

هيئة التقييس لدول مجلس التعاون دول الخليج العربية

GCC STANDARDIZATION ORGANIZATION (GSO)

مشروع نهائي

Draft of Standard FDS

اعداد اللجنة الخليجية رقم TC.٥

Prepared by GSO Technical Committee No. TC.٥

GSO / ٢٠٢٥

الأغذية الرياضية التكميلية

Supplementary Sport Foods

I.C.S: ٦٧,٢٣٠

This document is a draft GSO Standard circulated for comments. It is, therefore, subject to alteration and modification and may not be referred to as a GSO Standard until approved by GSO.

هذه الوثيقة مشروع لمواصفة قياسية خليجية تم توزيعها لإبداء الرأي والملاحظات بشأنها، لذلك فإنها عرضة للتغيير والتبديل، ولا يجوز الرجوع إليها كمواصفة قياسية خليجية إلا بعد اعتمادها من الهيئة.

تقديم

هيئة التقييس لدول مجلس التعاون لدول الخليج العربية هيئة إقليمية تضم في عضويتها أجهزة التقييس الوطنية في الدول الأعضاء، ومن مهام الهيئة إعداد المواصفات القياسية واللوائح الفنية الخليجية بواسطة لجان فنية متخصصة.

قرر (المجلس الفني لـ/مجلس إدارة) هيئة التقييس لدول مجلس التعاون لدول الخليج العربية في اجتماعه رقم () الذي عقد بتاريخ / / هـ، الموافق / / م إعداد اللائحة الفنية الخليجية رقم...../...../..... هـ، الموافق/...../..... م GSO ٠٠٠٠ (الاشتراطات الصحية في الترمين الغذائي) التي تم دراستها وإعدادها ضمن برنامج عمل اللجنة الفنية الخليجية رقم TC٠٥ "اللجنة الفنية الخليجية للمواصفات الغذائية والزراعية" المدرجة في خطة المملكة العربية السعودية وقد اعتمدت هذه المواصفة كلائحة فنية خليجية في اجتماع مجلس الإدارة رقم (....)، الذي عقد بتاريخ / / هـ / (/ /).

* إن هذه اللائحة تلغي وتحل محل اللوائح الفنية السعودية التالية:

١. رقم ٢٣٩٧ GSO "الأغذية ذات الاستعمالات التغذوية الخاصة - الاشتراطات العامة لأغذية الرياضيين".
٢. رقم ٢٢٠٩ GSO "الاشتراطات العامة للمكملات التي تستخدم لبناء الجسم".
٣. رقم ٢٤٧١ GSO "بطاقة أغذية بناء الجسم".
٤. رقم ٢٥٢٢ GSO "المشروبات الرياضية".

الأغذية الرياضية التكميلية

المجال ونطاق التطبيق:

١.

تطبق هذه اللائحة على المنتجات الخاصة بالرياضيين وتشمل أغذية ومشروبات على سبيل المثال (مساحيق وسوائل وأقراص المضغ أو الفوار وألواح)، وتتكون أساساً من الكربوهيدرات أو الدهون أو البروتينات أو الأحماض الأمينية كما قد يدخل في تحضيرها واحداً أو أكثر من المكونات التالية: الأحماض الأمينية والفيتامينات والمعادن ومستخلصات نباتية. وتتضمن أنواع الأغذية الرياضية التكميلية المركبة على غذاء رياضي تكميلي عالي بالكربوهيدرات، غذاء رياضي تكميلي يحتوي على البروتين والطاقة، غذاء رياضي تكميلي يحتوي على الطاقة، كما تشمل المشروبات الرياضية المعدة كسائل تعويضي.

المراجع التكميلية:

٢.

- | | |
|--|------|
| GSO ٠٩ "بطاقات المواد الغذائية المعبأة". | ١,٢ |
| GSO ٢١ "الشروط الصحية لمصانع الأغذية والعاملين بها". | ٢,٢ |
| GSO ١٦٨ "اشتراطات مخازن حفظ المواد الغذائية الجافة والمعبأة". | ٣,٢ |
| GSO ١٩٣ "الملوثات والسموم في الأغذية والأعلاف". | ٤,٢ |
| GSO ٣٨٢ "الحدود القصوى لمتبقيات مبيدات الآفات في المنتجات الزراعية والغذائية". | ٥,٢ |
| GSO ٧٠٧ "المنكهات المسموح باستخدامها في المنتجات الغذائية". | ٦,٢ |
| GSO ٨٣٩ "عبوات المواد الغذائية – الجزء الأول – اشتراطات العامة". | ٧,٢ |
| GSO ٩٩٥ "اشتراطات عامة لاستخدام المحليات في المواد الغذائية". | ٨,٢ |
| GSO ١٠١٦ "المعايير الميكروبيولوجية للسلع و المواد الغذائية". | ٩,٢ |
| GSO ١٠٢١ "الأغذية الخالية من الجلوتين". | ١٠,٢ |

١١,٢	GSO ١٨٦٣ "عبوات المواد الغذائية – الجزء الثاني: العبوات البلاستيكية اشتراطات عامة".
١٢,٢	GSO ٢٠٥٥-١ "الأغذية الحلال – الجزء الأول: الاشتراطات العامة للأغذية الحلال".
١٣,٢	GSO ٢٢٣٣ "اشتراطات البيانات التغذوية على البطاقة".
١٤,٢	GSO ٢٣٣٣ "اشتراطات الأغذية ذات الإدعاءات التغذوية والصحية".
١٥,٢	GSO ٢٥٠٠ "المواد المضافة المسموح باستخدامها في المواد الغذائية".
١٦,٢	GSO ٢٥٣٨ "الحدود القصوى لمتبقيات الكحول الإيثيلي (الإيثانول) في الأغذية".
١٧,٢	GSO ٢٥٧١ "المكملات الغذائية".
٣.	التعاريف:
١,٣	الأغذية الرياضية التكميلية:
٢,٣	هي أغذية مصممة خصيصاً لمساعدة الأشخاص الرياضيين لتحقيق أهداف مطلوبة من تناول الغذاء أو الوصول إلى أداء رياضي معين (وتتكون أساساً من الكربوهيدرات، أو الدهون، أو البروتينات، أو الأحماض الأمينية كما يدخل في تحضيرها واحد أو أكثر من المكونات الآتية: الأحماض الأمينية والفيتامينات والمعادن ومستخلصات نباتية).
٢,٣	الأحماض الأمينية:
٣,٣	مركبات عضوية تتكون أساساً من الكربون والهيدروجين والنيتروجين وهي تشكل الوحدة البنائية للبروتين المكون للبروتين وهي تنقسم إلى أحماض أمينية أساسية وهي الأحماض التي يحتاج الجسم إلى كميات إضافية يحصل عليها من خلال الغذاء لتغطية الاحتياجات اليومية منها، بينما الأحماض الأمينية غير الأساسية يستطيع الجسم تكوين احتياجاته اليومية منها.
٣,٣	المشروبات الرياضية المعدة والممثلة كسائل تعويضي:
٤,٣	هي عبارة عن مشروب معد وممثل كسائل تعويضي مناسب مكون من الكربوهيدرات والأملاح المؤينة والمعادن.
٤,٣	أساس المشروبات الرياضية المعدة والممثلة كسائل تعويضي:
	هو عبارة عن منتج صلب أو سائل والذي يصنع منه المشروبات الرياضية.

- ٥,٣ الأوزمولالية:
- هو التعبير عن تركيز مَحْلُول ما بِمُصْطَلَح أزمول من جُسِيمات المُذَاب (ذائِبَة) لكل كيلوغرام من المُذيب (السائل)، ويستخدم للتعبير عن التوازن المائي المعدني.
٤. المتطلبات العامة:
- ١,٤ أن تكون المكونات الداخلة في الأغذية الرياضية التكميلية ثبت علمياً سلامتها ومأمونيتها ومطابقتها للمواصفات القياسية الخاصة بها.
- ٢,٤ أن تكون جميع مكونات المنتج طبقاً لما ورد في البند رقم (١٢,٢).
- ٣,٤ أن يكون المنتج مجهزاً تحت ظروف صحية مناسبة طبقاً لما ورد في البند رقم (٢,٢).
- ٤.٤ أن يتم تقديم وثائق رسمية ببيان كامل لمكونات كل منتج ونسبة كل مكون ومخاطر الاستخدام الخاطئ والحالات التي تستوجب عدم تناول المنتج.
- ٥,٤ أن يكون المنتج خالياً من قائمة العناصر والطرق المحظورة رياضياً الواردة ضمن الوكالة الدولية لمكافحة المنشطات "WADA".
- ٦,٤ أن يكون المنتج خالياً من أي مكونات لها استخدامات غير غذائية أو ذات استخدامات علاجية.
- ٧,٤ في حال وجود ادعاءات صحية و/أو تغذوية على بطاقة المنتج فإنه يجب أن تكون طبقاً لما ورد في البند رقم (١٤,٢) وفي حال وجود ادعاءات غير مذكورة في البند، يتم تقديم ما يثبت من البيانات إلى الجهة المعنية.
- ٨,٤ في حال ذكر عبارة "خالي من الجلوتين" يجب أن تكون طبقاً لما ورد في البند رقم (١٠,٢).
- ٩,٤ أن تكون المواد المضافة المستخدمة طبقاً لما ورد في البند رقم (١٥,٢).
- ١٠,٤ أن تكون المحليات طبقاً لما ورد في البند رقم (٨,٢).
- ١١,٤ أن تكون المنكهات المستخدمة طبقاً لما ورد في البند رقم (٦,٢).
- ١٢,٤ أن تكون صيغ وحدود الفيتامينات والمعادن طبقاً لما ورد في البند رقم (١٧,٢). ويستثنى منها معدن (البوتاسيوم) الوارد في الجدول رقم (٢).
- ١٣,٤ أن تكون حدود الأحماض الأمينية طبقاً للجدول الوارد رقم (١).

جدول (١) – حدود الأحماض الأمينية في الأغذية الرياضية التكميلية:

الأحماض الأمينية	الحد الأقصى في اليوم الواحد (mg/day)
لايسين (L-Lysine)	٣٠٠٠
ليوسين (L-Leucine)	١٨٢٤
آيزوليوسين (L-Isoleucine)	١٠٦٥
فالين (L-Valine)	١١٩٤
فينيل ألانين (L-Phenylalanine)	٣٣٩
ثريونين (L-Threonine)	٣٠١
هيسثيدين (L-Histidine)	٢٢٠
تريبتوفان (L-Tryptophan)	٢٢٠
ألانين (L-Alanine)	٣٦٣
حمض الجلوتاميك (L-Glutamic acid)	١٥٠٠
جلوتامين (L-Glutamine)	٩٠٠٠
برولين (L-Proline)	٥١٩
سيرين (L-Serine)	٣٥١
تورين (Taurine)	٣٠٠٠
أرجنين (L-Arginine)	٦٠٠٠
حمض الأسبارتيك (L-Aspartic acid)	٤٩٠
سيسستين (L-Cysteine)	٩٠٠
جلايسين (Glycine)	١٥٠٠
تيروسين (L-Tyrosine)	٤٠٠
إل-كارنتين (L-Carnitine)	٢٠٠٠
سيترولين (L-Citrulline)	٣٠٠٠
ليكوبين (Lycopene)	٣٠
إل-اورنيثين (L-Ornithine)	١٥٠٠

أن تكون حدود المواد الأخرى طبقاً للجدول الوارد رقم (٢).

١٤,٤

جدول ٢ – حدود المواد الأخرى في الأغذية الرياضية التكميلية:

المادة	الحد الأقصى في اليوم الواحد (mg/day)
البوتاسيوم (Potassium)	٣٠٠٠
بيتا هيدروكسي-بيتا ميثيل بوتريت الكالسيوم (Calcium beta- hydroxy-beta methylbutyrate (HMB))	٣٠٠٠
جينسينغ (Panax Ginseng)	٢٠٠٠
أحادي هيدرات الكرياتين (Creatine Monohydrate)	٥٠٠٠

٢٠٠٠	بيتا-ألانين (Beta-Alanine)
٤٠٠ وألا تزيد عن ٢٠٠ ملجم في الجرعة الواحدة	الكافيين (Caffeine)

- ١٥,٤ ألا تزيد نسبة الملوثات والسموم في الأغذية عن الحدود المعتمدة والواردة في البند رقم (٤,٢).
- ١٦,٤ ألا تزيد نسبة بقايا المبيدات عن الحدود المعتمدة والواردة في البند رقم (٥,٢).
- ١٧,٤ ألا تزيد نسبة الحدود الميكروبات في الأغذية عن الحدود المعتمدة والواردة في البند رقم (٩,٢).
- ١٨,٤ ألا تزيد متبقيات الكحول الإيثيلي (الإيثانول) في الأغذية عن الحدود والواردة في البند رقم (١٦,٢).
٥. أنواع الأغذية الرياضية التكميلية:
- ١,٥ غذاء رياضي تكميلي:
- ١.١,٥ أن يكون المنتج طبقا لما ورد في البند رقم (٤).
- ٢.٥ الأغذية الرياضية التكميلية المركبة:
- مع عدم الإخلال بما ورد في البند رقم (٤):
- ١,٢,٥ غذاء رياضي تكميلي عالي بالكربوهيدرات High carbohydrate supplement:
- ١.١,٢,٥ ألا يقل متوسط محتوى الطاقة بالمنتج عن ٩٠% من الكربوهيدرات.
- ٢.١,٢,٥ تشكل تركيبة الكربوهيدرات ١٥٪ من وزن المنتج عند تحضيره حسب التعليمات.
- ٢,٢,٥ غذاء رياضي تكميلي يحتوي على البروتين والطاقة Protein energy supplement:
- ١.٢,٢,٥ ألا يزيد متوسط محتوى الطاقة بالمنتج عن ٣٠٪ وألا يقل عن ١٥٪ من البروتين.
- ٢.٢,٢,٥ ألا يزيد متوسط محتوى الطاقة بالمنتج عن ٢٥٪ من الدهون.
- ٣.٢,٢,٥ ألا يزيد متوسط محتوى الطاقة بالمنتج عن ٧٠٪ من الكربوهيدرات.
- ٣,٢,٥ غذاء رياضي تكميلي يحتوي على الطاقة Energy supplement:
- ١.٣,٢,٥ ألا يزيد متوسط محتوى الطاقة بالمنتج عن ٢٠% من البروتين.
٦. المشروبات الرياضية المعدة كسائل تعويضي:
- ١,٦ في حال المشروبات الرياضية (الأملاح المؤينة) وأساس المشروبات الرياضية (الأملاح المؤينة)،
- يجب أن يتوافر ما يلي:
- ١,١,٦ يجب أن تحتوي على صوديوم لا يقل عن ١٠ ملي مول/لتر.

٢,١,٦	يجب أن تحتوي على السكريات (الكربوهيدرات): السكروز وشراب الجلوكوز والفركتوز والدكستروز والمالتودكسترين مجتمعة بتركيز لا يقل عن ٥٠ جرام/لتر ولا يزيد على ١٠٠ جرام/لتر.
٣,١,٦	يجب ألا يزيد تركيز الفركتوز على ٥٠ غرام/لتر.
٤,١,٦	يمكن أن تحتوي على العناصر والأملاح المؤينة التالية:
	- فوسفات الكالسيوم
	- فوسفات البوتاسيوم
	- سترات الكالسيوم
	- سترات البوتاسيوم
	- سترات الصوديوم
	- كربونات البوتاسيوم وتشمل بيكربونات البوتاسيوم
	- كلوريد البوتاسيوم
	- كلوريد الكالسيوم
	- كلوريد الصوديوم
	- لاكتات الكالسيوم
	- لاكتات المغنسيوم
	- كبريتات المغنسيوم
٧.	التعبئة والنقل والتخزين:
١,٧	تعباً الأغذية الرياضية التكميلية في عبوات مناسبة طبقاً للوائح الفنية الواردة في البند رقم (٧,٢) و(١١,٢) ، يجب مراعاة الشروط التالية:
٢,٧	يجب أن تكون العبوات ومواد التعبئة مصنوعة من مواد آمنة.
٣,٧	يمكن أن يكون شكل الأغذية الرياضية التكميلية كالتالي:
١,٣,٧	سائل.
٢,٣,٧	مسحوق.
٣,٣,٧	بخاخ للفم أو للحلق.
٤,٣,٧	معينات Lozenges.

أمبولة.	٥,٣,٧
قرص فوار Effervescent tablet.	٦,٣,٧
أقراص للمضغ مثل الحلوى الجيلية gummies (حيث تكون قاعدة المنتج غذائي مثل شوكولاتة أو عسل أو جلوكوز أو غيره).	٧,٣,٧
قطرة.	٩,٣,٧
في حال وجود أشكال تعبئة للمنتج غير مذكورة، يتم تقييم مناسبة استخدامه من قبل الجهة المعنية.	٤,٧
تنقل وتخزن الأغذية الرياضية التكميلية بطريقة مناسبة تحميه من التلوث والتلف وعند درجة حرارة لا تزيد عن ٢٥ °م.	٥,٧
تخزن الأغذية الرياضية التكميلية طبقاً للائحة الفنية الخليجية الواردة بالبند (٣,٢).	٦,٧
٨. البيانات الإيضاحية:	
مع عدم الاخلال بما ورد في البند رقم (١,٢)، يجب توضيح البيانات التالية:	
اسم المنتج وتضاف عبارة موجه للرياضيين.	١,٨
في حال أغذية ومشروبات رياضية تكميلية، يجب توضيح البيانات التالية:	٢,٨
في حال أغذية رياضية تكميلية مركبة، يتم توضيح نوع المنتج حسب الوارد في البند رقم (٥).	١.٢,٨
أن توضح الجرعة الموصى بها للاستهلاك اليومي، وعند الحاجة يمكن توضيحها حسب الفئة المستهدفة.	٢.٢,٨
يجب كتابة العبارات التالية:	٣,٢,٨
يستخدم تحت إشراف طبي أو أخصائي تغذية.	١,٣,٢,٨
يجب استشارة الطبيب قبل الاستخدام للمرأة الحامل والمرضع وفي حال وجود مكونات أثبتت عدم سلامتها يوضع تحذير "غير مناسب للحامل والمرضع".	٢,٣,٢,٨
يستخدم من قبل البالغين من عمر ١٨ سنة وأكثر.	٣,٣,٢,٨

٤,٣,٢,٨	يحفظ بعيدا عن متناول الأطفال.
٥,٣,٢,٨	لا تتجاوز الجرعة اليومية الموصى بها.
٦,٣,٢,٨	الأغذية الرياضية التكميلية لا ينبغي أن تستخدم كبديل للنظام الغذائي المتنوع.
٧,٣,٢,٨	أن يتم ذكر شروط الحفظ والتخزين وظروف التخزين قبل وبعد فتح العبوة.
٨,٣,٢,٨	في حال شكل المنتج أقراص مضغ أو أقراص فوارة أو أمبولات أو معينات يجب توضيح عددها.
٤,٢,٨	في حال تضمين الكافيين ضمن بند المكونات، يجب كتابة العبارات التالية:
١,٤,٢,٨	توضيح كمية الكافيين الكلية في المنتج ضمن جدول البيانات التغذوية.
٢,٤,٢,٨	ذكر العبارة التحذيرية التالية والتي تتضمن أن المنتج: "غير مناسب للنساء خلال فترة الحمل والإرضاع، ومن لديهم حساسية لمادة الكافيين، والرياضيين أثناء ممارسة الرياضة".
٣,٤,٢,٨	ذكر عبارة يجب عدم استهلاك أكثر من الكمية المحددة في اليوم الواحد.
٥,٢,٨	في حال أغذية رياضية تكميلية مركبة، يجب كتابة العبارات التالية:
١.٥,٢,٨	غذاء رياضي تكميلي عالي بالكربوهيدرات High carbohydrate supplement:
١,١.٥,٢,٨	استهلاك المكمل وفقا للإرشادات حتى لا يسبب اضطراب في الجهاز الهضمي إذا تم استخدامه أثناء التمرين.
٢,١.٥,٢,٨	يجب تناول المنتج مع كمية السوائل المناسبة.
٢.٥,٢,٨	غذاء رياضي تكميلي يحتوي على البروتين والطاقة Protein energy supplement:
١,٢.٥,٢,٨	يجب تناول المنتج مع كمية السوائل المناسبة.
٣.٥,٢,٨	غذاء رياضي تكميلي يحتوي على الطاقة Energy supplement:
١,٣.٥,٢,٨	استهلاك المكمل وفقا للإرشادات حتى لا يسبب اضطراب في الجهاز الهضمي إذا تم استخدامه أثناء التمرين.
٢,٣.٥,٢,٨	يجب تناول المنتج مع كمية السوائل المناسبة.

- ٣,٣,٥,٢,٨ إذا كان متوسط محتوى الطاقة في المنتج يزيد عن ٣٠٪ من الدهون، يكون المنتج عالي بالدهون ويجب أن يستخدم بشكل خاص لتزويد الدهون (Fat loading) كأحدى استراتيجيات الرياضيين للمنافسات عالية الشدة بدلاً من الاستخدام اليومي.
- ٣,٨ في حال المشروبات الرياضية المعدة والممثلة كسائل تعويضي، يمكن كتابة العبارات التالية:
- ١,٣,٨ المنتج يعتبر أيزوتونك (متساوي الأوزمولالية) في حال احتوى المنتج على الأوزمولالية على ٢٥٠ ملي أوزمول الى ٣٤٠ ملي أوزمول لكل لتر.
- ٢,٣,٨ المنتج يعتبر هيبوتونك (مفرط الأوزمولالية) في حال احتوى المنتج على الأوزمولالية على أكثر من ٣٤٠ ملي أوزمول لكل لتر.
- ٣,٣,٨ المنتج يعتبر هيبوتونك (منخفض التوتر) في حال احتوى المنتج على الأوزمولالية على أقل من ٢٥٠ ملي أوزمول لكل لتر.
- ٤,٣,٨ يجب أن يعبر عن الأوزمولالية بقياسها ب ملي أوزمول / لتر.

٩. البيانات التغذوية:

- ١,٩ يجب توضيح البيانات التغذوية للمنتج (الكربوهيدرات وتشمل السكريات الأحادية والثنائية، البروتين، والدهون، والدهون المشبعة، والدهون المتحولة، والاحماض الامينية والفيتامينات والمعادن والأملاح المؤينة المضافة بالمليغرام والملي مول، الملح أو الصوديوم) لكل ١٠٠ جرام أو مل ولكل حصة، كما يجب توضيح كمية المكونات الفعالة حسب الوحدات الموضحة في البند رقم (١٢,٤) ، وتوضيح حجم الحصة بالجرام أو بالملل وفي حالة أقراص المضغ والأمبولات والمعينات والأقراص الفوارة فيجب توضيح عددها لكل حصة.
- ٢,٩ كمية الطاقة معبراً عنها بالسعرات الحرارية لكل ١٠٠/جم أو ١٠٠/مل ولكل حصة من المنتج.
- ٣,٩ بيان بالمكونات الداخلة في الانتاج.
- ٤,٩ يجب أن يتم التعبير عن المعلومات الخاصة بقيم الاحتياج اليومي كنسب مئوية لجميع المعلومات على البطاقة طبقاً للائحة الواردة في البند (١٣,٢).
- ٥,٩ تستخدم القيم المرجعية الغذائية لأغراض البيانات على البطاقة بما يتماشى مع ما ورد في البند رقم (١٣,٢).

ملحق (١) – تقرير علمي للمتطلبات الواجب توفرها عند تقديم الطلبات للحصول على الموافقة على حدود للمكونات أعلى من الحدود المذكورة:

أولاً: مقدمة تحتوي على وصف دقيق للمكون، وتشمل:

- مقدمة تتضمن وصف للمكون في فقرة تمهيدية تتضمن مصدره والسمات التركيبية والهدف المقصود من استخدامه.
- يجب تقديم وصف مفصل لعملية الإنتاج.
- إذا تم تسويق المنتج أو المكون بالحد المراد تقييمه أو تم تقديم طلب إلى هيئة تنظيمية دولية للحصول على ترخيص خارج المملكة العربية السعودية، فيجب الإشارة إلى حالة التقييم من قبل كل هيئة تنظيمية (إذا كانت أكثر من واحدة) بما في ذلك التواريخ وشروط الاستخدام وأي مبررات تم ذكرها. بالإضافة إلى تقديم نسخة من الرأي العلمي الصادر من الهيئة التنظيمية الدولية مع الطلب.

ثانياً: البيانات الفنية والعلمية، وتشمل:

- ورقة البيانات الفنية (TDS).
- يجب تقديم المعلومات الخاصة بالعناصر والمركبات الداخلة في تكوين المكون.
- يجب على مقدم الطلب تقديم نسخ من تقارير اختبار على المنتج باستخدام طرق اختبار مرجعية ومعتمدة:

- تقرير تحليل الكائنات الممرضة.
- تقرير تحليل المعادن الثقيلة.
- تقرير تحليل متبقي المبيدات.
- المواد الفعالة الغذائية أو البيولوجية.
- تركيز المكونات الموجودة في المنتج.

- يجب توفر التاريخ الاستهلاكي للمكون أو لمصدره.
- يجب تقديم المعلومات الخاصة بطريقة الاستهلاك المقترحة ومستويات الاستهلاك المتوقعة وتحديد دقيق للفئات المستهدفة.
- ينبغي تقدير قيم الاستهلاك المشتركة من المكون كغذاء رياضي تكميلي وغيره من المصادر الغذائية الأخرى.
- يجب تقدير التعرض المحتمل للمواد غير المرغوب فيها الموجودة في المنتج.
- يجب كتابة الاحتياطات وموانع استخدام إن وجدت بشكل صريح وواضح. بالإضافة إلى أنه يجب أن يتم تحديد الفئات الحساسة والتي يجب أن تتجنب استهلاك هذا المكون مع تبين الأسباب العلمية التي بنيت عليها هذه الاحتياطات وموانع الاستخدام.
- ينبغي توفير جميع البيانات والدراسات ذات الصلة بالامتصاص والتوزيع والتمثيل الغذائي والإفراز (ADME).
- ملخص لدراسات السمية التي أجريت على المكون بنفس التركيز والشكل الذي سوف يتم عليه تسويقه.
- توفير الدراسات على البشر والتي أجريت باستخدام هذا المكون أو بأصله وبالجرعات المقترحة لتسويقه.

- يجب توفر مسببات الحساسية الغذائية إن وجدت.
- يجب على مقدم الطلب دمج البيانات المقدمة في البنود السابقة لتقديم جميع الاعتبارات حول كيفية أن هذه المعلومات تدعم سلامة ومأمونية استهلاك المكون في ظل طريقة الاستخدام المقترحة.

ثالثاً: متطلبات أخرى، وتشمل:

- قاموس أو اختصارات المصطلحات المذكورة في التقرير.
- الشهادات المعتمدة من المختبرات وشهادات التحليل.
- نسخ كاملة أو المعاد طباعتها من جميع البيانات العلمية ذات الصلة (المنشورة وغير المنشورة).
- تقارير الدراسات كاملة.
- الآراء العلمية للهيئات التنظيمية الوطنية / الدولية.

المصطلحات الفنية

Supplementary Sport Foods.....	الأغذية الرياضية التكميلية.....
Vitamin	فيتامين
Minerals.....	معادن.....
Electrolyte.....	الأملاح المؤينة.....
Osmolality	الأسمولالية.....
Isotonic	الأيزوتونك.....
Nutritional	تغذوي.....
Amino acids.....	الأحماض الامينية.....
Gram (gm)	جرام
Microgram (µg)	ميكروجرام
Milligram (mg).....	مليجرام
Lozenges.....	معينات
Pills.....	حبوب
Ampoule.....	أمبولة
Effervescent tablet.....	قرص فوار
Fat Loading.....	تزويد الدهون

المراجع

١. Food Standards Australia New Zealand. (٢٠٢١, April). *Standard ٢, ٩, ٤ – Formulated supplementary sports foods.*
<https://www.legislation.gov.au/Details/F٢٠١٧C٠٠٣٣٦>
٢. Food Standards Australia New Zealand. (٢٠٢٢, August). *Standard ٢, ٦, ٢ – Non-alcoholic beverages and brewed soft drinks.*
<https://www.legislation.gov.au/Details/F٢٠٢٢C٠٠٩١٠>
٣. Food Standards Australia New Zealand. (٢٠٢١, March). *Sechedule ١٧ – Vitamins and minerals.*
<https://www.legislation.gov.au/Details/F٢٠٢١C٠٠٣٢٨>
٤. Food Standards Australia New Zealand. (٢٠١٧, September).
Sechedule 29 – Special purpose foods.
<https://www.legislation.gov.au/Details/F٢٠٢١C٠٠٣٢٨>
٥. Health Canada. (٢٠١٩, August). *Workout Supplements.*
<http://webprod.hc-sc.gc.ca/nhp/bdipsn/atReq.do?atid=workout.supplements.entrainement&lang=eng>
٦. The Norwegian Scientific Committee for Food Safety (VKM). (٢٠١٧).
Risk assessment of "other substances" – beta-alanine.
<https://vkm.no/download/١٨,٤fdace٢٠١٥eceedf٢١٤٥٣٧٠,٤/١٥٠,٧١٢٦٥٧٢٦٢٢/Risk%٢٠assessment%٢٠of%٢٠beta-alanine%٢٠%٢٠-%٢٠other%٢٠substances.pdf>
٧. Science direct (٢٠١٦). *Osmolarity and Osmolality.*
<https://www.sciencedirect.com/topics/biochemistry-genetics-and-molecular-biology/osmolarity-and->

[osmolality#:~:text=The%٢٠term%٢٠osmolarity%٢٠refers%٢٠to,so
lute%٢٠per%٢٠kilogram%٢٠of%٢٠solvent.](#)

٣. The Norwegian Scientific Committee for Food Safety (VKM). (٢٠١٦).
• *Risk assessment of "other substances" – arginine and arginine
alpha-ketoglutarate.*

[https://vkm.no/download/١٨,٦٤٥b٨٤,٤١٥d,٣a٢fe٨f٢٦,٦٦/١٥,٢٧٩٨
٦٨٧٨٩٨/Risk%٢٠assessment%٢٠of%٢٠%٢٢other%٢٠substances%٢٢%٢٠
-%٢٠L-arginine%٢٠and%٢٠arginine%٢٠alpha-ketoglutarate.pdf](https://vkm.no/download/١٨,٦٤٥b٨٤,٤١٥d,٣a٢fe٨f٢٦,٦٦/١٥,٢٧٩٨
٦٨٧٨٩٨/Risk%٢٠assessment%٢٠of%٢٠%٢٢other%٢٠substances%٢٢%٢٠
-%٢٠L-arginine%٢٠and%٢٠arginine%٢٠alpha-ketoglutarate.pdf)

٤. The Norwegian Scientific Committee for Food Safety (VKM). (٢٠١٥).
Risk assessment of "other substances" - L-cysteine and L-cystine.

[https://vkm.no/download/١٨,٦٤٥b٨٤,٤١٥d,٣a٢fe٨f٢٦,٨٣/١٥,٢٧٩٩
٦,٤١٢٦/Risk%٢٠assessment%٢٠of%٢٠%٢٢other%٢٠substances%٢٢%٢٠
-%٢٠L-cysteine%٢٠and%٢٠L-cystine.pdf](https://vkm.no/download/١٨,٦٤٥b٨٤,٤١٥d,٣a٢fe٨f٢٦,٨٣/١٥,٢٧٩٩
٦,٤١٢٦/Risk%٢٠assessment%٢٠of%٢٠%٢٢other%٢٠substances%٢٢%٢٠
-%٢٠L-cysteine%٢٠and%٢٠L-cystine.pdf)

٥. The Scientific Committee of the Spanish Agency for Consumer
Affairs, Food Safety and Nutrition (AECOSAN). (٢٠١٥, November).
*Report of the Scientific Committee of the Spanish Agency for
Consumer Affairs, Food Safety and Nutrition (AECOSAN) on the
conditions of use of certain substances to be used in food supplements-
٤.*

[https://www.aesan.gob.es/AECOSAN/docs/documentos/seguridad_alim
entaria/evaluacion_riesgos/informes_comite/FOOD_SUPPLEMEN
TS_٤.pdf](https://www.aesan.gob.es/AECOSAN/docs/documentos/seguridad_alim
entaria/evaluacion_riesgos/informes_comite/FOOD_SUPPLEMEN
TS_٤.pdf)

٦. Science direct (٢٠١٤). Sports Drink.

[https://www.sciencedirect.com/topics/food-science/sports-
drink#:~:text=An%٢٠isotonic%٢٠drink%٢٠contains%٢٠glucose,us
ed%٢٠during%٢٠prolonged%٢٠strenuous%٢٠exercise.](https://www.sciencedirect.com/topics/food-science/sports-
drink#:~:text=An%٢٠isotonic%٢٠drink%٢٠contains%٢٠glucose,us
ed%٢٠during%٢٠prolonged%٢٠strenuous%٢٠exercise.)

٧. European Medicines Agency (EMA). (٢٠١٤). *Community herbal monograph on Panax ginseng C.A.Meyer, radix*.
https://www.ema.europa.eu/en/documents/herbal-monograph/final-community-herbal-monograph-panax-ginseng-ca-meyer-radix_en.pdf
٨. World Health Organization. (١٩٩٩). *WHO monographs on selected medicinal plants (Vol. 1)*. World Health Organization.
<https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/42052/9241545171.pdf?sequence=1>
٩. EFSA. (٢٠٠٤, February). *Opinion of the Scientific Panel on Food Additives, Flavourings, Processing Aids and Materials in Contact with Food on a request from the Commission related to Creatine monohydrate for use in foods for particular nutritional uses*.
<https://efsa.onlinelibrary.wiley.com/doi/epdf/10.2903/j.efsa.2004.36>