



[DESCARGA EN PDF](#)

ALIMENTACIÓN SALUDABLE

La **Ley 17/2011 de Seguridad Alimentaria y Nutrición**

aborda y regula la materia nutrición,

incorporándose al concepto de seguridad alimentaria los hábitos de alimentación saludables.

Dicha ley establece la necesidad de definir una estrategia que fomente una alimentación saludable y promueva la práctica de la actividad física.

Desde el Gobierno Vasco, las iniciativas para fomentar la alimentación saludable han sido diversas. Todos los trabajos desarrollados tienen como objetivo

promover la salud a través de la alimentación

y frenar la tendencia al alza de enfermedades relacionadas con algunos hábitos de alimentación (obesidad, diabetes, hipertensión, etc.).

Iniciativas para una Alimentación Saludable en Euskadi - Departamento de Salud - Gobierno Vasco

Plan Estratégico de Gastronomía y Alimentación de Euskadi (2017)

App para controlar cuánto y cómo comemos - ELIKA (2017)

PLATO PARA COMER SALUDABLE



INFORMACIÓN NUTRICIONAL EN LA ETIQUETA

Desde el 13 de diciembre de 2016 es obligatorio, para todos los alimentos (salvo alguna excepción), indicar en la etiqueta la información nutricional del alimento.

Artículo: «El etiquetado nutricional» - ELIKA (2016)

Guía sobre el etiquetado nutricional de los alimentos - Comunidad de Madrid (2017)

PUBLICIDAD DE ALIMENTOS DIRIGIDA A MENORES

Desde el año 2005 se aplica un código de corregulación (Código PAOS) que permite reducir la presión de venta sobre población infantil y mejorar el contenido de todo tipo de anuncios de alimentos y bebidas dirigidos a menores. Dicho Código, establece un conjunto de reglas éticas que guían a las compañías adheridas al mismo, en el desarrollo y difusión de sus mensajes de publicidad de alimentos y bebidas dirigidos a menores.

Código PAOS

Artículo: “La publicidad alimentaria” - ELIKA (2014)

REFORMULACIÓN DE ALIMENTOS

A nivel europeo, se considera prioritario el abordaje de reducción de ciertos nutrientes o la reformulación de productos para alcanzar niveles de consumo razonables, ya que hay un alto consumo de alimentos o bebidas que contienen demasiada sal, grasas saturadas y azúcares añadidos.

Para ello, se creó un grupo de trabajo con los estados miembros y la propia CE, que desde el año 2008 y hasta el momento, ha establecido dos acuerdos marco de actuación y dos anexos (en inglés):

Marco Europeo para Iniciativas Nacionales sobre la Sal - 2008

Marco Europeo para Iniciativas Nacionales en Nutrientes Seleccionados:

Anexo I: Grasas Saturadas - 2012

Anexo II: Azúcares Añadidos - 2015

Estos acuerdos marco son de uso voluntario y ayudan a los estados miembros a reforzar la implementación de las líneas de reformulación de los productos a nivel nacional. La AECOSAN, que forma parte de este Grupo, ha desarrollado también iniciativas para abordar la reducción de los nutrientes en los alimentos.

Enlace de interés

:

BASE DE DATOS DE COMPOSICIÓN DE ALIMENTOS (BEDCA)

Documentos de interés:

Contenido de ácidos grasos trans en los alimentos en España. 2015 - AECOSAN 2015

Jornada: Productos innovadores, sanos y seguros - ELIKA (2009)

COMPLEMENTOS ALIMENTICIOS

Los complementos alimenticios, se definen como “

los productos alimenticios cuyo fin sea complementar la dieta normal y consistentes en fuentes concentradas de nutrientes o de otras sustancias que tengan un efecto nutricional o fisiológico, en forma simple o combinada, comercializados en forma dosificada, es decir cápsulas, pastillas, tabletas, píldoras y otras formas similares, bolsitas de polvos, ampollas de líquido, botellas con cuentagotas y otras formas similares de líquidos y polvos que deben tomarse en pequeñas cantidades unitarias;”

En ocasiones pueden existir necesidades especiales en las que puede ser de utilidad el consumo añadido de complementos alimenticios o alimentos específicos. La recomendación se concreta en establecer

pautas individualizadas que sean el resultado del consejo dietético planteado por un médico, farmacéutico, o dietista-nutricionista.

Berezi@: Complementos alimenticios - ELIKA (2013)

Niveles máximos de ingesta admisible para Vitaminas y Minerales Evaluados por EFSA

Se estima que se están utilizando en la UE más de cuatrocientas sustancias distintas de las vitaminas y los minerales en la fabricación de complementos alimenticios

. La utilización de sustancias distintas a éstas quedó a la espera de una armonización europea, y ante la falta de perspectiva de dicha armonización a nivel comunitario, varios estados miembros han optado por elaborar listas de sustancias que pueden usarse en la elaboración de complementos alimenticios:

Real Decreto 130/2018, de 16 de marzo, por el que se modifica el Real Decreto 1487/2009, de 26 de septiembre, relativo a los complementos alimenticios

ELIKA

. Granja Modelo, z/g . 01192 . Arkaute (Araba) . Telefonoa: 945 122 170 . Faxes: 945 122 171 .

berri@elika.eus