



MANUAL DE ETIQUETADO NUTRICIONAL DE ALIMENTOS



Gobierno
de Chile

Tercera edición 2022

The background features a minimalist design with two solid lines and two dashed lines. One solid line slopes upwards from left to right, while the other slopes downwards. The dashed lines are parallel to the solid lines, creating a grid-like structure. The text is centered within this design.

MANUAL DE ETIQUETADO

NUTRICIONAL DE ALIMENTOS

Manual de Etiquetado Nutricional de Alimentos
Ministerio de Salud

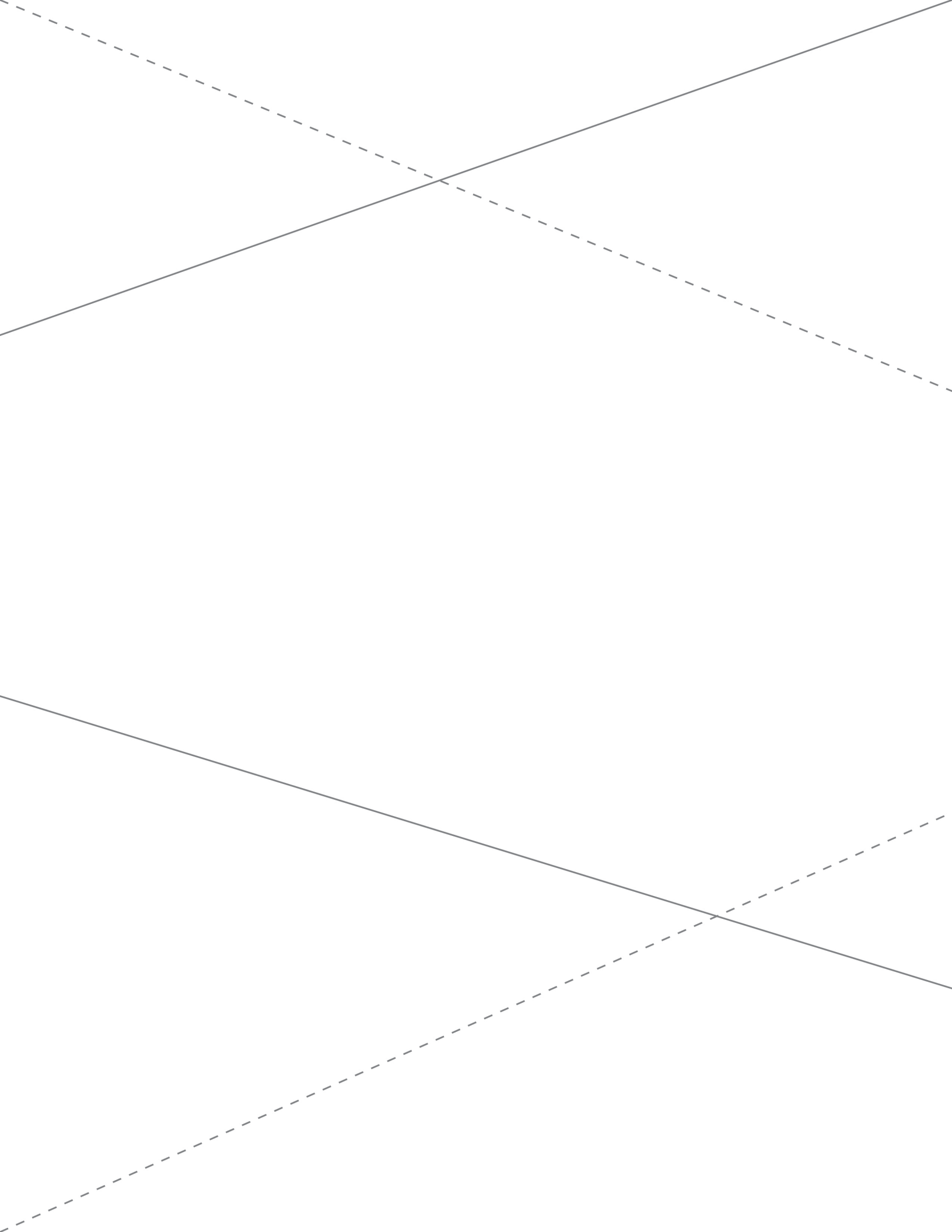
1ª Edición 2017
Ministerio de Salud

Instituciones colaboradoras 1ª edición:
Ministerio de Economía Fomento y Turismo
Instituto de Desarrollo Agropecuario
Agencia Chilena Para la Inocuidad y Calidad Alimentaria

Diseño
ABA Publicidad S.A.

2ª Edición, Ministerio de Salud, Santiago, Chile, 2019.

3ª Edición
Edición: Cristian Cofré Sasso
Departamento Nutrición y Alimentos
División de Políticas Saludables y Promoción, Subsecretaría de Salud Pública
Ministerio de Salud.
Santiago, Chile, 2022



PRESENTACIÓN

En Chile, la obesidad y el sobrepeso son dos de los problemas de salud más relevantes en la actualidad considerando, entre otros antecedentes, que más del 70% de la población tiene exceso de peso. Uno de los principales factores determinantes de esta condición es la mala calidad de la dieta, que incorpora alimentos con exceso de calorías, sodio, azúcares y grasas saturadas.

El etiquetado nutricional de los alimentos, junto con la publicidad de los mismos, son uno de los factores que más influyen en la elección que hacen los consumidores.

En este contexto de salud, nuestro país aprobó una ley que se encarga de mejorar el etiquetado y la publicidad de los alimentos que se producen y comercializan en Chile, para ayudar a los consumidores a comprender mejor la información nutricional de los alimentos y proteger a los niños de la sobreexposición a la publicidad.

Dado que el interés del Ministerio de Salud es que los productores de alimentos cumplan con la regulación, para ayudar a que los micro y pequeños productores, en adelante pequeños productores, puedan aplicar un etiquetado nutricional como las empresas de mayor tamaño, el Ministerio de Salud convocó a participar en la elaboración de este Manual de Etiquetado Nutricional de Alimentos a diversas instituciones públicas como la Agencia Chilena para la Inocuidad y Calidad Alimentaria (ACHIPIA), el Instituto de Desarrollo Agropecuario (INDAP), y el Ministerio de Economía (MINECON), todos ellos involucrados en diversas etapas de la cadena de producción y venta de productos alimenticios.

Este Manual de Etiquetado tiene como principal objetivo orientar a los Pequeños Productores de Alimentos, sobre el correcto etiquetado nutricional de los productos que elaboran. Considera aspectos como el etiquetado nutricional obligatorio vigente desde el año 2006 en Chile y especialmente la nueva rotulación de los símbolos de advertencia "ALTO EN", cuando corresponda, además de otros temas relativos a la producción y etiquetado de alimentos. Este manual también orientará a los almacenes de barrio y otros comerciantes de alimentos, tanto para verificar el correcto etiquetado nutricional como para supervisar las prácticas de publicidad de alimentos, especialmente las que están dirigidas al público infantil, y particularmente de los alimentos producidos por empresas medianas y grandes.

El contenido de este documento es el resultado de un trabajo colaborativo de las diversas instituciones. Cada una aportó desde sus conocimientos y experiencias, teniendo como premisa apoyar los requerimientos de los pequeños productores de Chile para cumplir con las regulaciones de nuestro entorno.

Por último, existe el convencimiento de que para lograr una implementación exitosa de las políticas públicas sobre alimentación y nutrición, es necesario realizar acciones mancomunadas entre todos los participantes que influyen en el proceso de alimentación de nuestra población. El objetivo es lograr una coordinación eficaz en la iniciativa de disponer de una oferta de alimentos saludables para toda la comunidad, más aun cuando se trata de la protección de la salud de nuestros niños y niñas.



Índice

1

PRODUCTORES Y ROTULACIÓN

I. ¿Qué se necesita para producir un alimento? pág. 12

II. Sobre la etiqueta o rótulo pág. 12

III. Información sobre el etiquetado o rotulación general y nutricional pág. 14

IV. Rotulación general pág. 16

V. Rotulación nutricional pág. 19

1. Declaración de nutrientes pág. 19

2. Declaración del sello

“ALTO EN” pág. 26

VI. Propiedades nutricionales pág. 31

2

VERIFICACIÓN DEL CUMPLIMIENTO DEL ETIQUETADO Y PUBLICIDAD DE LOS ALIMENTOS

I. Verificación de la rotulación de los sellos “ALTOS EN” pág. 36

II. Verificación de la publicidad pág. 40

1. Condiciones obligatorias de la publicidad de los alimentos pág. 40

2. Disposiciones sobre publicidad de alimentos pág. 40

3. Principales elementos a evaluar en las distintas acciones, piezas publicitarias y medios de comunicación pág. 41

III. Kioscos escolares y la nueva ley de etiquetado pág. 42

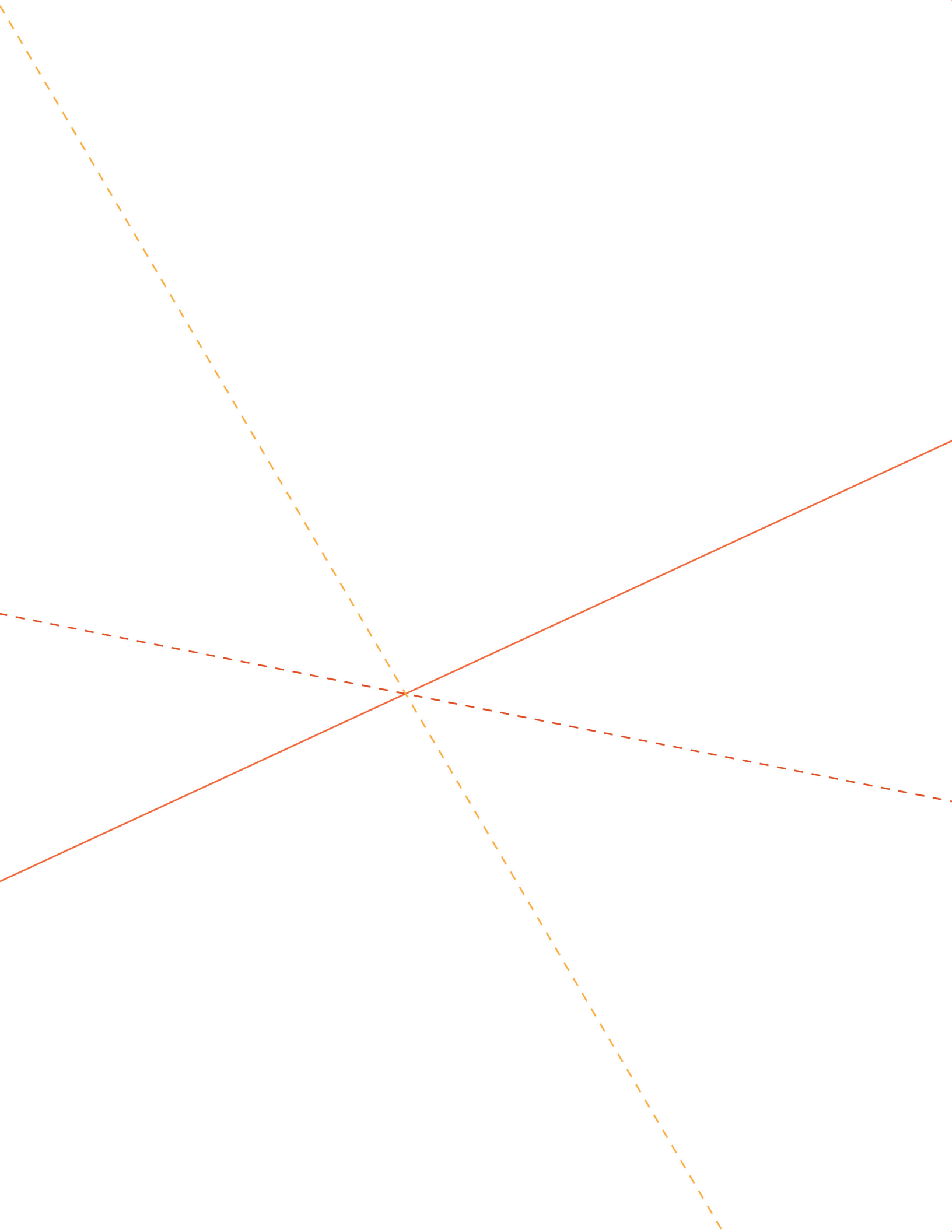
A

ANEXOS

ANEXO 1: TABLAS DE COMPOSICIÓN NUTRICIONAL pág. 48

ANEXO 2: LISTADO DE INGREDIENTES QUE ADICIONAN SODIO, AZÚCARES Y GRASAS pág. 49

ANEXO 3: TAMAÑO Y PRESENTACIÓN DE SELLOS “ALTOS EN” pág. 52





CAPÍTULO 1

**CONCEPTOS GENERALES
DE PRODUCCIÓN Y ROTULACIÓN**

CONCEPTOS GENERALES DE PRODUCCIÓN Y ROTULACIÓN

I. ¿QUÉ SE NECESITA PARA PRODUCIR UN ALIMENTO?

- 1.** Cumplimiento del Reglamento Sanitario de los Alimentos (RSA) en materia de infraestructura para la autorización sanitaria otorgada por la Seremi de Salud correspondiente a su región. Esta autorización sanitaria le permitirá obtener su patente municipal.
- 2.** Cumplimiento del RSA en materia de procesos productivos, en relación a la higiene, rotulación y publicidad.

II. SOBRE LA ETIQUETA O RÓTULO

¿QUÉ ES Y PARA QUÉ SIRVE?

La etiqueta o rótulo entrega información útil y relevante sobre la empresa o emprendimiento y las características o atributos propios del producto. Es un componente fundamental que puede estar visible en el empaque/envase y/o adherida al producto mismo (colgante o adhesivo). Esta es una instancia fundamental para la comunicación entre el productor y el cliente/consumidor, cuyas características están definidas por la legislación del país donde será comercializado el producto. En nuestro país la regulación es el RSA.

(<http://web.minsal.cl/reglamento-sanitario-de-los-alimentos/>)

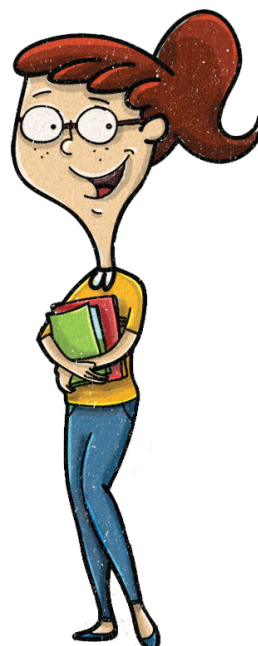


Los objetivos de la rotulación son:

- Identificar y diferenciar el producto (nombre, marca y diseño).
- Dar a conocer sus características (tanto generales como nutricionales, tales como ingredientes, componentes, peso, tamaño, entre otros).
- Entregar indicaciones para su uso y/o conservación, precauciones, nombre del fabricante, procedencia, fecha de fabricación y de vencimiento, etc.
- Ayudar al consumidor/cliente en la selección de alimentos saludables.
- Incentivar a la industria/productor a mejorar la calidad nutricional de sus productos.
- Contribuir a facilitar la comercialización de los alimentos a nivel nacional e internacional.

RECUERDA: La etiqueta o rótulo:

- Identifica y diferencia el producto (nombre, marca y diseño).
- Da a conocer sus características (ingredientes, componentes, peso, tamaño, entre otros).
- Entrega indicaciones para su uso y/o conservación, precauciones, nombre del fabricante, procedencia, fecha de fabricación y de vencimiento, etc.
- Debe cumplir las leyes o normativas vigentes para cada mercado destino por industria o sector.
- De ninguna manera debe contener información ambigua, incompleta, engañosa o falsa que induzca a error en el consumidor.
- Podría incluir, además de lo obligatorio, recomendaciones para el cliente (consejos, tips, recetas, entre otros).



III. INFORMACIÓN SOBRE EL ETIQUETADO O ROTULACIÓN GENERAL Y NUTRICIONAL

1. ROTULACIÓN GENERAL

Es la información relacionada con la identificación del productor (nombre o razón social, domicilio, etc.), las condiciones productivas (lote, fecha de elaboración, fecha de vencimiento, etc.), y la información propia del producto (nombre del alimento, contenido neto, etc.).

2. ROTULACIÓN NUTRICIONAL

Comprende toda la información sobre las características nutricionales del alimento. Esta información nutricional tiene componentes obligatorios y otros opcionales, que se mencionan en los siguientes recuadros:

Los componentes obligatorios son:

*** DECLARACIÓN DE NUTRIENTES:**

Es la información sobre el aporte de energía, proteínas, hidratos de carbono, grasa, sodio y azúcares totales que contiene el producto alimenticio, salvo que se cumpla con algunas excepciones para su rotulación.

*** DECLARACIÓN DEL SELLO “ALTO EN”:**

Cuando corresponda. El sello “ALTO EN” es el símbolo blanco y negro que deben rotular los alimentos que superen los límites establecidos para calorías, azúcares totales, sodio y grasas saturadas, salvo que se cumpla con alguna de las excepciones para su rotulación.



Imagen N° 1: Sellos “ALTO EN”, que se deben rotular cuando el alimento supere los límites establecidos para calorías, azúcares totales, sodio y grasas saturadas.

Los componentes opcionales son:

*** PROPIEDADES NUTRICIONALES:**

Son mensajes en que se destaca el contenido de nutrientes, fibra dietética o colesterol de un alimento, entre otros nutrientes.

*** PROPIEDADES SALUDABLES:**

Son mensajes que relacionan los alimentos o componentes de los alimentos con una condición de salud de las personas.



IV. ROTULACIÓN GENERAL:

Los productos deben rotular obligatoriamente la siguiente información :

1. Nombre del Alimento.

2. Contenido Neto

del alimento (sin considerar el peso del material de empaque/envase).

3. Nombre o razón social y domicilio

del fabricante, procesador, envasador o distribuidor, según sea el caso.

4. País de origen.

5. Número y fecha de la resolución

y nombre del Servicio de Salud que autoriza al establecimiento que elabora o envasa el producto o que autoriza su internación.

6. Fecha de elaboración o envasado:

se sugiere el formato día, mes y año (dd/mm/aa), aunque puede estar en otro formato según lo indica el RSA.

7. Número de lote de producción

o cantidad determinada de un alimento/producto producido en condiciones esencialmente iguales clasificable dentro de un mismo grupo.

8. Fecha de vencimiento

se sugiere el formato día, mes y año (dd/mm/aa), aunque puede estar en otro formato según lo indica el RSA, o bien se puede indicar el plazo de duración.

9. Instrucciones de almacenamiento.

10. Instrucciones para su uso.

11. Listado de ingredientes, incluidos los aditivos.

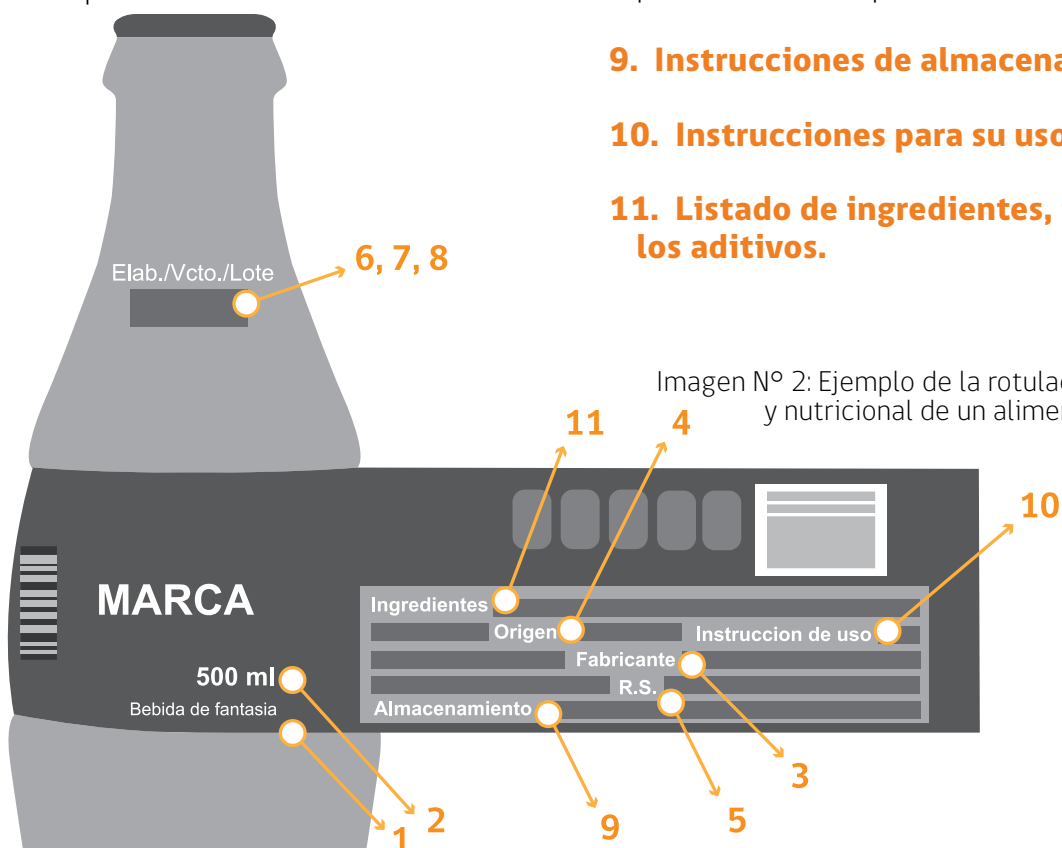


Imagen N° 2: Ejemplo de la rotulación general y nutricional de un alimento

LISTADO DE INGREDIENTES

- Es una lista de **todos los ingredientes y aditivos** que componen el producto, con sus nombres específicos, ordenados de mayor a menor, según la proporción utilizada de cada uno.
- Se debe indicar en este listado si se han incorporado aditivos. Se deben poner con sus nombres específicos y en orden decreciente de proporciones. Los colorantes **Amarillo Crepúsculo y Tartrazina deben estar destacados** en el listado, porque pueden producir cuadros alérgicos en personas sensibles.
- Cuando el alimento o ingrediente contenga algún **alérgeno alimentario** (sustancia que puede inducir una reacción de hipersensibilidad alérgica en personas susceptibles. Ésta puede ser desde el enrojecimiento de la piel, diarrea, picazón o incluso hasta la muerte por asfixia), deberá señalarse en la misma lista de ingredientes o bajo el título "Contiene...".
- Si el ingrediente es un derivado de cualquiera de los alérgenos, deberá rotularse el ingrediente y además el alérgeno.

Ej: Caseína (Leche).

- Si el alimento tiene riesgo de contaminarse (por cualquier evento del proceso productivo) con algún alérgeno, se deberá incluir la frase: "Puede contener..." o "Contiene pequeñas cantidades de..." "Contiene trazas de..." o "Elaborado en líneas que también procesan...", indicando el alérgeno del que se trate.

Por ejemplo, si un productor utiliza el mismo equipamiento para hacer dos productos distintos, como tartaleta de nueces y tartaleta de manzana. Ambas las vende envasadas y rotuladas. A pesar de que la tartaleta de manzanas no tiene nueces en sus ingredientes, como usa el mismo equipamiento y utensilios para fabricar la otra, debería declarar la frase "puede contener nueces" o "elaborado en líneas que también procesan nueces", etc.

Los ingredientes o alimentos alérgenos son los siguientes:

- Cereales que contienen gluten como trigo, avena, cebada, centeno, espelta o sus cepas híbridas y sus productos.
- Crustáceos y sus productos.
- Huevo y sus productos.
- Pescados y productos pesqueros.
- Maní.
- Soya y sus productos.
- Leche y productos lácteos.
- Nueces y productos derivados.
- Sulfitos en concentraciones de 10 mg/kg o más.



Imagen Nº 3: Ejemplo de listado de ingredientes de un alimento conteniendo un ingrediente "alérgeno".

V. ROTULACIÓN NUTRICIONAL

1. DECLARACIÓN DE NUTRIENTES:

Los parámetros obligatorios que se deben declarar en la información nutricional son los siguientes:

- Energía, expresado en calorías (Kcal).
- Proteínas, expresado en gramos (g).
- Grasas totales, expresadas en gramos (g).
Si el alimento contiene 3 o más gramos de grasas totales por porción de consumo habitual, deberá declararse además los siguientes parámetros:
 - *Ácidos grasos saturados, expresados en gramos (g).
 - *Ácidos grasos monoinsaturados, expresados en gramos (g).
 - *Ácidos grasos poliinsaturados, expresados en gramos (g).
 - *Ácidos grasos trans, expresados en gramos (g).
 - *Colesterol, expresado en miligramos (mg).
- Hidratos de carbono disponibles, expresados en gramos (g).
- Azúcares totales, expresados en gramos (g).
- Sodio, expresado en miligramos (mg).

Todos estos valores se recomienda expresarlos en una tabla con 2 columnas, una columna para informar por cada 100 gr o ml del producto, y otra columna para informar por porción de consumo habitual. Como referencia, el Ministerio de Salud tiene publicado en su sitio web un listado de porciones de consumo habitual como referencia para el etiquetado nutricional. Este listado se encuentra en el sitio web de MINSAL, en el siguiente link: http://dipol.minsal.cl/wrdprss_minsal/wp-content/uploads/2015/09/Porciones-Consumo-Habitual-Referencia.xls

La porción de consumo habitual:

- Es definida por el productor y debe considerarse como la cantidad de alimento que generalmente es consumida por 1 persona en 1 oportunidad, del producto que está fabricando. En general, se siguen las sugerencias entregadas por el Ministerio de Salud para declarar las porciones de consumo.
- Para productos alimenticios deshidratados que se consumen reconstituidos, esta porción de consumo habitual se informará de acuerdo a las instrucciones de reconstitución.

Esto sirve para:

- Conocer cuántas porciones contiene el envase del producto.
- Identificar el contenido de energía y nutrientes del alimento en la cantidad que lo consumimos en una oportunidad.

Deberá señalarse el número de porciones que contiene el envase y tamaño de la porción en gramos o mililitros y en medidas caseras.

(Ej: Porción: 1 vaso (200 ml), Porciones por envase: 5).

La expresión numérica del número de porciones de consumo habitual deberá ser en números enteros y la expresión del tamaño de la porción en medidas caseras puede ser en unidades, rebanadas, trozos, tazas, cucharadas u otras similares o sus partes, como por ejemplo media cucharada o 1/4 taza.

| INFORMACIÓN NUTRICIONAL | | |
|---|-------|-----------|
| Porción: 1 cucharadita (15g) | | |
| Porciones por envases: Aprox. 13 | | |
| | 100 g | 1 porción |
| Energía (kcal) | 374 | 50 |
| Proteínas (g) | 1 | 0,2 |
| Grasa Total (g) | 30 | 4,5 |
| - Grasas Saturadas (g) | 10 | 1,5 |
| - Grasas Monoinsa (g) | 10 | 1,5 |
| - Grasas Poliinsat (g) | 10 | 1,5 |
| - Colesterol (mg) | 0 | 0 |
| H. de C. Disp. (g) | 25 | 3,7 |
| Azúcares Totales (g) | 1 | 0,2 |
| Sodio (mg) | 22 | 3,3 |

Imagen N° 4: Ejemplo de ordenamiento de la información nutricional.

| INFORMACIÓN NUTRICIONAL | | |
|--|-------|-----------|
| Porción: 1 cucharadita (15g) | | |
| Porciones por envases: Aprox. 13 | | |
| | 100 g | 1 porción |
| Energía (kcal) | 103 | 15 |
| Proteínas (g) | 0,4 | 0,1 |
| Grasa Total (g) | 0,2 | 0,0 |
| H. de C. Disp. (g) | 25,0 | 3,8 |
| Azúcares Totales (g) | 24,9 | 3,7 |
| Sacarosa (g) | 0,4 | 0,1 |
| Sodio (mg) | 22 | 3,3 |
| <small>Ingredientes: Moras, agua, fructosa, pectina, ácido cítrico, aroma idéntico natural, goma xántica, cloruro de calcio, benzoato de sodio, sorbato de potasio, sucralosa (15 mg/100g 2,3mg/15g – IDA: 0 15 mg/kg de peso corporal) y colorantes (rojo allura AC e indigotina)</small> | | |

Imagen N° 5 : Ejemplo de ordenamiento de la información nutricional para mermelada.



Tabla Información Nutricional:

Porción: 2 rebanadas (38 g)

Porciones por envase: 4 aprox.

| | 100g | 1 porción |
|---|-------|-----------|
| Energía (kcal) | 346 | 131 |
| Proteínas (g) | 23,0 | 8,7 |
| Grasa Total (g) | 28,0 | 10,6 |
| Grasa saturada (g) | 17,92 | 6,81 |
| Grasa monoinsat. (g) | 8,15 | 3,10 |
| Grasa poliinsat. (g) | 0,70 | 0,27 |
| Grasa trans (g) | 1,20 | 0,46 |
| Colesterol (mg) | 90 | 34 |
| Hidratos de Carbono Disponible (g) | 0,5 | 0,2 |
| Azúcares Totales (g) | 0,0 | 0,0 |
| Lactosa (g) | 0,0 | 0,0 |
| Sodio (mg) | 326 | 124 |
| Vitamina A (uER) | 372 | 16%* |
| Calcio (mg) | 743 | 32%* |
| Fósforo (mg) | 520 | 22%* |

Imagen N° 6: Ejemplo de ordenamiento de la información nutricional para queso.

DETERMINACIÓN DE CONTENIDO NUTRICIONAL DE UN ALIMENTO

Los valores que figuren en la declaración de nutrientes deberán ser valores derivados de datos específicamente obtenidos de análisis de alimentos realizados en laboratorios o de tablas de composición de alimentos debidamente reconocidas por organismos nacionales o internacionales, que sean representativos del alimento sujeto a la declaración.

La información sobre las tablas de composición nutricional de alimentos están disponibles gratuitamente en la web. Se puede revisar en el anexo 1.



PROCESO PARA CALCULAR INFORMACIÓN NUTRICIONAL EN BASE A TABLAS

Para calcular el aporte nutricional de los productos que estoy elaborado, se deben cumplir los siguientes pasos:

1. Conocer todos los ingredientes y la cantidad de cada uno de ellos utilizados en la elaboración del producto, es decir, la “receta”. Por ejemplo, en el caso de una mermelada de durazno:

* Duraznos: 2 kilos (sólo se debe considerar lo que efectivamente se ocupa en la elaboración del producto, sin carozo ni cáscara, u otras partes de la fruta).

* Azúcar: 1 kilo.

2. Buscar cada uno de los ingredientes en las tablas seleccionadas.

3. En la tabla se busca toda la información nutricional requerida, es decir: energía (expresada en calorías o kilocalorías, que es para estos efectos es lo mismo), proteínas (en gramos), grasa total (en gramos), y si corresponde las grasas saturadas, insaturadas, poliinsaturadas, ácidos grasos trans y colesterol, hidratos de carbono disponibles (en gramos), azúcares totales (cuando esta información esté disponible*) y sodio.

4. La información se debe obtener de las tablas por cada 100 g o ml del ingrediente y se debe registrar de esa forma para cada nutriente.

5. Luego se debe calcular la información para las cantidades utilizadas en la “receta” de cada ingrediente y nutriente. Esto se hace utilizando la técnica de la “regla de tres simple”.

***Importante:** Si los azúcares totales no están disponibles en la información de las tablas, una forma de estimar los azúcares totales, cuando se trate de alimentos que contengan como ingredientes: frutas, leche, azúcar de mesa, miel o jarabes, es considerar que los hidratos de carbono disponibles de estos ingredientes son azúcares, los que se deben sumar y por lo tanto serán los azúcares totales del producto.

100 gr. Durazno → 54 (Kcal) Energía
 2.000 gr. Durazno → X (Kcal) Energía

$$2.000 \times 54 = 108.000$$

$$108.000 \div 100 = \mathbf{1.080 \text{ (Kcal) Energía para 2 Kg. de Durazno}}$$

100 gr. Azúcar → 398 (Kcal) Energía
 1.000 gr. Azúcar → X (Kcal) Energía

$$1.000 \times 398 = 398.000$$

$$398.000 \div 100 = \mathbf{3.980 \text{ (Kcal) Energía para 1 Kg de Azúcar}}$$

Imagen N° 7: Ejemplo del cálculo del nutriente "Energía" para cada uno de los ingredientes de una mermelada en base a tablas nutricionales.

6. Después se debe sumar el aporte de todos los nutrientes de la receta.

1.080 (Kcal) durazno + 3.980 (Kcal) Azúcar = 5.060 (Kcal) total de la receta o el producto final.

Imagen N°8: Ejemplo del cálculo del nutriente "Energía" para una mermelada en base a tablas nutricionales.

7. El resultado de esta suma es el aporte nutricional que contiene toda la mezcla del producto final que estoy elaborando (independiente de la adición y pérdida de agua que haya tenido durante su proceso).

8. Se debe realizar nuevamente una regla de tres simple para calcular el aporte nutricional de 100 gramos o ml del producto final y luego, con la misma técnica de regla de 3 simple, por cada porción de consumo del producto.

Energía para 100 gr. de mermelada:

3.000 gr. mermelada → 5.060 (Kcal) Energía
100 gr. mermelada → X (Kcal) Energía

$$100 \times 5.060 = 506.000$$

$$506.000 \div 3.000 = \mathbf{168,6 \text{ (Kcal) Energía para 100 gr. de mermelada.}}$$

Energía para 1 porción de mermelada asumiendo que 1 porción = (7 gr.) 1 cucharada:

3.000 gr. mermelada → 5.060 (Kcal) Energía
7 gr. mermelada → X (Kcal) Energía

$$7 \times 5.060 = 35.420$$

$$35.420 \div 3.000 = \mathbf{11,8 \text{ (Kcal) Energía para 1 porción de mermelada.}}$$

Imagen N° 9: Ejemplo del cálculo del nutriente "Energía" para 100 gr. y para una porción de una mermelada en base a tablas nutricionales.

9. En este momento, debe fijarse si en cada porción de consumo habitual, el producto tiene 3 gr o más de grasa total, y si es así, debe declarar los tipos de grasas específicas (grasas saturadas, insaturadas, poliinsaturadas, ácidos grasos trans y colesterol), si no, sólo es suficiente declarara las grasas totales.

Los resultados los puede declarar con números enteros o hasta con 2 decimales. Si declara números enteros debe aproximar de la siguiente manera:



Tabla Información Nutricional:

Porción: 2 rebanadas (38 g)

Porciones por envase: 4 aprox.

| | 100g | 1 porción |
|---|-------|-----------|
| Energía (kcal) | 346 | 131 |
| Proteínas (g) | 23,0 | 8,7 |
| Grasa Total (g) | 28,0 | 10,6 |
| Grasa saturada (g) | 17,92 | 6,81 |
| Grasa monoinsat. (g) | 8,15 | 3,10 |
| Grasa poliinsat. (g) | 0,70 | 0,27 |
| Grasa trans (g) | 1,20 | 0,46 |
| Colesterol (mg) | 90 | 34 |
| Hidratos de Carbono Disponible (g) | 0,5 | 0,2 |
| Azúcares Totales (g) | 0,0 | 0,0 |
| Lactosa (g) | 0,0 | 0,0 |
| Sodio (mg) | 326 | 124 |
| Vitamina A (uER) | 372 | 16%* |
| Calcio (mg) | 743 | 32%* |
| Fósforo (mg) | 520 | 22%* |

Imagen N° 10: Ejemplo de ordenamiento de la información nutricional con grasas desagregadas para queso.

* Si el dígito que se va a descartar es igual o mayor que 5, se aumenta en una unidad el dígito anterior.

* Si el dígito que se va a descartar es menor que 5, se deja el dígito anterior.

2. DECLARACIÓN DEL SELLO “ALTO EN”

Desde el 26 de junio del año 2016 se encuentra en vigencia la “Ley de Etiquetado de Alimentos”. Esta regulación obliga a rotular los sellos “ALTO EN” en los alimentos que corresponda, eximiendo a las microempresas de esta rotulación hasta el 27 de junio de 2026. En esta fecha todos los productos que se estén comercializando en el país, excepto que se cumpla alguna condición que los exceptúe, deben cumplir con las exigencias de esta rotulación, cuando les corresponda.

¿CUÁNDO CORRESPONDE PONER ESTOS SELLOS?

Corresponde etiquetar los sellos, en todos los alimentos envasados que:

- Tengan adición de azúcares, grasas o sodio.
- Su aporte nutricional supere alguno de los límites de nutrientes establecidos en el RSA.

¿CÓMO SÉ QUE EL PRODUCTO TIENE ADICIÓN DE AZÚCARES, GRASAS O SODIO?

Cuando el producto contenga en sus ingredientes alguno de los que estén en el listado definido por el Ministerio de Salud (anexo número 2 de este documento).

Entre los ingredientes más comunes que adicionan **“sodio”** se encuentran:

- Sal comestible.
- Aditivos que contienen sodio, como el bicarbonato de sodio o los nitritos de sodio.
- Cualquier ingrediente que contenga sal o alguno de estos aditivos.

Entre los ingredientes más comunes que adicionan **“azúcares”** se encuentran:

- Azúcar de mesa.
- Miel.
- Jarabes (de glucosa, maíz, fructosa u otros).
- Cualquier ingrediente que contenga azúcar, miel o jarabes.

Entre los ingredientes más comunes que adicionan **“grasas”** se encuentran:

- Aceites, grasas o mantecas de origen animal o vegetal, como el aceite de maravilla, coco, oliva, palta u otros.
- Crema de leche.
- Margarina, mantequilla.
- Cualquier ingrediente que contenga aceites, manteca, mantequilla, margarina, crema u otros.

La adición de **“calorías”**, se entenderá cuando el producto tenga adición de azúcares o grasas, según lo descrito anteriormente.

El listado completo de ingredientes debe revisarlo en el Anexo 2 de este Manual.

¿CÓMO SÉ QUE SU APORTE NUTRICIONAL SUPERA ALGUNO DE LOS LÍMITES DE NUTRIENTES ESTABLECIDOS EN EL RSA?

Cuando el producto tenga adición de azúcares, grasas o sodio, según lo descrito en el punto anterior, tengo que comparar el aporte nutricional del producto según tabla nutricional que elaboré, con los límites para el nutriente que fue adicionado:

- Si adicioné azúcares debo evaluar azúcares totales y calorías.
- Si adicioné grasas, debo evaluar grasas saturadas y calorías.
- Si adicioné sodio, sólo debo evaluar sodio.

Los límites están definidos para los productos sólidos y para los productos líquidos, éstos son:



| | | | | |
|-----------------|--------------------------|--------------------------|----------------------|---------------------|
| Sólidos | 10g por cada 100g | 4g por cada 100g | 275 Kcal/100g | 400 mg/100g |
| Líquidos | 5g por cada 100ml | 3g por cada 100ml | 70 Kcal/100ml | 100 mg/100ml |

Imagen N°11: Límites de nutrientes definidos para los productos sólidos y para los productos líquidos para etiquetar los sellos "ALTOS EN".

Una orientación para saber si el producto debería llevar sellos “ALTO EN” se resume, en general, en el siguiente diagrama, considerando siempre que cuando tiene adición y supera los límites, debe rotular el sello. En el caso de que tenga adición de azúcares o grasas, también se debe evaluar el límite de calorías, independiente de que supere o no el límite para azúcares o grasas:

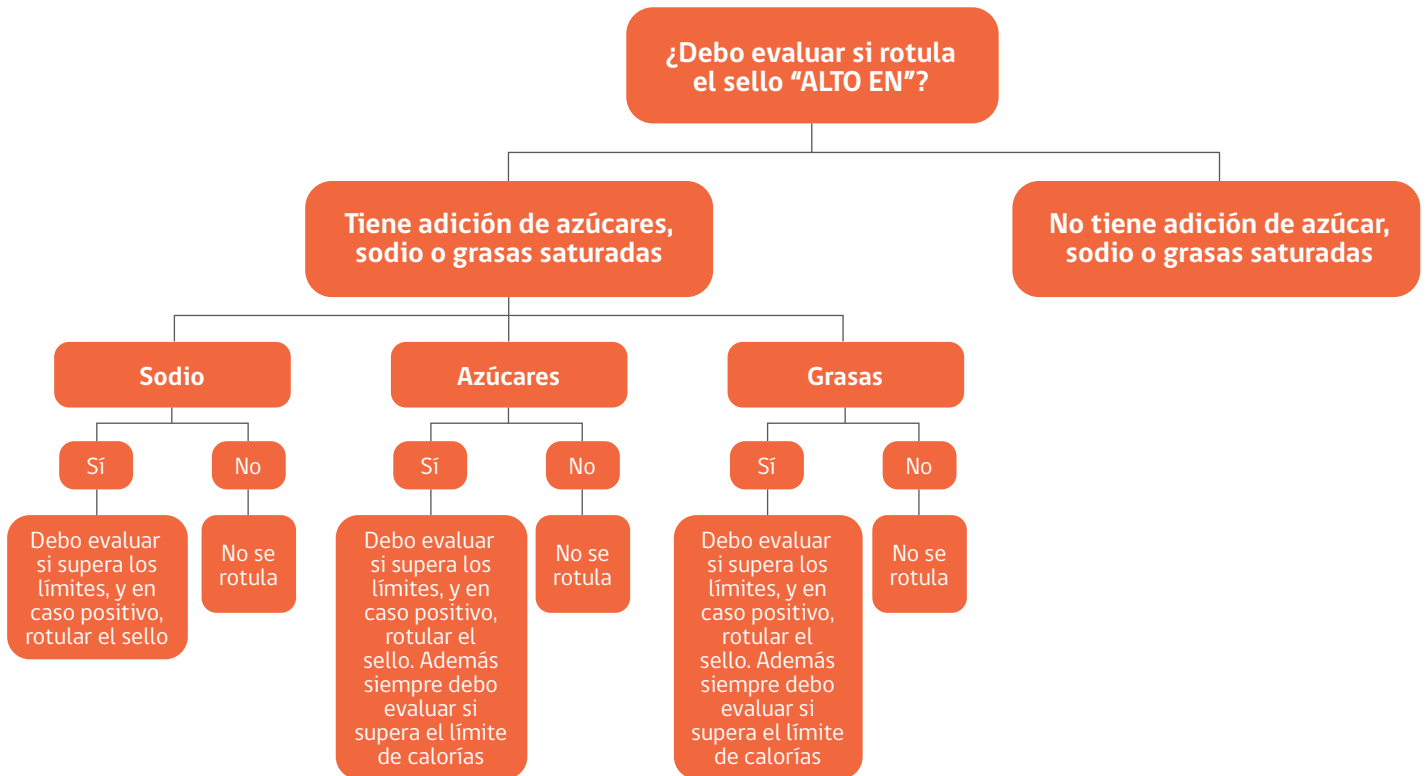


Imagen N°12: Resumen de los pasos para saber si debo rotular alguno de los sellos “ALTO EN”.



¡OJO!
 Si un alimento supera los límites, no puede hacer publicidad dirigida a niños y no se puede vender al interior de los establecimientos educacionales.

UNA VEZ QUE SÉ QUE DEBO ROTULAR EL SELLO...

¿DÓNDE Y DE QUÉ TAMAÑO?

El o los sellos se deben ubicar en la cara principal de la etiqueta. Como referencia, la cara frontal es donde habitualmente se encuentra el nombre y la marca del producto, y es lo primero que ve el consumidor cuando va a comprar el producto. Según sea el área de la etiqueta, será el tamaño del o los sellos que se deben poner. Para calcular el área de la etiqueta o el área de la cara principal de la etiqueta se debe multiplicar el alto por el ancho de la etiqueta. Con esto se obtiene el área en cm^2 . Y de acuerdo al siguiente cuadro se definen las dimensiones de cada sello.

| Área de la cara principal de la etiqueta | Dimensiones de símbolo (alto y ancho) |
|--|--|
| Menos de 30 cm^2 | Rotula en el envase mayor que los contenga |
| Entre 30 y menor a 60 cm^2 | 1,5 x 1,5 cm |
| Entre 60 y menor a 100 cm^2 | 2,0 x 2,0 cm |
| Entre 100 y menor a 200 cm^2 | 2,5 x 2,5 cm |
| Entre 200 y menor a 300 cm^2 | 3,0 x 3,0 cm |
| Mayor o igual a 300 cm^2 | 3,5 x 3,5 cm |

Imagen N°13: Dimensiones del sello "ALTO EN".

Si la etiqueta del producto es muy pequeña (entre 30 cm^2 y 60 cm^2), los sellos se pueden poner en cualquier cara del envase. En el caso que la etiqueta sea más pequeños aún (menor a 30 cm^2), como en el caso de dulces, el sello se pone en el envase que los contenga y el tamaño de estos sellos va de acuerdo al área de este envase. En el caso de etiquetas de frascos o tarros, para calcular el tamaño del área de la cara principal de la etiqueta, multiplicamos el diámetro de la etiqueta por el alto, y este resultado se divide en 2.

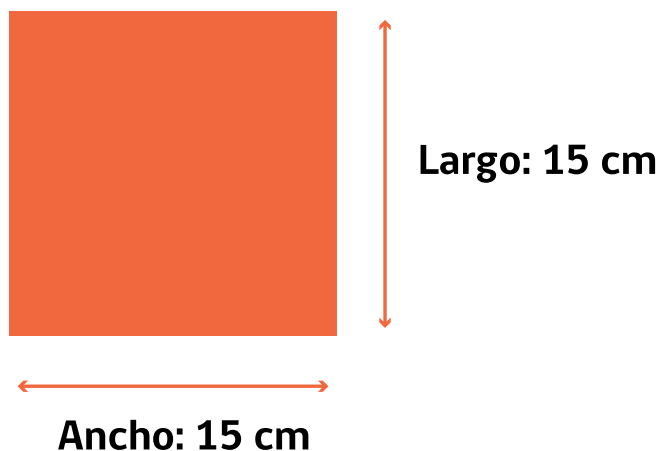
Para ver cómo calcular todos los posibles tamaños de sellos, véase el anexo 3.

OJO

Si un producto tiene algún sello "ALTO EN", no puede poner ningún descriptor saludable y ningún descriptor nutricional que sea incompatible. Los descriptores nutricionales incompatibles son los que se refieren al mismo nutriente.

Por ejemplo:

En un envase cuadrado, si el alimento tiene que rotular un sello "ALTO EN", debo medir la dimensión de su etiqueta en el largo y ancho, y calcular el área multiplicando ambos números:



$$\text{Área: } 15 \times 15 \text{ cm} = 225 \text{ cm}^2$$

Por lo tanto, en esta etiqueta es del área entre 200 y 300 cm², por lo que le corresponde al tamaño de sello de 3cm x 3cm.

VI. PROPIEDADES NUTRICIONALES

Son mensajes donde se destaca una característica del alimento relacionado con el contenido de proteínas, grasas, hidratos de carbono, colesterol, azúcares, sodio, vitaminas o minerales y al aporte de energía. Basado en descriptores nutricionales según el aporte de energía o nutriente involucrado en la declaración de propiedades.

Cuando se reduce el contenido de nutrientes puede expresar el porcentaje de cuánto se ha reducido respecto a un alimento normal o sin modificaciones.



Imagen N°14: Ejemplo de declaración de una propiedad nutricional en un alimento.

Para destacar una característica nutricional en un producto alimenticio sólo está permitido utilizar frases o descriptores que se indican en el RSA, cuando se cumplan las condiciones para poder declararlo. Éstos son los siguientes:

OJO:
Todas las condiciones para declarar descriptores se encuentran en el RSA. Este listado es un resumen con los principales aspectos a cumplir.

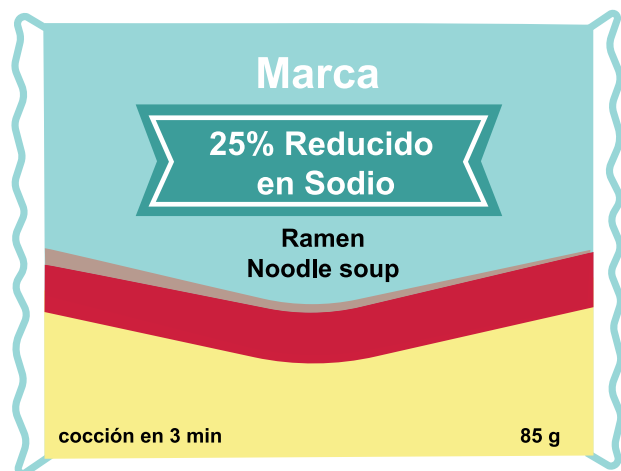
* LIBRE

- **Libre de calorías:** La porción de consumo habitual aporta menos de 5 kcal.
- **Libre en grasa** significa que una porción de alimentos aporta menos de 0,5 g de grasa total.
- **Libre en grasas saturadas o libre de grasas trans** quiere decir que en una porción del alimento aporta menos de 0,5 g de grasa saturada y menos de 0,2 g de ácidos grasos trans.
- **Libre en colesterol** significa que una porción del alimento aporta menos de 2 mg de colesterol, menos de 2 g de grasa saturada y menos de 0,2 g de grasas trans.
- **Libre de azúcar** significa que la porción de consumo habitual aporta menos de 0,5 g de azúcar.
- **Libre en sodio** quiere decir que la porción de consumo habitual aporta menos de 5 mg de sodio.



* REDUCIDO:

- **Reducido:** Se emplea esta palabra cuando el producto ha sido modificado y contiene 25% menos de calorías o nutrientes que el alimento de referencia.
- **Reducido en calorías** quiere decir que el producto contiene 25% menos calorías que el alimento normal.
- **Reducido en grasas** es que el producto contiene 25% menos grasas que el alimento normal.
- **Reducido en colesterol** significa que el producto tiene 25% menos colesterol que el alimento normal.



*BAJO:

- **Bajo en energía** significa que una porción del alimento aporta menos de 40 kcal.
- **Bajo en grasas** significa que una porción del alimento aporta un máximo de 3g de grasa total.
- **Bajo en grasa saturada** por porción de consumo habitual contiene un máximo de 1 g de grasas saturadas y no más de 15% de las calorías provenientes de grasas saturadas en relación a las calorías totales.
- **Bajo en colesterol** se refiere a que una porción del alimento aporta un máximo de 20mg de colesterol y 2 g de grasa saturada, 0,2 g de grasa trans.
- **Bajo en sodio** significa que una porción del alimento aporta menos de 140mg de sodio.



*MUY BAJO APORTE

- **Muy bajo aporte:** Específicamente se utiliza para el sodio, y quiere decir que la porción de consumo habitual contiene máximo 35 mg de sodio.

*EXTRAMAGRO

- **Extramagro:** Es específico para carnes, pescados y sus derivados. Significa que por porción de consumo habitual y por cada 100 g contiene como máximo 5g de grasa total, igual o menos de 2 g de grasa saturada e igual o menos de 95 mg de colesterol.

* SIN AZÚCAR

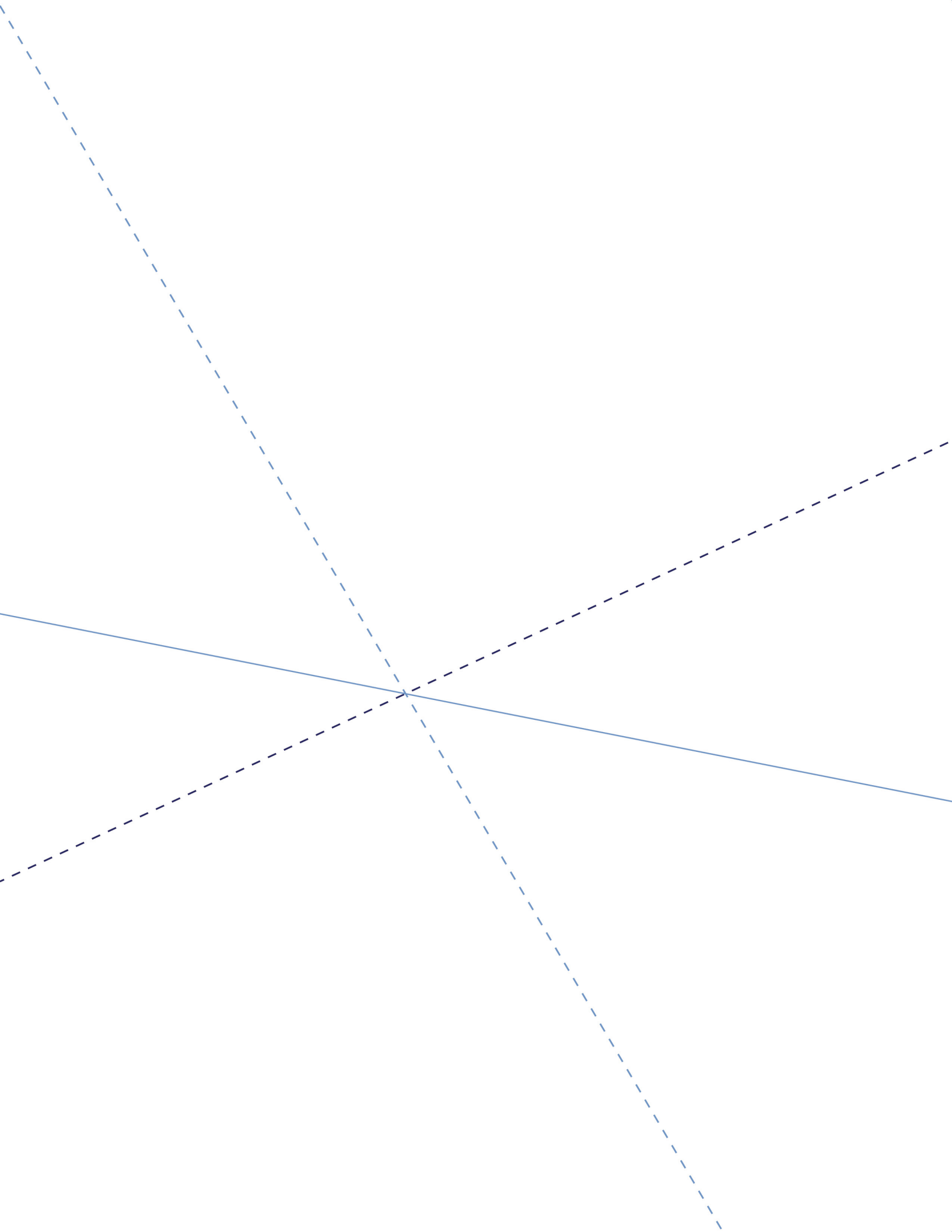
- **Sin azúcar / azúcares añadidos:** Está permitido sólo si no fue incorporado azúcar o azúcares añadidos. Debe ir acompañado de una frase como "este alimento no es libre de calorías" cuando los alimentos no lleven el "libre" "bajo" o "reducido" en calorías.

*BUENA FUENTE

- **Buena fuente:** Buena fuente de vitaminas, minerales, fibra dietética y proteínas, la porción del alimento contiene entre 10% y 19% de la Dosis Diaria de Referencia.

* FORTIFICADO

- **Fortificado:** Sólo se podrá usar si el alimento ha sido modificado agregando un 10% o más del Valor Diario de Referencia del nutriente que se adiciona.





CAPÍTULO 2

VERIFICACIÓN DEL CUMPLIMIENTO DEL ETIQUETADO Y PUBLICIDAD DE LOS ALIMENTOS



VERIFICACIÓN DEL CUMPLIMIENTO

DEL ETIQUETADO Y PUBLICIDAD DE LOS ALIMENTOS

I. VERIFICACIÓN DE LA ROTULACIÓN DE LOS SELLOS “ALTOS EN”

En los siguientes alimentos de consumo frecuente por la población, tenemos que poner más atención y verificar si cumplen con la nueva ley de etiquetado, o sea, si cumplen con la rotulación de sellos “ALTO EN”:

- *snacks dulces y salados;
- *cereales para el desayuno;
- *lácteos saborizados;
- *postres;
- *helados;
- *bebidas de fantasía, jugos, néctares y refrescos;
- *galletas, galletones;
- *productos de panadería y pastelería,
- *salsas y aderezos (kétchup, mostaza, mayonesa, otras);
- *cecinas;
- *sopas instantáneas;
- *platos preparados: pizzas, sándwich o hamburguesas.



Para verificar si cumple con la rotulación de los sellos “ALTOS EN”, se debe hacer lo siguiente:

1. Leer los ingredientes del producto

Para comprender mejor los pasos, se explicará poniendo un ejemplo concreto, esta vez el ejemplo serán los ingredientes de una galleta: los ingredientes que rotula en el envase son:

INGREDIENTES

Harina de trigo, azúcar, avena laminada (20%), aceite de maravilla alto oleico, harina de avena, maní (3%), inulina, miel, fibra de avena, leche en polvo descremada, coco, suero de leche, almendras (0,6%), huevos en polvo, sal yodada, canela, leudantes químicos: bicarbonato de amonio (INS 503ii), fosfato monocálcico (INS 341i), bicarbonato de sodio (INS 500ii), emulsionantes: lecitina de soja (INS 322), estearoil lactilato de sodio (INS 481i), saborizante natural, colorante caramelo (INS 150a).

**CONTIENE GLUTEN (AVENA, TRIGO).
DERIVADOS LACTEOS, HUEVO, TRAZAS DE MANI Y ALMENDRAS.**

2. Comparar los ingredientes con el listado de adición de azúcares, sodio o grasa (Anexo 2)

Se debe poner especial atención en aquellos ingredientes que adicionen sodio, azúcares o grasas saturadas. Para verificar cuáles son esos ingrediente se debe comparar con el listado de adición que está en el anexo 2 de este manual. En este ejemplo de estas galletas, el alimento tiene adición de azúcar, aceite de maravilla, miel y sal.

3. Si alguno de los ingredientes coincide, entonces el producto fue adicionado

Dado que en este ejemplo, verificamos que los ingredientes coinciden con el listado, entonces el producto fue adicionado y por lo tanto debo verificar si supera o no, los límites correspondientes.

4. Si se identifica adición, se debe comparar la información nutricional de la columna donde se encuentra en base a 100 g del producto (en el nutriente adicionado) cuando está listo para consumir con la tabla de límites

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

Porción:

Porciones por envase:

| | | 100 g | En 1 porción (5,0 g) |
|--|--------|-------|-------------------------|
| Energía | (Kcal) | 390 | 20 |
| Proteínas | (g) | 0,5 | 0 |
| Grasa Total | (g) | 29,7 | 1,5 |
| Grasa saturada | (g) | 2,3 | 0,1 |
| Ácidos grasos trans | (g) | 0 | 0 |
| Colesterol | (mg) | 0 | 0 |
| Hidratos de Carbono Disponibles | (g) | 30 | 1,5 |
| Azúcares Totales | (g) | 25 | 1,2 |
| Fibra Dietética Total | (g) | 73 | 3,7 |
| Fibra insoluble | (g) | 0 | 0 |
| Fibra soluble | (g) | 73 | 3,7 |
| Sodio | (mg) | 363 | 18,15 |

| Límite Alimentos |  |  |  |  |
|------------------|---|---|--|---|
| Sólidos | 10 g por cada 100 g | 4 g por cada 100 g | 275 kcal/100 g | 400 mg/100 g |
| Líquidos | 5 g por cada 100 ml | 3 g por cada 100g | 70 kcal/100ml | 100 mg/100 ml |

En este caso del ejemplo, se compara de la información nutricional los nutrientes que fueron adicionados según los ingredientes identificados, como fueron azúcar, aceite de maravilla, miel y sal, entonces hay que verificar azúcares totales, grasas saturadas, sodio y calorías.

Como el producto es sólido, debo fijarme en los límites establecidos para los alimentos sólidos, resultando lo siguiente:

* **Azúcares totales:** Este producto contiene 25 g. por cada 100 g. de producto, por lo que supera el límite para ese nutriente.

* **Grasas saturadas:** Este producto contiene 2,3 g. por cada 100 g. de producto, por lo que no supera el límite para ese nutriente.

* **Sodio:** Este producto contiene 363 mg. por cada 100 g. de producto, por lo que no supera el límite para ese nutriente.

* **Calorías:** Este producto contiene 390 Kcal. por cada 100 g. de producto, por lo que supera el límite para ese nutriente.

En el caso de los alimentos que no están listos para el consumo, se debe evaluar su contenido nutricional en el producto listo para comer según las instrucciones de consumo del productor.

5. Si supera el límite, debe tener rotulado el sello correspondiente

En este caso, los nutrientes azúcares totales y calorías superan los límites por lo que se deben rotular los sellos "ALTO EN AZÚCARES" y "ALTO EN CALORÍAS".



II. VERIFICACIÓN DE LA PUBLICIDAD

Para verificar si cumple las disposiciones de publicidad debo evaluar los siguientes puntos:

1. Condiciones obligatorias de la publicidad de los alimentos

Los alimentos que tengan adición de azúcares, sodio o grasas saturadas y que superen los límites establecidos por el MINSAL, no podrán realizar publicidad dirigida a niños cuando esta publicidad se dirige a menores de 14 años de edad, en cualquier lugar donde ésta se realice y tampoco pueden tener publicidad ni venderse en los jardines y colegios de básica o media de colegios públicos o privados.

2. Disposiciones sobre Publicidad de alimentos

La publicidad de los alimentos a los que se les haya adicionado azúcares, grasas saturadas o sodio y superen los límites establecidos por el MINSAL, cualquiera sea el lugar o formato donde ésta se realice (ver Anexo 2), no puede utilizar ninguno de los siguientes elementos, ni realizar ninguna de las siguientes acciones:

- ELEMENTOS DIRIGIDOS A MENORES DE 14 AÑOS, TALES COMO:

- * Personajes y figuras infantiles
- * Animaciones
- * Dibujos animados
- * Juguetes
- * Música infantil
- * Presencia de personas o animales que atraigan menores de 14 años
- * Declaraciones o argumentos fantasiosos acerca del producto o sus efectos
- * Voces infantiles
- * Lenguaje o expresiones propias de niños
- * Situaciones que representen su vida cotidiana: escuela, recreo o juegos infantiles
- * Otros elementos similares a los anteriores.

- **Aplicaciones interactivas**, juegos, concursos u otras estrategias similares que utilicen elementos mencionados en el punto 1 de estas disposiciones.

- **Ganchos comerciales** dirigidos a menores de 14 años, no relacionados con la promoción propia del producto como juguetes, accesorios, adhesivos, incentivos u otros ganchos similares, que utilicen los elementos del punto 1 de estas disposiciones.

- **Regalarse** a los niños menores de 14 años.

- **Venderse al interior** de los establecimientos de educación parvularia, básica o media.

3. Principales elementos a evaluar en las distintas acciones, piezas publicitarias y medios de comunicación

- **En la etiqueta**, rótulo, envase o envoltorio:

* Verificar que, por ejemplo, no tenga un juguete, juego o formas atractivas para menores de 14 años.

* Verificar que no tenga "ganchos comerciales", como juegos o concursos de niños.

- **Lugares de venta** tales como: negocios, almacenes, entre otros:

* Evaluar la presencia de publicidad gráfica en exhibidores, banderas, carteles, pendones, carros de supermercado, colgantes, estampados en el suelo, entre otros.

* Verificar que no tenga presencia de personajes atractivos para menores de 14 años que publiciten productos que superen los límites establecidos, tales como personas disfrazadas, promotores, corpóreos, etc.

III. KIOSCOS ESCOLARES Y LA NUEVA LEY DE ETIQUETADO

Esta Ley busca generar un entorno escolar adecuado, asegurando la venta de alimentos saludables en los kioscos y casinos de los establecimientos educacionales. Por lo tanto, no se permitirá la venta de productos con sello “ALTO EN”, ni preparaciones donde los ingredientes tengan estos sellos. De esta forma, fomentamos una conciencia saludable a temprana edad, protegiendo a los niños y niñas de publicidad excesiva dirigida a ellos, de malos hábitos alimenticios y enfermedades asociadas.

* KIOSCO TIPO A:

Se pueden vender alimentos y bebidas envasados que provengan de establecimientos autorizados, que no requieran protección del frío o del calor y que no sobrepasen los límites de energía, azúcares totales, grasas saturadas y sodio, establecidos en el artículo 120 bis del RSA.

Algunos ejemplos de estos alimentos son:

- Leche descremada, sin azúcar adicionada, con o sin sabor, por ejemplo: leche en caja individual.
- Agua mineral embotellada con y sin gas.
- Agua saborizada embotellada sin azúcar.
- Nectares, jugos y refrescos, sin azúcar.
- Fruta natural.
- Frutos secos y semillas sin sal y azúcar adicionada, envasados y provenientes de establecimientos autorizados.
- Chips de fruta deshidratada envasadas.
- Infusiones de té o café.

* KIOSCO TIPO B:

Alimentos de establecimientos autorizados que requieren o no refrigeración y que no sobrepasen los límites de energía, azúcares totales, grasas saturadas y sodio establecidos en el artículo 120 bis del RSA.

Algunos ejemplos de estos alimentos son:

- Todos los alimentos del kiosco A.
- Yogurt descremado, sin azúcar.
- Ensaladas envasadas provenientes de establecimientos autorizados.
- Ensaladas de frutas fresca sin azúcar adicionada, provenientes de establecimientos autorizados.
- Huevo duro.
- Jugo de fruta natural sin azúcar adicionada.
- Helado de fruta natural y/o yogurt sin azúcar adicionada.
- Batidos de yogurt con fruta natural sin azúcar adicionada.

* KIOSCO TIPO C:

Además de expender los alimentos de los “kioscos A y B” y que no sobrepasen los límites de energía, azúcares totales, grasas saturadas y sodio establecidos en el artículo 120 bis del RSA.

Estos Kioscos podrán expender alimentos elaborados en la misma instalación, tales como:

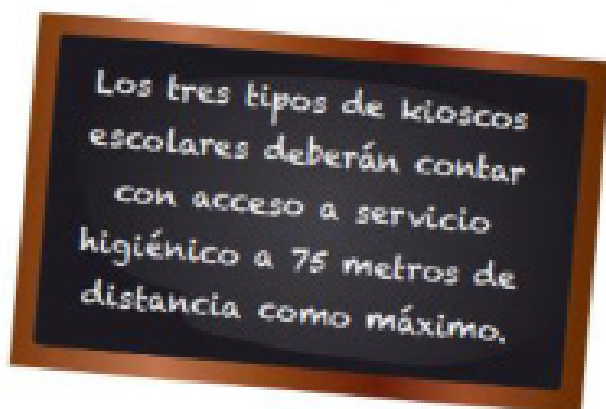
- Platos preparados como ensaladas de verduras, guisos, tortillas de verduras, sopas, entre otros.

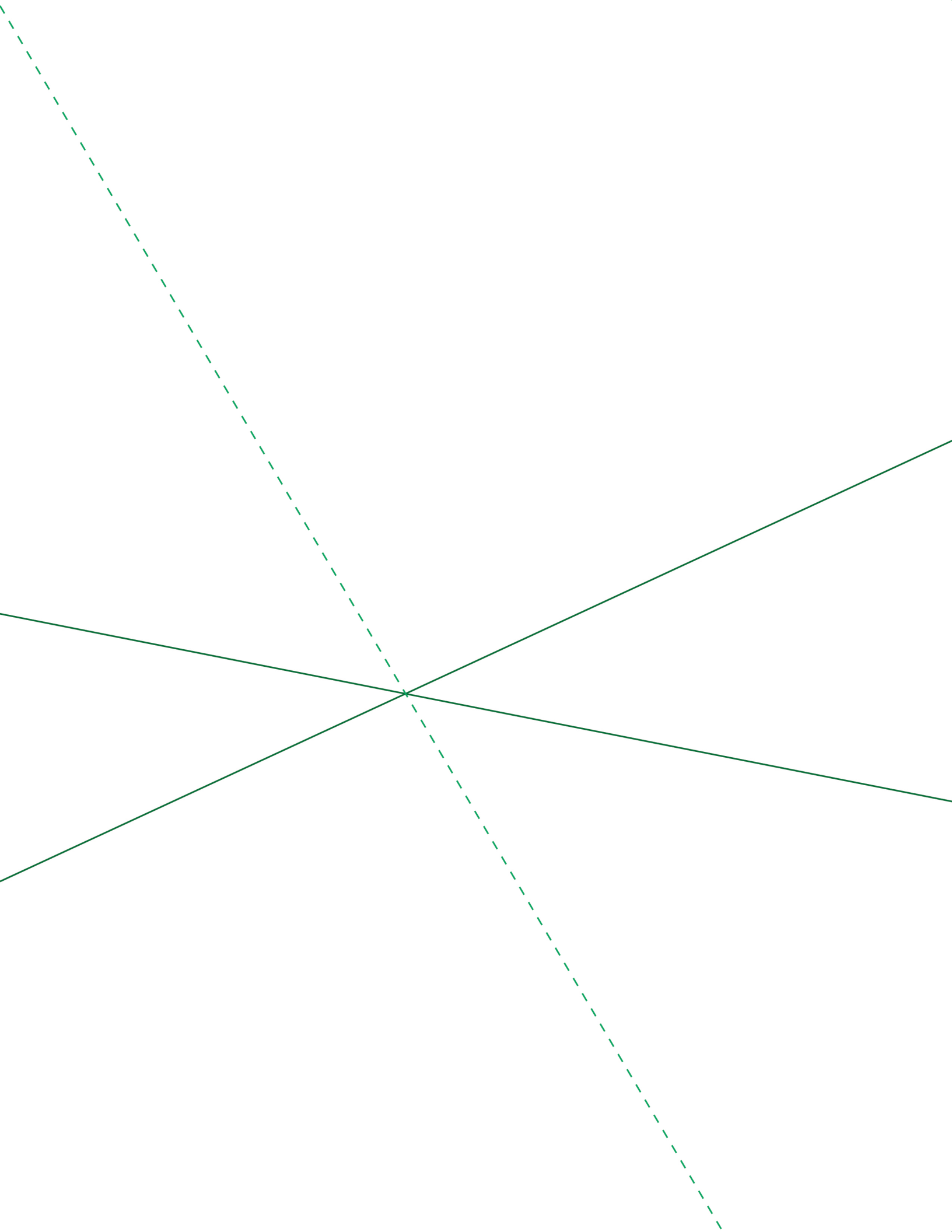
Los kioscos escolares no podrán vender, publicitar ni regalar:

Alimentos envasados que tengan en su rótulo uno o más símbolos con el mensaje "ALTO EN". También alimentos no envasados que en su contenido nutricional superen los límites de energía (calorías), azúcares, sodio y grasas saturadas, establecidos en el artículo 120 bis del RSA.

Algunos ejemplos de alimentos que no están envasados, pero que generalmente superan los límites:

- Sopaipillas
- Completos
- Chaparritas
- Empanadas
- Queques
- Pasteles
- Dulces/ productos de confitería
- Chocolates
- Bebidas gaseosas o jugos de máquina azucarados
- Salsas como keetchup/mostaza/mayonesa
- Productos de panadería/bollería (masas dulces o saladas con y sin relleno)
- Otros productos semejantes







ANEXOS

ANEXO 1

TABLAS DE COMPOSICIÓN NUTRICIONAL

Se pueden usar como referencia las siguientes tablas sobre composición de alimentos chilenos y de Latinoamérica, las cuales se pueden descargar en el siguiente link (se debe copiar todo el link y pegar directamente en el navegador de internet):

CD para descargar e instalar el programa:

<http://web.minsal.cl/portal/url/item/a59b5f7feb5d772ae04001011e015851.rar>

La tabla de composición de alimentos chilenos se puede consultar en el siguiente link:

<http://www.libros.uchile.cl/files/presses/1/monographs/426/submission/proof/files/assets/common/downloads/publication.pdf>

Otra tabla que se puede usar es la de Estados Unidos en el sitio de USDA, la cual se puede revisar online en el siguiente link: (está en inglés, aunque se puede traducir automáticamente)

<https://ndb.nal.usda.gov/ndb/search/list>

También se pueden utilizar manuales y libros de composición de alimentos editados o compilados por universidades chilenas o extranjeras, o disponibles en línea desde sitios web de instituciones públicas nacionales o internacionales.



ANEXO 2

LISTADO DE INGREDIENTES QUE ADICIONAN SODIO, AZÚCARES Y GRASAS

* El reglamento aplica a todos los alimentos nacionales e importados, a los que se les haya **adicionado sodio, azúcares o grasas saturadas** y superen los límites establecidos para estos nutrientes. En el caso de las **calorías**, cuando se les haya adicionado azúcares o grasas saturadas, y supere el límite de calorías.

* **ADICIÓN DE SODIO, AZÚCARES, GRASAS SATURADAS Y CALORÍAS:** Para efectos de comprender cuáles son los alimentos añadidos de azúcares, sodio y grasas saturadas, a continuación se detalla la forma de adición de cada uno de estos nutrientes:

- **Por adición de sodio,** se entenderá cuando se agregue alguno de los siguientes ingredientes:

➤ Sal comestible, según artículos N° 435 y 437 del Reglamento Sanitario de los Alimentos, es decir, sal 97% cloruro de sodio, sal comestible con menor contenido de sodio.

➤ Aditivos que contengan sodio, según Título III “de los aditivos alimentarios” del Reglamento Sanitario de los Alimentos, por ejemplo: acetatos de sodio, ascorbato de sodio, lactato de sodio, citrato de sodio, fosfatos de sodio, carbonatos de sodio, otros.

➤ Ingredientes o alimentos que estén adicionados de sal comestible o aditivos con sodio.

- **Por adición de azúcares**, se entenderá cuando se agregue alguno de los siguientes ingredientes:

> Azúcar, según artículos N° 377 del Reglamento Sanitario de los Alimentos.

> Azúcares, según artículos N° 383, 378, 379, 380, 381 y 382 del Reglamento Sanitario de los Alimentos, es decir, carbohidratos, endulzantes mono y disacáridos, azúcar crudo, azúcar blanco, azúcar rubio, azúcar flor, chancaca.

> Miel, según artículos N° 393 del Reglamento Sanitario de los Alimentos, es decir, miel de abeja, miel de palma.

> Jarabes, según artículos N° 384, 387, 390, 391 y 392 del Reglamento Sanitario de los Alimentos, es decir, jarabes de glucosa, de maíz de alta fructosa, naturales azucarados de productos vegetales y artificiales.

> Aditivos que contengan mono y disacáridos*, según Título III “de los aditivos alimentarios” del Reglamento Sanitario de los Alimentos, por ejemplo: acetato isobutirato de sacarosa o sucrosa, ésteres de ácidos grasos y sacarosa, y otros que contengan monosacáridos y disacáridos. Este criterio será utilizado cuando al producto se le haya adicionado un mix o mezcla de aditivos en cantidades iguales o mayores a un 1% en la mezcla del producto terminado.

> Ingredientes o alimentos que estén adicionados de azúcar, azúcares, miel o jarabes o aditivos que contengan mono y disacáridos.

Clasificación de los azúcares mono y disacáridos*

| | |
|---------------|---|
| Monosacáridos | Glucosa, Fructuosa, Galactosa. |
| Disacáridos | Sacarosa (azúcar), Lactosa, Maltosa, Trehalosa. |

* Cummings JH 2007. Carbohydrate terminology and classification, European Journal of Clinical Nutrition (2007) 61 (Suppl 1), S5-S18

* **Por adición de grasas saturadas** se entenderá cuando se agregue alguno de los siguientes ingredientes:

> Aceites y grasas de origen animal o vegetal, incluidas la crema de leche y sus derivados, según artículos N° 247, 251, 253, 255, 256, 258, 259, 260, 261, 262, 265, 221, 225, 226, 228, 230 del Reglamento Sanitario de los Alimentos, es decir, aceites y grasas, aceites y mantecas de origen vegetal, aceites y mantecas de origen animal: marinos, origen animal, otros alimentos grasos: aceites marinos modificados, emulsión o mezclas de mantecas y aceites, margarina, aceites usados en fritura, crema de leche, mantequillas.

> Aditivos que contengan grasa saturada, según Título III “de los aditivos alimentarios” del Reglamento Sanitario de los Alimentos, por ejemplo: sales de ácidos mirístico, palmítico, esteárico; mono y diglicéridos de ácidos grasos; estearoillactitato de sodio. Este criterio será utilizado cuando al producto se le haya adicionado un mix o mezcla de aditivos en cantidades iguales o mayores a un 1% en la mezcla del producto terminado.

> Ingredientes o alimentos que estén adicionados de aceites y grasas de origen animal o vegetal, incluidas la crema de leche y sus derivados o aditivos que contengan grasa saturada.

* **Por adición de Calorías** se entenderá cuando se agreguen alguno de los ingredientes que adicionan azúcares o grasas saturadas, descritos anteriormente.

ANEXO 3

TAMAÑO Y PRESENTACIÓN DE SELLOS “ALTOS EN”

TAMAÑOS DESCRIPTOR “ALTO EN AZÚCARES”

3,5X3,5 cm



3X3 cm



2,5x2,5 cm



2x2 cm



1,5x1,5 cm



TAMAÑOS DESCRIPTOR “ALTO EN GRASAS SATURADAS”

3,5X3,5 cm



3X3 cm



2,5x2,5 cm



2x2 cm



1,5x1,5 cm



TAMAÑOS DESCRIPTOR "ALTO EN SODIO"

3,5X3,5 cm



3X3 cm



2,5x2,5 cm



2x2 cm



1,5x1,5 cm



TAMAÑOS DESCRIPTOR "ALTO EN CALORÍAS"

3,5X3,5 cm



3X3 cm



2,5x2,5 cm



2x2 cm



1,5x1,5 cm





Cuadrante superior derecho





 **@ministeriosalud**

 **/ministeriosaludchile**

Edición General y 1ª edición de 2017
actualizaciones: en colaboración con:



www.minsal.cl