

# Actualización en Etiquetado Nutricional

Generalidades y Mensajes de Advertencia para el Consumidor

**E**n el último tiempo el Ministerio de Salud ha publicado una serie de modificaciones en el etiquetado nutricional, todo esto considerando que el etiquetado nutricional de alimentos es una herramienta útil para que el consumidor pueda seleccionar alimentos más saludables y contribuir así a reducir los altos índices de sobrepeso y obesidad existentes en la población chilena, los que según la encuesta del MINSAL 2010, alcanzan a un 67% en los adultos sobre 15 años. Sumado a esto se evidencia una alta prevalencia de otras enfermedades crónicas, tales como enfermedades cardio-

vasculares, diabetes y algunos tipos de cánceres, por todos estos antecedentes, se hace necesario promover una disminución del consumo de energía, grasas totales, grasas saturadas, azúcares simples y sodio, que son los nutrientes críticos, que cuando son consumidos en exceso se ha demostrado que son un factor de riesgo de estas enfermedades.

En el último tiempo se han publicado una serie de modificaciones al Reglamento Sanitario de los Alimentos (DS 977) <sup>(1)</sup>, a continuación se describen, sólo algunas de ellas, las más importantes, que corresponden al Decreto N° 14 <sup>(2)</sup>, Decreto N° 88 <sup>(3)</sup> y la Ley de Composición de Alimentos y su Publicidad, recién aprobada.

**En el Decreto N°14 de abril de 2011, se introducen las siguientes modificaciones:**

**En el Artículo 115,** se incorpora la declaración obligatoria del contenido de azúcares totales, al etiquetado nutricional, lo que permitirá que el consumidor identifique en la etiqueta nutricional, el contenido de todos los nutrientes y factores dietéticos críticos (Figuras 1 y 2).

Considerando que el tipo, tamaño de letra, los contrastes entre las letras y el fondo de la etiqueta, son aspectos importantes para facilitar la lectura del rótulo, entonces **se modifica el Artículo 115,** y se agrega lo siguiente: se indican

las familias tipográficas permitidas que son arial, dax, futura, helvética, y otras equivalentes, se indica que el tamaño mínimo será de 1,2 mm de altura medidos en la letra H, lo que equivale aproximadamente a 5 puntos tipográficos de los softwares de diseño gráfico y se establece que se deberá elegir el máximo contraste entre las letras, números y el fondo de la etiqueta nutricional, por ejemplo fondo blanco con letras y números negros.

También se agrega al Artículo 115, el formato de la información nutricional, el que de preferencia, se deberá ordenar en forma de tabla, colocando los números en dos columnas una por cada 100 g y la otra columna para una porción.

**En el Decreto N° 88 de agosto de 2010, se introducen las siguientes modificaciones:**

**En el Artículo 106** se incorporan dos definiciones a) Hipersensibilidad alimentaria, como: reacciones adversas a los alimentos de origen no tóxico. Se dividen en Alergia alimentaria e hipersensibilidad no alérgica a los alimentos; y b) se define Alimento de referencia, como: aquel alimento homólogo que sirve como patrón de comparación para realizar y destacar una modificación nutricional, restringido al descriptor reducido y sus sinónimos. Este alimento de referencia deberá estar presente en el mercado y ser de propia fabricación y, sólo en su defecto, se podrán considerar otros alimentos homólogos, también presentes en el mercado.

**En el Artículo 107 letra h)** se introduce la obligación de rotular en la lista de ingredientes, en forma destacada, a los alimentos o ingredientes o derivados de éstos que sean causantes de hiper-

**Modelo Básico, para un Alimento que Tiene Menos de 3g de Grasa por Porción de Consumo**

INFORMACIÓN NUTRICIONAL		
Porción: ... unidades (..... g)		
Porciones por envase: ....		
	100 g	1 porción
Energía (kcal)	.....	.....
Proteínas (g)	.....	.....
Grasa total (g)	.....	.....
Hidratos de carbono disponibles (g)	.....	.....
Azúcares simples (g)	.....	.....
Sodio (mg)	.....	.....

Figura 1

**Modelo Básico, para un Alimento que Tiene Más de 3g de Grasa por Porción de Consumo**

INFORMACIÓN NUTRICIONAL		
Porción: ... unidades (..... g)		
Porciones por envase: ....		
	100 g	1 porción
Energía (kcal)	.....	.....
Proteínas (g)	.....	.....
Grasa total (g)	.....	.....
Grasa saturada (g)	.....	.....
Grasa monoinsaturada (g)	.....	.....
Grasa poliinsaturada (g)	.....	.....
Grasa trans (g)	.....	.....
Colesterol (mg)	.....	.....
H.de C.disp. (g)	.....	.....
Azúcares totales (g)	.....	.....
Sodio (mg)	.....	.....

Figura 2

sensibilidad reconocidos oficialmente por Resolución, podrá ser con letras de igual o mayor tamaño, o al final bajo el título: “Contiene .....” y cuando tiene riesgo de contaminación durante la elaboración se podrá colocar: “Puede contener.....”, ó “Contiene pequeñas cantidades de .....” ó “Contiene trazas de .....” ó “Elaborado en líneas que también procesan .....”, indicando en la línea de puntos el alérgeno que pueda estar presente. Los alérgenos considerados en la Resolución son:

- Cereales que contienen gluten: trigo, avena, cebada, centeno, espelta o cepas híbridas de éstos.
- Crustáceos y sus productos.
- Huevos y productos de éstos.
- Pescados y productos pesqueros.
- Leche y productos lácteos (incluida la lactosa).

- Nueces y productos derivados.
- Sulfito en concentraciones de 10 mg/kg o más.

**En el Artículo 110,** se agrega ingredientes o factores negativos que estén ausentes en el alimento y establece que para destacar la ausencia de nutrientes, factores alimentarios o ingredientes, natural o normalmente ausentes en un alimento, se deberá realizar en términos genéricos y no como una característica exclusiva del alimento que lo declara. Así por ejemplo, se podría colocar: “Las paltas son alimentos naturalmente libres de colesterol”, pero no se podrá decir: “La palta marca XXX es libre de colesterol” u otros mensajes similares.

**En el Artículo 115** se agrega lo siguiente, la expresión numérica del Número de porciones por envase se debe escribir en número enteros. Cuando la aproximación matemática sea al entero superior será obligatorio indicar la expresión “aprox.” ó “alrededor de”. Así por ejemplo si el número de porciones por envase es 4,6, se deberá escribir en la etiqueta nutricional: “N° de porciones por envase: 5 aprox.”.

**En el Artículo 120** se introducen una serie de modificaciones, entre otras, se incorporan sinónimos permitidos para cada descriptor; se cambia el concepto para el descriptor “liviano” y ahora el descriptor “liviano” pasa a ser sinónimo del “reducido” por lo tanto ambos requieren una reducción de al menos un 25% con respecto a la DDR.

La nueva Ley de Composición de Alimentos y su Publicidad está especialmente orientada a contribuir a reducir el consumo de alimentos “altos en ...” energía y los nutrientes críticos; para este fin la ley comprende aspectos di-

ferentes: a) regulación de publicidad que va dirigida a los niños, b) obliga a que se imparta en forma continua educación alimentaria nutricional desde la educación básica y media, c) otorga un incentivo a todas las acciones relacionadas con actividad física, d) limitaciones a la venta de algunos alimentos que sean altos en los nutrientes críticos en los colegios y e) propone incorporar en forma obligatoria en la rotulación de alimentos, un mensaje nutricional de advertencia, de modo que el consumidor fácilmente pueda identificar aquellos alimentos que tengan altas cantidades de energía o azúcares simples o grasas saturadas o grasas trans o sodio. Esto implica que para aplicar esta ley, se requiere fijar los límites sobre los cuales el alimento será considerado “alto en ...”. Por esta razón el Ministerio de Salud llamó a Licitación y así surge el estudio: “Propuesta de Criterios y Recomendación de Límites Máximos de Nutrientes Críticos para la Implementación de la Ley de Composición de Alimentos y su Publicidad”<sup>(4)</sup>, en dicho estudio se entregan los criterios generales que deben tomarse en cuenta para establecer los límites para el descriptor “Alto en ...” energía y nutrientes críticos. El mensaje de advertencia “Alto en .....” u otro mensaje que sirva para llamar la atención del consumidor para advertirle que tiene un alto contenido de energía

o de un nutriente crítico, corresponde a un mensaje nutricional. Para establecer la aplicación de cualquier mensaje nutricional, y sin duda para éste, se requiere fijar límites. El modelo que debe aplicar para fijar los límites para los mensajes nutricionales y en este caso para energía, sodio, azúcares simples, grasa saturada y grasa trans, comprende las siguientes etapas:

- Definir límite, es decir, significa establecer una cantidad de nutriente en términos absolutos, de modo que los alimentos que tengan cantidades iguales o superiores al límite fijado, incluyan obligatoriamente el mensaje de advertencia.
- Cada uno de los límites que se fijen, deben estar fundamentados en los Valores de Ingesta Recomendada y corresponden a un porcentaje de este Valor de Referencia Diario.
- El porcentaje se fija considerando que al día en una alimentación saludable se consumen un total de aproximadamente 15 a 20 porciones de distintos alimentos y teniendo en cuenta que las porciones tienen cantidades variables del nutriente en estudio. Es importante tener presente el contenido de nutrientes de los alimentos disponibles en el momento de modo que el límite sea factible de aplicar.

- Los límites se expresan por porción de consumo habitual, las que están fundamentadas en la porción de referencia establecida por el MINSAL y en aquellos alimentos que tienen porciones pequeñas que son aquellas menores a 30 g, el requisito se expresa por cada 50 g del alimento.

Con esta metodología es posible fijar límites que sean objetivos y que se puedan modificar si las condiciones van cambiando a lo largo del tiempo. Este mensaje u otro permita advertir que tienen alto contenido de nutrientes críticos, facilitará la selección de alimentos para el consumidor y por otra parte será un estímulo para la reformulación de alimentos en la Industria de modo que en la medida que sea posible se harán esfuerzos para bajar el contenido de estos nutrientes críticos y disponer así de alimentos más saludables.

#### REFERENCIAS:

1. Reglamento Sanitario de los Alimentos (DS 977/96), D.O. 13/05/97
2. Decreto N°14/10, MINSAL D.O. 18/10/11 (Vigencia: 24 meses desde su publicación en el Diario Oficial)
3. Decreto N°88/10, MINSAL D.O. 06/01/11 (Vigencia: 24 meses desde su publicación en el Diario Oficial)
4. Isabel Zacarías H, Gloria Vera A, Sonia Olivares C, Saturnino de Pablo V, Marcela Reyes J, Lorena Rodríguez O, Ricardo Uauy D, Magdalena Araya Q. Estudio: Propuesta de Criterios y Recomendaciones de Límites Máximos de Nutrientes Críticos para la Implementación de la Ley de Composición de Alimentos y su Publicidad. INTA, U. de Chile. Estudio Solicitado por el MINSAL, Licitación pública Resolución Ex.N°518 11/07/2011, propiedad del MINSAL, Informe Final, Santiago 9 Noviembre de 2011.

*Dra. QF. Gloria Vera A.  
Consultora en Alimentos, Nutrición y Asuntos Regulatorios  
Prof. Isabel Zacarías,  
INTA, Universidad de Chile*