**Supplementary material**

**Scopus search strategy**

( TITLE-ABS-KEY ( cardiovascular  OR  coronary  OR  stroke  OR  cholesterol  OR  triglycerides  OR  lipids  OR  obes\*  OR  glucose  OR  overweight  OR  diabetes )  AND  TITLE-ABS-KEY ( wholegrain\*  OR  grain\* )  AND  TITLE-ABS-KEY ( cereal\*  OR  bran )  AND  TITLE-ABS-KEY ( fibre  OR  fiber ) )  AND  ( LIMIT-TO ( EXACTKEYWORD ,  "Human" )  OR  LIMIT-TO ( EXACTKEYWORD ,  "Humans" ) )