

## \_Avaliação do perfil nutricional e da rotulagem de alimentos comercializados para crianças até aos 36 meses: um estudo exploratório

*Assessment of the nutrient profile and labelling of commercially available complementary foods for infants and young children under 36 months: an exploratory study*

Filipa Matias<sup>1</sup>, Rui Vaz<sup>1</sup>, Ricardo Assunção<sup>1-3</sup>, Mariana Santos<sup>1,4</sup>, Isabel Castanheira<sup>1</sup>

filipa.matias@insa.min-saude.pt

(1) Departamento de Alimentação e Nutrição, Instituto Nacional de Saúde Doutor Ricardo Jorge, Lisboa, Portugal

(2) Instituto Universitário Egas Moniz, Egas Moniz - Cooperativa de Ensino Superior, Monte de Caparica, Almada, Portugal

(3) Centro de Estudos do Ambiente e do Mar, Universidade de Aveiro, Aveiro, Portugal

(4) Escola Nacional de Saúde Pública, Universidade NOVA de Lisboa, Lisboa, Portugal

### \_Resumo

Uma nutrição saudável na infância é fundamental para o normal crescimento e desenvolvimento do bebé. Incentivar as crianças a consumir alimentos saudáveis, através de uma oferta repetida e positiva de novos alimentos, bem como limitar a sua exposição a alimentos considerados não saudáveis, podem evitar a preferências por alimentos e bebidas muito doces, contribuindo para o desenvolvimento de bons hábitos alimentares. Em 2016, a Assembleia Mundial da Saúde aprovou, através da resolução WHA69.9, o guia elaborado pela Organização Mundial de Saúde (OMS) Europa, com o objetivo de promover o fim da comercialização inadequada de alimentos para lactentes e crianças jovens. Este guia inclui uma proposta de Modelo de perfil nutricional, desenvolvido especificamente para identificar os alimentos complementares que reúnem as características adequadas para serem comercializados a crianças dos 6-36 meses, e garantir que estes mesmos são rotulados e promovidos de forma adequada. O presente estudo pretendeu avaliar a adequação nutricional dos alimentos à venda no mercado português, destinados à faixa etária dos 6-36 meses, e analisar os diferentes tipos de alegações presentes nas embalagens desses produtos. Dos 138 alimentos analisados, 69% não cumpriam todos os critérios nutricionais propostos pelo modelo da OMS. Aproximadamente 31% dos alimentos têm, pelo menos, uma fonte de açúcar indicada na lista de ingredientes. Este estudo também demonstrou que contrariamente às orientações da OMS e do *Codex Alimentarius*, os alimentos complementares estão a ser promovidos de forma inadequada, considerando que 97% apresentaram, pelo menos, um tipo de alegação nutricional ou de saúde na embalagem. A nível nacional, os resultados obtidos revelam a necessidade de implementar medidas que limitem a promoção de alimentos menos saudáveis destinados à faixa etária dos 6-36 meses, de modo a garantir que pais e cuidadores tenham acesso a informações claras e fiáveis sobre as escolhas alimentares que fazem para os seus filhos.

### \_Abstract

*Healthy nutritional choices in childhood are crucial to ensure optimal child growth and development. Encouraging infant and young children to consume healthy foods, through repeated and positive offerings of new foods, and limiting their exposure to unhealthy foods, which may*

*influence their taste preferences for sweet foods and sugary drinks, helps to develop good feeding practices. In 2016, the World Health Assembly approved WHO Europe guidance on ending the inappropriate promotion of foods for infants and young children through resolution WHA69.9. This guidance provides a tool, in the form of a draft Nutrient profile model, specifically developed to identify commercially available complementary foods that are suitable to be marketed for infants and young children up to 36 months, and ensure that permitted products are properly labelled and promoted. The present study aimed to assess the nutritional suitability of complementary foods available on the Portuguese market, destined to the age group 6-36 months, and to analyse the different types of claims present on packages. Of the 138 complementary foods analysed, 69% did not meet all the nutritional criteria proposed by the WHO model. Approximately 31% of foods have at least one sugary source listed in the ingredients list. Contrary to guidelines issued by WHO and Codex, this study also demonstrated that complementary foods are being inappropriately promoted. Almost all products (97%) presented at least one type of nutrition or health claim on the label. The obtained results reveal the need to implement, at national level, effective preventive measures to limit the promotion of unhealthy foods marketed for infants and young children up to 36 months, in order to ensure that parents and caregivers receive clear and accurate information on complementary feeding.*

### \_Introdução

A introdução progressiva de novos alimentos na dieta do bebé, a partir dos 6 meses, como complemento ao leite materno, reveste-se de extrema importância para um adequado aporte nutricional e energético, determinante do bom desenvolvimento físico e mental do bebé (1). Os alimentos oferecidos na fase da diversificação alimentar têm um papel preponderante na formação das preferências alimentares

do bebé e no desenvolvimento de comportamentos alimentares saudáveis (2), o que enfatiza a importância de oferecer alimentos nutritivos e saudáveis (1).

Os alimentos complementares têm vindo a assumir, a nível europeu, uma importante componente das dietas dos lactentes. Por este facto, torna-se crucial monitorizar a sua qualidade, bem como a sua adequação, a esta faixa etária tão vulnerável (1,3). É neste enquadramento que a Organização Mundial de Saúde (OMS) Europa, reconhecendo a importância de fornecer alimentos nutricionalmente equilibrados e saudáveis aos lactentes e crianças jovens, elaborou um relatório que contém um conjunto de diretrizes que promovem o fim da comercialização inadequada desta gama de alimentos (1). Este documento inclui uma proposta de Modelo de perfil nutricional, desenvolvido especificamente para identificar os alimentos complementares que reúnem as características adequadas para serem comercializados a crianças com idades compreendidas entre 6 e os 36 meses e garantir que os mesmos sejam rotulados e promovidos de forma adequada (1). Este modelo está dividido em duas partes: a primeira contém uma listagem de categorias definidas para abranger as diversas opções de alimentos complementares à disposição no mercado; a segunda inclui os critérios nutricionais definidos para cada uma das categorias, juntamente com diversos requisitos de rotulagem e de *marketing* (1,3).

## **\_Objetivos**

Este estudo pretendeu avaliar a adequação nutricional dos alimentos disponíveis no mercado português, destinados à faixa etária dos 6-36 meses, e analisar os diferentes tipos de alegações presentes nas embalagens desses produtos. Recorreu-se, para isso, à aplicação dos requisitos nutricionais de rotulagem e de *marketing* que compõem o Modelo de perfil nutricional desenvolvido pela OMS Europa, com vista à proteção da alimentação para lactentes e crianças jovens.

## **\_Material e métodos**

### ***Recolha de dados***

Este estudo envolveu a consulta e recolha de dados relativos a 138 alimentos complementares, que estavam rotulados como adequados para a faixa etária dos 6-36 meses, à venda em cinco superfícies comerciais da região de Lisboa. A informação constante dos rótulos das embalagens foi recolhida através de registo fotográfico entre março e julho de 2021.

A compilação dos dados recolhidos foi feita através de uma base de dados, utilizando o *software* MS Excel. Para cada alimento foram recolhidas as seguintes variáveis: nome, marca, local de venda, idade recomendada, lista de ingredientes, tipo de líquido recomendado para reconstituição (leite ou água, para as papas infantis), informação nutricional por 100 g (energia (kcal/kJ), gordura (g), ácidos gordos saturados (g), hidratos de carbono (g), açúcares (g) e proteína (g)), alegações e preço.

### **Aplicação do Modelo perfil nutricional**

#### ***Classificação dos alimentos***

Numa primeira etapa, cada um dos alimentos foi classificado numa das cinco categorias preconizadas pelo modelo: Papas infantis, Refeições “de colher”, Refeições “com pedaços”, Bolachas/*Snacks* e Sumos e outras bebidas (1,3,4). A classificação foi feita em função do nome descrito na embalagem e da lista de ingredientes, tendo sido enquadrado cada alimento na categoria mais adequada.

Os alimentos em estudo foram agrupados em três categorias: Papas infantis, Refeições “de colher” (incluindo as subcategorias: Sobremesas lácteas, Purés de fruta, Purés de carne/peixe) e Bolachas/*Snacks*.

#### ***Avaliação nutricional***

A etapa seguinte consistiu na análise e avaliação da informação nutricional, que foi efetuada de acordo com os critérios nutricionais e especificações estabelecidos para cada uma das categorias em estudo. Em linhas gerais, este modelo propõe um conjunto de limites para os teores de energia e

de nutrientes que têm de ser cumpridos para que o alimento possa ser comercializado (1,3,4). Para os cálculos foi necessário converter os valores indicados na declaração nutricional para g/100 kcal.

### Análise da informação rotulada

Após análise do cumprimento dos critérios nutricionais, foi avaliada a necessidade de colocar um rótulo de advertência na parte frontal de cada uma das embalagens, caso a percentagem de energia proveniente dos açúcares tenha ultrapassado o valor definido para cada categoria ( $\geq 30\%$  Papas infantis; Refeições “de colher”:  $\geq 30\%$  purés de fruta;  $\geq 40\%$  sobremesas lácteas;  $\geq 15\%$  purés de carne/peixe) (1,3). Na categoria das Bolachas/Snacks se a percentagem de energia proveniente dos açúcares for  $\geq 15\%$ , o modelo considera que estes alimentos não devem ser comercializados a crianças com idade inferior a 36 meses (1,3).

Os rótulos dos alimentos complementares não devem conter qualquer alegação nutricional ou de saúde. Esta indicação pode ser encontrada no *Codex Alimentarius* (CAC/GL 23-1997 – *Guidelines for use of nutrition and Health claims*) e é reforçada tanto pelo *International Code of marketing of breastmilk substitutes* como pelo modelo da OMS (1,3). Em relação aos alimentos em estudo, foi efetuada uma recolha pormenorizada das alegações presentes nas embalagens.

### Resultados e discussão

Dos 138 alimentos em estudo, 34 (25%) são Papas infantis, 94 (68%) são Refeições “de colher” (sobremesas lácteas, purés de fruta e purés de carne/peixe) e 10 (7%) são Bolachas/Snacks.

Todos os alimentos estudados tinham indicação, no rótulo, da idade recomendada para consumo. Aproximadamente 72% dos alimentos são adequados para maiores de 6 meses (6+), 21% para maiores de 8 meses (8+) e 7% para maiores de 12 meses (12+).

A OMS desenvolveu este modelo especificamente para os alimentos destinados à faixa etária dos 6-36 meses, por

considerar que a diversificação alimentar deve ser iniciada aos 6 meses (1). Por este facto, não foram incluídos neste estudo os alimentos para lactentes da faixa etária de maiores de 4 meses (4+).

Relativamente à avaliação da adequação nutricional dos alimentos em estudo, podemos verificar, a partir do gráfico 1, que apenas 31% (n=43) cumprem todos os requisitos propostos pelo modelo. Um dos principais fatores de incumprimento é a adição de açúcares ou adoçantes/edulcorantes, tendo sido encontrados em 31% dos alimentos avaliados (gráfico 2).

Gráfico 1: Resumo do cumprimento dos critérios nutricionais propostos pelo Modelo de perfil nutricional da OMS Europa nos alimentos em estudo (n=138).

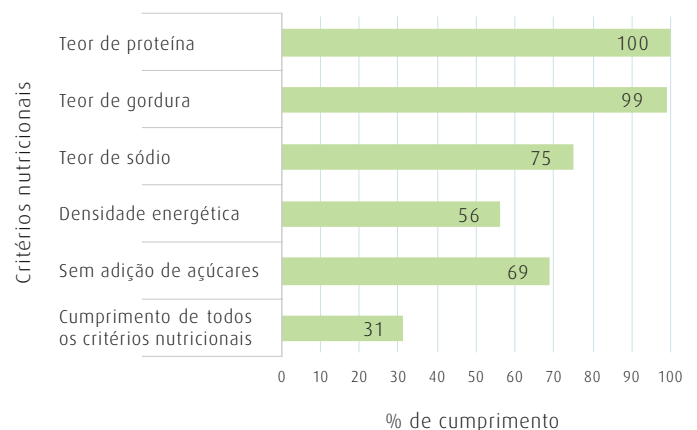
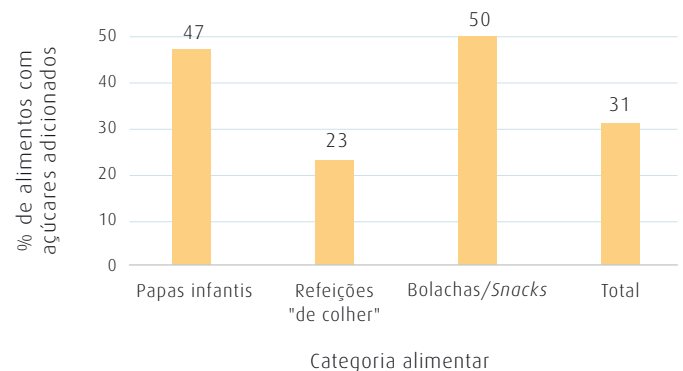


Gráfico 2: Análise, por categoria, da proporção de alimentos em estudo (n=138) que contêm açúcares adicionados.



O sal e o açúcar não devem ser consumidos durante o primeiro ano de vida (1,2), no entanto, foi verificado que 25% (n=35) dos alimentos têm sal adicionado (gráfico 1) e 47% (n=16) das Papas infantis, 50% (n=5) das Bolachas/Snacks e 23% (n=22) das Refeições “de colher” têm pelo menos uma fonte de açúcar na sua formulação (gráfico 2).

Para além da avaliação nutricional reportada nos gráficos 1 e 2, outro requisito analisado foi o do contributo do teor de açúcares para a percentagem de energia. Da análise deste parâmetro, verificou-se que, em aproximadamente 78% (n=73) das Refeições “de colher” e 29% (n=10) das Papas infantis, deverá ser colocado um rótulo de advertência na parte frontal da embalagem, de forma a destacar o elevado contributo dos açúcares para o teor energético. Adicionalmente, 40% (n=4) das Bolachas/Snacks não podem ser comercializadas por não cumprirem o limite máximo estabelecido.

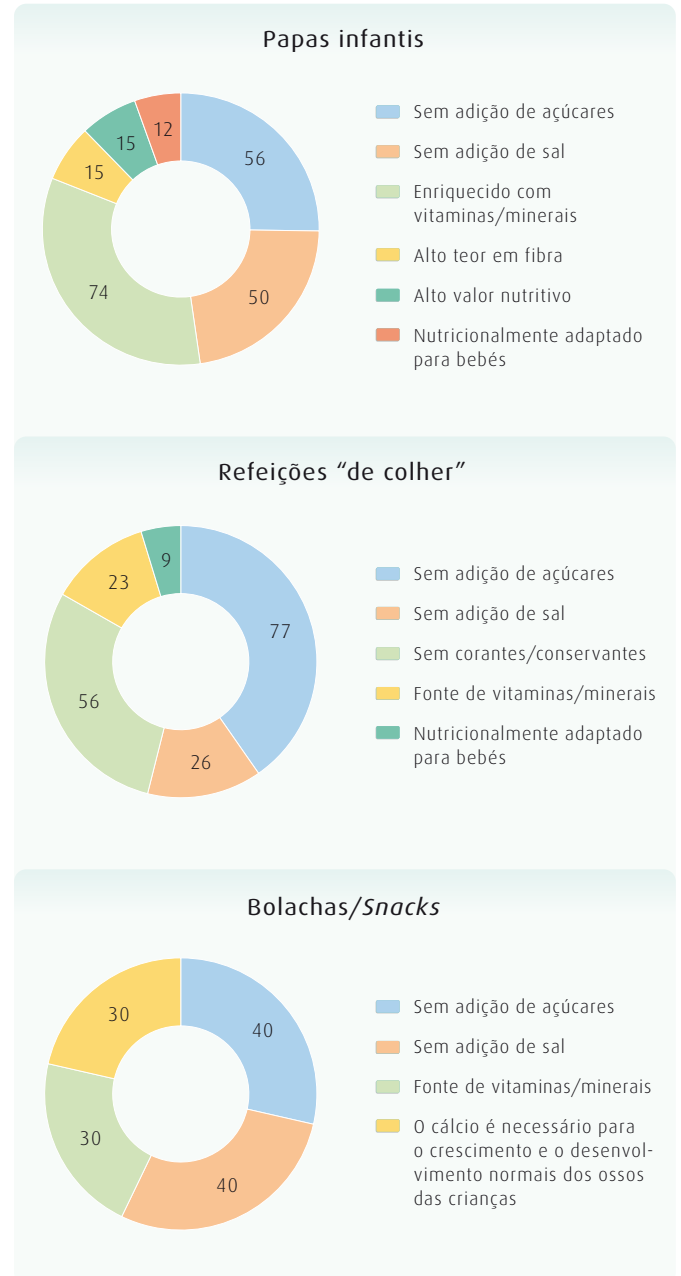
Relativamente à análise da presença de alegações, verificou-se que 97% (n=134) dos alimentos em estudo apresentavam, pelo menos, uma alegação nutricional ou de saúde. As alegações mais frequentes são: “sem adição de açúcares” (69%), “sem corantes/conservantes” (54%), “fonte de vitaminas/minerais” / “enriquecido com vitaminas/minerais” (36%), “sem adição de sal” (33%). O gráfico 3 apresenta a distribuição dos diferentes tipos de alegações encontrados em cada categoria de alimento. De referir, que, em geral, cada alimento estudado contém mais do que uma alegação.

## Conclusões

O mercado português dispõe de uma ampla e variada oferta de alimentos destinados a lactentes e crianças jovens. Tendo em vista a vulnerabilidade da faixa etária a que se destinam, tem havido uma crescente preocupação com a adequação desta oferta a uma alimentação que se deseja saudável e nutritiva.

Este trabalho estudou a aplicação do modelo desenvolvido pela OMS Europa a alimentos complementares destinados à faixa etária dos 6-36 meses. Dos 138 alimentos analisados, mais de metade (69%) não cumpre todos os critérios nutri-

Gráfico 3: Distribuição (%) das Alegações nutricionais e de saúde pelas categorias: Papas infantis, Refeições “de colher” e Bolachas/Snacks.



cionais propostos pelo modelo e 97% apresentam, pelo menos, um tipo de alegação nutricional ou de saúde na embalagem. Um dos principais fatores de incumprimento é a adição de açúcares ou adoçantes/edulcorantes, tendo sido encontrados em 31% dos alimentos avaliados.

Os resultados deste estudo revelam a importância de uma monitorização e avaliação nutricional contínuas e reforçam a necessidade de se implementarem medidas efetivas que limitem a promoção de alimentos menos saudáveis destinados à faixa etária dos 6-36 meses. Como complemento à aplicação deste modelo é aconselhável efetuar-se uma validação analítica dos dados, ainda que numa amostragem aleatória, para confirmação da informação nutricional apresentada nos rótulos desta gama de alimentos.

#### Referências bibliográficas:

- (1) WHO Regional Office for Europe. Ending inappropriate promotion of commercially available complementary foods for infants and young children between 6 and 36 months in Europe: A discussion paper outlining the first steps in developing a nutrient profile model to drive changes to product composition and labelling and promotion practices in the WHO European Region. Copenhagen: WHO Regional Office for Europe, 2019. <https://apps.who.int/iris/handle/10665/346583>
- (2) Direção-Geral da Saúde. Alimentação Saudável dos 0 aos 6 anos - Linhas de orientação para profissionais e educadores. Lisboa: DGS, 2019. <https://www.dgs.pt/documentos-e-publicacoes/alimentacao-saudavel-dos-0-aos-6-anos-linhas-de-orientacao-para-profissionais-e-educadores-pdf.aspx>
- (3) WHO Regional Office for Europe. Commercial foods for infants and young children in Poland: a study of the availability, composition and marketing of baby foods in Warsaw, Poland. Copenhagen: WHO Europe, 2021. <https://apps.who.int/iris/handle/10665/340443>
- (4) Pace L, Bica M, Williams J, et al. High levels of sugar and salt in commercial baby foods in Malta: results from a pilot study using the World Health Organization draft nutrient profile model. *Malta Medical J.* 2020;32(2):59-76. <https://www.mmsjournals.org/index.php/mmj/article/view/315>