

Etiquetado y uso de declaraciones de propiedades nutricionales

Dr Javier Morán. Socio-Director de Food Consulting. Director del Instituto de Innovación Alimentaria de la Universidad Católica San Antonio. Murcia (España).

Introducción

La industria alimentaria no cesa en la búsqueda de elementos diferenciadores o valores añadidos que otorguen un “plus” a sus productos alimenticios con el fin de colocarlos en una posición ventajosa respecto a la competencia. Esta búsqueda de elementos diferenciadores muchas veces se centra en el etiquetado de los alimentos a través del uso de declaraciones que deben hacerse considerando la regulación específica que no siempre permite establecer una diferenciación entre productos debido a que no siempre un producto específico dispone de características concretas.

A nivel general, la legislación sobre el uso de declaraciones y la regulación del etiquetado pretende aumentar el nivel de protección para los consumidores, mejorar el comercio internacional de productos, incrementar la seguridad jurídica de los operadores económicos, garantizar una competencia y promover y proteger la innovación en el sector alimentario.

La base regulatoria: Codex Alimentarius

La Comisión del Codex Alimentarius (CAC) fue establecida por la Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación (FAO) y la Organización Mundial de la Salud (OMS) con el fin de proteger la salud de los consumidores y garantizar prácticas leales en el comercio alimentario. La Comisión se reunió por primera vez en 1963. El Codex es financiado por la FAO y la OMS y cuenta con 180 Estados miembros incluida una organización miembro, la Comunidad Europea. El Codex Alimentarius (expresión latina que significa "código alimentario") es el resultado de la labor de la Comisión y de sus comités técnicos, que son aproximadamente 20 que establecen un compendio de normas alimentarias, directrices y códigos de prácticas concertados internacionalmente. El Codex Alimentarius se guía por el principio de que los consumidores tienen derecho a contar con que sus alimentos sean seguros, de buena calidad e idóneos para el consumo siendo su finalidad fundamental la de proteger a los consumidores contra las prácticas engañosas.

Las normas del Codex, que en la mayoría de los casos se aprueban por consenso, están basadas en los mejores conocimientos científicos y técnicos disponibles. El Codex es el único foro internacional que reúne a científicos, expertos técnicos, autoridades gubernamentales de reglamentación, y organizaciones internacionales de consumidores y de la industria. En muchos países se celebran reuniones públicas para recibir observaciones sobre los proyectos de textos del Codex y preparar las posiciones nacionales. La actividad del Codex figura entre las "60 contribuciones de las Naciones Unidas para un mundo mejor".

Aunque los textos del Codex son de aplicación voluntaria y no vinculante ayudan a armonizar la legislación y la reglamentación alimentaria nacional de los países que desean utilizar sus textos como referencia. La armonización internacional de las normas facilita el comercio alimentario y el desarrollo económico sostenible. El Codex desempeña un papel importante

especialmente para aquellos países en desarrollo que quizás no dispongan de la infraestructura y los conocimientos especializados necesarios para establecer normas, controles de la inocuidad de los alimentos y sistemas de gestión adecuados.

Seguidamente repasaremos someramente los diferentes textos del Codex referidos a declaraciones de propiedades nutricionales.

Directrices generales del Codex sobre declaraciones de propiedades. CAC/GL 1-1979 (Rev. 1-1991)

Estas directrices se aplican a las declaraciones de propiedades que se hacen en relación con un alimento, independientemente de si el alimento está regulado o no por una norma individual del Codex y se basan en el principio de que ningún alimento deberá describirse o presentarse en forma falsa, equívoca o engañosa, o de ninguna manera que pueda crear en el consumidor una impresión errónea en cuanto a su naturaleza de manera que la persona que comercialice el alimento deberá poder justificar las declaraciones de propiedades hechas en relación con el mismo.

A los efectos de estas directrices, por declaración de propiedades se entiende cualquier descripción que afirme, sugiera o presuponga que un alimento tiene características especiales por su origen, propiedades nutritivas, naturaleza, producción, elaboración, composición u otra cualidad cualquiera. El Codex considera que deberían prohibirse las siguientes declaraciones de propiedades:

1. Declaraciones de propiedades que afirmen que un determinado alimento constituye una fuente adecuada de todos los nutrientes esenciales, salvo en el caso de productos bien definidos para los cuales existe una norma del Codex que sanciona tales declaraciones de propiedades admisibles, o cuando las autoridades competentes hayan admitido que el producto constituye una fuente adecuada de todos los nutrientes esenciales.
2. Declaraciones de propiedades que hagan suponer que una alimentación equilibrada a base de alimentos ordinarios no puede suministrar cantidades suficientes de todos los elementos nutritivos.
3. Declaraciones de propiedades que no puedan comprobarse.
4. Declaraciones sobre la utilidad de un alimento para prevenir, aliviar, tratar o curar una enfermedad, trastorno o estado fisiológico, a menos que cumplan con las disposiciones de las normas o directrices del Codex para alimentos que son de competencia del Comité sobre Alimentos para Regímenes Especiales y se ajusten a los principios establecidos en estas directrices; o bien, a falta de una norma o directriz aplicable del Codex, estén permitidas por las leyes del país donde se distribuye el alimento.
5. Declaraciones de propiedades que pueden suscitar dudas sobre la inocuidad de alimentos análogos, o puedan suscitar o provocar miedo en el consumidor.

El Codex establece también un grupo de declaraciones de propiedades que pueden ser engañosas como serían las declaraciones de propiedades que carecen de sentido, incluidos los comparativos y superlativos incompletos y las declaraciones de propiedades referentes a buenas prácticas de higiene, tales como "genuino", "saludable", "sano".

Finalmente, el Codex recomienda que deben permitirse las siguientes declaraciones de propiedades con sujeción a la particular condición asignada a cada una de ellas:

1. Podrá indicarse que un alimento ha adquirido un valor nutritivo especial o superior gracias a la adición de nutrientes, tales como vitaminas, minerales y aminoácidos, sólo si dicha adición ha sido hecha sobre la base de consideraciones nutricionales de acuerdo con los Principios Generales del Codex para la Adición de Nutrientes Esenciales a los Alimentos. Indicaciones de este tipo estarán sujetas a la legislación que promulguen las autoridades competentes.
2. Las indicaciones de que el alimento tiene calidades nutricionales especiales gracias a la reducción u omisión de un nutriente, se deberán hacer sobre la base de consideraciones nutricionales y estar sujetas a controles legislativos establecidos por las autoridades competentes.
3. Términos como "natural" "puro", "fresco" y "de fabricación casera", "cultivado orgánicamente" o "cultivado biológicamente", cuando se utilicen, deberán ajustarse a las prácticas nacionales del país donde se vende el alimento. El uso de estos términos deberá estar en consonancia con las prohibiciones establecidas en la sección 3.
4. Podrá declararse la preparación ritual o religiosa de un alimento (ejemplo, halal, kasher), siempre que se ajuste a las exigencias de las autoridades religiosas o del ritual competente.
5. Declaraciones de propiedades que afirmen que el alimento tiene características especiales cuando todos los alimentos de ese tipo tienen esas mismas características, si este hecho es aparente en la declaración de propiedades.
6. Podrán utilizarse declaraciones de propiedades que destaquen la ausencia o no adición de determinadas sustancias a los alimentos, siempre que no sean engañosas y la sustancia no esté sujeta a requisitos específicos en ninguna norma o directriz del Codex; sea una de las que los consumidores esperan encontrar normalmente en el alimento; no haya sido sustituida por otra que confiera al alimento características equivalentes a menos que la naturaleza de la sustitución se declare explícitamente con igual prominencia; y sea un ingrediente cuya presencia o adición en el alimento esté permitida.
7. Las declaraciones de propiedades que pongan de relieve la ausencia o no adición de uno o más nutrientes deberán considerarse como declaraciones de propiedades nutricionales y, por consiguiente, deberán ajustarse a la declaración obligatoria de nutrientes, estipulada en las Directrices del Codex sobre Etiquetado Nutricional.

Directrices del Codex sobre etiquetado nutricional. CAC/GL 2-1985 (Rev. 1 - 1993)

Estas Directrices tratan de velar por que el etiquetado nutricional facilite al consumidor datos sobre los alimentos, para que pueda elegir su alimentación con discernimiento; proporcione un medio eficaz para indicar en la etiqueta datos sobre el contenido de nutrientes del alimento; estimule la aplicación de principios nutricionales sólidos en la preparación de alimentos, en beneficio de la salud pública; ofrezca la oportunidad de incluir información nutricional complementaria en la etiqueta; aseguren que el etiquetado nutricional no describa un producto, ni presente información sobre el mismo, que sea de algún modo falsa, equívoca, engañosa o carente de significado en cualquier respecto y velen por que no se hagan declaraciones de propiedades nutricionales sin un etiquetado nutricional.

Los principios para el etiquetado nutricional se basa en:

1. Declaración de nutrientes: La información que se facilite tendrá por objeto suministrar a los consumidores un perfil adecuado de los nutrientes contenidos en el alimento y que se considera son de importancia nutricional. Dicha información no deberá hacer creer al consumidor que se conoce exactamente la cantidad que cada persona debería comer para mantener su salud, antes bien deberá dar a conocer las cantidades de nutrientes que contiene el producto. No sirve indicar datos cuantitativos más exactos para cada individuo, ya que no se conoce ninguna forma razonable de poder utilizar en el etiquetado los conocimientos acerca de las necesidades individuales.
2. Información nutricional complementaria: El contenido de la información nutricional complementaria variará de un país a otro y, dentro de cada país, de un grupo de población a otro de acuerdo con la política educacional del país y las necesidades de los grupos a los que se destina.
3. Etiquetado nutricional: El etiquetado nutricional no deberá dar a entender deliberadamente que los alimentos presentados con tal etiqueta tienen necesariamente alguna ventaja nutricional con respecto a los que no se presenten así etiquetados.

Estas directrices indican que en el etiquetado deberán utilizarse los siguientes valores de referencia de nutrientes en aras de lograr una uniformidad y estandarización internacionales:

Nutriente	Unidad	Valor
Proteína	(g)	50
Vitamina A	(µg)	800
Vitamina D	(µg)	53
Vitamina C	(mg)	60
Tiamina	(mg)	1,4
Riboflavina	(mg)	1,6
Niacina	(mg)	18
Vitamina B ₆	(mg)	2
Folacina	(µg)	200
Vitamina B ₁₂	(µg)	1
Calcio	(mg)	800
Magnesio	(mg)	300

Hierro	(mg)	14
Zinc	(mg)	15
Yodo	(µg)	150
Cobre	valor no establecido	
Selenio	valor no establecido	

Directrices para el uso de declaraciones nutricionales. CAC/GL 23-1997

Las declaraciones nutricionales deberán estar en armonía con la política nacional de nutrición y apoyar tal política. Sólo se permitirán las declaraciones nutricionales que apoyen la política nacional de nutrición.

Las presentes directrices se refieren al uso de declaraciones nutricionales en el etiquetado de los alimentos y se aplicarán a todos los alimentos que son objeto de declaraciones de propiedades nutricionales sin menoscabo de las disposiciones específicas incluidas en las normas o directrices del Codex relativas a Alimentos para Regímenes Especiales y Alimentos para Fines Médicos Especiales teniendo por objeto complementar las Directrices Generales del Codex sobre Declaraciones de Propiedades y no sustituyendo ninguna de las prohibiciones contenidas en ellas.

Estas directrices distinguen y diferencian los conceptos de una serie de declaraciones:

Por **declaración de propiedades nutricionales** se entiende cualquier representación que afirme, sugiera o implique que un alimento posee propiedades nutritivas particulares especiales, no sólo en relación con su valor energético y contenido de proteínas, grasas y carbohidratos, sino además con su contenido de vitaminas y minerales. No constituyen declaraciones de propiedades nutricionales ni la mención de sustancias en la lista de ingredientes ni la mención de nutrientes como parte obligatoria del etiquetado nutricional ni la declaración cuantitativa o cualitativa de ciertos nutrientes o ingredientes en la etiqueta, si la legislación nacional lo requiere. Las únicas declaraciones de propiedades nutricionales permitidas serán las que se refieran a energía, proteínas, carbohidratos, y grasas y los derivados de las mismas, fibra, sodio y vitaminas y minerales para los cuales se han establecido valores de referencia de nutrientes (VRN) en las Directrices del Codex para Etiquetado Nutricional.

Por **declaración de propiedades relativas al contenido de nutrientes** se entiende una declaración de propiedades nutritivas que describe el nivel de un determinado nutriente contenido en un alimento. Cuando se haga una declaración de contenido nutricional que esté incluida en el cuadro de estas directrices o se haga otra declaración sinónima, serán de aplicación las condiciones especificadas en el cuadro para tal declaración. Cuando se trate de un alimento que, por su naturaleza, posee un bajo contenido o está exento del nutriente al que se refiere la declaración de propiedades, los términos que describen el nivel del nutriente no deberán preceder el nombre del alimento, sino que deberá utilizarse la forma: "alimento de bajo contenido de (nombre del nutriente)" o: "alimento exento de (nombre del nutriente)"

Por **declaración de propiedades comparativa** se entiende una declaración de propiedades que compara los niveles de nutrientes y/o el valor energético de dos o más alimentos. Se permitirán declaraciones de propiedades comparativas, con sujeción a las siguientes condiciones y basándose en el alimento tal como se ofrece a la venta, teniendo en cuenta la preparación posterior requerida para su consumo de acuerdo con las instrucciones para su uso que se indican en la etiqueta. Los alimentos comparados deberán ser versiones diferentes de un mismo alimento o alimentos similares. Los alimentos que se comparan deberán ser identificados claramente. Se deberá indicar la cuantía de la diferencia en el valor energético o el contenido de nutrientes y deberá figurar cerca de la declaración comparativa información sobre la cuantía de la diferencia relativa a la misma cantidad, expresada en porcentaje, en fracción o en una cantidad absoluta. Se deberán incluir detalles completos de la comparación establecida y la identidad del alimento o alimentos con los cuales se compara el alimento en cuestión (el alimento o alimentos deberán describirse de modo que el consumidor pueda identificarlos fácilmente). La comparación deberá basarse en una diferencia relativa de al menos 25% en el valor energético o contenido de nutrientes entre los alimentos comparados, excepto para los micronutrientes para los cuales sería aceptable una diferencia en el valor de referencia de nutrientes del 10%, y una diferencia absoluta mínima en el valor energético o contenido de nutrientes equivalente a la cifra que se define como "de bajo contenido" o "fuente de" en el cuadro de estas directrices. El uso del vocablo "ligero" deberá seguir el mismo criterio que para "reducido" e incluir una indicación de las características que hacen que el alimento sea "ligero".

Por **declaración de propiedades relativas a la función de los nutrientes** se entiende una declaración de propiedades nutricionales que describe la función fisiológica del nutriente en el crecimiento, el desarrollo y las funciones normales del organismo. Solamente deberán ser objeto de una declaración de propiedades relativas a la función de un nutriente aquellos nutrientes esenciales para los cuales se haya establecido un valor de referencia de nutrientes en las Directrices del Codex para Etiquetado Nutricional o aquellos nutrientes que se mencionan en las directrices dietéticas oficialmente reconocidas. El alimento en relación con el cual se haga una declaración debe constituir una fuente significativa del nutriente en la alimentación. La declaración de propiedades relativas a la función del nutriente deberá basarse en el consenso científico apoyado por la autoridad competente. La declaración de propiedades no deberá sugerir o incluir ninguna declaración en el sentido de que el nutriente induciría cura, tratamiento o protección contra enfermedades.

CUADRO DE CONDICIONES PARA LOS CONTENIDOS DE NUTRIENTES

COMPONENTE	PROPIEDAD DECLARADA	CONDICIONES no más de:
Energía	Contenido bajo	40 kcal (170 kJ) por 100 g (sólidos) o 20 kcal (80 kJ) por 100 ml (líquidos)
	Exento	4 kcal por 100 ml (líquidos)
Grasa	Contenido bajo	3 g por 100 g (sólidos) 1,5 g por 100 ml (líquidos)
	Exento	0,15 g por 100 g/ml

Grasa saturada	Contenido bajo Exento	1,5 g por 100 g (sólidos) 0,75 g por 100 g (líquidos) y 10% de energía 0,1 g por 100 g (sólidos) 0,1 g por 100 ml (líquidos)
Colesterol	Contenido bajo Exento	0,02 g por 100 g (sólidos) 0,01 g por 100 ml (líquidos) 0,005 g por 100 g (sólidos) 0,005 g por 100 ml (líquidos) y, para ambas declaraciones, menos de: 1,5 g de grasa saturada por 100 g (sólidos) 0,75 g de grasa saturada por 100 ml (líquidos) y 10% de calorías de grasa saturada
Azúcares	Exento	0,5 g por 100 g/ml
Sodio	Contenido bajo Contenido muy bajo Exento	0,12 g por 100 g 0,04 g por 100 g 0,005 g por 100 g

Normativa específica en Latinoamérica

En **Argentina**, en agosto de 2004 comenzó a regir la Resolución conjunta 40 de la Secretaría de Políticas, Regulación y Relaciones Sanitarias (SPRyRS) y la 298, de la Secretaría de Agricultura, Ganadería, Pesca y Alimentos (SAGPyA), que incorpora el artículo 235 quinto al Código Alimentario Argentino (CAA). En dicha resolución se define a la Información Nutricional Complementaria (claims) como “cualquier expresión y/o representación que afirme, sugiera o implique que un alimento posee propiedades nutricionales particulares”. Para que no haya confusiones, la normativa comienza por establecer una equivalencia entre términos del castellano y del inglés, que más de una vez suelen ser utilizados en forma indiscriminada. Así, las palabras “Light”, “Lite” o “Low” son equivalentes a “Bajo Contenido”. Lo mismo sucede con “Free” o “Zero”, que pueden utilizarse como equivalentes de “Libre”, “No contiene” o “Exento”. Además, la norma fija taxativamente los términos que pueden ser utilizados para hacer referencia al contenido de nutrientes o valor energético de los alimentos (“leve”, “ligero”, “bajo”, “pobre”, “bajo contenido”, “light”, “lite” o “low”), y le otorga a esos términos un uso restringido, de acuerdo a una precisa tabla de valores.

ATRIBUTO	CONTENIDO ANSOLUTO DE NUTRIENTES Y/O VALOR ENERGETICO	TERMINOS EQUIVALENTES EN INGLES
BAJO	Leve, Ligero, Pobre, Bajo, Bajo Contenido	Light, Lite, Low
MUY BAJO	Muy Bajo	Very Low
NO CONTIENE	Libre ..., Sin..., Cero..., Exento ..., No contiene...	...Free, No..., Without..., Zero...
SIN AGREGADO	Sin agregado ..., Sin adición ..., Sin...agregado	No Added

ALTO CONTENIDO	Alto contenido ..., Rico ..., Alto tenor..	High..., Rich....
FUENTE	Fuente	Source

ATRIBUTO	CONTENIDO COMPARATIVO DE NUTRIENTES Y/O VALOR ENERGETICO	TERMINOS EQUIVALENTES EN INGLES
REDUCIDO	Reducido ..., Leve..., Liviano, Menos que...	Light..., Lite..., Reduced..., Less than...
AUMENTADO	Aumentado..., Más que...	Increased ..., More than...

Sólo se permite hacer declaraciones de información nutricional complementaria sobre valor energético, carbohidratos, azúcares, proteínas, grasas totales, grasas saturadas, colesterol, sodio, sal, fibra alimentaria, vitaminas y minerales, cuyos atributos y condiciones se encuentran definidos en la tabla. En la misma se distingue la información nutricional complementaria relacionada con el contenido absoluto, es decir las declaraciones de niveles o cantidades de nutrientes y/o valor energético del alimento; y las declaraciones relacionadas con el contenido comparativo, cuando la información nutricional complementaria compara dos o más alimentos. Los alimentos comparados deben ser diferentes versiones de un mismo alimento o alimento similar y deben estar claramente identificados. La diferencia en el atributo objeto de la comparación, debe expresarse cuantitativamente en el rótulo como porcentaje, fracción o cantidad absoluta. Por ejemplo: "Light - 50% menos grasas que el producto tradicional" o "Light - 30% menos calorías que el producto tradicional". Se debe detallar qué es lo que se reduce y cuánto más "bajo" es.

Contenido absoluto

DECLARACIONES	ATRIBUTO	CONDICIONES EN EL PRODUCTO LISTO PARA EL CONSUMO
Valor energético (calórico)	Bajo	Máximo de 40 kcal (170 kJ) / 100 g para sólidos Máximo de 20 kcal (80 kJ) / 100 ml para líquidos
	No contiene	Máximo de 4 kcal (17 kJ) / 100 g para sólidos Máximo de 4 kcal (17 kJ) / 100 ml para líquidos

Carbohidratos	Bajo	Máximo de 5 g / 100 g de carbohidratos para sólidos Máximo de 2,5 g / 100 ml de carbohidratos para líquidos y las mismas condiciones exigidas para los atributos Valor Energético Bajo o Reducido O una de las siguientes frases: “No es un alimento reducido en calorías/energía” “No es un alimento bajo en calorías/energía”
	No contiene	Máximo de 0,5 g de carbohidratos / 100g (sólidos) Máximo de 0,5 g de carbohidratos / 100ml (líquidos) y las mismas condiciones exigidas para los atributos Valor Energético Bajo o Reducido O una de las siguientes frases: “No es un alimento reducido en calorías/energía” “No es un alimento bajo en calorías/energía”
Azúcares	Bajo	Máximo de 5 g de azúcares / 100 g (sólidos) Máximo de 2,5 g de azúcares / 100 ml (líquidos) y Las mismas condiciones exigidas para los atributos Reducido o Bajo Valor Energético, o una de las siguientes frases: “No es un alimento reducido en calorías/energía” “No es un alimento bajo en calorías/energía”
	No contiene	Máximo de 0,5 g de azúcares/ 100 g (sólidos) Máximo de 0,5 g de azúcares / 100 ml (líquidos) y Las mismas condiciones exigidas para los atributos Reducido o Bajo Valor Energético, o una de las siguientes frases: “No es un alimento reducido en calorías/energía” “No es un alimento bajo en calorías/energía”

	Sin adición	No se adicionaron azúcares durante la producción o envasado del producto y, no contiene jugos de frutas o ingredientes a los cuales se les haya agregado azúcares y, cumple con la condición de exento de azúcares o la frase “no es un alimento libre de azúcares” y, las mismas condiciones exigidas para los atributos Reducido o Bajo Valor Energético, o una de las siguientes frases: “No es un alimento reducido en calorías/energía” “No es un alimento bajo en calorías/energía”
Grasas totales	Bajo	Máximo de 3 g de grasas / 100 g (sólidos) Máximo de 1,5 g de grasas / 100 ml (líquidos)
	No contiene	Máximo de 0,5 g de grasas / 100 g (sólidos) Máximo de 0,5 g de grasas / 100 ml (líquidos)
Grasas saturadas	Bajo	Máximo de 1,5 g de grasa saturada / 100 g (sólidos) Máximo de 0,75 g de grasa saturada / 100 ml (líquidos) y Energía aportada por la grasa saturada no debe ser mayor a 10% del Valor Energético Total
	No contiene	Máximo de 0,1 g de grasa saturada / 100 g (sólidos) Máximo de 0,1 g de grasa saturada / 100 ml (líquidos)
Colesterol	Bajo	Máximo de 20 mg colesterol / 100 g (sólidos) Máximo de 10 mg colesterol / 100 ml (líquidos) y Máximo de 1,5 g de grasa saturada / 100 g (sólidos) Máximo de 0,75 g de grasa saturada / 100 ml (líquidos) y Energía aportada por grasa saturada no debe ser mayor a 10% del Valor Energético Total
	No contiene	Máximo de 5 mg colesterol / 100 g (sólidos) Máximo de 5 mg colesterol / 100 ml (líquidos) y Máximo de 1,5 g grasa saturada / 100 g (sólidos) Máximo de 0,75 g grasa saturada / 100 ml (líquidos) y Energía aportada por grasa saturada no debe ser mayor a 10% del Valor Energético Total

Sodio	Bajo	Máximo de 120 mg sodio / 100 g (sólidos) Máximo de 120 mg sodio / 100ml (líquidos)
	Muy bajo	Máximo de 40 mg sodio / 100 g (sólidos) Máximo de 40 mg sodio / 100ml (líquidos)
	No contiene	Máximo de 5 mg sodio / 100 g (sólidos) Máximo de 5 mg sodio / 100ml (líquidos)
Sal	Sin adición	a) No se agrega sal durante la elaboración, b) El alimento utilizado como referencia es normalmente elaborado con sal, c) El contenido de sodio del alimento cumple con la condición de exento y, d) Si el contenido cumple con las condiciones de: muy bajo o bajo en sodio, consignará: No es un alimento libre de sodio
Proteínas	Fuente	Mínimo de 10% de la IDR o DDR de referencia por 100 g (sólidos) Mínimo de 5% de la IDR o DDR de referencia por 100 ml (líquidos)
	Alto contenido	Mínimo de 20% de la IDR o DDR de referencia por 100 g (sólidos) Mínimo de 10% de la IDR o DDR de referencia por 100 ml (líquidos)
Fibra alimentaria	Fuente	Mínimo de ,0 g de fibras / 100 g (sólidos) Mínimo de 1,5 g de fibras / 100 ml (líquidos)
	Alto contenido	Mínimo de 6 g fibras / 100 g (sólidos) Mínimo de 3 g fibras / 100 ml (líquidos)
Vitaminas y minerales	Fuente	Mínimo de 15% de la IDR o DDR de referencia por 100 g (sólidos) Mínimo de 7,5% de la IDR o DDR de referencia por 100 ml (líquidos)
	Alto contenido	Mínimo de 30% de la IDR o DDR de referencia por 100 g (sólidos) Mínimo de 15% de la IDR o DDR de referencia por 100 ml (líquidos)

Contenido comparativo

DECLARACIONES	ATRIBUTO	CONDICIONES EN EL PRODUCTO LISTO PARA EL CONSUMO
Valor energético (calórico)	Reducido	Reducción mínima del 25% del Valor Energético Total y diferencia mayor que 40 kcal (170 kJ) / 100 g (para sólidos) o 20 kcal (80 kJ) / 100 ml (para líquidos),
	Aumentado	Aumento mínimo del 25% del Valor Energético Total y diferencia mayor que 40 Kcal (170 kJ) / 100 g (sólidos) o 20 Kcal (80 kJ) / 100 ml (líquidos)
Carbohidratos	Reducido	Reducción mínima de 25% de carbohidratos y diferencia mayor que 5 g de carbohidratos / 100 g (sólidos) 2,5 g de carbohidratos / 100 ml (líquidos), y las mismas condiciones exigidas para los atributos Valor Energético Bajo o Reducido. O una de las siguientes frases: "No es un alimento reducido en calorías/energía" "No es un alimento bajo en calorías/energía"
	Aumentado	Aumento mínimo de 25% de carbohidratos y diferencia mayor que 5 g de carbohidratos / 100 g (sólidos) 2,5 g de carbohidratos / 100 ml (líquidos).
Azúcares	Reducido	Reducción mínima de 25% de Azúcares y diferencia mayor que 5 g de azúcares / 100 g (sólidos) 2,5 g de azúcares / 100 ml (líquidos) Y las mismas condiciones exigidas para los atributos Reducido o Bajo Valor Energético, O una de las siguientes frases: "No es un alimento reducido en calorías/energía" "No es un alimento bajo en calorías/energía"
	Aumentado	Aumento mínimo de 25% de Azúcares y diferencia mayor que 5 g de azúcares / 100 g (sólidos) 2,5 g de azúcares / 100 ml (líquidos)
Grasas totales	Reducido	Reducción mínima de 25% en Grasas Totales y diferencia mayor que 3 g grasas / 100 g (sólidos) 1,5 g grasas / 100 ml (líquidos)

Grasas saturadas	Reducido	Reducción mínima de 25% en grasas saturadas y diferencia mayor que 1,5 g de grasa saturada / 100 g (sólidos) 0,75 g de grasa saturada / 100 ml (líquidos) y Energía aportada por grasas saturadas debe ser no mayor que 10% del Valor Energético Total
Colesterol	Reducido	Reducción mínima de 25% en colesterol y diferencia mayor que 20 mg colesterol / 100 g (sólidos) 10 mg colesterol / 100 ml (líquidos) y Máximo de 1,5 g de grasa saturada / 100 g (sólidos) y Máximo de 0,75 g de grasa saturada / 100 ml (líquidos) y Energía aportada por grasas saturadas debe ser no mayor que 10% del Valor Energético Total
Sodio	Reducido	Reducción mínima de 25% en Sodio y diferencia mayor que 120 mg / 100 g (sólidos) 120 mg / 100 ml (líquidos)
Proteínas	Aumentado	Aumento mínimo de 25% del contenido de proteínas y diferencia mayor que 10% de la IDR o DDR / 100 g para sólidos 5% de la IDR o DDR / 100 ml para líquidos
Fibra alimentaria	Aumentado	Aumento mínimo de 25% del contenido de fibras alimentarias y diferencia mayor que 3 g / 100g para sólidos 1,5 g / 100 ml para líquidos
Vitaminas y minerales	Aumentado	Aumento mínimo de 10% de la IDR o DDR de vitaminas y/o minerales y diferencia mayor que 15% de la IDR o DDR / 100 g para sólidos 7,5% de la IDR o DDR / 100 ml para líquidos

Otro de los puntos importantes de esta resolución, es que establece que los valores se expresen en base a 100 gramos o 100 mililitros, permitiendo comparar, por ejemplo, el mismo producto pero de diferentes marcas. En la resolución se definen, muy particularmente, cuáles son las condiciones para la utilización de las leyendas: “Sin adición de sal” y “Sin agregado de azúcar” o “sin adición de azúcar”. La normativa excluye la palabra “diet” de la nómina de términos permitidos. Según los especialistas, la modificación obedece fundamentalmente a que el término “diet” es el que mayor confusión genera, asociándolo directamente con un alimento que tiene propiedades adelgazantes.

Sumado a los requisitos del artículo 235 quinto del CAA en septiembre de 2005, la Administración Nacional de Medicamentos, Alimentos y Tecnología Médica (ANMAT) publicó la Disposición 49802. En su Anexo III se definen las normas específicas que deberán cumplir

toda publicidad o propaganda de productos alimenticios. La publicidad o propaganda debe orientar al consumo adecuado del producto, presentando sus propiedades objetivamente, sin engaños o equívocos, brindando información veraz, precisa y clara. Se prohíbe promocionar que el consumo del alimento constituye una garantía de salud, atribuir al producto acciones y/o propiedades terapéuticas, sugerir que el alimento es un producto medicinal y mencionar que un alimento diagnostica, cura, calma, mitiga, alivia, previene o protege de una enfermedad.

En **Bolivia** conforme con la Secretaría de Industria y Comercio los requisitos para los rótulos y/o envases de productos alimenticios y de productos envasados y no envasados están reglamentados en la Norma Boliviana de etiquetado de los alimentos preenvasados. NB 314 001 (Normas de Emergencia N°1/78 y N°2/78) adoptada por el Instituto Boliviano de Normalización y Calidad – IBNORCA por el Decreto Supremo N° 26511 de 21/02/02. Este Instrumento no es de aplicación obligatoria lo que limita el campo de acción de la misma, porque al ser de cumplimiento voluntario, sólo algunos productos cumplen con lo establecido. Esta Norma no requiere que la etiqueta indique el origen y tipo de mercancía, pero sí se debe indicar el peso neto en unidades métricas. Aquellos bienes que pasan en tránsito para ser nacionalizados deben indicar esta condición sobre la etiqueta.

En **Chile**, la declaración de propiedades nutricionales queda establecida por el Reglamento Sanitario de los Alimentos así como por una Resolución y una Exenta.

Respecto del Registro Sanitario de Alimentos, el artículo 106 define las propiedades nutricionales como las características nutricionales particulares del alimento, que se indican a través de mensajes referidos a aporte de energía, contenido de proteínas, grasas o lípidos, hidratos de carbono, vitaminas, minerales o factores alimentarios, como fibra dietética y colesterol. El artículo 114 establece que todos los alimentos que en su rotulación o publicidad declaren propiedades saludables o, cuando su descripción produzca el mismo efecto, quedarán afectos a la declaración de nutrientes tal como lo establece el reglamento. La declaración de propiedades nutricionales no podrá hacer asociaciones falsas, inducir el consumo innecesario de un alimento ni otorgar sensación de protección respecto de una enfermedad o condición de deterioro de la salud. El artículo 115 establece que cuando se aplique la declaración de nutrientes se deberá incorporar al rótulo información sobre valor energético en kcal; cantidades de proteínas, carbohidratos disponibles y grasas, en gramos (entendiéndose por carbohidratos disponibles el total de carbohidratos con exclusión de la fibra dietética); la cantidad de cualquier otro nutriente, fibra dietética y colesterol, acerca del que se haga una declaración de propiedades. El contenido de colesterol deberá incluirse en todos los alimentos que declaren propiedades nutricionales o saludables con relación a grasa o colesterol. El artículo 116 establece que cuando se haga una declaración de propiedades nutricionales con respecto a la cantidad o el tipo de carbohidratos deberá incluirse, además de lo prescrito en el artículo 115, la cantidad total de azúcares. Podrán indicarse también las cantidades de almidón y otros constituyentes de carbohidratos. Asimismo, cuando se declaren específicamente propiedades nutricionales respecto a la cantidad o tipo de ácidos grasos, además de lo establecido en el artículo 115, deberá indicarse inmediatamente a continuación de la declaración del contenido total de grasas, las cantidades de ácidos grasos saturados, monoinsaturados, poliinsaturados y colesterol. El artículo 118 indica que cuando se haga declaración de nutrientes podrán enumerarse además, las vitaminas y minerales que se hallen presentes en cantidades significativas, 5% o más de la ingesta recomendada para la población pertinente. EL artículo 119 incluye la información nutricional complementaria, que facultativamente se podrá añadir a la declaración de nutrientes y que tendrá por objeto

facilitar la comprensión del consumidor del valor nutritivo del alimento y ayudarle a interpretar la declaración sobre él o los nutrientes. Finalmente, el artículo 120 establece que para destacar las cualidades de un alimento o producto en cuanto a determinados nutrientes, sólo se permitirá el uso de los siguientes descriptores:

DESCRIPTOR	LIBRE DE	MUY BAJO	BAJO	LIVIANO	REDUCIDO
CALORIAS	Una porción de consumo habitual del alimento aporta menos de 5 kcal		Una porción del alimento aporta un máximo de 40 kcal. Para productos alimenticios que se consumen habitualmente hidratados cuya porción de es \leq a 30 g para usar este descriptor se considerará la porción reconstituida	El alimento contiene: a) 1/3 menos de calorías por porción que el alimento habitual, cuando éste contiene menos del 50% de calorías provenientes de las grasas que el alimento de referencia. En alimentos que el 50% o mas de las calorías provienen de la grasa, éstas deberán reducirse al menos en un 50%	Se ha reducido en 25% o más el aporte de calorías con respecto al alimento de referencia
SODIO	Una porción del alimento aporta menos de 5 mg	Contiene un máximo de 35 mg de sodio por porción. Cuando la porción es pequeña contiene esta cantidad por cada 50 g del alimento	Una porción del alimento aporta un máximo de 140 mg. Si la porción es menor a 30 g., por cada 50 g. de alimento el producto contiene un máximo de 140 mg de sodio	El alimento contiene 50% menos del aporte de sodio del alimento habitual, con respecto al alimento de referencia	Se ha reducido en 25% o más el aporte de sodio con respecto al alimento de referencia

AZUCAR	Una porción del alimento aporta menos de 0.5 gramos			El alimento contiene 50% menos del aporte de azúcares simples del alimento habitual con respecto al alimento de referencia	Se ha reducido en 25% o más el aporte de azúcares simples con respecto al alimento normal de referencia
GRASA TOTAL	Una porción del alimento aporta menos de 0.5 gramos de grasa.		Una porción del alimento aporta un máximo de 3 gramos.	El alimento contiene 50% menos del aporte de grasa total del alimento habitual con respecto al alimento normal de referencia.	Se ha reducido en 25% o más el aporte de grasa totales con respecto al alimento normal de referencia.
GRASA SATURADA	Una porción del alimento aporta menos de 0.5 gramos de grasa saturada y menos de 0.5 gramos de ácidos grasos trans		Una porción del alimento aporta un máximo de 1 gramo de grasa saturada y un máximo de 15% de calorías provenientes de grasas saturadas	El alimento contiene 50% menos del aporte de grasa saturada del alimento habitual, con respecto al alimento normal de referencia	Se ha reducido en 25% o más el aporte de grasas saturadas con respecto al alimento normal de referencia
GRASA TRANS	Una porción del alimento aporta menos de 0.5 gramos de ácidos grasos trans y menos de 0,5 gramos de grasa saturada				

COLESTEROL	Una porción del alimento aporta menos de 2 mg de colesterol	Una porción del alimento aporta un máximo de 20 mg de colesterol	El alimento contiene 50% menos del aporte de colesterol por porción del alimento habitual, con respecto al alimento de referencia	Se ha reducido en 25% o más el aporte de colesterol con respecto al alimento normal de referencia
-------------------	---	--	---	---

Una porción de consumo habitual es la cantidad de alimento consumida por una persona en una ocasión (sección 3.2).

Ácidos grasos trans, son compuestos que se forman por hidrogenación y temperatura en procesos tales como la transformación de aceites del estado líquido a sólido para la obtención de margarinas.

Los términos libre, bajo, reducido y liviano en colesterol no se pueden utilizar cuando el alimento contiene más de 2 gramos de grasa saturada o más de 4% de ácidos grasos trans.

El descriptor “libre de azúcar” debe ser mirado con precaución, puesto que en ciertos casos significa que es libre de sacarosa y no libre de azúcares simples. Para asegurarse de esta información se recomienda leer detalles en el listado de ingredientes y en la información nutricional correspondiente.

Otros descriptores son:

DESCRIPTOR	REQUISITOS
EXTRA MAGRO	Por porción de consumo habitual de referencia y por 100 g contiene como máximo: 5 g de grasa total, 2 g de grasa saturada y 95 mg de colesterol. Este descriptor se usa sólo en carnes
BUENA FUENTE	Cuando la porción de consumo habitual contiene entre 10 y 19% de la Dosis Diaria de Referencia para un nutriente particular
ALTO	Cuando la porción de consumo habitual contiene 20% o más de la Dosis Diaria de Referencia para un nutriente particular
FORTIFICADO O ENRIQUECIDO	Cuando al alimento se le agrega un nutriente particular o fibra dietética en un 10% o más de la Dosis Diaria de Referencia por porción de consumo habitual

Los alimentos denominados “Diet o Light” son alimentos en que se ha reemplazado el azúcar por otros edulcorantes no nutritivos, que surgieron hace varias décadas, se introdujeron al mercado orientado a los diabéticos y a quienes querían bajar de peso. Estos términos se han

popularizado teniendo actualmente gran éxito por ser denominaciones empleadas a nivel internacional. Los términos como “Diet” y “Light”, de acuerdo al RSA, son nombres de fantasía que sugieren una propiedad nutricional. Por lo tanto, en los alimentos que se usen estos términos se deberá indicar en la rotulación el descriptor nutricional que le corresponda, según el tipo de modificación. Así asociado a un término Diet o Light, el alimento podrá ser independientemente: libre, bajo, liviano o reducido en calorías, grasas, colesterol, sodio o azúcares.

La Resolución N° 393/02 del Ministerio de Salud, que Fija Directrices Nutricionales sobre Uso de Vitaminas y Minerales en Alimentos establece los valores de referencia utilizados en Chile para fines de etiquetado nutricional que están basados en los propuestos por el Codex Alimentarius para energía, proteínas, vitaminas y minerales. Para algunos nutrientes (vitamina E, K, biotina, ácido pantoténico, cobre y selenio) se usan los valores de la Academia Nacional de Ciencias de los Estados Unidos. Para el colesterol, sodio, potasio y la fibra dietética se usan los valores dados por la Food and Drug Administration (FDA). Los valores de referencia corresponden al nivel de ingesta de nutrientes recomendable para satisfacer requerimientos de nutrientes de una persona adulta, normal, promedio.

La Exenta N° 764. Normas técnicas sobre directrices nutricionales que indica, para la declaración propiedades saludables de los alimentos aprueba las siguientes normas técnicas sobre directrices nutricionales para los mensajes que se utilicen para declarar propiedades saludables y funcionales de los alimentos, consistentes en la asociación entre un alimento, un nutriente u otra sustancia y una condición de salud:

Asociación	Requisitos obligatorios. Descriptor, artículo 120 del RSA
1.- Grasa saturada, grasa trans, colesterol y enfermedades cardiovasculares	“Bajo aporte en grasa total” “Bajo aporte en grasa saturada” “Bajo aporte de colesterol” “Libre de ácidos grasos trans”
2.- Grasa total y cáncer	“Bajo aporte en grasa total”
3.- Calcio y osteoporosis	“Alto en calcio”
4.- Sodio e hipertensión arterial	“Bajo aporte en sodio”
5.- Fibra dietética y cáncer	“Buena fuente de fibra dietética” o “Alto en fibra dietética” – Ambos sin fortificación

6.- Fibra dietética y enfermedades cardiovasculares	<p>“Bajo aporte en grasa total”</p> <p>“Bajo aporte en grasa saturada”</p> <p>“Bajo aporte de colesterol”</p> <p>“Libre de ácidos grasos trans”</p>
7.- Frutas y vegetales (hortalizas, cereales, leguminosas, tubérculos y oleaginosas) y cáncer	<p>“Buena fuente de” o “Alto en”</p> <p>– Ambos sin fortificación, al menos uno de los siguientes: Vitamina A, vitamina C y fibra dietética. “Bajo aporte en grasa total”</p>
8.- Hierro y anemia nutricional	<p>“Alto en hierro”</p>
9.-Ácido fólico y defectos del tubo neural	<p>“Altos en ácido fólico”</p>
10.- Lactobacillus spp., Bifidobacterium spp. y otros bacilos específicos y flora intestinal y/o tránsito intestinal y/o inmunidad	<p>No hay</p>
11.- Fitoesteroles, fitoestanoles y enfermedad cardiovascular	<p>“Bajo en grasa saturada”</p> <p>“Bajo en colesterol”</p> <p>“Libre de ácidos grasos trans”</p>
12.- Polioles y caries dentales	<p>“Libre de azúcar/azúcares”. Se exceptúa de esta condición a la D-tagatosa (azúcar no cariogénica)</p>
13.- Soya y enfermedades cardiovasculares	<p>“Bajo aporte en grasas saturadas”</p> <p>“Bajo aporte en colesterol”</p> <p>“Bajo aporte en grasa total”</p>
14.- Oligosacáridos como prebióticos (incluidos: inulina, polidextrosa y otros) y flora intestinal	<p>No hay</p>

15.- Potasio e hipertensión arterial y otras enfermedades cardiovasculares	<p>“Buena fuente de potasio” o “Alto en potasio” “Bajo aporte en sodio” “Bajo aporte en grasa total” “Bajo aporte en grasa saturada” “Bajo aporte en colesterol” “Libre de ácidos grasos trans”</p>
16.- DHA/EPA (Omega-3) y enfermedades cardiovasculares	<p>“Alto en DHA/EPA”. La porción de consumo habitual debe contener como mínimo 200 mg de EPA ó 200 mg de EPA + DHA, y no más de 2 g de EPA ó 2 g de EPA + DHA, en forma natural, agregada o ambas</p>
17.- Lactosa e intolerancia a la lactosa	<p>“Libre de lactosa”. La porción de consumo habitual contiene menos de 0,5 g de azúcar o azúcares según sea el caso</p>
18.- DHA y sistema nervioso y visual	<p>“Alto en DHA/EPA”. La porción de consumo habitual debe contener como mínimo 200 mg de DHA y no más de 2 g de EPA ó 2 g de EPA + DHA, en forma natural, agregada o ambas</p>

El gobierno de **Colombia** dentro de su política de salud pública ha desarrollado reglamentaciones específicas para rotulado de alimentos, la Resolución 5109 para Rotulado General y la Resolución 333 para Rotulado Nutricional siendo la herramienta esencial para que el consumidor tenga la posibilidad de conocer información clara y veraz sobre los ingredientes, aditivos y contenido nutricional de los productos alimenticios.

La Resolución 5109 de 2005 por la cual se establece el reglamento técnico sobre los requisitos de rotulado o etiquetado que deben cumplir los alimentos envasados y materias primas de alimentos para consumo humano establece la definición de “declaración de propiedades” como cualquier representación que afirme, sugiera o implique que un alimento tiene cualidades especiales por su origen, propiedades nutritivas, naturaleza, elaboración, composición u otra cualidad cualquiera. Además, establece la información que debe incluirse en el etiquetado (nombre del alimento, lista de ingredientes, contenido neto y peso escurrido, nombre y dirección, identificación del lote, marcado de la fecha, instrucciones de conservación, instrucciones de uso, registro sanitario, declaración cuantitativa y declaración de alérgenos.

La Resolución 333 de 2011 Por la cual por la cual se establece el reglamento técnico sobre los requisitos de rotulado o etiquetado nutricional que deben cumplir los alimentos envasados para consumo humano que entró en vigor el día 15 de octubre de 2011 es el principal

medio de comunicación entre fabricantes y consumidores pues permite comparar el contenido nutricional de los diferentes productos de una misma categoría bajo los mismos parámetros con lo que se entenderá claramente cuál es el beneficio nutricional o valor agregado que le está ofreciendo el producto de manera que los datos nutricionales favorecen la correcta elección de haga el consumidor al tiempo que fortalece y favorece la competitividad y el interés por brindar alimentos con valor nutricional agregado (diferenciación) y la educación nutricional a través de la etiqueta, la cual le permitirá modificar sus hábitos alimentarios hacia una vida más saludable. Aplica a los alimentos, en cuyos rótulos o etiquetas se declare información nutricional, propiedades nutricionales, propiedades de salud o cuando su descripción produzca el mismo efecto de las declaraciones de propiedades nutricionales o de salud. Los requisitos básicos son que las declaraciones no deben presentarse en forma equívoca y deben ser respaldadas con evidencia científica y que los valores de los nutrientes sean reales. Como prohibiciones se establecen el hacer creer que alimentos comunes no suministran nutrientes, las propiedades no comprobables y que sugieran que el alimento por si solo es suficiente para la alimentación diaria. Los nutrientes de declaración obligatoria son calorías totales y de grasa, proteína, grasa total y saturada, grasa trans, carbohidratos, fibra dietaria, colesterol, sodio, azúcares, vitaminas A y C, calcio y hierro. Las declaraciones de nutrientes deben hacerse por porción del alimento y los valores de los nutrientes serán tomados de análisis de muestras representativas del producto, tabla de composición de alimentos colombianos ICBF, especificaciones –fichas técnicas de materias primas o publicaciones internacionales. Permite dos tipos de declaraciones nutricionales, declaraciones de propiedades relacionadas con el contenido de nutrientes y declaración de propiedades comparativas.

Declaraciones de propiedades relacionadas con el contenido de nutrientes

TERMINO USADO	CONDICION QUE DEBE CUMPLIR
ALTO, “rico en” o “excelente fuente de”	20% ó MAS DEL %VR
BUENA FUENTE, “proporciona”, “fuente”, “contiene” o “con”	10 AL 19% DEL %VR
LIBRE DE, “no contiene”; “sin”; “cero” (o su expresión numérica); “exento de” o “fuente no significativa de”	Calorías: menos de 5 Cal Grasa: Menos de 0,5 g Grasa saturada: menos de 0,5 g Azúcares: Menos del 0,5 g Sodio: Menos de 5 mg
BAJO EN, “poco”, “pocas”, “baja fuente de” o “contiene una pequeña cantidad	Calorías: Contiene 40 Cal Grasa: 3 g o menos Sodio: Máximo 140 mg
MUY BAJO	Sodio: Máximo 35 mg
MAGRO	Solo para carnes y pescados
EXTRA MAGRO	Solo para carnes y pescados

Declaración de propiedades comparativas

TERMINO USADO	CONDICION QUE DEBE CUMPLIR
Reducido en a) Calorías b) Grasa c) Grasa saturada d) Colesterol e) Sodio f) Azúcares	Mínimo el 25% con respecto al producto de referencia
Light: Calorías (si el 50% o más de las calorías provienen de la grasa)	Grasa reducida por lo menos en un 50%
Sodio: “Light en sodio” y “Light en calorías”	Se ha reducido a menos de un 50 % comparado con el alimento de referencia
Enriquecido/Fortificado/Adicionado con. “añadido” o “más”	El alimento se ha adicionado por lo menos en un 10% y no más del 100% del VR (vitaminas, minerales, proteína y fibra dietaria)

En **Costa Rica** los requisitos para el etiquetado de alimentos y declaraciones de propiedades nutricionales y de salud, se establecen en el Reglamento Técnico de etiquetado de los alimentos preenvasados RTCR 100:1997 que fue objeto de una reforma parcial N° 33117, tipificado en la Gaceta N° 98 del 23 de mayo de 2006 del Ministerio de Salud y el Ministerio de Economía, Industria y Comercio. Las Normas consideran que es función esencial del Estado evitar que se induzca a error al consumidor y estar enteramente de acuerdo con la normativa internacional. Ante tal situación se procedió a homologar la Norma general del Codex para el etiquetado de los alimentos preenvasados CODEX STAN 1-1985 (Rev. 1-1991) revisada en 1985 y 1991 y enmendada en 1999 y 2001.

En **Ecuador** la Resolución publicada en el Registro Oficial N° 2000395 (3 de julio de 2006) del Ministerio de Comercio Exterior, Industrialización, Pesca y Turismo se estableció que es conveniente que estas Normas Técnicas Ecuatorianas sean oficializadas con el carácter de obligatorias, a fin de racionalizar el rotulado nutricional de los envases o empaques en los que se comercialicen los productos alimenticios, de manera que exista un justo equilibrio de intereses entre productores y consumidores, y cuyo texto se publica como anexo a este acuerdo. De acuerdo al trabajo realizado por el Observatorio de Competitividad, sobre perfiles de la Comunidad Andina de Naciones (CAN) se precisa que el Instituto Ecuatoriano de Normalización (INEM) tiene como tarea reglamentar los requerimientos técnicos de cualquier artículo que ingrese al mercado ecuatoriano. Está estipulado que los productos envasados deben llevar un rótulo visible, impreso o adherido con caracteres legibles en castellano y debe contener como información mínima el nombre del producto, la marca comercial e identificación del lote, la razón social de la empresa, el contenido neto, una indicación si se trata de un producto artificial, el número de Registro Sanitario, la fecha de elaboración y tiempo máximo de consumo, la lista de ingredientes, la forma de conservación, el precio de venta al público y la ciudad y país de origen. Otro Instrumento Legal que hace referencia al rotulado es la Ley Orgánica de Defensa al Consumidor (2000), que establece en su Capítulo IV

(artículo 14), sobre información básica comercial, que sin perjuicio de lo que dispongan las Normas Técnicas al respecto, los proveedores de productos alimenticios de consumo humano deberán exhibir en el rotulado de los productos, obligatoriamente, el nombre del producto, la marca comercial, la identificación del lote, la razón social de la empresa, el contenido neto, el número de registro sanitario, el valor nutricional, la fecha de expiración o tiempo máximo de consumo, la lista de ingredientes con sus respectivas especificaciones, el precio de venta al público, el país de origen y una indicación si se trata de alimento artificial, irradiado o genéticamente modificado.

En **Guatemala**, la Norma de etiquetado de productos alimenticios envasados para consumo humano COGUANOR NGO 34 039 1ª. Revisión establece los requisitos mínimos que debe cumplir el etiquetado de los productos alimenticios envasados para consumo humano, producidos en el país o de origen extranjero. Esta Norma se aplica al etiquetado de todos los productos alimenticios envasados para la venta directa al consumidor final, así como a los suministrados a los restaurantes, hospitales y otros establecimientos y colectividades similares. Las declaraciones nutricionales deberán cumplir con el Reglamento Técnico Centroamericano.

En **México**, la regulación sanitaria vigente para la declaración de propiedades nutrimentales está delimitada por la Ley General de Salud, el Reglamento de Control Sanitario de Productos y Servicios, el Reglamento de la Ley General de Salud en materia de Publicidad y las Normas Oficiales Mexicanas NOM-086-SSA1-1994. Bienes y Servicios. Alimentos y Bebidas no Alcohólicas con modificaciones en su composición. Especificaciones nutrimentales y NOM-051-SCFI-1994. Información Comercial- Etiquetado para alimentos y bebidas no alcohólicas preenvasados. La Comisión Federal para la Protección contra Riesgos Sanitarios es la dependencia Federal encargada del control sanitario de los alimentos, particularmente en las actividades de vigilancia, dictamen y autorización. Se entiende por declaración de propiedad nutrimental cualquier representación que afirme, sugiera o implique que un alimento posee propiedades nutritivas particulares incluyendo pero no limitándose a su valor energético y contenido de proteínas, lípidos e hidratos de carbono, así como su contenido de vitaminas y minerales. No son declaraciones de propiedades nutrimentales la mención de sustancias en la lista de ingredientes, la mención de nutrimentos como parte obligatoria del etiquetado nutrimental o la declaración cuantitativa o cualitativa de nutrimentos o ingredientes requeridos por las NOM's aplicables. Si se incluyen las declaraciones de propiedades relativas al contenido de nutrimentos y a la declaración de propiedades de comparación de nutrimentos. En enero de 2011 entró en vigor la Norma Oficial Mexicana NOM-051-SCFI/SSA 1-2010, que rige las especificaciones generales de etiquetado para alimentos y bebidas no alcohólicas preenvasadas, con el fin de proporcionar más información sanitaria y comercial a los consumidores y se alinea con los estándares internacionales y busca proteger a los consumidores e incrementar la competitividad y la productividad de las empresas. Esta Norma hace obligatoria la declaración de información nutrimental e incluye varias definiciones sobre declaraciones de propiedades nutrimentales y saludables (claims), de Valores Nutrimentales de Referencia (Ingesta Diaria Recomendada, Ingesta Diaria Sugerida) de acuerdo con lo publicado por el Instituto Nacional de Nutrición e incluye como declaración obligatoria a la fibra dietética. Mejora la forma en que se presentan las declaraciones de propiedades para abordar las declaraciones que son prohibidas y las declaraciones que son potencialmente engañosas, incluyéndose las declaraciones de propiedades condicionales y definiciones sobre las declaraciones nutrimentales y saludables.

Las propiedades nutrimentales se declararán conforme a lo establecido en la NOM-086-SSA1-1994 entendiéndose como declaraciones prohibidas, las señaladas en el numeral 6: La declaración sobre un producto cuando se pretenda atribuirle características que no contiene o

posee; declaraciones con información que induzca al error en cuanto a su composición, origen, efectos, beneficios y propiedades nutrimentales; declaraciones que presenten al producto como sustituto de un tiempo de comida y/o que afirmen o sugieran que controlan el peso o la disminución o incremento corporal y declarar las propiedades saludables de reducción de riesgo de enfermedad. Cuando debido a la naturaleza de un producto o sus ingredientes se utilice una declaración de propiedades nutrimentales, ésta deberá redactarse en un contexto general, de tal forma que se denote que es una característica atribuible a otros productos o ingredientes de la misma naturaleza. Derivado de la importancia que han adquirido las declaraciones de propiedades en el ámbito internacional, la Comisión Federal para la Protección contra Riesgos Sanitarios llevó a cabo reuniones con el sector industrial, a fin de establecer “Criterios para la Declaración de Propiedad Nutrimental o Saludable en el Etiquetado”, ya que con dichas declaraciones se puede dar al consumidor una mejor orientación sobre las características de los alimentos. Se ha elaborado un documento que define las declaraciones de propiedades nutrimentales como “cualquier representación que afirme, sugiera o implique que un alimento posee propiedades nutritivas particulares”. El contexto normativo, además, indica que se declararán conforme a lo establecido en la NOM-086-SSA1-1996, deberán redactarse en un contexto general, en el que se denote que es una característica atribuible a otros productos o ingredientes de la misma naturaleza. A través de las declaraciones nutricionales y saludables, existen beneficios, tanto para la Secretaría de Salud como para el Consumidor y la Industria, ya que con ellas se puede mejorar la salud de la población, seleccionar alimentos saludables, incrementar o disminuir la ingesta de componentes de los alimentos conforme a sus necesidades, publicitar verazmente sus productos e informar sobre el contenido y el tipo de componentes, para dar credibilidad y confianza en las declaraciones. Estas reuniones y documentos dieron origen al Proyecto de Norma Oficial Mexicana PROY-NOM-086-SSA1/SCFI-2011 sobre declaraciones de propiedades nutrimentales y saludables para alimentos y bebidas no alcohólicas con o sin modificaciones en su composición, disposiciones sanitarias y comerciales y especificaciones nutrimentales que modifica a la Norma Oficial Mexicana NOM-086-SSA1-1994. Su apartado 7 incluye las disposiciones para la declaración de propiedades nutrimentales.

La reducción de nutrimentos en los productos debe cumplir con las cantidades y declaración de propiedad nutrimental establecidos en la tabla.

Nutrimento modificado	Propiedad nutrimental	Especificación nutrimental No más de:
Contenido energético (energía)	sin calorías, exento de calorías, libre de calorías, cero calorías, no contiene calorías, Light	5 kcal/100 mL (líquidos)
	bajo en calorías,	40 kcal (170 kJ)/100 g (sólidos)

	bajo aporte de calorías, bajo en energía, bajo aporte de energía, bajo aporte energético, bajo contenido energético	20 kcal (85 kcal)/100 mL (líquidos)
	reducido en energía	Con al menos un 25 % en relación al contenido de energía del alimento o producto de referencia.
Grasa	sin grasa, exento de grasa, libre de grasa, cero grasa, 0 grasa, 0% grasa no contiene grasa	0,5 g/100 g (sólidos) o 100 mL (líquidos)
	bajo en grasa, bajo aporte de grasa	3 g/100 g (sólidos) 1,5 g/100 mL (líquidos)
	reducido en grasa	Con al menos un 25% en relación al contenido de grasa del alimento o producto de referencia.
Grasa saturada¹	sin grasa saturada, exento de grasa saturada, libre de grasa saturada, cero grasa (s) saturada, no contiene grasa (s) saturada	0,1 g/100 g (sólidos) 0,1 g/100 mL (líquidos)
	¹ bajo contenido de grasa saturada	1,5 g/100 g (sólidos) 0,75 g/100 mL (líquidos)

	bajo en grasa saturada	
	reducido en grasa saturada	Con al menos un 25% en relación al contenido de grasa saturada el alimento o producto de referencia.
Colesterol¹	sin colesterol, exento de colesterol, libre de colesterol, colesterol libre, cero colesterol, 0 colesterol, 0% colesterol, no colesterol, no contiene colesterol	0,005 g/100 g (sólidos) 0,005 g/100 mL (líquidos)
	bajo contenido de colesterol bajo en colesterol, bajo aporte de colesterol,	0,02 g/100 g (sólidos) 0,01 g/100 mL (líquidos)
	Para ambas propiedades menos de: 1,5 g de grasa saturada por 100 g (sólidos) 0,75 g de grasa saturada por 100 mL (líquidos) y máximo 10 % de energía de grasa saturada.	
Ácidos grasos <i>trans</i>	libre de ácidos grasos <i>trans</i> , 0 ácidos grasos <i>trans</i> , 0% de ácidos grasos <i>trans</i> , 0 g de ácidos grasos <i>trans</i> ,	Menor a 0,2 g de ácidos grasos <i>trans</i> por cantidad de referencia.

	sin ácidos grasos <i>trans</i>	
Azúcares	sin azúcares, exento de azúcares, libre de azúcares, cero azúcares, 0 azúcares, 0% azúcares, no contiene azúcares	0,5 g/100 g (sólidos) 0,5 g/100 mL (líquidos)
	reducido en azúcares	Con al menos un 25 % en relación al contenido de azúcar del alimento o producto de referencia.
Sodio	libre de sodio, sin sodio, exento de sodio, cero sodio, 0 sodio, 0% sodio, no contiene sodio, sodio libre,	5 mg (0,005 g)/100 g (sólidos)
	bajo en sodio, bajo aporte de sodio	0,12 g/100 g
	muy bajo en sodio, contenido muy bajo de sodio	0,04 g/100 g
Gluten	sin gluten, exento de gluten, no contiene gluten, libre de gluten,	0,05 g /100 g expresados en materia seca para productos en los que se han sustituido los ingredientes, tales como, trigo, triticale, centeno, cebada o avena o sus constituyentes o los ingredientes presentes normalmente que contienen gluten por otros ingredientes que no lo

	cero gluten, 0 gluten	contienen y el contenido total de nitrógeno de los granos de cereal que se empleen y que contengan gluten.
--	--------------------------	--

¹ Al declarar “bajo contenido de grasa saturada o bajo en grasa saturada” se debe incluir en la información nutrimental el contenido de ácidos grasos *trans* y colesterol.

Adicionalmente los productos modificados o no que de manera natural o por la naturaleza u origen de sus ingredientes, contengan el nutrimento correspondiente a la propiedad que se señala, podrán hacer las declaraciones de acuerdo a lo establecido en la tabla.

Nutrimento	Propiedad nutrimental	Especificación nutrimental
Azúcares	<ul style="list-style-type: none"> • Sin azúcares añadidos ó Contiene azúcares naturalmente presentes • Sin azúcares adicionados • Exento de azúcares adicionados • Libre de azúcares adicionados • Cero azúcares adicionados • No contiene azúcares adicionados 	Cuando al producto no se la ha añadido azúcares, es decir, los azúcares están naturalmente presentes en el alimento.
		No menos de:
Fibra dietética	<ul style="list-style-type: none"> • Fuente de fibra dietética • Contenido básico de fibra dietética 	3 g /100 g ó 1,5 g /100 kcal
	<ul style="list-style-type: none"> • Alto contenido de fibra dietética, • Muy buena fuente de fibra dietética, ó • Rico en fibra dietética 	6 g /100 g ó 3 g /100 kcal
Proteína	<ul style="list-style-type: none"> • Contenido básico de proteínas • Fuente de proteína 	10 % del VNR/100 g (sólidos), 5 % del VNR/100 mL (líquidos), o 5 % del VNR/100 kcal 5 % del VNR/100 kcal (12 % del VNR /1 MJ)
	<ul style="list-style-type: none"> • Contenido alto de proteína • Alto contenido de proteína • Muy buena fuente de proteína, ó Rico en proteína 	Dos veces los valores del “contenido básico o fuente”
Vitaminas y	<ul style="list-style-type: none"> • Contenido básico de 	15 % del VNR/100 g (sólidos) 7,5 % del VNR/100 mL (líquidos)

nutrimentos inorgánicos (minerales)	<ul style="list-style-type: none"> • Fuente de _____ 	5 % del VNR/100 kcal (12 % del VNR /1 MJ)
	<ul style="list-style-type: none"> • Contenido alto de _____ • Alto contenido de _____ • Muy buena fuente de _____ • Rico en _____ • Buen aporte de _____ <p>En el espacio en blanco citar la vitamina o nutrimento inorgánico (mineral)</p>	Dos veces los valores del “contenido básico o fuente”
Ácidos grasos poliinsaturados de cadena larga*	<ul style="list-style-type: none"> • Provee _____ • Fuente de _____ 	0,3 g por 100 mL o 100 g para ácidos omega 3 (n-3) 2 a 4,2 g por 100 mL o 100 g para ácidos omega 6 (n-6)
	<ul style="list-style-type: none"> • Contenido alto de _____ • Alto contenido de _____ • Muy buena fuente de _____ • Rico en _____ • Buen aporte de _____ 	0,6 g por 100 mL o 100 g para ácidos omega 3 (n-3) 4,2 g por 100 mL o 100 g para ácidos omega 6 (n-6)

* En el espacio en blanco se podrá indicar ya sea la categoría genérica o el nombre específico del ácido graso, si se indica de forma genérica (omega) en la lista de ingredientes deberá aparecer el nombre completo o sus siglas del ácido graso específico.

En **Nicaragua**, la Norma de etiquetado de alimentos preenvasados para consumo humano NTON 03 021 – 99 es de obligatorio cumplimiento y su objeto, consiste en establecer los requisitos mínimos que deben cumplir las etiquetas de alimentos preenvasados para consumo humano, tanto para la producción nacional como extranjera. Las declaraciones nutricionales, cuando se utilizan, deberán cumplir con las Directrices del Codex para la utilización de declaraciones nutricionales (CAC/GL 23-1997).

En **Panamá**, la Norma COPANIT 52-79 sobre etiquetado de alimentos para productos preempacados es una adaptación de la Norma CODEX STAN 1-1985 (REV 1-1991) sobre etiquetado de productos alimenticios preenvasados.

En **Perú**, las declaraciones nutricionales están reguladas por las Normas Técnicas Peruanas NTP-209.038:2009 (Alimentos Envasados. Etiquetado), NTP-209.650:2009 (Etiquetado. Declaraciones de Propiedades) y NTP-209.651:2004 (Etiquetado. Uso de Declaraciones de Propiedades Nutricionales y Saludables), además de por la Ley General de Salud.

Estas Normas regulan la comercialización y etiquetado de alimentos que están sujetos a vigilancia higiénica y sanitaria en protección de la salud para lo que deben cumplir con las

normas sanitarias para ser legalmente apto para el consumo así como contar con el pertinente registro sanitario al tiempo que las etiquetas deben aportar datos claros, visibles, indelebles y fáciles de leer por el consumidor en circunstancias normales. En general las etiquetas no podrán presentarse ni describirse de modo falso o engañoso; ni emplear palabras o ilustraciones que refieran o sugieran a cualquier otro producto con el cual pueden confundirse; ni Inducir al comprador o al consumidor a suponer que el alimento se relaciona de alguna forma con otro producto pudiendo causar error.

Las propiedades son definidas como “cualquier representación que afirme, sugiera o implique que un alimento tiene cualidades especiales por su origen, propiedades nutritivas, naturaleza, elaboración, composición u otra cualidad cualquiera” (Art. 4.1), siendo el etiquetado facultativo “cualquier información o representación gráfica así como materia escrita, impresa o gráfica siempre que no esté con los requisitos obligatorios de la NTP presente, incluidos las referentes a la declaración de propiedades y al engaño” (Art. 6.4.1).

No se permiten las declaraciones que afirmen que un alimento es fuente adecuada de todos los nutrientes esenciales, salvo excepciones definidas en Codex; o que permitan suponer que una alimentación a base de alimentos ordinarios no suministra cantidades suficientes de alimentos nutritivos; o que no puedan comprobarse; o que expresen la utilidad de un alimento para prevenir, aliviar, tratar o curar enfermedad, trastorno o fisiológico (salvo que cumpla Codex o disposiciones específicas) o que puedan suscitar dudas sobre la inocuidad de alimentos análogos o provocar miedo en el consumidor.

Con sujeción a la condición asignada se permite indicar un valor nutritivo especial o superior gracias a la adición efectuada y debiendo cumplir los Principios de adición del Codex; referir que un alimento tiene calidades nutricionales especiales en base al cumplimiento y control de la Autoridad; utilizar palabras como natural, puro, fresco, etc si se ajustan a las prácticas nacionales; declarar distintas preparaciones ritual o religiosa si cumple dichas exigencias; indicar características especiales si todos los alimentos las tienen o si este hecho ha sido manifestado en las respectivas declaraciones de los mismos alimentos; destacar la ausencia o adición de sustancias debiendo no ser engañosas, ni tener requisitos específicos o que sean una de las que esperan encontrarse los consumidores y cumplir con la normativa nacional del Codex que en caso de ausencia o adición de más nutrientes se consideran como declaraciones nutricionales.

La Norma Técnica Peruana-209.651:2004 establece la declaración de Propiedades Nutrimientales como “cualquier representación que afirme, sugiera o implique que un alimento posee propiedades nutritivas particulares, no sólo en relación con su valor energético y contenido de proteínas, grasas y carbohidratos sino además con su contenido de vitaminas y minerales. Las siguientes no constituyen declaraciones de propiedades nutricionales: a) La mención de sustancias en la lista de ingredientes; b) La mención de nutrientes como parte obligatoria el etiquetado nutricional y c) La declaración cuantitativa o cualitativa de ciertos nutrientes o ingredientes en la etiqueta si la legislación nacional lo requiere. Existen dos tipos de propiedades, las relativas al contenido (describe el nivel de un determinado nutrimento contenido en un alimento) y las de comparación de Nutrimentos (compara los niveles de nutrimentos y/o valor energético de dos o más alimentos, debiendo comparar versiones

diferentes de un mismo alimento o similares, comparar alimentos claramente identificables, indicar la cuantía del valor de la diferencia en el valor energético o contenido de nutrientes, incluir detalles completos de comparación y de la cuantía, de al menos 25% y referir la identidad del alimento comparado).

Las declaraciones aprobadas y sus condiciones de uso se resumen seguidamente.

Declaraciones aprobadas	Requisitos
Bajo valor energético	< 40 kcal (170 kJ)/100 g en el caso de los sólidos o < de 20 kcal (80 kJ)/100 ml en el caso de los líquidos. .
Sin aporte energético	< 4 kcal (17 kJ)/100 ml.
Bajo contenido de grasa	
Sin grasa	No contener 0,15 g grasa por 100 g y 100 ml
Bajo contenido de grasas saturadas	< 1,5 g/100 g para los productos sólidos y a 0,75 g/100 ml para los productos líquidos, y en cualquier caso la suma de ácidos grasos saturados y de ácidos grasos trans no deberá aportar más del 10 % del valor energético
Sin grasas saturadas	Si la suma de grasas saturadas y de ácidos grasos trans no es superior a 0,1 g por 100 g o 100 ml
Sin azúcares	< 0,5 g de azúcares por 100 g o 100 ml
Bajo contenido de sodio/sal	< 0,12 g de sodio, o el valor equivalente de sal, por 100 g o por 100 ml
Muy bajo contenido de sodio/sal	< 0,04 g de sodio, o el valor equivalente de sal, por 100 g o por 100 ml
Sin sodio/ sal	< 0,005 g de sodio, o el valor equivalente de sal, por 100 g
Alto contenido de fibra	> 6 g de fibra por 100 g o 3 g de fibra por 100 kcal
Fuente de proteínas	Mínimo de 10% de la VRN por 100 g (sólidos) y mínimo de 5% de la VRN cada 100 ml (líquidos) 10% de VRN por porción de alimento
Alto contenido de proteínas	Dos veces los valores mencionados para "fuente"

Fuente de [nombre de las vitaminas] y/o [nombre de los minerales]	A especificar
Alto contenido de [nombre de las vitaminas] y/o [nombre de los minerales]	A especificar
Mayor contenido de [nombre del nutriente]	Si el producto cumple las condiciones previstas para la declaración «fuente 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, así como para el sodio, o el valor equivalente para la sal, en que será admisible una diferencia del 25 %.
Light - lite- ligero	Deberán cumplir las mismas condiciones que las establecidas para el término «contenido reducido»; asimismo, la declaración deberá estar acompañada por una indicación de la característica o características que hacen que el alimento sea «light» o «lite» (ligero)
Valor energético reducido	Si el valor energético se reduce, como mínimo, en un 30 %, con una indicación de la característica o características que provocan la reducción del valor energético total del alimento

En **Venezuela** la Norma sobre directrices para declaración de propiedades nutricionales y de salud en el rotulado de los alimentos envasados COVENIN 2952-1:1997 “establece las Directrices que deben cumplirse para la declaración de propiedades nutricionales y de salud de los alimentos envasados, tanto nacionales como importados” presentando los requisitos que

deben cumplir los alimentos que expresan en sus rótulos información referida a propiedades del alimento y adicionalmente normaliza como se presentará la tabla de nutrientes. La Norma establece unos principios generales que rigen la orientación de sus requisitos de calidad, tendientes a garantizar la calidad de la información específicamente nutricional y de salud, a fin de que ésta no sea presentada de forma equívoca, engañosa o se omita información importante para los consumidores. Esta Norma es de cumplimiento voluntario de acuerdo a la legislación venezolana, no obstante, es común que la industria de alimentos la use como referencia.

Conclusiones

La presente revisión resume las diferentes regulaciones utilizadas en el ámbito latinoamericano para normalizar los requisitos destinados a establecer los contenidos de las etiquetas de los alimentos y el uso de declaraciones de propiedades nutricionales. Cada vez más, los consumidores están interesados en la información que figura en las etiquetas de los productos alimenticios y por este motivo, es importante que las declaraciones de propiedades utilizadas para su presentación, comercialización y publicidad, sean claras, precisas, significativas y no engañosas.