eb11344/strategy_english_web.pdf

WHO 2005: Agudo, A (2004) Medição da ingestão de frutas e vegetais. Documento de base para a oficina conjunta FAO / WHO sobre frutas e vegetais para a saúde.