

Доклад

ПОРТУГАЛЬСКАЯ НАЦИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА ПОПУЛЯРИЗАЦИИ ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ: 2012–2015 гг.

Pedro Graça^{1,2}, Maria João Gregório², Sofia Mendes de Sousa¹, Joana Carriço¹, Andreia Correia¹, Clara Salvador¹

¹ Главное управление здравоохранения Португалии

² Факультет наук о питании и пищевых продуктах Университета Порту, Португалия

Автор, отвечающий за переписку: Pedro Graça (адрес электронной почты: pedrograca@dgs.pt)

АННОТАЦИЯ

В данной статье описан первый 4-летний период (2012–2015 гг.) реализации Португальской национальной программы популяризации здорового питания (PNPAS). PNPAS была утверждена в 2012 году как программа по предупреждению неинфекционных заболеваний, целью которой было улучшение обеспечения населения продуктами питания; в ней представлена первая национальная стратегия по популяризации здорового питания в Португалии. Для выполнения этой миссии, принимая во внимание ее основные принципы, PNPAS определила пять основных целей: (i) повысить уровень знаний о рационе питания населения Португалии, его детерминантах и последствиях; (ii) изменить уровень доступности определенных продуктов (с высоким содержанием сахара, соли и жиров) в школах, на рабочих местах и в местах общего пользования; (iii) информировать население и расширить его возможности для приобретения, приготовления и хранения полезных продуктов питания, в частности

среди наиболее уязвимых групп; (iv) определить межсекторальные мероприятия, которые способствуют потреблению продуктов с хорошими питательными качествами, и оказывать им содействие путем четкого и интегрированного сотрудничества с другими секторами, в частности с секторами сельского хозяйства, спорта, окружающей среды, образования, социального обеспечения, а также местными органами власти; и (v) улучшить профессиональные навыки и качество работы различных специалистов, которые, в соответствии со своими ролями, могут оказывать влияние на знания, отношение и поведение, касающиеся питания.

PNPAS была разработана в соответствии с последними стратегическими направлениями, предложенными ВОЗ и Европейской комиссией; в ней предлагается межсекторальный набор мероприятий по обеспечению физического и экономического доступа к здоровому питанию путем создания здоровых условий и расширения возможностей отдельных людей и сообществ.

В течение первого 4-летнего периода осуществления PNPAS на разных уровнях были реализованы несколько мероприятий; два из них были особенно значимыми. Первое касалось расширения возможностей граждан в отношении здорового питания, и наиболее важным его аспектом было создание цифровой стратегии путем разработки веб-сайта и блога, посвященных здоровому питанию. Второе касалось разработки документов для медицинских работников и других специалистов, включая несколько руководств по новым областям, таким как антропометрические измерения и мероприятия при предожирении.

Были определены показатели процесса и результатов для мониторинга и оценки программы. Среди показателей, которые рассматривались как показатели результатов, были оценка детского ожирения, потребление соли и рацион питания на завтрак среди детей школьного возраста.

Ключевые слова: ПРОДОВОЛЬСТВЕННАЯ ПОЛИТИКА, PNPAS, ПОРТУГАЛИЯ

ВВЕДЕНИЕ

Португальская национальная программа популяризации здорового питания (PNPAS) начала работать в 2012 году, ее миссией было «улучшение пищевого статуса населения, содействие физическим и эконо-

мическим возможностям для потребления продуктов здорового питания и создание условий, в которых люди смогли бы оценить, понять значимость и интегрировать их в свою повседневную жизнь» (1).

Данная стратегия была одобрена Главным управлением здравоохранения Португалии (DGS) в 2012

году, как одна из восьми приоритетных программ здравоохранения. Она основана на многоотраслевом сотрудничестве и представляет собой первую комплексную национальную стратегию в области продовольственных продуктов и питания в Португалии после первых программ по борьбе с ожирением на национальном уровне, которые были реализованы в 2005 и 2007 годах Министерством здравоохранения (1).

Растущее бремя неинфекционных заболеваний (НИЗ) – одна из основных проблем в области общественного здравоохранения во всем мире (2). В соответствии с Исследованием глобального бремени болезней за 2010 год, в Португалии 85% от общего бремени болезней связано с НИЗ. Более того, научные данные о бремени болезней в Португалии, связанном с факторами риска, выраженные в виде процентного соотношения лет жизни, утраченных в результате инвалидности, показали, что нездоровый рацион питания, в частности низкое содержание фруктов и овощей и высокое содержание натрия и соли, является основным фактором риска для утраты здоровых лет жизни (19%); далее следуют высокое кровяное давление (16,5%) и высокий индекс массы тела (13,3%) (3).

По данным последнего Национального обследования состояния здоровья населения (2014), более половины взрослых людей в Португалии страдают от лишнего веса или ожирения (52,8%) (4). Кроме того, бедность и социальное неравенство, которые также являются хорошо известными проблемами в Португалии (5), тесно связаны с нездоровым питанием (6). По данным Национального обследования продовольственной безопасности, проведенного в Португалии, примерно 50,7% населения находились в ситуации отсутствия продовольственной безопасности (7), что означает, что респонденты, по крайней мере, выражали обеспокоенность по поводу доступа к достаточному рациону питания или снизили качество и/или количество продуктов в своем рационе питания. На Всемирном продовольственном саммите, проведенном в 1996 году, отсутствие продовольственной безопасности было определено, как невозможность иметь «доступ к безопасной, достаточной и питательной пище для обеспечения здоровой и активной жизни» (8).

В данной статье описывается PNPAS, в частности ее принципы, задачи, стратегии и ключевые мероприя-

тия, охватывающие 4-летний период ее реализации (2012–2015 гг.).

ПРИНЦИПЫ И ЦЕЛИ ПОРТУГАЛЬСКОЙ PNPAS

Основное стратегическое направление PNPAS – остановить рост заболеваемости НИЗ, связанных с питанием, с учетом усиления этой проблемы здравоохранения в Португалии.

PNPAS основана на четырех основных принципах (см. вставку 1), и была разработана в соответствии с новейшими программными документами ВОЗ и Европейской комиссии (ЕК).

В любой стратегии по популяризации здорового питания должна быть возможность по реализации координированного набора мероприятий, которые способствовали бы появлению у населения здоровых пищевых привычек, а также созданию условий для популяризации здорового питания.

ВСТАВКА 1. ПРИНЦИПЫ ПОРТУГАЛЬСКОЙ PNPAS

1. Использовать информацию, основанную на фактических данных, а также международные руководящие принципы, предложенные в стратегических документах ВОЗ и ЕК, для дизайна PNPAS.
2. Понимать популяризацию здорового питания, как комплексный набор мероприятий, целью которых является оказание содействия гражданам для того, чтобы здоровое питание вошло в их привычки, а также создать условия, способствующие здоровому питанию.
3. Рассматривать борьбу с социальными неравенствами в процессе оценки здорового питания и здоровья как одну из основных задач для обеспечения права на достаточное питание для всех лиц.
4. Внедрить комплексные межсекторальные действия путем разработки общих инициатив, основанных на принципе «учета интересов здравоохранения во всех стратегиях» (9), принимая во внимание то, что на потребление продуктов питания могут оказать значительное влияние разные правительственные секторы (в частности сектор здравоохранения и его специалисты), частный сектор и гражданское общество, а также социальные, экономические и культурные факторы.

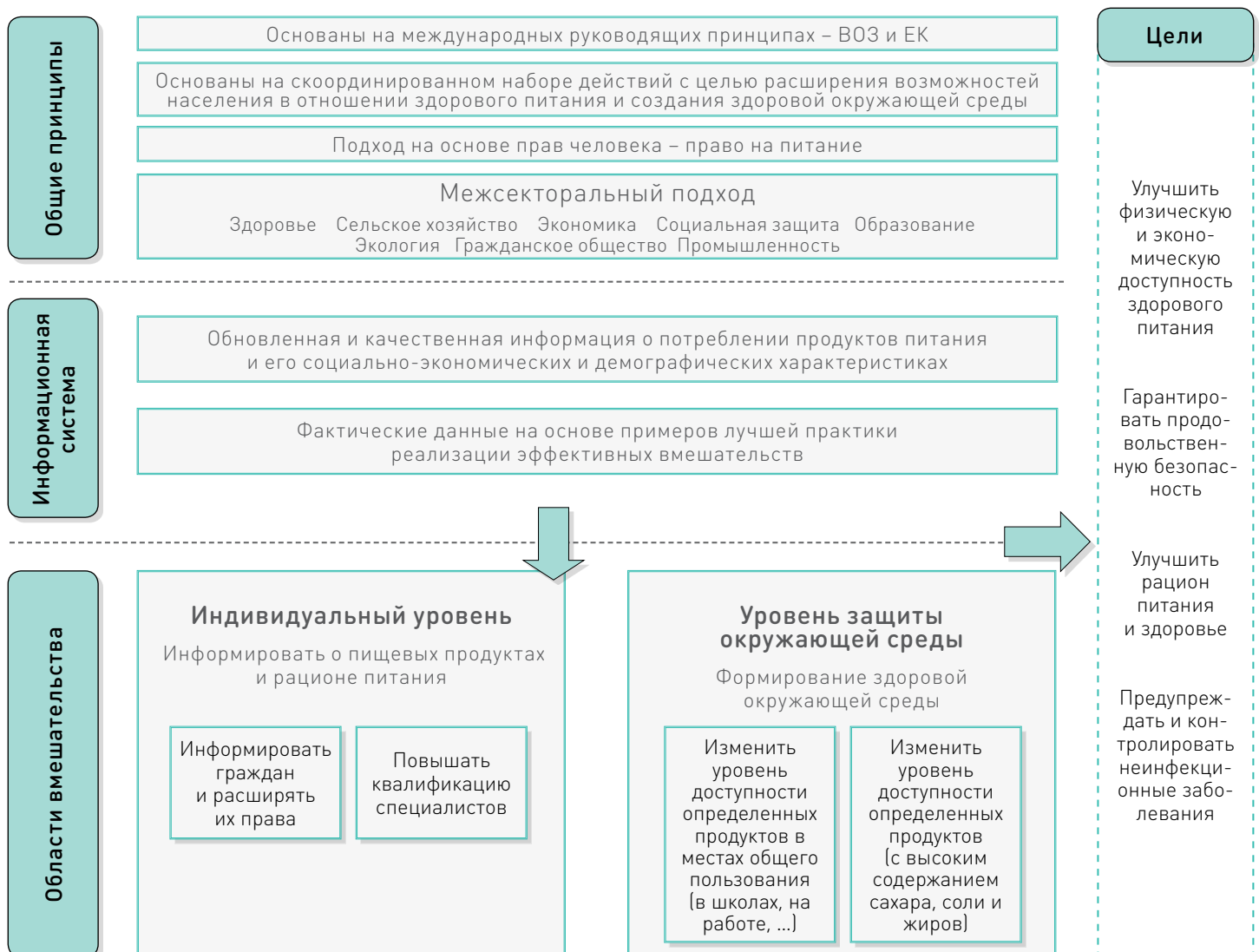
В португальской стратегии отражена потребность в отказе от единичных мероприятий и постепенной интеграции ряда законодательных мер по вопросам наличия и доступности продуктов питания, а также привлечения других заинтересованных сторон в соответствии с принципом учета интересов здравоохранения во всех стратегиях (9). Более того, в последних документах, которые используются в качестве справки, подчеркивается необходимость усиления интеграции принципов прав человека, в частности права на достаточное питание. Необходимость более интенсивного межсекторального совместного подхода является одной из самых сложных задач в стратегиях по пищевым продуктам и питанию в рамках интегрированной концепции политики в области пищевых продуктов и питания (см. рис. 1).

С целью выполнения своей миссии и принимая во внимание ее общие принципы, PNPAS определила пять основных целей (см. вставку 2).

СТРАТЕГИИ И МЕРОПРИЯТИЯ ПОРТУГАЛЬСКОЙ PNPAS, РЕАЛИЗОВАННЫЕ В ТЕЧЕНИЕ ПЕРВОГО 4-ЛЕТНЕГО ПЕРИОДА ДЕЯТЕЛЬНОСТИ (2012–2015 гг.)

Для достижения пяти основных целей PNPAS, был разработан ряд стратегий.

РИСУНОК 1. СТРУКТУРА ПОЛИТИКИ В ОБЛАСТИ ПИЩЕВЫХ ПРОДУКТОВ И ПИТАНИЯ



ВСТАВКА 2. ЗАДАЧИ ПОРТУГАЛЬСКОЙ PNPAS

1. Повысить уровень знаний о рационе питания населения Португалии, его детерминантах и последствиях.
2. Изменить уровень доступности определенных продуктов (с высоким содержанием сахара, соли и жиров) в школах, на рабочих местах и в местах общественного пользования.
3. Информировать население и расширить его возможности для приобретения, приготовления и хранения полезных продуктов питания, в частности среди наиболее уязвимых групп.
4. Определить межсекторальные мероприятия, которые способствуют потреблению продуктов с хорошими питательными качествами, и оказывать им содействие путем четкого и интегрированного сотрудничества с другими секторами, в частности с секторами сельского хозяйства, спорта, окружающей среды, образования, социального обеспечения, а также местными органами власти.
5. Улучшить профессиональные навыки и качество работы различных специалистов, которые, в соответствии со своими ролями, могут оказывать влияние на знания, отношение и поведение, касающиеся питания.

СТРАТЕГИЯ 1: ОБЪЕДИНИТЬ И СОБРАТЬ ПОКАЗАТЕЛИ ПИЩЕВОГО СТАТУСА, ПОТРЕБЛЕНИЯ ПИЩИ И ИХ ДЕТЕРМИНАНТ В ТЕЧЕНИЕ ЖИЗНЕННОГО ЦИКЛА, И ОЦЕНИТЬ СИТУАЦИЮ ОТСУТСТВИЯ ПРОДОВОЛЬСТВЕННОЙ БЕЗОПАСНОСТИ

Внедрение национальной информационной системы для оценки пищевого статуса населения имеет серьезное значение для проведения мониторинга и оценки тенденций с течением времени, а также их детерминант и последствий. В рамках этой стратегии PNPAS действует на трех разных уровнях: (i) разработка исследований для получения данных о потреблении пищи и пищевом статусе населения Португалии, их детерминантах и последствиях; (ii) предоставление средств поощрения и поддержки для разработки направлений исследований по вопросам питания в сотрудничестве с университетами, исследовательскими институтами и научными ассоциациями; и (iii) сбор и распространение всех доступных и опубликованных данных в этой области в Португалии.

С 2011 года PNPAS внедрила систему для мониторинга и оценки отсутствия продовольственной безопасности на уровне домохозяйств в Португалии – обследование INFOFAMÍLIA. Отсутствие продовольственной безопасности на уровне домохозяйств рассматривается как показатель влияния экономического кризиса, и, в то же время, данное обследование позволяет определить группы, подвергающиеся риску отсутствия продовольственной безопасности. Это текущее межсекторальное обследование, которое проводится каждый год; его выборка – это клиенты учреждений первичной медико-санитарной помощи (7, 10).

Португалия – одна из первых европейских стран, присоединившихся к Европейской инициативе ВОЗ по эпиднадзору за детским ожирением (COSI). В Португалии партнерами PNPAS являются сотрудники команды, ответственной за разработку COSI (11). Главное управление здравоохранения (DGS) (PNPAS) также финансировало исследование ВОЗ «Поведение детей школьного возраста в отношении здоровья» (HBSC) (12).

Кроме того, целесообразно организовать и/или оказать содействие проведению сбора и распространения примеров лучшей практики. Проект «Картирование национальных проектов реализации мероприятий по борьбе с ожирением» (MAPICO) был разработан с целью картирования программ вмешательств в сообществах, реализуемых в Португалии для профилактики детского ожирения (13). На этом уровне реализации мероприятий PNPAS также выступала в роли научного партнера EPODE в проекте «Содействие в достижении равенства в сфере здравоохранения» (EPHE) – европейском проекте, действовавшем с 2012 по 2015 г., целью которого была оценка влияния мероприятий в сфере здравоохранения на уровне сообществ на снижение социально-экономического неравенства, с которым связано детское ожирение в семи странах Европы (14).

При административной и научной поддержке PNPAS было проведено несколько исследований. В 2012 году проводилось исследование «Особенности питания и роста в младенческом возрасте» (EPACI); в нем была использована национальная репрезентативная выборка населения Португалии, в которую входили дети в возрасте 0–3 лет, а его задачей была характеристика пищевых привычек

и питания, а также особенности роста португальских детей в первые годы жизни (15). PNPAS недавно также поддержала проект «Совместные усилия по вопросам питания и физической активности» (JANPA), цель которого – прекратить рост числа случаев избыточного веса и ожирения у детей и подростков к 2020 году (16).

В течение этого периода были также проведены другие исследования по оценке потребления населением продуктов питания, содержащих натрий и трансжирные кислоты, при поддержке PNPAS и ВОЗ.

В течение последних четырех лет DGS совместно с Национальным институтом здравоохранения работали над планированием и запуском Программы инициатив общественного здравоохранения, которая финансировалась за счет грантов Европейского экономического пространства (ЕЭП). Питание является одной из предварительно определенных приоритетных областей; на различные исследовательские проекты, связанные с оценкой потребления пищи и пищевым статусом, а также программы мероприятий по снижению уровня социального неравенства в области питания, было выделено финансирование в размере примерно 3 миллиона евро (10 проектов) (17). Финансируемые проекты были направлены на разные области – начиная от оценки степени обеспеченности школьников йодом, и до Национального обследования по вопросам пищевых продуктов, питания и физической активности, 2014–2016 гг. (IAN), флагманского проекта.

Годовые отчеты *Alimentação saudável em números* (Здоровое питание в цифрах) были опубликованы для обобщения и распространения всех имеющихся данных из Португалии, связанных с пищевым статусом, потреблением пищи и их детерминантами (18).

На основе данных о доступности продуктов питания можно сделать предположение, что уровень потребления насыщенных жиров (16%) и продуктов питания из групп «мясо, рыба и яйца» и «жиры и масла» вырос в период 2008–2012 гг. и превысил рекомендованный ВОЗ уровень. В то же время уровень доступности зернобобовых снизился. Доступность продуктов из групп «фрукты», «овощи» и «зернобобовые» была ниже рекомендованной Управлением по вопросам продуктов питания Португалии;

с другой стороны, доступность продуктов из групп «мясо, рыба и яйца» и «жиры и масла» была выше рекомендованной, что подчеркивает отклонение пищевых привычек португальцев от рекомендаций по здоровому питанию (18).

СТРАТЕГИЯ 2: ИЗМЕНИТЬ ПОСТАВКИ ОПРЕДЕЛЕННЫХ ПРОДУКТОВ (С ВЫСОКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА, СОЛИ И ЖИРОВ) В ШКОЛЫ, НА РАБОЧИЕ МЕСТА И В ДРУГИЕ МЕСТА ОБЩЕГО ПОЛЬЗОВАНИЯ

Различные мероприятия были направлены на изменение доступности продуктов питания в местах общего пользования, в основном в школах и на рабочих местах. Однако мероприятия в школьной среде оказались, вероятнее всего, наиболее актуальными. В течение последних 4 лет было реализовано несколько мероприятий в школах в сотрудничестве с Министерством образования с целью регулирования поставок продуктов питания. В 2013 году была опубликована официальная инструкция, содержащая руководство по здоровому питанию с целью регулирования школьного меню (19). Кроме того, в 2012 году был опубликован документ с руководством по продовольственному снабжению в школьных буфетах/кафетериях. В этом руководящем документе представлен легкий способ классификации продуктов питания по трем типам: «продукты, которые следует популяризовать», «продукты, которые следует ограничить» и «продукты, которых следует избегать». Таким образом, школам оказывается поддержка в выборе лучших продуктов питания (20).

Школьный план по фруктам (SFS) – это распространенная во всем Европейском союзе (ЕС) добровольная схема по обеспечению школьников фруктами и овощами. SFS – это межсекторальная программа, в которой задействованы три разных государственных сектора. Национальная координация SFS обеспечивается совместно министерствами сельского хозяйства, образования и здравоохранения; PNPAS координирует деятельность DGS.

Популяризация здорового питания на рабочих местах является ещё одним стратегическим мероприятием PNPAS, как партнера программы «Борьба с ожирением с помощью спроса и предложения» (FOOD), инициативы, в которую вовлечены несколько европейских стран и партнеров, целью которой

является «улучшение питательных качеств продуктов питания, предлагаемых в ресторанах» (21).

СТРАТЕГИЯ 3: ПОВЫШЕНИЕ УРОВНЯ ОСВЕДОМЛЕННОСТИ О ПИЩЕВЫХ ПРОДУКТАХ И ПИТАНИИ И РАСШИРЕНИЕ ВОЗМОЖНОСТЕЙ ГРАЖДАН ИЗ РАЗЛИЧНЫХ СОЦИАЛЬНО-ЭКОНОМИЧЕСКИХ И ВОЗРАСТНЫХ ГРУПП

Был разработан ряд цифровых платформ, в частности официальный веб-сайт PNPAS (22) и официальный блог (“Nutrimento”) (23), цель которых – способствовать обмену информацией и идеями, а также дискуссиям по актуальным вопросам, связанным с питанием, распространению лучших практик и проведению исследований по этой теме. После запуска веб-сайта, на нем появилось 17 000 пользователей, страниц была просмотрена 120 000 раз, а блог собрал примерно 150 000 пользователей и 500 000 просмотров страницы. Очевидно, что растет значение социальных сетей, как эффективных инструментов коммуникации. В связи с этим PNPAS использует Twitter как один из каналов коммуникации с 2015 года.

Дополнительные образовательные инструменты были разработаны PNPAS, включая постеры и подкасты о пищевых продуктах и питании, фотобанк португальских продуктов питания, видео, здоровые рецепты, регулярные рассылки новостей, а также руководства по питанию, такие как «Руководство по здоровому вегетарианскому питанию» (24) и «Питание и болезнь Альцгеймера» (25). Также были разработаны образовательные материалы и инструменты, ориентированные на социально и экономически уязвимые группы.

Кроме того, были разработаны различные образовательные материалы специально для детей, такие как постеры, побуждающие пить больше воды, а также книги и постеры о важности диеты для здоровья ротовой полости. Данные материалы были представлены детям через национальную сеть школьных библиотек.

PNPAS оказывала научную поддержку проекту Nutri Ventures с момента его создания. Это первый

бренд детских развлечений в мире, который популяризирует здоровое питание для детей. С момента первоначального запуска в 2012 году, серия была продана более чем в 32 странах (26).

СТРАТЕГИЯ 4: ОПРЕДЕЛИТЬ МЕЖСЕКТОРАЛЬНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ С ДРУГИМИ СЕКТОРАМИ ОБЩЕСТВА, В ЧАСТНОСТИ СЕКТОРАМИ СЕЛЬСКОГО ХОЗЯЙСТВА, СПОРТА, ОКРУЖАЮЩЕЙ СРЕДЫ, ОБРАЗОВАНИЯ, МЕСТНЫХ ОРГАНОВ ВЛАСТИ И СОЦИАЛЬНОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ, И ОКАЗАТЬ ИМ СОДЕЙСТВИЕ

В период с 2012 по 2015 гг. PNPAS использовала межсекторальный подход для создания альянсов и протоколов с несколькими заинтересованными сторонами по вопросам содействия доступности более здоровых продуктов (см. табл. 1). PNPAS активно участвует в качестве координационного центра Европейского бюро ВОЗ по вопросам питания и различных сетей ВОЗ, таких как Европейская инициатива ВОЗ COSI; «Снижение негативного воздействия маркетинга на детей»; и «Снижение потребления соли среди населения». PNPAS также входит в состав Группы высокого уровня по вопросам питания, физической активности и ожирения, управляемой ЕК. Она также принимает участие в работе государственных учреждений, неправительственных организаций (НПО), и фондов, таких как Calouste Gulbenkian Foundation, и оказывает им поддержку.

В 2013 году средиземноморская диета в Португалии была признана Организацией Объединенных Наций по вопросам образования, науки и культуры нематериальным культурным наследием человечества. PNPAS присоединилась к рабочей группе, которая подала заявку, и в данный момент является членом Группы по мониторингу с целью защиты и популяризации средиземноморской диеты.

В 2015 году была создана межминистерская рабочая группа под руководством DGS (PNPAS), чтобы предложить ряд действий по снижению потребления соли среди населения Португалии. Национальная стратегия по популяризации физической активности, здоровья и благополучия также получает поддержку PNPAS.

ТАБЛИЦА 1. МЕЖСЕКТОРАЛЬНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ ПОРТУГАЛЬСКОЙ PNPAS

Секторы/области	Заинтересованные стороны	Проекты/протоколы/партнерства
Здравоохранение	Региональная администрация здравоохранения	Тесное совместное сотрудничество
	Центры здравоохранения	Тесное совместное сотрудничество
	Национальная программа по профилактике табакокурения и борьбе с ним	Отказ от курения и набор веса – методические рекомендации (27)
	Национальная программа по популяризации гигиены ротовой полости	Документы о рационе питания и гигиене полости рта для детей
	Национальная программа по мониторингу беременности с низким уровнем риска	Тесное совместное сотрудничество
	Национальная программа по репродуктивному здоровью	Пищевые продукты и питание во время беременности – методические рекомендации (28)
Муниципалитеты	Муниципалитеты на национальном уровне	Тесное совместное сотрудничество
Международные организации	ВОЗ	Европейский план действий в области пищевых продуктов и питания
	ЕК	Группа высокого уровня по вопросам питания, физической активности и ожирения
	Продовольственная и сельскохозяйственная организация Объединенных Наций	Тесное совместное сотрудничество
	Содружество португалоязычных стран (CPLP)	Пищевая безопасность и стратегия по вопросам питания для CPLP
НПО	Oikos® – Сотрудничество и развитие (португальская НПО, целью которой является развитие во всем мире)	Проект гражданского общества по популяризации комплексной политики по продуктам питания
Окружающая среда	Quegus® – Зеленое движение (НПО по защите окружающей среды)	Повышение уровня знаний, необходимых для перехода на модель здорового питания, которое также является вкусным и не наносит ущерба окружающей среде
Исследования и развитие	Институт молекулярной патологии и иммунологии Университета Порту (онкология человека)	Совместный протокол – документальные фильмы о профилактике рака
Люди старшего возраста	Виртуальный центр старения	Питание и болезнь Альцгеймера – руководящие принципы (25)
Соль	Генеральное управление по экономической деятельности	Рабочая группа по вопросам соли
	Главное управление по делам потребителей	
	Управление по продовольственной безопасности и экономике	
	Главное управление по продуктам питания и ветеринарной медицине	
	Федерация португальской сельскохозяйственной и пищевой промышленности	
	Португальская ассоциация дистрибьюторских компаний	
	Португальская конфедерация торговли и услуг	
Ассоциация отелей, ресторанов и подобных услуг в Португалии		
Португальская ассоциация защиты прав потребителей		
DGS		
Пищевая индустрия	PortugalFoods®	Объединить пищевую промышленность и сектор здравоохранения с целью изменения состава продуктов питания
Продажа продовольственных товаров	LIDL®	Кампании по популяризации фруктов и овощей среди детей
	Pingo Doce®	Выпуск рецептов здорового питания
Ассоциации производителей	Обсерватория сельскохозяйственных рынков и импорта сельскохозяйственной продукции	Протокол сотрудничества
Ассоциации потребителей	Генеральное управление по делам потребителей	Постеры с изображением рекомендованной сервировки пищи, разработанные новым Португальским управлением «Пищевое колесо»
Корпоративные партнеры (социальные проекты)	Edenred®	Программа FOOD (21)
	Janssen® и KeyPoint®	Проект по укреплению здоровья среди детей и подростков – “Almoço Virtual” (виртуальный запуск)
Цифровое и изобразительное искусство	Институт искусств, дизайна и предпринимательства	Постеры и видео о питании
	Холдинг Active Media	Подкасты и видео для популяризации физической активности
Драматическое искусство	Super S – здоровый супергерой (актер)	Образовательная информация по вопросам питания для детей школьного возраста
Университет	Университет Порту	Разработка портативного прибора для измерения соли

СТРАТЕГИЯ 5: УЛУЧШИТЬ ОБУЧЕНИЕ И ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЕ НАВЫКИ РАЗЛИЧНЫХ СПЕЦИАЛИСТОВ, КОТОРЫЕ МОГУТ ВЛИЯТЬ НА ОСОБЕННОСТИ ПИТАНИЯ В МЕДИЦИНСКИХ УЧРЕЖДЕНИЯХ, ШКОЛАХ, МЕСТНЫХ ОРГАНАХ ВЛАСТИ, ТУРИЗМЕ, СФЕРЕ ОБЩЕСТВЕННОГО ПИТАНИЯ И СЕКТОРЕ СОЦИАЛЬНОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ

PNPAS выпустила большое количество документов и инструментов для специалистов в области здравоохранения и других областях по предоставлению руководства по реализации мер в области питания на разных уровнях (см. вставку 3) (24, 25, 27–35). Из указанных выше мер PNPAS принимала участие в финансировании разработки программного обеспечения для планирования и оценки питательных качеств школьного питания Системы планирования и оценки школьного питания (SPARE) (36). PNPAS также принимала участие в разработке технических документов по вопросам добавления в рацион питания йода (37) и проведения антропометрии (38), выпущенных Министерством здравоохранения.

СТРАТЕГИЯ 6: УЛУЧШИТЬ МЕРОПРИЯТИЯ И ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ МЕЖДУ СПЕЦИАЛИСТАМИ И СТРУКТУРАМИ, ЗАНИМАЮЩИМИСЯ ПРОБЛЕМОЙ ОЖИРЕНИЯ

Реализация мер по предотвращению и лечению ожирения – это, естественно, одна из главных целей программы. PNPAS сотрудничала с Отделом по вопросам качества DGS в деле разработки Интегрированного процесса ухода (PAI) для взрослых с избыточным весом. В этом документе описан ряд последовательных мероприятий, которые должны быть проведены для диагностики и клинической практики в связи с лечением и мониторингом взрослых с избыточным весом, и определены обязанности специалистов на разных уровнях предоставления медицинских услуг (39).

В таблице 2 представлена зависящая от времени схема различных мер, реализованных по каждой стратегии в течение первого 4-летнего периода реализации PNPAS.

В таблице 3 представлено число мер, осуществленных в течение первого периода реализации PNPAS (2012–2016). Наибольшее число мер было реализовано по целям 1,3 и 5.

ВСТАВКА 3. РУКОВОДСТВА ПО ПИТАНИЮ ДЛЯ МЕДИЦИНСКИХ РАБОТНИКОВ И ДРУГИХ СПЕЦИАЛИСТОВ

- Руководство по здоровой вегетарианской диете (24)
- Питание и болезнь Альцгеймера (25)
- Отказ от курения и набор веса – методические рекомендации (27)
- Пищевые продукты и питание во время беременности (28)
- Ароматические травы – стратегия снижения содержания соли в рационе питания португальцев (29)
- Руководящие принципы по поставкам пищевых продуктов в университетские общешития (30)
- Йод – важность для здоровья и роль в диете (31)
- Методические рекомендации по веществам, загрязняющим пищевые продукты (32)
- Необходимое потребление воды в школах (33)
- Прием беженцев: потребности в пищевых продуктах и питании в чрезвычайных ситуациях (34)
- Питание и инвалидность (35)

Для оценки влияния и эффективности PNPAS были созданы шесть показателей: (i) контроль детского избыточного веса и ожирения до 2016 г; (ii) увеличение на 5% числа детей школьного возраста, которые ежедневно потребляют фрукты и овощи; (iii) увеличение на 5% числа детей школьного возраста, которые каждый день полноценно завтракают; (iv) увеличение на 5% числа потребителей, которые знают маркировку пищевых продуктов; (v) увеличение на 10% числа муниципальных образований, которые получают регулярную информацию о здоровом питании; и (vi) снижение на 10% среднего уровня соли в продуктах питания (1).

К сожалению, в связи с финансовыми ограничениями, некоторые системы, необходимые для проведения этой оценки, были введены в действие уже после начала программы. Система COSI, созданная в 2008 году, была использована для предоставления информации о распространенности избыточного веса и ожирения у детей в Португалии. Между 2008 и 2013 гг. наблюдалась тенденция снижения роста уровня ожирения среди детей в возрасте от 6 до 8 лет; эта ситуация стабилизировалась в 2013 г. (11). Что касается потребления фруктов и овощей (по самостоятельно предоставленным респондентами данным, собранным в ходе национального исследо-

ТАБЛИЦА 2. СХЕМА РЕАЛИЗОВАННЫХ МЕР С РАЗБИВКОЙ ПО ВРЕМЕННЫМ ПЕРИОДАМ

Стратегии и меры	2012	2013	2014	2015	2016
Стратегия 1. Объединить и собрать данные по показателям пищевого статуса, потребления пищи и их детерминант в течение жизненного цикла, и оценить ситуации отсутствия продовольственной безопасности					
Alimentação saudável em números (Здоровое питание в цифрах) отчет – сборник данных, полученных в результате различных исследований, проведенных в Португалии (18)	←→				
Исследование MAPICO (13)	←→				
INFOFAMÍLIA (Национальное исследование отсутствия пищевой безопасности) (7, 10)	←→				
COSI (11)	←→				
Исследование HBSC (12)	←→				
Исследование EPACI (15)	←→				
Исследование EPHE	←→				
JANPA (16)	←→				
Гранты ЕЭП (10 проектов по исследованиям в области питания)	←→				
Исследование о потреблении натрия среди населения Португалии	←→				
Исследование о наличии трансжирных кислот в продуктах питания, которые продаются в Португалии	←→				
Стратегия 2. Изменить поставки определенных продуктов (с высоким содержанием сахара, соли и жиров) в школы, на рабочие места и в другие места общего пользования					
SFS	←→				
Официальная инструкция, содержащая руководство по здоровому питанию с целью регулирования школьного меню (19)	←→				
Руководство по продовольственному снабжению в школьных буфетах/кафетериях (20)	←→				
Программа FOOD (21)	←→				
Стратегия 3. Повышение уровня осведомленности о пищевых продуктах и расширение возможностей граждан из различных социально-экономических и возрастных групп					
Создание и запуск официального веб-сайта PNPAS (22)	←→				
PNPAS Доработка и запуск официального веб-сайта PNPAS (22)	←→				
Создание и старт работы блога "Nutrimento" (23)	←→				
Alimentação Inteligente (Разумное питание – питайся лучше, экономь больше)	←→				
База фотографий блюд португальской кухни	←→				
Образовательные видео	←→				
Здоровые рецепты	←→				
Рекомендации по питанию	←→				
Новостные рассылки PNPAS	←→				
Книга Diet and Oral Health (Диета и гигиена полости рта)	←→				
Проект Nutri Ventures (26)	←→				
Стратегия 4. Определить межсекторальные мероприятия с другими секторами общества, в частности, секторами сельского хозяйства, спорта, окружающей среды, образования, местных органов власти и социального обеспечения и содействовать их реализации					
Мониторинговая группа по вопросам защиты и популяризации средиземноморской диеты	←→				
Рабочая группа по вопросам потребления соли	←→				
Национальная стратегия по популяризации физической активности, здоровья и благополучия	←→				
Межсекторальные мероприятия PNPAS (см. Таблицу 1)	←→				
Стратегия 5. Улучшить обучение и профессиональные навыки различных специалистов, которые могут влиять на особенности питания в медицинских учреждениях, школах, местных органах власти, туризме, сфере обслуживания и социального обеспечения					
Методические рекомендации по вопросам питания для медицинских работников и других специалистов (11 методических рекомендаций по вопросам питания) (24, 25, 27–35)	←→				
Инструмент SPARE (36)	←→				
Технический документ по проведению антропометрических процедур (Министерство здравоохранения) (38)	←→				
Техническая документация по добавкам, содержащим йод (Министерство здравоохранения) (37)	←→				
Стратегия 6. Улучшить мероприятия и взаимодействие между специалистами и структурами, занимающимися проблемой ожирения					
Процесс оказания услуг по комплексному уходу для взрослых с избыточным весом (39)	←→				

вания), отмечалось снижение уровня потребления в период 2008–2012 годов среди детей школьного возраста (12); однако последние данные Национального исследования по вопросам питания будут доступны в конце 2016 года и позволят провести оценку более полной информации о потреблении продуктов питания; такие данные будут доступны впервые за 37 лет. База данных продуктов питания с записями о содержании соли в португальских продуктах питания и изменении содержания соли в основных продуктах питания будет доступна в 2016 г. На рисунке 2 описана логическая модель PNPAS, включая ее основные цели и стратегии, а также результаты, полученные в течение этого периода.

ОБСУЖДЕНИЕ

Утвержденная в 2012 году PNPAS является первой комплексной национальной стратегией по популяризации здорового питания в Португалии. Структура PNPAS соответствует последним стратегическим направлениям, предложенным ВОЗ и ЕК.

В течение первого четырехлетнего периода деятельности PNPAS были предприняты несколько мероприятий на различных уровнях. Создание альянсов и партнерств с различными заинтересованными сторонами было первым шагом, предпринятым PNPAS на пути к созданию межсекторальной стратегии, в которую вовлечены все правительственные секторы (образование, сельское хозяйство, окружающая среда, социальное обеспечение), частный сектор и гражданское общество, и в которой рассматривается необходимость снижения подверженности риску в связи с нездоровым питанием, который не зависит от системы медицинского обслуживания. К примеру, PNPAS сотрудничала с Министерством образования и Министерством по социальным вопросам для изменения продуктов питания, которые предлагают в школьных столовых и программах продовольственной помощи. На самом деле, следуя тенденциям Европейских стратегий в области продовольственных продуктов, участие PNPAS в разработке нормативных мер для изменения доступности продуктов питания было более понятным в сфере системы питания в школах. Следующим шагом должна быть реализация мероприятий для мониторинга этих руководящих принципов.

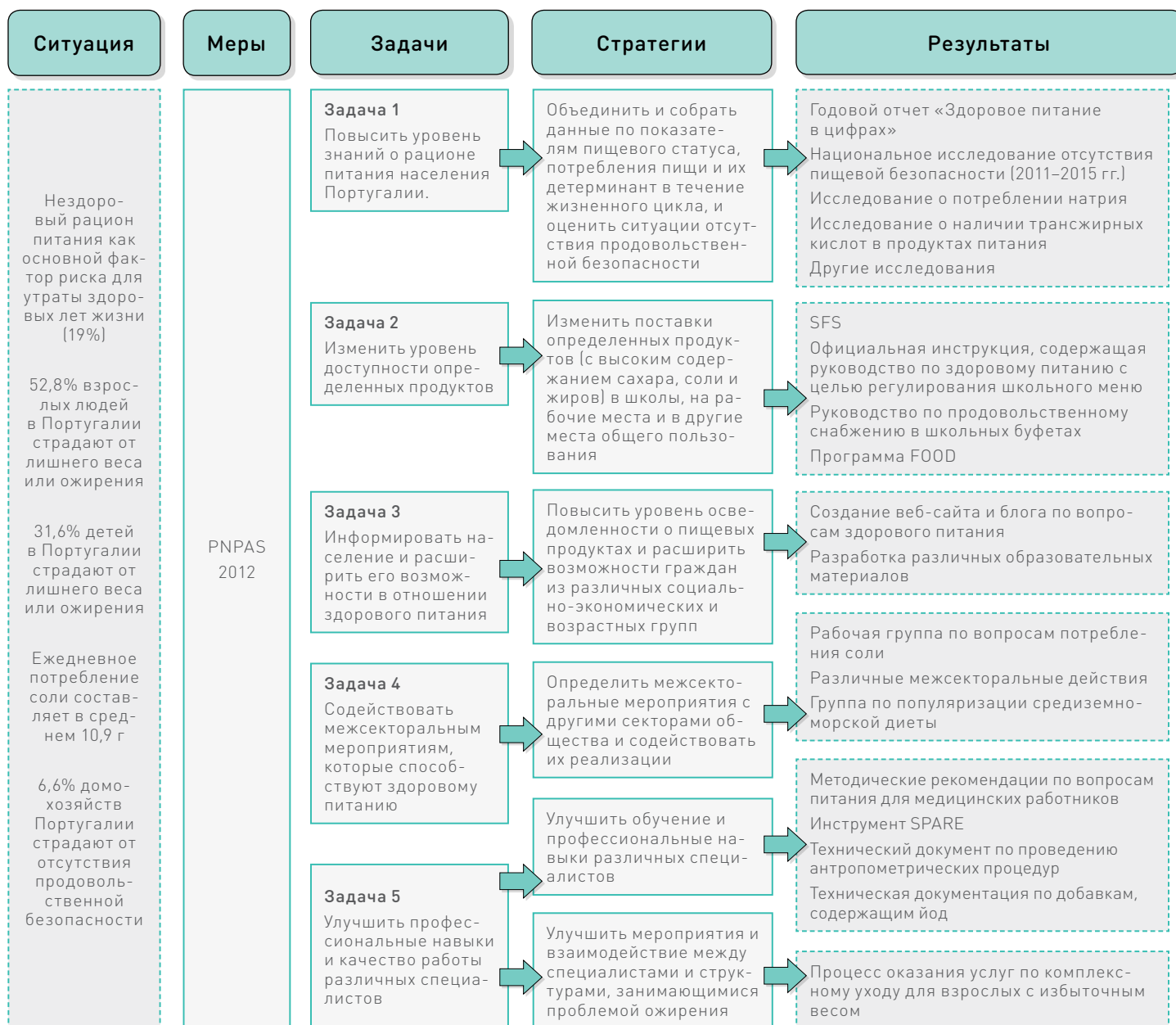
ТАБЛИЦА 3. РЕЗЮМЕ МЕРОПРИЯТИЙ, РЕАЛИЗОВАННЫХ В ПЕРИОД 2012–2016 гг.

Цели португальской PNPAS	Мероприятия: завершённые или в процессе
Цель 1. Повысить уровень знаний о рационе питания населения Португалии, его детерминант и последствиях.	11
Цель 2. Изменить уровень доступности определенных продуктов (с высоким содержанием сахара, соли и жиров) в школах, на рабочих местах и в местах общественного пользования.	4
Цель 3. Информировать население и расширить его возможности для приобретения, приготовления и хранения полезных продуктов питания, в частности среди наиболее уязвимых групп.	11
Цель 4. Определить межсекторальные мероприятия, которые способствуют потреблению продуктов с хорошими питательными качествами, и оказывать им содействие путем четкого и интегрированного сотрудничества с другими секторами, в частности с секторами сельского хозяйства, спорта, окружающей среды, образования, социального обеспечения, а также местными органами власти.	4
Цель 5. Улучшить профессиональные навыки и работу различных специалистов, которые, в соответствии со своими ролями, могут оказывать влияние на знания, отношение и поведение, касающиеся питания.	14
Всего	44

С другой стороны, в данный момент PNPAS играет более активную роль в области коммуникации и распространения точной информации о пищевых продуктах и питании. Были опубликованы различные образовательные материалы, как для общего населения, так и для медицинских специалистов. Более того, использование новых технологий и каналов коммуникации (цифровых/социальных средств массовой информации) рассматривается как важный метод предоставления информации о здоровом питании.

По мнению авторов, политика в области пищевых продуктов и питания должна оказывать поддержку системам эпиднадзора в области питания и здравоохранения, которые должны иметь возможность

РИСУНОК 2. ЛОГИЧЕСКАЯ МОДЕЛЬ ПОРТУГАЛЬСКОЙ PNPAS



систематически и быстро предоставлять информацию для мониторинга и оценки временных тенденций потребления пищи. PNPAS была реализована во время крупного экономического кризиса, а программы жесткой экономии, которые осуществляло правительство Португалии (например, снижение размера пособий по безработице, снижение минимального социального дохода, снижение уровня зарплат в государственном секторе, повышение НДС, повышение медицинских сборов, повышение социальных взносов) оказали значительное влияние на тенденции роста показателей неравенства

и бедности. Несмотря на то, что Португалия уже входит в число стран с наивысшим уровнем неравенства по версии Организации экономического сотрудничества и развития, по последним данным Статистики ЕС по уровню дохода и материально-бытовых условий (EU-SILC), финансовый кризис ускорил рост неравенства доходов и бедности (5). Именно поэтому с 2011 года PNPAS внедрила систему для мониторинга и оценки отсутствия продовольственной безопасности в домохозяйствах среди населения Португалии. Отсутствие продовольственной безопасности в домохозяйствах

рассматривают как показатель, который поможет провести оценку влияния экономического кризиса на доступ к необходимым продуктам питания и, в то же время, позволит выявить группы, которые подвергаются риску оказаться в таких условиях, и определить приоритетные группы для проведения вмешательств.

Многое все еще предстоит сделать. Серьезной проблемой для лиц, ответственных за выработку политики в сфере продуктов питания, является тот факт, что создание условий для здорового питания требует широкого многосекторального подхода для создания альянсов и партнерств между разными правительственными секторами, частным сектором и гражданским обществом. Кроме того, этот многосекторальный подход должен давать возможность разрабатывать политические мероприятия, направленные на социальные детерминанты здоровья (6). Потребность в более интенсивном межсекторальном подходе – это одна из основных задач политики в области пищевых продуктов и питания, в частности в таких странах, как Португалия, в которых комплексная политика не так широко распространена. Последним важным вопросом является финансирование таких типов профилактических программ и программ, направленных на улучшение здоровья. Хотя их и считают чрезвычайно актуальными компонентами политики в сфере здравоохранения, бюджетные средства, выделяемые для таких программ (включая необходимые человеческие и физические ресурсы) до сих пор очень незначительны.

В ближайшем будущем необходимо будет улучшить качество показателей и возможности для сбора данных, чтобы сделать системы мониторинга более точными и одновременно получить возможность для оценки воздействия этой стратегии. Еще одним ключевым моментом станет консолидация стратегии и создание группы управления и администрации, которая будет достаточно устойчивой и стабильной, чтобы отвечать на множественные запросы современного общества, среди которых проблемы в области пищевых продуктов занимают центральное место.

Выражение признательности: не указано.

Источник финансирования: Португальская PNPAS получает независимую финансовую поддержку от социальных игр, таких как национальная лотерея. Santa Casa da Misericórdia de Lisboa – это некоммерческая

организация с более чем столетней историей, работающая под строгим контролем правительства Португалии. По португальским законам она имеет эксклюзивное право на организацию и проведение лотерей, игр в лото и приема спортивных ставок. Программный директор работает бесплатно; программа зависит от DGS/Министерства здравоохранения; PNPAS не получает никакого другого финансирования от частных или коммерческих организаций.

Конфликт интересов: не указан.

Отказ от ответственности: авторы несут самостоятельную ответственность за мнения, выраженные в данной публикации, которые не обязательно представляют решения или политику Всемирной организации здравоохранения.

БИБЛИОГРАФИЯ

1. Programa Nacional da Promoção da Alimentação Saudável – Orientações Programáticas. Lisbon: Direção-Geral da Saúde; 2012 (<http://forumenfermagem.org/dossier-tecnico/documentos/orientacoes-tecnicas/nacionais/programa-nacional-para-a-promocao-da-alimentacao-saudavel-orientacoes-programaticas#.V0L2Sr6vw1g>, accessed 23 May 2016).
2. Глобальный план действий ВОЗ по профилактике неинфекционных заболеваний и борьбе с ними на 2013-2020 гг. Женева: Всемирная организация здравоохранения; 2013 г. (http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/94384/5/9789244506233_rus.pdf, по состоянию на 18 мая 2016 г.).
3. A saúde dos Portugueses. Perspetiva 2015. Lisbon: Direção-Geral da Saúde; 2015.
4. Inquérito Nacional de Saúde 2014. Mais de metade da população com 18 ou mais anos tinha excesso de peso. Lisbon: Instituto Nacional de Estatística; 2015 (<http://www.insa.pt/sites/INSA/Portugues/ComInf/Noticias/Paginas/INS2014.aspx>, accessed 18 May 2016). Inquérito às Condições de Vida 2013 (Dados Provisórios). Lisbon: Instituto Nacional de Estatística; 2014 (http://www.ine.pt/xportal/xmain?xpid=INE&xpgid=ine_destaques&DESTAQUESdest_boui=208819520&DESTAQUESmodo=2, accessed 18 May 2016).
5. Loring B, Robertson A. Obesity and inequities: guidance for addressing inequities in overweight and obesity. Copenhagen: WHO Regional Office for Europe; 2014 (http://www.euro.who.int/__data/assets/pdf_file/0003/247638/obesity-090514.pdf?ua=1, accessed 18 May 2016).
6. Gregório MJ, Graça P, Costa A, Nogueira PJ. Time and regional perspective of food insecurity during the economic crisis in Portugal, 2011–2013. Saúde e Sociedade. 2014;23(4):13–27.

7. Food and Agriculture Organization of the United Nations. Rome Declaration on World Food Security and World Food Summit Plan of Action. In: World Food Summit, 13–17 November 1996, Rome, Italy (<http://www.fao.org/docrep/003/w3613e/w3613e00.HTM>, accessed 18 May 2016).
8. The Helsinki Statement on Health in All Policies. In: The 8th Global Conference on Health Promotion, Helsinki, Finland, 10–14 June 2013. Geneva: World Health Organization; 2013 (http://www.who.int/healthpromotion/conferences/8gchp/8gchp_helsinki_statement.pdf, accessed 18 May 2016).
9. Gregório MJ, Graça P, Nogueira PJ, Gomes S, Santos CA, Boavida J. Proposta metodológica para a avaliação da insegurança alimentar em Portugal. *Revista Nutricias*. 2014(21):4–1
10. Rito AI, Graça P. Childhood Obesity Surveillance Initiative 2013. Lisbon: Instituto Nacional de Saúde Doutor Ricardo Jorge; 2015 (http://repositorio.insa.pt/bitstream/10400.18/3108/3/Relatorio_COSI_Portugal_2013.pdf, accessed 23 May 2016).
11. de Matos MG, Simões C, Camacho I, Reis M, Equipa, Aventura Social & Saúde. A saúde dos adolescentes portugueses. Relatório do estudo HBSC 2014. Lisbon: Centro de Malária e Outras Doenças Tropicais (CMDT)/IHMT/UNL; 2015 (http://www.apah.pt/media/Outros_Docs_TecnicosRelatorios_Tematicos/DGS_Relatorio_A_SaudeDosAdolescentesPortugueses_Ano2014_Dezembro2014.pdf, accessed 18 May 2016).
12. MAPICO – Mapeamento e divulgação de boas práticas em projetos de intervenção comunitária na área da prevenção da obesidade em Portugal. Lisbon: Plataforma Contra a Obesidade; 2012 (<http://www.plataformacontraaobesidade.dgs.pt/PresentationLayer/conteudo.aspx?menuid=436&exmenuid=437>, accessed 18 May 2016).
13. Mantziki K, Vassilopoulos A, Radulian G, Borys JM, du Plessis H, Gregório MJ et al. Promoting health equity in European children: design and methodology of the prospective EPHE (Epoque for the Promotion of Health Equity) evaluation study. *BMC Public Health*. 2014;14:303. doi:10.1186/1471-2458-14-303.
14. Alimentação e crescimento nos primeiros anos de vida a propósito do EPACI Portugal 2012. Lisbon: EPACI Portugal; 2013 (http://www.alimentacaosaudavel.dgs.pt/activeapp/wp-content/files_mf/1445005594EPACI2013.pdf, accessed 18 May 2016).
15. The project. In: Joint Action on Nutrition and Physical Activity [website]. (<http://www.janpa.eu/about/project.asp>, accessed 18 May 2016).
16. EEA grants. In: Alimentação Saudável [website]. (<http://www.alimentacaosaudavel.dgs.pt/investigacao/eea-grants/>, accessed 18 May 2016).
17. Portugal – Alimentação Saudável em Números 2014. Programa Nacional para a Promoção da Alimentação Saudável. Lisbon: Direção-Geral da Saúde; 2014 (http://www.alimentacaosaudavel.dgs.pt/activeapp/wp-content/files_mf/1444947680relatorioPNPAS2014.pdf, accessed 18 May 2016).
18. Circular nº.: 3/DSEEAS/DGE/ 2013. Orientações sobre ementas e refeitórios escolares 2013/2014 (http://www.alimentacaosaudavel.dgs.pt/activeapp/wp-content/files_mf/1444948270Orientacoessobreementaserefeitoriosescolares2013_2014.pdf, accessed 18 May 2016).
19. Ladeiras L, Lima RM, Lopes A. Bufetes escolares – orientações. Lisbon: Ministério da Educação e Ciência – Direção-Geral da Educação; 2012 (<http://www.plataformacontraaobesidade.dgs.pt/ResourcesUser/Bufetes%20escolares.pdf>, accessed 18 May 2016).
20. FOOD Programme. Fighting Obesity through Offer and Demand (<http://www.food-programme.eu/>, accessed 18 May 2016).
21. Alimentação Saudável (<http://www.alimentacaosaudavel.dgs.pt/en/>, accessed 18 May 2016).
22. Nutrimento. Blog do Programa Nacional Promoção Alimentação Saudável (www.nutrimento.pt, accessed 18 May 2016).
23. Silva SCG, Pinho JP, Borges C, Santos CT, Santos A, Graça P. Guidelines for a healthy vegetarian diet. Lisbon: Direção-Geral da Saúde; 2015 (https://sigarra.up.pt/fcnaup/pt/pub_geral.show_file?pi_gdoc_id=12044, accessed 18 May 2016).
24. Correia A, Filipe J, Santos A, Graça P. Nutrição e doença de Alzheimer. Lisbon: Direção-Geral da Saúde; 2015 (http://www.alimentacaosaudavel.dgs.pt/activeapp/wp-content/files_mf/1444910422Nutri%C3%A7%C3%A3oeDoen%C3%A7adeAlzheimer.pdf, accessed 18 May 2016).
25. Nutri Ventures (<http://nutri-ventures.com/pt/>, accessed 18 May 2016).
26. Simas P, Marinho AR, Dias T. Cessaçãotabágica e ganho ponderal: linhas de orientação. Lisbon: Direção-Geral da Saúde; 2016 (http://www.alimentacaosaudavel.dgs.pt/activeapp/wp-content/files_mf/1452006924Cessac%CC%A7a%CC%83otaba%CC%81gicaganhoponderal.pdf, accessed 18 May 2016).
27. Teixeira D, Pestana D, Calhau C, Vicente L, Graça P. Alimentação e nutrição na gravidez. Lisbon: Direção-Geral da Saúde; 2015 (http://www.alimentacaosaudavel.dgs.pt/activeapp/wp-content/files_mf/1444899925Alimentacaoenutricaoenagravidez.pdf, accessed 18 May 2016).
28. Lopes A, Teixeira D, Calhau C, Pestana D, Padrão P, Graça P. Ervas aromáticas – uma estratégia para a redução do sal na alimentação dos Portugueses. Lisbon: Direção-Geral da Saúde; 2015 (http://www.alimentacaosaudavel.dgs.pt/activeapp/wp-content/files_mf/1446660770Ervasarom%C3%A1ticasUmestrat

- %C3%A9giaparaaredu%C3%A7%C3%A3odosalnaalime nta%C3%A7%C3%A3odosPortugueses.pdf, accessed 18 May 2016).
29. Bastos S, Graça P, Santos CT, Ferreira JC. Linhas de orientação para a oferta alimentar em residências universitárias. Lisbon: Direção-Geral da Saúde; 2015 (http://www.alimentacaosaudavel.dgs.pt/activeapp/wp-content/files_mf/1444899574Linhasdeorientaçãoparaaofertaalimentaremresidenciasuniversitárias.pdf, accessed 18 May 2016).
 30. Teixeira D, Calhau C, Pestana D, Vicente L, Graça P. Iodo – importância para a saúde e o papel da alimentação. Lisbon: Direção-Geral da Saúde; 2014 (http://www.alimentacaosaudavel.dgs.pt/activeapp/wp-content/files_mf/1444899433Iodo_Importânciaparaasaúdeepapeldaalimentação.pdf, accessed 18 May 2016).
 31. Teixeira D, Pestana D, Calhau C, Graça P. Linhas de orientação sobre contaminantes de alimentos. Lisbon: Direção-Geral da Saúde. 2015 (http://www.alimentacaosaudavel.dgs.pt/activeapp/wp-content/files_mf/1444899638LinhasdeOrienta%C3%A7%C3%A3osobreContaminantesdeAlimentos.pdf, accessed 18 May 2016).
 32. Padrão P, Lopes A, Lima RM, Graça P. Hidratação adequada em meio escolar. Lisbon: Direção-Geral da Saúde. 2014 (http://www.alimentacaosaudavel.dgs.pt/activeapp/wp-content/files_mf/1448969202hidrata%C3%A7%C3%A3oemmeioescolar_digital.pdf, accessed 18 May 2016).
 33. Valdivieso R, Gregório MJ, de Sousa SM, Santos CT, Graça MR, Correia A et al. Acolhimento de refugiados: alimentação e necessidades nutricionais em situações de emergência. Lisbon: Direção-Geral da Saúde; 2015 (http://www.alimentacaosaudavel.dgs.pt/activeapp/wp-content/files_mf/1450699130AcolhimentoderefugiadosmanualPNPAS.pdf, accessed 18 May 2016).
 34. Campos MA, Sousa R. Nutrição e deficiência(s). Lisbon: Direção-Geral da Saúde; 2015 (<http://nutrimento.pt/activeapp/wp-content/uploads/2015/03/Nutrição-e-Deficiências.pdf>, accessed 18 May 2016).
 35. Rocha A, Afonso C, Santos MC, Morais C, Franchini B, Chilro R. System of planning and evaluation of school meals. *Public Health Nutr.* 2014;17(6):1264–70. doi:10.1017/S1368980013001961.
- Aporte de iodo em mulheres na preconcepção, gravidez e amamentação. Lisbon: Direção-Geral da Saúde; 2013 (http://www.alimentacaosaudavel.dgs.pt/activeapp/wp-content/files_mf/1444914832Orientaçãoº0112013Aportedeiodoemmulheresnapeconcepçãogravidezeamamentação.pdf, accessed 18 May 2016).
36. Avaliação antropométrica no adulto. Lisbon: Direção-Geral da Saúde; 2013 (http://www.alimentacaosaudavel.dgs.pt/activeapp/wp-content/files_mf/1444914557Orientaçãoavaliaçãoantropométricanoadulto.pdf, accessed 18 May 2016).
 37. Processo assistencial integrado da pré-obesidade no adulto. Lisbon: Direção-Geral da Saúde; 2014 (http://www.alimentacaosaudavel.dgs.pt/activeapp/wp-content/files_mf/1450787614PAIpr%C3%A9obesidade.pdf, accessed 18 May 2016).