

Recomendacións alimentarias	
Lembre que son recomendacións para toda a poboación. Para recibir un consello dietético individualizado consulte cos profesionais sanitarios do seu centro de saúde.	>
Prevención dos trastornos causados polo déficit de iodo	
A OMS recomenda a iodación universal do sal e, no caso das mulleres embarazadas e lactantes, as necesidades de iodo só poden ser cubertas mediante a suplementación con ioduro potásico.	>
Guía de axuda para interpretar a información da etiqueta nutricional dos alimentos 	
Nesta guía ilústrase, mediante un deseño moi sinxelo, o que é un contido "alto", "baixo" ou "medio" en graxas totais, saturadas, azucres simples engadidos e sal (ou sodio segundo etiqueta). O consumo excesivo destes nutrientes pode ter repercusións negativas para a saúde.	>
Criterios nutricionais para a inclusión de alimentos nas máquinas expendedoras 	>