

GUIA DE APOIO À APLICAÇÃO DO DESPACHO N.º 11391/2017, DE 28 DE DEZEMBRO

2018

ALTERAÇÕES NA DISPONIBILIDADE DE ALIMENTOS NAS INSTITUIÇÕES DO MINISTÉRIO DA SAÚDE



**GUIA DE APOIO À APLICAÇÃO DO DESPACHO
N.º 11391/2017, DE 28 DE DEZEMBRO**
ALTERAÇÕES NA DISPONIBILIDADE DE ALIMENTOS
NAS INSTITUIÇÕES DO MINISTÉRIO DA SAÚDE

FICHA TÉCNICA

Portugal. Ministério da Saúde. Direção-Geral da Saúde.

GUIA DE APOIO À APLICAÇÃO DO DESPACHO N.º 1391/2017 - Alterações na disponibilidade de alimentos nas instituições do ministério da saúde.

Lisboa: Direção-Geral da Saúde, (2018).

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 de Promoção da Alimentação Saudável

Lisboa, junho, 2018

Índice

Enquadramento Geral.....	2
1. Critérios nutricionais utilizados para a definição do conjunto de alimentos a não disponibilizar nas instituições do Ministério da Saúde.....	3
a) Salgados.....	4
b) Pastelaria.....	4
c) Pão com recheio doce, pão-de-leite com recheio doce ou croissant com recheio doce	5
d) Charcutaria.....	5
e) Sandes ou outros produtos que contenham ketchup, maionese ou mostarda.....	5
f) Bolachas e biscoitos.....	5
g) Refrigerantes.....	5
h) Guloseimas.....	6
i) Snacks salgados e doces.....	6
j) Sobremesas doces.....	6
k) Barritas de cereais ou cereais de pequeno-almoço.....	7
l) Refeições rápidas.....	7
m) Chocolates em embalagens superiores a 50g e chocolates com recheio.....	7
n) Bebidas com álcool.....	8
o) Molhos.....	8
Referências bibliográficas.....	9

Enquadramento Geral

A modificação da oferta alimentar em determinados espaços públicos tem sido sugerida, nomeadamente pela Organização Mundial da Saúde (OMS), como uma importante medida para a promoção de uma alimentação saudável. Neste âmbito, as instituições de saúde são consideradas locais de excelência para apresentar uma oferta alimentar adequada. A existência de uma oferta alimentar adequada nos hospitais e em outras instituições de saúde é capaz de reforçar as orientações dos profissionais de saúde. Apesar desta evidência, diversos estudos a nível internacional têm sugerido que a oferta alimentar nestes espaços é habitualmente pouco saudável (1-4).

Para contrariar esta situação, foi publicado o Despacho n.º 11391/2017 a 28 de dezembro de 2017, o qual visa a alteração da disponibilidade de alimentos nos espaços destinados à exploração de bares, cafetarias e bufetes, nas instituições do Ministério da Saúde (MS), promovendo uma alimentação mais saudável. Este despacho vem dar seguimento a uma medida anterior que teve como objetivo alterar a oferta alimentar das máquinas de venda automática destas instituições. O Despacho n.º 11391/2017 apresenta assim uma lista de alimentos cujos serviços e entidades públicas prestadoras de cuidados de saúde que integram o MS devem contemplar preferencialmente e, por outro lado, uma lista de alimentos que não podem contemplar (5).

Este despacho define, propositadamente, uma lista de alimentos específica, em vez de definir critérios nutricionais específicos, de modo a facilitar a operacionalização da medida e a fornecer exemplos concretos do que se pretende. No entanto, entendemos que poderá ser importante clarificar, de um modo geral, os seguintes pontos:

- 1 - Enquadramento e justificação para a seleção das diferentes categorias de alimentos a não disponibilizar;
- 2 - Critérios nutricionais gerais e específicos para as categorias de alimentos, de modo a identificar com maior rigor a lista de "alimentos a não disponibilizar".

Este documento de apoio à tomada de decisão, baseado em evidência científica, permite às empresas que operam nestes setores uma identificação mais clara dos alimentos possíveis de adquirir, permite ao mercado adaptar melhor a sua oferta e permite ainda uma melhor e mais eficaz fiscalização com menos ambiguidades. Pretende-se ainda com este documento dar resposta a muitos pedidos de esclarecimento que foram feitos por empresas do setor, tendo as mesmas sido ouvidas ao longo do processo de produção deste Guia.

1. Critérios nutricionais utilizados para a definição do conjunto de alimentos a não disponibilizar nas instituições do Ministério da Saúde

A elaboração da lista de alimentos a não disponibilizar nestas instituições teve por base os seguintes critérios gerais:

- Valor energético superior a 250 kcal por porção de género alimentício.
- Quantidade elevada de açúcar (superior a 16 g de açúcar por 100 g e 7 g de açúcar por 100 ml) (excluindo o açúcar contido naturalmente na fruta, nos hortícolas e lacticínios).
- Teor de lípidos superior a 30-35% do valor energético total, ou superior a 10 g por 100 g.
- Teor de ácidos gordos saturados superior a 10% do valor energético total e de ácidos gordos trans superior a 2 g por 100 g de gordura.
- Teor de sal superior a 0,9 g por 100 g de alimento/bebida.

Os produtos alimentares incluídos na lista de alimentos a não disponibilizar no Despacho n.º 11391/2017 correspondem a diversos exemplos de produtos que habitualmente são comercializados nestes espaços comerciais e que, de um modo geral, não se enquadram nos critérios nutricionais definidos anteriormente. Deste modo, importa clarificar que, os produtos alimentares concretamente referidos, em cada uma das alíneas do despacho, são apenas exemplos de alguns dos produtos alimentares da categoria geral de alimentos a não disponibilizar.

Apesar da existência de um perfil nutricional geral, anteriormente descrito, são apresentados de seguida critérios nutricionais específicos para algumas das categorias de alimentos presentes no despacho. Sempre que estejam descritos critérios nutricionais específicos para uma categoria de alimentos, eles deverão prevalecer sobre os critérios nutricionais gerais.

De referir que estes critérios nutricionais, bem como o conjunto de alimentos definido neste despacho, tiveram também por base os outros documentos já elaborados com o objetivo de modificar a oferta alimentar das instituições de ensino e de saúde, nomeadamente o documento “Bufetes Escolares – Orientações”, da Direção-Geral da Educação (6), o documento “Orientações Oferta Alimentar em Bares e Máquinas de Venda Automática” da ARS Algarve (7) e o documento “Máquinas de Venda Automática de Alimentos – Princípios Orientadores” da ARS Norte (8). Pretende-se assim uniformizar as orientações que determinam a oferta alimentar nas diversas instituições do Estado. De referir ainda que os critérios nutricionais utilizados tiveram também como base os valores de referência 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 (9), bem como os cut-offs definidos pelo UK Department of Health para a análise do perfil nutricional dos alimentos (10). De um modo em geral, os critérios nutricionais definidos para o teor de açúcar, lípidos, ácidos gordos saturados e sal, resultam de uma média dos valores definidos para um teor considerado moderado destes nutrientes.

Uma vez que o âmbito de aplicação deste despacho se reporta aos espaços destinados à exploração de bares, cafetarias e bufetes e considerando que estes espaços não têm como principal finalidade a produção e distribuição de refeições completas, neste despacho não foram feitas considerações relativamente a estas

refeições. No entanto, se estes espaços (bares, cafeterias e bufetes) fornecerem pratos de refeição, o disposto no despacho deve ser generalizado a todos os alimentos comercializados nestes espaços.

Para os produtos alimentares embalados, e para efeitos de enquadramento dos mesmos na lista de alimentos, deve ser considerada a designação comercial do produto (denominação de venda) presente na respetiva embalagem.

Todas as categorias e produtos alimentares não considerados nas alíneas do Despacho n.º 11391/2017 (quer na lista de alimentos a disponibilizar preferencialmente, quer na lista de alimentos a não disponibilizar) podem ser disponibilizados nestes espaços, devendo, no entanto, prevalecer os princípios gerais de uma oferta alimentar saudável.

a) Salgados

Consideram-se como produtos salgados todos os referidos, a título exemplificativo, no Despacho n.º 11391/2017 (rissóis, croquetes, empadas, chamuças, pastéis de massa tenra, frigideiras, pastéis de bacalhau e folhados salgados), bem como todos os produtos similares que sejam sujeitos a um processo de fritura e/ou pré-fritura e que apresentem um teor de lípidos acima de 10 g por 100 g e/ou de ácidos gordos saturados acima de 4 g por 100 g e/ou um teor de sal superior a 0,9 g por 100 g.

De referir que os produtos alimentares designados no despacho foram definidos pelo facto de serem os produtos alimentares mais frequentemente disponibilizados nestes espaços.

Nota: Para esta categoria de alimentos, todos os produtos designados na lista de alimentos a não disponibilizar poderão ser disponibilizados desde que tenham sido sujeitos a um processo de reformulação nutricional que lhes permita estar de acordo com o perfil definido para esta categoria, nomeadamente no que diz respeito à quantidade de sal e de lípidos. Nestes casos, os operadores económicos responsáveis pela exploração destes bares devem fazer prova do mesmo (fichas técnicas e/ou comprovativo de laboratório de análises com reconhecida competência).

b) Pastelaria

Consideram-se como produtos de pastelaria todos os referidos, a título exemplificativo, no Despacho n.º 11391/2017 (bolos ou pastéis com massa folhada e/ou com creme, e/ou cobertura, como palmiers, jesuítas, mil-folhas, bolas de Berlim, donuts, folhados doces, croissants ou bolos tipo queque) e todos os produtos similares que apresentem creme ou recheio, sejam sujeitos a processo de fritura e/ou pré-fritura e que sejam confeccionados com massa com um teor de lípidos acima de 10 g por 100 g e/ou de ácidos gordos saturados acima de 4 g por 100 g e/ou um teor de ácidos gordos trans industrializados superior a 2 g por 100 g de gordura (com exceção dos produtos que apresentem gorduras de ruminantes, com ácidos gordos trans de origem natural) e/ou que contenham um teor de açúcar superior a 16 g por 100 g.

Excluem-se dos produtos de pastelaria a não disponibilizar os bolos do tipo “à fatia” ou outros que tenham um teor de açúcar e de lípidos inferior a 16 g e 30-35% do valor energético total ou um máximo de 10 g, respetivamente. As porções destes produtos não devem ultrapassar os 100 g. De referir que este valor está de acordo com as porções médias descritas para esta categoria de produtos no documento de referência “Pesos e porções de alimentos” (11).

Considera-se que estes valores de açúcar (16 g de açúcar por 100 g de produto) permitem obter produtos organolepticamente satisfatórios, não devendo ser necessário adicionar edulcorantes não calóricos.

Nota: Para esta categoria de alimentos, todos os produtos designados na lista de alimentos a não disponibilizar poderão ser disponibilizados desde que tenham sido sujeitos a um processo de reformulação

nutricional que lhes permita estar de acordo com o perfil definido para esta categoria, nomeadamente no que diz respeito à quantidade de açúcar e de lípidos. Nestes casos, os operadores económicos responsáveis pela exploração destes bares devem fazer prova do mesmo (fichas técnicas e/ou comprovativo de laboratório de análises com reconhecida competência).

c) Pão com recheio doce, pão-de-leite com recheio doce ou croissant com recheio doce

Nesta categoria de produtos consideram-se todos os bolos (incluindo croissants e panquecas) e pães-de-leite recheados com cremes doces (ex: creme de cacau, creme de chocolate, creme de avelã, creme de caramelo).

d) Charcutaria

Nesta categoria de produtos consideram-se todos produtos cárnicos transformados ou produtos derivados da carne que normalmente são sujeitos a mais do que um processo de conservação e/ou processamento (ex: fumagem, salga e nitrificação, apertização), nomeadamente o chouriço, bacon, linguiça, morcela, farinheira, mortadela, paio, presunto, salame, salpicão, salsicha, alheira; bem como todos os produtos que os contenham.

Exclui-se desta lista de alimentos a não disponibilizar nos espaços destinados à exploração de bares, cafetarias e bufetes, o fiambre não submetido ao processo de fumagem e com um teor de sal inferior a 2 g por 100 g e um teor de lípidos inferior a 3 g por 100 g. O teor de sal definido para o fiambre teve por base uma análise da composição nutricional destes produtos disponíveis no mercado português, garantindo-se assim a existência no mercado de diversos produtos que apresentam um teor de sal inferior a 2 g por 100 g.

e) Sandes ou outros produtos que contenham ketchup, maionese ou mostarda

De acordo com o definido na alínea o).

f) Bolachas e biscoitos

Incluem-se nesta categoria de alimentos todas as bolachas e biscoitos referidos no Despacho n.º 11391/2017, bem como todas as que contenham por 100 g um teor de lípidos superior a 20 g e/ou um teor de ácidos gordos trans industrializados superior a 2 g por 100 g de gordura (exceto os produtos que apresentem gorduras de ruminantes, com ácidos gordos trans de origem natural) e/ou um teor de açúcares superior a 20 g.

Exclui-se desta lista de alimentos a não disponibilizar nos espaços destinados à exploração de bares, cafetarias e bufetes pelas instituições do MS as bolachas que contêm um teor de lípidos e de açúcar inferior ao definido anteriormente. Idealmente, as bolachas a disponibilizar devem ter um teor de sal inferior a 0,9 g por 100 g.

g) Refrigerantes

Neste item incluem-se todas as bebidas refrigerantes, tal como descritas na Portaria 703/96, de 6 de dezembro – líquido constituído por água contendo em solução, emulsão ou suspensão os seguintes ingredientes: sumo, sumo concentrado, sumo desidratado, polme, polme concentrado, polme desidratado, néctar, xarope de sumo, extrato vegetal e água potável, açúcar e mel. Assim, consideram-se como bebidas refrigerantes as seguintes bebidas: refrigerantes de sumo de fruta, refrigerantes de polme, refrigerantes de extratos de vegetais, refrigerantes aromatizados, água tônica, refrigerante de soda e refrigerante adicionado de bebidas alcoólicas.

Considerando que estes produtos não apresentam valor nutricional significativo, incluem-se neste item de produtos todos os refrigerantes ou bebidas refrigerantes, independentemente de apresentarem ou não adição de açúcar ou de edulcorantes.

h) Guloseimas

Consideram-se como guloseimas todos os produtos referidos, a título exemplificativo, no Despacho n.º 11391/2017 (rebuçados, caramelos, pastilhas elásticas com açúcar, chupas ou gomas), bem como todos os produtos afins constituídos essencialmente por açúcar e que não apresentam valor nutricional significativo. Não são considerados neste item os produtos de pastelaria, as sobremesas doces e os chocolates, uma vez que estes produtos alimentares estão considerados noutras alíneas do presente despacho.

i) Snacks salgados e doces

Consideram-se como snacks salgados e doces todos os produtos designados, a título exemplificativo, no Despacho n.º 11391/2017 (tiras de milho, batatas fritas, pipocas doces ou salgadas), bem como todos os aperitivos com adição de sal e açúcar e que apresentem um teor de lípidos acima de 10 g por 100 g e/ou de ácidos gordos saturados acima de 4 g por 100 g e/ou que contenham um teor de açúcar superior a 16 g por 100 g e/ou um teor de sal superior a 0,9 g por 100 g. Estes teores de gordura não são aplicáveis para os frutos oleaginosos, que podem ser disponibilizados nestes espaços desde que sem adição de sal e açúcar.

j) Sobremesas doces

Consideram-se como sobremesas doces todas as sobremesas e produtos similares, nomeadamente as sobremesas aromatizadas à base de água e com adição de açúcar, preparados à base de leite e produtos derivados com um teor de açúcar acima de 16 g por 100 g, sobremesas à base de ovos com um teor de açúcar acima de 16 g por 100 g, sobremesas à base de cereais com um teor de açúcar acima de 16 g por 100 g, sobremesas à base de chocolate e outras sobremesas com um teor de açúcar acima de 16 g por 100 g.

Excluem-se desta lista de alimentos a não disponibilizar nos espaços destinados à exploração de bares, cafetarias e bufetes pelas instituições do MS, as sobremesas aromatizadas à base de água e sem adição de açúcar (ex: gelatina), preparados à base de leite e produtos derivados (ex: leite-creme, arroz doce, aletria), sobremesas à base de fruta e produtos hortícolas (ex: bolo de cenoura, bolo de maçã e canela, bolo de laranja) e sobremesas à base de cereais (bolo simples) com um teor de açúcar inferior a 16 g e de lípidos inferior a 10 g por 100 g. De referir que estes produtos alimentares deverão apresentar um valor energético máximo de 250 kcal por porção.

Considera-se que estes valores de açúcar (16 g de açúcar por 100 g de produto) permitem obter produtos organolepticamente adequados, não devendo ser necessário adicionar edulcorantes não calóricos.

Nota: Para esta categoria de alimentos, todos os produtos designados na lista de alimentos a não disponibilizar poderão ser disponibilizados desde que tenham sido sujeitos a um processo de reformulação nutricional que lhes permita estar de acordo com o perfil definido para esta categoria, nomeadamente no que diz respeito à quantidade de açúcar e de lípidos. Nestes casos, os operadores económicos responsáveis pela exploração destes bares devem fazer prova do mesmo (fichas técnicas e/ou comprovativo de laboratório de análises com reconhecida competência).

k) Barritas de cereais ou cereais de pequeno-almoço

Consideram-se como alimentos a não disponibilizar nos espaços destinados à exploração de bares, cafetarias e bufetes pelas instituições do MS, todas as barritas de cereais, bem como todos os cereais de pequeno-almoço, à exceção daqueles cujo cereal é o único ingrediente (Ex: flocos de aveia, flocos de arroz, flocos de cevada, flocos de centeio). Estas características aplicam-se quer a monodoses, quer a cereais a granel.

l) Refeições rápidas

No Despacho n.º 11391/2017, o termo “refeições rápidas” foi utilizado para designar um conjunto de refeições que frequentemente são disponibilizadas pelos bares, bufetes e cafetarias e por outros estabelecimentos de venda de alimentos que não têm como principal finalidade a distribuição de refeições completas. Neste sentido, o termo “refeições rápidas” é utilizado para designar um conjunto de refeições que habitualmente apresentam uma elevada densidade energética (>600kcal por porção), elevado teor de lípidos (>10 g por 100 g), de ácidos gordos saturados (>4 g por 100 g) e de sal (>0,9 g por 100 g), um baixo teor de fibra (<2 g por 100 g) e baixo valor nutricional, nos quais se enquadram os típicos hambúrgueres no pão habitualmente acompanhados de batatas-fritas e molhos, as pizzas, os cachorros e as lasanhas.

De referir, no entanto, que este despacho não teve como objetivo definir orientações para a oferta de refeições completas, uma vez que a grande maioria dos bares, bufetes e cafetarias não prevê a oferta deste tipo de produtos.

Nota: Para esta categoria de alimentos, todos os produtos designados na lista de alimentos a não disponibilizar poderão ser disponibilizados desde que tenham sido sujeitos a um processo de reformulação nutricional que lhes permita estar de acordo com o perfil definido para esta categoria, nomeadamente no que diz respeito à quantidade de sal e de lípidos. Nestes casos, os operadores económicos responsáveis pela exploração destes bares devem fazer prova do mesmo (fichas técnicas e/ou comprovativo de laboratório de análises com reconhecida competência).

m) Chocolates em embalagens superiores a 50g e chocolates com recheio

Exclui-se da lista de alimentos a não disponibilizar nos espaços destinados à exploração de bares, cafetarias e bufetes pelas instituições do MS, todos os chocolates sem recheio e com uma porção inferior a 50g. De acordo com o Decreto-Lei n.º 229/2003, de 27 de setembro, chocolate designa o “produto obtido a partir de produtos do cacau e de açúcares que, sem prejuízo da alínea b), contém, no mínimo 35% de matéria seca total de cacau, dos quais pelo menos 18% de manteiga de cacau e no mínimo 14% de matéria seca de cacau isenta de gordura” (12).

Consideram-se chocolates com recheio os produtos com recheio cuja parte exterior é constituída por um dos seguintes produtos: chocolate, chocolate de leite familiar, chocolate de leite e chocolate branco, de acordo com o definido no Decreto-Lei n.º 229/2003, de 27 de setembro (12). Esta denominação não se aplica aos produtos cujo interior seja constituído por produtos de padaria, pastelaria, bolacha ou biscoito ou por

um gelado alimentar. No entanto, os produtos à base de chocolate e cujo interior é constituído por produtos de padaria, pastelaria, bolacha ou biscoito ou por um gelado alimentar, estão também considerados na lista de alimentos a não disponibilizar através do disposto nas alíneas b), f), i) e j).

n) Bebidas com álcool

Incluem-se nesta categoria de produtos todas as bebidas alcoólicas.

o) Molhos

Incluem-se neste item todos os molhos emulsionados ou não, nomeadamente a maionese, mostarda, ketchup, bem como todos os produtos que os contenham e todos os outros molhos que apresentem um teor de ácidos gordos saturados acima de 4 g por 100 g e que apresentam sal e açúcar adicionados. Os molhos acrescentam valor energético, lípidos, sal e até açúcar, sem, no entanto, acrescentar valor nutricional. Deste modo, os molhos não podem ser disponibilizados ao consumidor nem utilizados para a preparação, confeção e tempero dos alimentos.

Excluem-se desta categoria de alimentos o azeite, bem como outras gorduras utilizadas para a preparação, confeção e tempero de alimentos; o vinagre e outros molhos que apresentem um teor de ácidos gordos saturados inferior a 4 g por 100 g e que não contenham sal e açúcar adicionados.

Referências bibliográficas

1. McDonald CM, Karamlou T, Wengle JG, Gibson J, McCrindle BW. Nutrition and exercise environment available to outpatients, visitors, and staff in children's hospitals in Canada and the United States. *Arch Pediatr Adolesc Med* 2006; 160(9):900–5.
2. Singer AJ, Werther K, Nestle M. Improvements are needed in hospital diets to meet dietary guidelines for health promotion and disease prevention. *J Am Diet Assoc* 1998;98(6):639–41.
3. Moran A, Lederer A, Johnson Curtis C. Use of nutrition standards to improve nutritional quality of hospital patient meals: findings from New York City's Healthy Hospital Food Initiative. *J Acad Nutr Diet* 2015;115(11):1847–54.
4. Winston CP, Sallis JF, Swartz MD, Hoelscher DM, Peskin MF. Consumer nutrition environments of hospitals: an exploratory analysis using the Hospital Nutrition Environment Scan for Cafeterias, Vending Machines, and Gift Shops, 2012. *Prev Chronic Dis* 2013;10:E110.
5. Diário da República 2.a série — N.º 248 — 28 de dezembro de 2017. Despacho n.º 11391/2017. 2017.
6. Ladeiras L, Lima RM, Lopes A. Bufetes escolares – orientações. Lisboa: Ministério da Educação e Ciência – Direção-Geral da Educação; 2012.
7. Administração Regional de Saúde do Algarve. Orientações Oferta Alimentar em Bares e Máquinas de Venda Automática. 2014.
8. Neto M, Paiva I, Cláudio D. Máquinas de Venda Automática de Alimentos – Princípios Orientadores. Administração Regional de Saúde do Norte. 2009.
9. 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. Department of Health. Food Standards Agency. Guide to creating a front of pack (FoP) nutrition label for pre-packed products sold through retail outlets. 2016.
11. Goios A, Amaral T, Afonso C, Oliveira A, Costa A, Nogueira J, Rodrigues L, Liz Martins M. Pesos e Porções de Alimentos. Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação da Universidade do Porto. 2013.
12. Diário da República 1ª Série – A. N.º 224 - 27 de setembro de 2003. Decreto-Lei n.º 229/2003. 2003



Alameda D. Afonso Henriques, 45

1049-005 Lisboa – Portugal

Tel.: +351 218 430 500

Fax: +351 218 430 530