

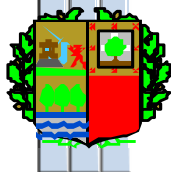
# Nutrizio edukia eta propietate osasungarriak praktikoa akinarazteko etiketak

## Etiquetado nutricional y declaraciones saludables

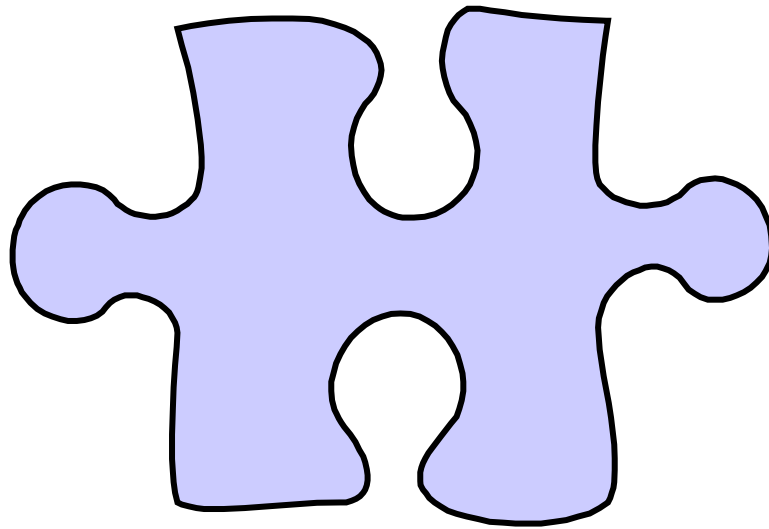
Arkaute 28 de enero de 2011

Lucía Díaz de Lezana Guinea.  
Dirección de Salud Pública

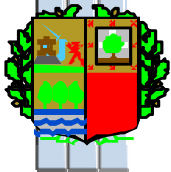
Departamento de Sanidad.  
Gobierno Vasco



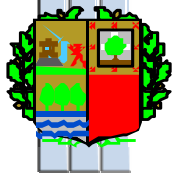
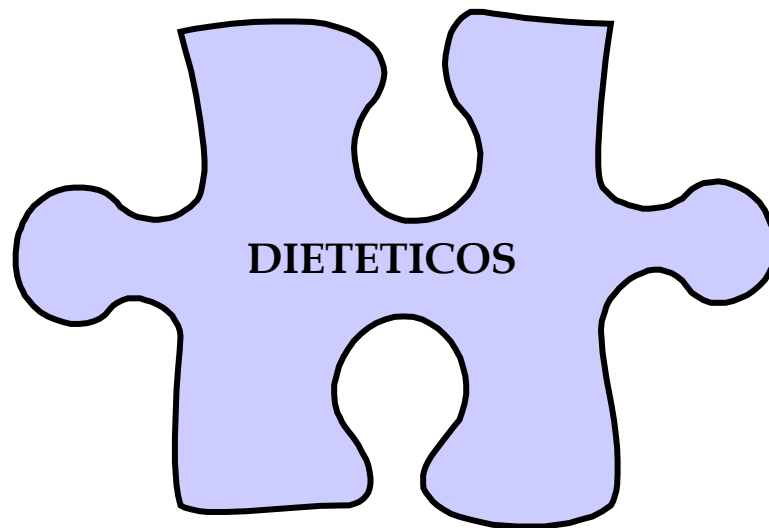
# ¿Qué alimentos?



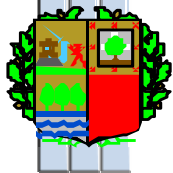
cualquier sustancia o producto destinados a ser ingeridos por los seres humanos o con probabilidad razonable de serlo, tanto si han sido transformados entera o parcialmente como si no.

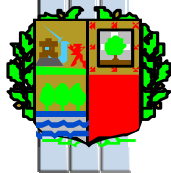


# ALIMENTOS DESTINADOS A UNA ALIMENTACION ESPECIAL



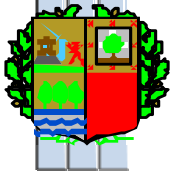
# ALIMENTOS PARA COMPLEMENTAR LA DIETA





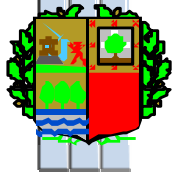
ALIMENTOS  
ENRIQUECIDOS

# ALIMENTOS SIN CONSUMO EN LA UE ANTES DE 1997



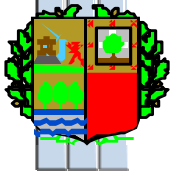
# ¿Qué etiquetado?

Declaración de propiedades  
nutritivas  
o de propiedades saludables



# ¿Qué pide?

- ✓ No inducir a error
- ✓ No atribuir propiedades que no posea
- ✓ No sugerir que posee propiedades particulares si los alimentos semejante las poseen también
- ✓ No atribuir propiedades preventivas curativas terapéuticas
- ✓ No ser incoherente con los principios en materia de nutrición y salud generalmente aceptados, o que fomente o apruebe el consumo excesivo de cualquier alimento o desacredite las buenas prácticas dietéticas."
- ✓ referirse a cambios en las funciones corporales que pudieran crear alarma en el consumidor o explotar su miedo
- ✓ dar lugar a dudas sobre la seguridad y/o la adecuación nutricional de otros alimentos;



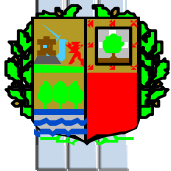


Consumidores enfrentados a multitud de nuevos alimentos; falta de claridad en los mensajes....



## BASE LEGAL DE LAS ALEGACIONES

ii Necesidad de establecer un marco legal que ayude a clarificar los mensajes de los alimentos con alegaciones!!



# ¿Qué declaraciones?

Alegaciones Nutricionales  
(Contenido)

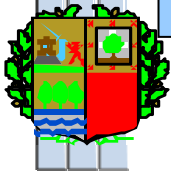
Fuente de fitoesteroles

Alegaciones de Salud  
(Funcionalidad)

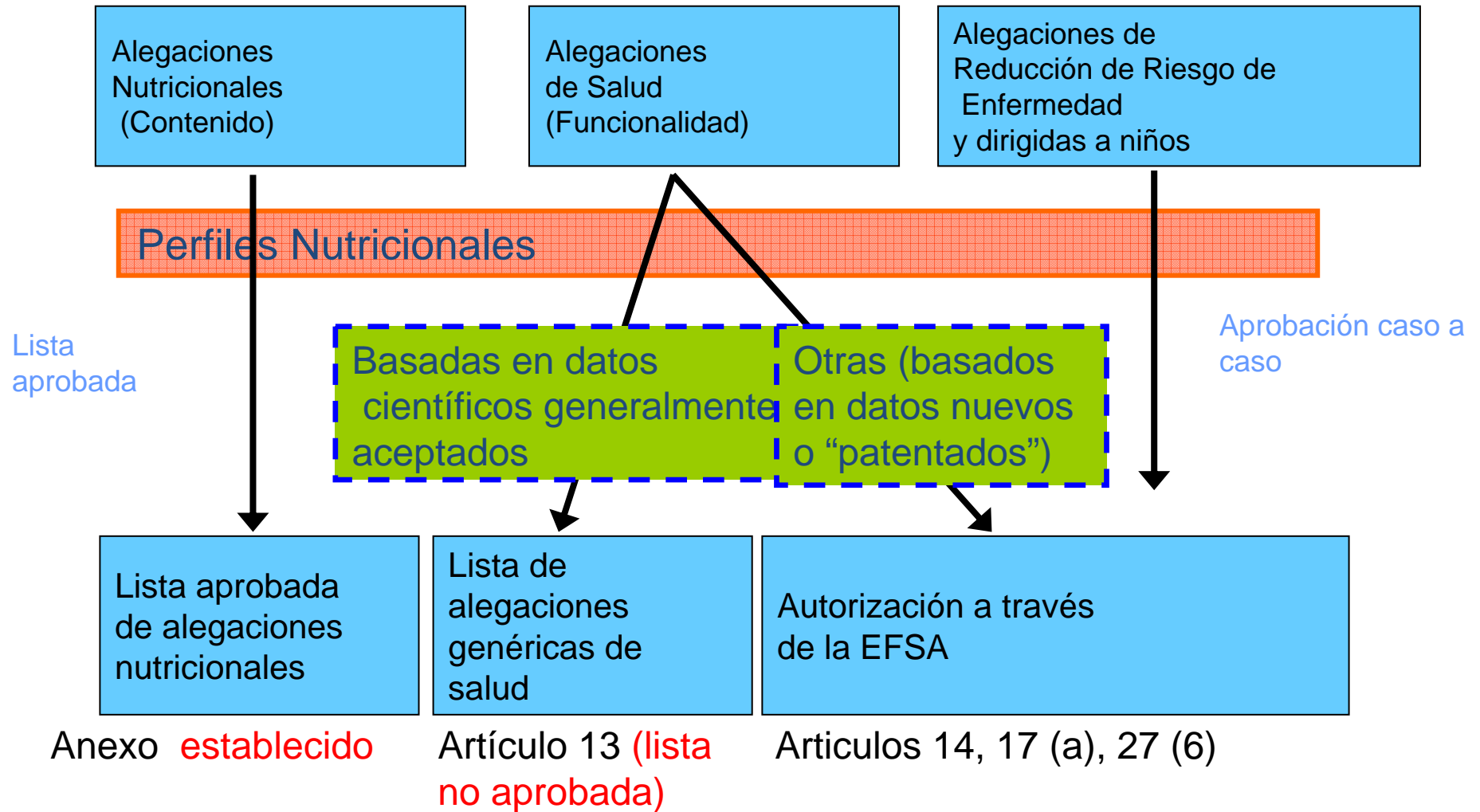
Los fitoesteroles evitan la  
absorción de grasas

Alegaciones de reducción de  
riesgo de enfermedad  
y dirigidas a niños

Los fitoesteroles  
Reducen el colesterol



# Estructura de la Regulación Europea de Alegaciones Nutricionales y Propiedades Saludables.



# ¿fechas?

***19 de enero de 2007***

***Aplicación a partir del 1 de julio de 2007***

***Se debe utilizar el listado de alegaciones nutricionales.***

***Saludables: no hay listas. Si aprobadas***

***Enriquecidas con vitaminas y minerales: no hay listas***

***Declaraciones ( marcas registradas) que no cumplen  
usadas antes de enero de 2005: hasta 2022***

# ¿Qué alimentos?

**Alimentos envasados**

- Productos envasados en el mismo punto de venta a petición del comprador
- Productos previamente envasados con vistas a su venta inmediata

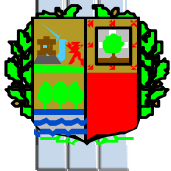
**Productos alimenticios no envasados previamente (productos frescos, fruta, verdura, pan)**

**No es de aplicación**

**La obligatoriedad de aportar la información nutricional.**

**La obligatoriedad de indicar la importancia de una dieta variada y equilibrada y un estilo de vida saludable.**

**La obligatoriedad de indicar la cantidad de alimento y el patrón de consumo requeridos para obtener el efecto benéfico declarado.**



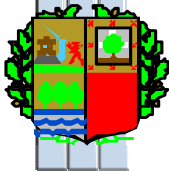
# ¿A que obliga hacer declaraciones?

## **GRUPO 2**

- valor energético
- cantidad de proteínas, glúcidos, azúcares, lípidos, ácidos grasos saturados, fibra dietética y sodio.

El etiquetado nutricional podrá incluir cantidad de almidón , azúcares, polialcoholes, monoinsaturados, poliinsaturados, colesterol y vitaminas y minerales (del anexo) siempre que estén en cantidad significativa

Cantidad significativa: mas del 15% de la CDR



DECLARACION

NUTRICIONAL

Que afirme, sugiera o dé a entender que un alimento posee propiedades nutricionales benéficas específicas

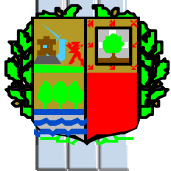


Aporte energético o nutrientes



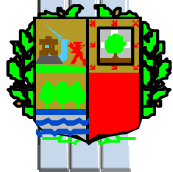
- ✓Que proporciona/ contiene
- ✓Que proporciona/contiene en grado reducido o incrementado
- ✓Que no proporciona/contiene

Incluidas en lista comunitaria





# NUTRICIONALES "FÁCILES"



## DECLARACION AZUCAR

### **Bajo contenido de azúcar**

Si no contiene más de 5 g de azúcar por 100 g en el caso de los sólidos o 2,5 g de azúcar por 100 ml en el caso de los líquidos

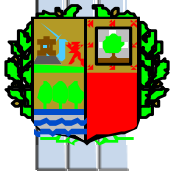
### **Sin azúcar**

Si no contiene más de 0,5 g de azúcar por 100 g o 100 ml.

### **Sin azúcares añadidos**

Si no se ha añadido ningún monosacárido ni disacárido, ni ningún alimento utilizado por sus propiedades edulcorantes. Si los azúcares están presentes de forma natural en los alimentos, en el etiquetado deberá figurar asimismo la siguiente indicación:

**"contiene *azúcares naturalmente presentes*"**



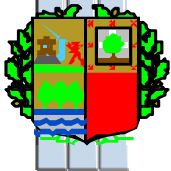
## DECLARACION FIBRA

### **Fuente de fibra**

El producto contiene como mínimo 3 g de fibra por 100 g o, como mínimo, 1,5 g de fibra por 100 Kcal.

### **Alto contenido en fibra**

El producto contiene como mínimo 6 g de fibra por 100 g o 3 g de fibra por 100 Kcal.



DECLARACION

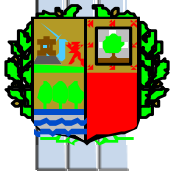
NUTRICIONAL

### **Fuente de proteínas**

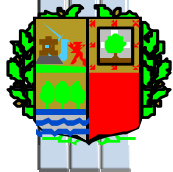
Si las proteínas aportan como mínimo el 12 % del valor energético del alimento.

### **Alto contenido de proteínas**

Si las proteínas aportan como mínimo el 20 % del valor energético del alimento.



# NUTRICIONALES "MAS COMPLICADAS"



## DECLARACION

## VITAMINAS MINERALES

### **Fuente de [nombre de las vitaminas] y/o [nombre de los minerales]**

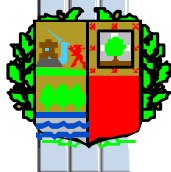
Si el producto contiene como mínimo una cantidad significativa tal como se define en el Anexo de la Directiva 90/496/CEE o una cantidad establecida por las excepciones concedidas en virtud del artículo 6 del Reglamento 1925/2006 sobre la adición de vitaminas, minerales y otras determinadas sustancias a los alimentos (**no hay listas**) ¿?

### **Alto contenido de [nombre de las vitaminas] y/o [nombre de los minerales]**

Si el producto contiene como mínimo dos veces el valor de la «fuente de [nombre de las vitaminas] y/o [nombre de los minerales]». (**no hay listas**) ¿?

### **Contiene [nombre del nutriente u otra sustancia]**

Si el producto cumple todas las disposiciones aplicables previstas en el presente Reglamento, y en particular en el artículo 5. Por lo que respecta a las vitaminas y minerales, se aplicarán las condiciones correspondientes a la declaración «fuente de». (**no hay listas**)



## DECLARACION NUTRIENTE

### **Contiene [nombre del nutriente u otra sustancia]**

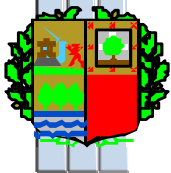
Si el producto cumple todas las disposiciones aplicables previstas en el presente Reglamento, y en particular en el artículo 5. Por lo que respecta a las vitaminas y minerales, se aplicarán las condiciones correspondientes a la declaración «**frente de**».

### **Mayor contenido de [nombre del nutriente]**

Si el producto cumple las condiciones previstas para la declaración «frente de» y el incremento de su contenido es de, como mínimo, el 30 % en comparación con un producto similar.

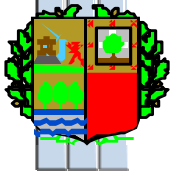
### **Contenido reducido de [nombre del nutriente]**

Si la reducción del contenido es de, como mínimo, el 30 % en comparación con un producto similar, excepto para micronutrientes, en los que será admisible una diferencia del 10 % en los valores de referencia establecidos en la Directiva 90/496/CEE, así como para el sodio, o el valor equivalente para la sal, en que será admisible una diferencia del 25 %



## DECLARACION NUTRIENTE (art. 5)

- ✓ posee un efecto nutricional o fisiológico benéfico, establecido mediante pruebas científicas
- ✓ está contenido en el producto final en una cantidad significativa
- ✓ se encuentra en una forma asimilable por el organismo;
- ✓ la cantidad del producto que cabe razonablemente esperar que se consuma proporciona una cantidad significativa del nutriente u otra sustancia
- ✓ Las declaraciones nutricionales y de propiedades saludables harán referencia a los alimentos listos para su consumo de conformidad con las instrucciones del fabricante.”





marcas registradas/nombres comerciales/ denominaciones de fantasía

***se someterán a los mismos procedimientos de este Reglamento***

## Bebidas alcohólicas

***sólo estarán autorizadas las que se refieran a bajos índices de alcohol o a la reducción del contenido de alcohol o de energía en bebidas con una graduación superior al 1,2 % en volumen de alcohol.”***

## MATERIA GRASAS PARA UNTAR

***debe adaptarse a las disposiciones del presente  
Reglamento lo antes posible***

Las menciones “contenido reducido de materias grasas” o “aligerada” para productos que tengan un contenido de materia grasa entre el 41 y el 62%.



Las menciones “bajo contenido en materias grasas”, “light” o “ligera” para productos que tengan un contenido de materia grasa inferior o igual al 41%.

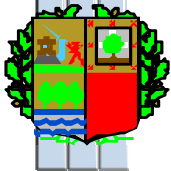
**SIN LACTOSA / SIN GLUTEN**

***dirigidas a un grupo de consumidores que padecen trastornos específicos, deben tratarse según la Directiva 89/398/CEE (dietéticos)***

# DECLARACION PROPIEDADES SALUDABLES

Declaración que afirme, sugiera o dé a entender que existe una relación entre una categoría de alimentos, un alimento o uno de sus constituyentes y la salud.

Figurarán en una lista comunitaria de declaraciones que se adoptará por la Comisión, tras consulta a la EFSA y a propuesta de los EM



# DECLARACION DE PROPIEDADES SALUDABLES.

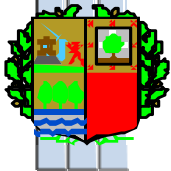
no pueden hacer  
referencia a los niños

funciones corporales.



Las funciones  
psicológicas y  
comportamentales.

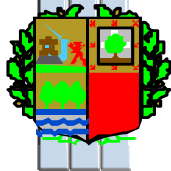
queda explícitamente prohibido hacer  
alusiones a la magnitud de la pérdida de peso  
y al tiempo en que se puede alcanzar dicha  
pérdida



# DECLARACION PROPIEDADES SALUDABLES

## TRABAJO PRESENTACIÓN POR EMPRESAS ANTES DE 2008

Alimento o componente del alimento	Relación con la salud	Evidencia científica	Referencias bibliográficas	Ejemplo de redacción de la declaración
Calcio	Necesario para el desarrollo normal de los huesos y los dientes	Organismos oficiales Bibliografía	US Food&Nutrition Board, Institute of Medicine(1997); UK COMA Nutrition and bone health, ...	Necesario para el desarrollo de huesos y dientes



# Información

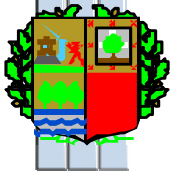
- <http://www.efsa.europa.eu/> (pag. inicio EFSA)
- <http://www.efsa.europa.eu/en/panels.htm>  
(paneles de EFSA)
- <http://www.efsa.europa.eu/en/panels/nda.htm>  
(productos dietéticos nutrición y alergias)
- <http://www.efsa.europa.eu/en/nda/ndaclaims.htm>  
(nutrición y healt claims)



# ¿Dónde buscar. Art. 13?

- <http://www.efsa.europa.eu/en/ndaclaims/ndaclaims13.htm>

(art.13: de función de crecimiento y desarrollo psicológicas y comportamentales, adelgazamiento y control de peso. No niños ni salud o reducción de riesgo)



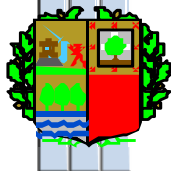
# ¿Dónde buscar. Art. 13.5?

- <http://www.efsa.europa.eu/en/ndaclaims/ndaclaims135.htm>

Página inicio (de función en base a datos de reciente descubrimiento o que solicitan protección de datos).

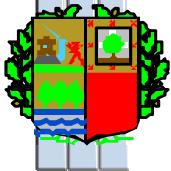
- <http://registerofquestions.efsa.europa.eu/roqFrontend/questionsListLoader?panel=NDA&foodsectorarea=28>

(registro y opiniones científicas)

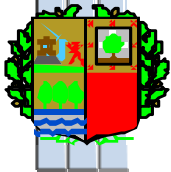


# ¿Otras?

- [http://www.aesan.msc.es/AESAN/web/cadena\\_alimentaria/seccion/gestion\\_riesgos\\_nutricionales.shtml](http://www.aesan.msc.es/AESAN/web/cadena_alimentaria/seccion/gestion_riesgos_nutricionales.shtml) (AESAN. Gestión de riesgos nutricionales. Declaraciones). Reglamentos, decisiones y guías.
- <http://www.bedca.net/> (base de datos de composición de alimentos)
- [http://www.osanet.euskadi.net/r85-20339/es/contenidos/informacion/sanidad\\_alimentaria/es\\_1247/adjuntos/reglamentoAlimentos\\_c.pdf](http://www.osanet.euskadi.net/r85-20339/es/contenidos/informacion/sanidad_alimentaria/es_1247/adjuntos/reglamentoAlimentos_c.pdf) (guía de interpretación)
- <http://www.eufic.org/> (Consejo Europeo de información sobre alimentación)
- <http://www.ilsa.org/Pages/HomePage.aspx>  
(Instituto internacional de las ciencias de la vida)



# Algunos ejemplos de adaptación del etiquetado a la nueva reglamentación



**“Se recomienda seguir una alimentación variada y equilibrada en el marco de un estilo de vida saludable”**  
**Art. 10.2 a)**

**Añadir**

Sólo se permite hacer declaraciones de propiedades saludables si se indica la importancia de seguir una dieta variada y equilibrada y un estilo de vida saludable.

**Añadir**

**2 RACIONES DE FOLIC B TE AYUDAN A REDUCIR EL NIVEL DE HOMOCISTEINA, UNA SUSTANCIA QUE DAÑA LAS ARTERIAS**  
**Art. 5, 10**

Cantidad de producto que cabe razonablemente esperar que se consuma para proporcionar una cantidad significativa del nutriente

**1 RACIÓN DE FOLIC B EQUIVALE A 1 VASO DE 250ML Ó A 1 TOSTADA UNTADA (10g de margarina)**  
**Art. 10.2 b)**

**Añadir**

Cantidad de alimento y patrón de consumo para obtener el efecto beneficioso declarado

**INFORMACIÓN NUTRICIONAL GRUPO 2**

**Añadir información por ración de consumo Art. 7**

Si se hacen declaraciones de propiedades Saludables hay que transmitir la información nutricional del grupo 2.



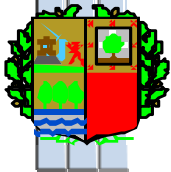
**REVISAR DECLARACIÓN**

## DECLARACION DE REDUCCION DEL RIESGO

Declaración que afirme, sugiera o dé a entender que el consumo de una categoría de alimentos, un alimento o uno de sus constituyentes reduce significativamente un factor de riesgo de aparición de una enfermedad humana.

Requieren solicitud

Sujetas a proceso de autorización a cargo de la Comisión y previo informe favorable de la EFSA.



# ¿Control oficial?

- *Revisión bibliográfica de complementos sobre su seguridad*
- *Estudio sobre utilidad de las isoflavonas*
- *Control oficial. Según riesgo.*

COMPLEMENTO ALIMENTICIO		TEMA	%	RESULTADOS	
				Efectividad	Seguridad (efectos adversos)
Isoflavonas	soja	Menopausia	13,2	Efectos minimos sobre los sintomas. No evidencia estadisticamente demostrada	Tipo gastrointestinal (en función de la dosis)
		Osteoporosis	10,1	Limitada evidencia significativa sobre efectos favorables	
		Enf. Coronarias	11,8	Evidencia no estadisticamente concluyente	
		Sind. Premestrua	5,2	Datos insuficientes para soportar su recomendación. Requiere mas investigacion	
		Cáncer pecho	3,4	No evidencia significativa sobre posibles beneficios	No evidencia
		Cáncer prostata	2,6	Limitada cantidad de estudios. Evidencia no concluyente	No evidencia
		Estrés	1,4	No evidencia estadisticamente demostrada	Tipo gastrointestinal

Hierbas	Ginko biloba	Reducción de Peso	4,0	Datos insuficientes para soportar su recomendación.	No evidencia
	Te verde		9,2	No evidencia significativa para su recomendación	No evidencia
	extracto de alcachofa		5,5	Evidencia no estadisticamente concluyente	No evidencia

Otros	ac. Linoleico conjugado	Reducción de Peso	7,5	No hay datos suficientes que apoyen su eficacia	No evidencia
	L-carnitina		6,9	No evidencia estadisticamente demostrada	No evidencia
	Chitosan		3,2	Efecto sin relevancia clinica. No evidencia cientifica suficiente para su recomendación	Reacciones alergicas (derivado de crustáceos)

Fibras	Cascara sagrada	Reducción de Peso	6,0	Comprobado su efecto laxante	Estreñimiento cronico
	Glucomanano		2,6	Demostrado su efecto saciante	Flatulencia y molestias abdominales

Ac. Grasos	Efectos cognitivos	7,5	No evidencia significativa sobre posibles beneficios	No evidencia
------------	--------------------	-----	--	--------------



# Nutrizio edukia eta propietate osasungarriak praktikoa akinarazteko etiketak

## Etiquetado nutricional y declaraciones saludables

Arkaute 28 de enero de 2011

Lucía Díaz de Lezana Guinea.  
Muchas gracias

