

B<sub>1</sub>, A, Ácido Fólico, K, Biotina, D, B<sub>12</sub>).  
 Elaborado en una fábrica que utiliza: leche, soja y frutos secos.  
 Dada la naturaleza de los ingredientes con los que se elabora el producto, las características organolépticas pueden variar de un envase a otro.

**Información nutricional**

(Valores medios por 100g)

Valor energético	1592	kJ	<b>Vitaminas</b>	
	375	kcal	Vitamina A	450,0 µg (1500 UI)
Proteínas	6,0	g	Vitamina D	7,5 µg (300 UI)
Hidratos de carbono	84,6	g	Vitamina E	4,4 mg
de los cuales azúcares	35,0	g	Vitamina K	40,0 µg
Grasas	1,4	g	Vitamina B <sub>1</sub>	0,5 mg
de las cuales saturadas	0,2	g	Vitamina B <sub>2</sub>	0,6 mg
Fibra alimentaria	4,0	g	Vitamina B <sub>6</sub>	0,8 mg
Sodio	0,03	g	Vitamina B <sub>12</sub>	2,0 µg
			Vitamina C	50,0 mg
<b>Minerales</b>			Ácido Fólico	40,0 µg
Calcio	420	mg	Ácido	
Hierro	7	mg	Pantoténico	2,8 mg
			Nicotinamida	6,0 mg
			Biotina	15,0 µg



# Declaraciones nutricionales en alimentos funcionales

En la actualidad muchas etiquetas alimentarias contienen información sobre el valor nutricional y las propiedades saludables de los productos, ofreciendo una información útil sobre los alimentos que compramos. Dicha información nos ayuda a saber cómo influyen los alimentos en nuestra salud y bienestar, y a seguir una dieta más equilibrada. Un Reglamento europeo intenta regular la situación anárquica que se ha vivido en este ámbito en los últimos años.

TEXTO: D. JOSÉ MARÍA GARCÍA BARRIONUEVO  
 VOCAL DE ALIMENTACIÓN COF DE GRANADA  
 FOTOS: GRANADA FARMACÉUTICA

El Reglamento (CE) nº 1924/2006 sobre declaraciones nutricionales y de salud hechas sobre los alimentos tiene dos objetivos: armonizar las leyes nacionales sobre las declaraciones nutricionales y de salud en los alimentos que podrían entorpecer el libre mercado interno y proteger al consumidor, asegurando que las declaraciones de salud usadas en el

etiquetado y la publicidad de los alimentos tienen una base científica demostrada.

Nace para regular la situación de anarquía existente respecto a lo que se podía alegar por parte de la industria alimentaria como mensaje publicitario y de etiquetado. Es por tanto un reglamento esperado por lo necesario y que intenta aunar un panorama complejo, por lo que, dejando claro que es positivo en su conjunto, sí tiene algunos defectos respecto, principalmente, a los perfiles nutricionales, los largos plazos de transición y los trámites muy burocratizados.

En su articulado enumera prohibiciones expresas respecto a informaciones que se estaban dando actualmente, como las que dan lugar a dudas sobre la seguridad o la adecuación nutricional de otros alimentos (publicidad comparativa) o la que pesa sobre las bebidas alcohólicas con una graduación superior al 1,2 %, excepto las que se refieran a una reducción de su contenido de alcohol o del contenido energético de dicha bebida. También afecta a las declaraciones formuladas en todos los medios: etiquetado, televisión, prensa, anuncios, páginas web, puntos de venta, etc, garantizando la protección del consumidor por la veracidad de las declaraciones basadas en la evaluación científica.

Así establece tres categorías para encauzar la situación acotando los mensajes que puedan alegar las empresas respecto a sus productos (figura 1). Éstas son: Declaraciones nutricionales, Declaraciones de propiedades saludables y declaraciones de reducción del riesgo de enfermedad junto a las relativas al desarrollo y la salud de los niños; armonizando la legislación a escala europea. Se adopta la figura del Reglamento, norma directamente aplicable en los estados miembros, para evitar las posibles desviaciones que pudiera adoptar la transposición a la legislación interna mediante la Directiva, lo que es un indicio del interés del legislador en el tema.

### Aspectos positivos del Reglamento

Es un Reglamento positivo para el consumidor y también para la industria porque:

1. Introduce la evaluación científica como requisito previo para poder realizar las declaraciones, manteniendo los principios

generales de la legislación comunitaria en materia de etiquetado, presentación y publicidad de los productos alimenticios, que prohíbe de forma general el uso de información que pueda inducir a error al comprador o que atribuya propiedades preventivas o curativas a los alimentos.

2. El etiquetado o la campaña publicitaria en que se haga una declaración de producto saludable tiene obligatoriamente que dar determinadas informaciones: la importancia de una alimentación y un modo de vida sanos; la cantidad de alimento y el modo

de consumo con los que se consigue el beneficio declarado; las personas que deben evitar consumir esta sustancia y una indicación de los riesgos para la salud en caso de consumo excesivo.

3. El Reglamento prohíbe las declaraciones que hagan referencia al ritmo o la magnitud de la pérdida de peso; las que indiquen que la salud puede verse afectada si no se consume un tipo determinado de alimento y las que hagan referencia a recomendaciones de médicos individuales u otros profesionales de la salud, y a asociaciones que no sean las asociaciones nacionales de profesionales de los sectores médico, nutricional o dietético e instituciones de beneficencia relacionadas con la salud.

En cambio, el Reglamento permite, como excepción a la Directiva 2000/13/CE relativa al etiquetado (que prohíbe toda referencia a propiedades de curación, tratamiento y prevención de una enfermedad humana), las declaraciones sobre la reducción del riesgo de enfermedad siempre y cuando obtengan el dictamen favorable. Esto se considera como una cesión a la presión ejercida por la industria ya que las asociaciones de consumidores estaban en contra.

Ante todo, esta es una regulación que se estuvo gestando durante mucho tiempo, con largas

## Nace para regular la situación de anarquía existente respecto a lo que se podía alegar por parte de la industria alimentaria como mensaje publicitario y de etiquetado

y difíciles negociaciones entre el Consejo y el Parlamento Europeo y con no pocas presiones por parte de la industria y de las asociaciones de consumidores, pero que al final se quiso sacar adelante apresuradamente para que saliera antes de acabar 2006 por lo que a principios de enero tuvo que salir una corrección de errores, cosa muy poco habitual en la reglamentación europea. Otro hecho que abunda en este sentido es que en Junio de 2007 la Comisión se viera obligada a presentar una propuesta de modificación de dicho reglamento porque se había olvidado de incluir medidas transitorias para las declaraciones relativas al desarrollo y la salud de los niños.

### Declaraciones nutricionales permitidas

Respecto al contenido, las Declaraciones nutricionales permitidas se enumeran en el Anexo del reglamento (figura 2), en una lista cerrada que se permite ampliar por un procedimiento denominado Comitología (se aprueba por la Comisión tras informe de la EFSA, Agencia Europea de Seguridad Alimentaria), pero son las Declaraciones de Propiedades Saludables del art.13 junto con las de reducción de riesgo de enfermedad y de la salud y desarrollo de los niños del art.14 las que constituyen la aportación más importante y significativa.

Las declaraciones de propiedades saludables se enumerarán en un listado que publicará la

<b>Nutricional</b>	Declaración que afirme, sugiera o dé a entender que un alimento posee propiedades nutricionales benéficas específicas con motivo de su aporte energético y los nutrientes que contiene, que no contiene, que contiene en proporciones reducidas o incrementadas.
<b>Propiedades saludables</b>	Declaración que afirme, sugiera o dé a entender que existe una relación entre una categoría de alimentos, un alimento o uno de sus constituyentes y la salud.
<b>Reducción del riesgo de enfermedad</b>	Declaración que afirme, sugiera o dé a entender que el consumo de una categoría de alimentos, un alimento o uno de sus constituyentes reduce significativamente un factor de riesgo de aparición de una enfermedad humana.

Figura 1. Tipos de declaraciones nutricionales

Comisión tras el asesoramiento de la EFSA en enero de 2010, para lo que previamente la AESAN española le ha enviado el 31 de enero de 2008 el listado español.

Las declaraciones de disminución de riesgo de enfermedad y las referidas al desarrollo y salud de los niños deberán solicitarlas las empresas directamente, y requerirán de una evaluación y autorización caso a caso con unos elevados re-

quisitos previstos por la Autoridad Europea de Seguridad Alimentaria (EFSA) para la solicitud de autorización de estas declaraciones pero contarán, bajo determinadas circunstancias, con una protección de utilización de cinco años a favor del solicitante.

## Puntos negros del Reglamento

Del sistema de autorización que se prevé en los artículos 15 (“Solicitud de autorización”),

16 (“Dictamen de la Autoridad”), 17 (“Autorización comunitaria”) y 18 (“Modificación, suspensión y revocación de las autorizaciones”) podemos decir que supone uno de los puntos negros del reglamento por su complejidad. Otro problema, respecto a la vigencia y la claridad, son las largas medidas transitorias contempladas: los productos que lleven marcas registradas o existentes antes del 1 de enero de 2005 y que no cumplan

Tabla 1. Declaraciones nutricionales y condiciones de aplicación

CONCEPTO	DECLARACIÓN (1)		
	Bajo contenido	Contenido reducido	Sin
<b>Valor energético</b>	<40 kcal (170 kJ)/100 g <20 kcal (80 kJ)/100 ml	Al menos inferior al 30% de la original	< 4 kcal (17 kJ)/100 ml (2)
	Bajo contenido	Sin	
<b>Grasa</b>	<3 g /100 g o < 1,5 g /100 ml	< 0,5 g/100 g o < 0,5 g/100 ml (3)	
<b>Grasa saturada (4)</b>	<1,5 g/100 g o <0,75 g/100 ml y no más del 10% de la energía	< 0,1 g/100 g o < 0,1 g/100 ml	
<b>Azúcares</b>	<5 g/100 g o <2,5 g/100 ml	< 0,5 g/100 g o < 0,5 g/100 ml (5)	
	Bajo contenido	Muy bajo contenido	Sin
<b>Sodio/sal (6)</b>	< 0,12 g de sodio/100 g o 100 ml, o su equivalente en sal	<0,04 g de sodio/100 g o 100 ml, o su equivalente en sal	<0,005 g de sodio/100 g o 100 ml, o su equivalente en sal
	Fuente de	Alto contenido	
<b>Fibra</b>	>3 g/100 g o >1,5 g/100 kcal	>6 g/100 g o >3 g/100 kcal	
<b>Proteínas</b>	> 12% del total de energía	>20% del total de energía	
	Fuente de	Alto en	
<b>Vitaminas y minerales</b>	≥ 15% de la CDR	≥ 30% de la CDR	
	Contiene (7)	Mayor contenido	Contenido reducido
<b>Nutrientes</b>	Sólo cuando cumple con todo lo dispuesto en el Reglamento. En vitaminas y minerales debe cumplir las condiciones establecidas para la declaración “fuente de”	Para esta mención deben cumplirse las condiciones establecidas para la declaración “fuente de” y el incremento representar más del 30% comparado con productos similares	La reducción debe ser de al menos el 30% comparado con productos similares (8)
	Light / Lite		
<b>Energía nutrientes</b>	Está sujeto a las mismas condiciones que la declaración reducido. Puede acompañarse de una indicación de la característica que hace que el alimento sea light o lite.		

### Declaraciones nutricionales y condiciones de aplicación

(1) Cuando sea pertinente se permite el uso del término naturalmente/natural usado como prefijo de la alegación.

(2) Para los edulcorantes de mesa 0,4 kcal/ porción equivalente a 6 g de sacarosa

(3) Está prohibida la expresión X% sin grasa.

(4) Calculada como la suma de grasas saturadas más grasas trans.

(5) La expresión sin azúcares añadidos sólo podrá emplearse cuando al producto no se le hayan añadido monosacáridos, disacáridos ni ningún otro alimento empleado para endulzar. Si los azúcares están presentes de manera natural debe indicarse siempre.

(6) En aguas minerales los valores de referencia son distintos.

(7) La mención contiene puede aplicarse también a los componentes no nutritivos que cumplan con todas las especificaciones del Reglamento.

(8) Hay excepciones para algunos micronutrientes en los que es suficiente una reducción del 10% y para el sodio en que basta una reducción del 25%.

con el Reglamento se podrán seguir comercializando hasta el 19 de enero de 2022.

Pero el punto más conflictivo es la elaboración de Perfiles Nutricionales como criterio decisivo para las declaraciones nutricionales y de propiedades saludables, con el objeto de evitar que dichas declaraciones puedan enmascarar el estado nutricional general del alimento (por ejemplo un alimento rico en sal que se declare que tiene bajos niveles de colesterol). Es controvertido porque se le da una regulación y definición poco claras y así, al establecer dichos perfiles, será necesario referirse expresamente a las diferentes categorías de alimentos y al lugar y función de estos alimentos en la dieta total, sin olvidar los distintos hábitos dietéticos y pautas de consumo existentes en cada uno de los estados miembros.

Además, para determinados alimentos o categorías de alimentos, a la vista de su función e importancia en la dieta de la población, se pueden dar excepciones al requisito de respetar los perfiles nutricionales establecidos. Aparte, se fija la fecha del 19 de enero de 2009 para que la Comisión, tras asesoramiento de la EFSA,

## Se debe garantizar que las declaraciones se expresen de forma que aseguren su fácil y correcta comprensión por el consumidor medio

establezca la lista de perfiles y sus exenciones, tras consultar a las asociaciones de consumidores e industria. También tienen la posibilidad de actualización tras avances científicos pero en definitiva todo es un procedimiento excesivamente burocrático con un período transitorio, una vez establecidos, de 24 meses.

Otro problema puede ser que se logre una verdadera comprensión en el consumidor sobre las declaraciones de salud de los art.13 y 14, por lo que existen serias dudas sobre la utilidad real de dichas declaraciones, a pesar de que teóricamente el reglamento establezca que se debe conseguir dicha comprensión por parte del consumidor medio. Así, las expresiones “con-

tiene antioxidantes” o “contiene licopeno” serán difícilmente comprendidas por el consumidor si no se le relaciona algún efecto beneficioso.

También puede generar problemas la difícil adecuación de algunas declaraciones que puedan ser frontera entre las nutricionales y de propiedades saludables, como por ejemplo, los antioxidantes o los prebióticos y probióticos; o intermedias entre las del art.13 y 14 como la “reducción de nivel de colesterol”.

Finalmente también existe indefinición en la edad de los niños en las declaraciones relativas a su desarrollo y salud, por lo que esto también sería mejorable. Pero a modo de conclusión, y a pesar de los largos períodos transitorios previstos, la aplicación del Reglamento 1924/2006 supone una mejora evidente y necesaria en su conjunto, aunque se debe garantizar que las declaraciones se expresen de forma que aseguren su fácil y correcta comprensión por el consumidor medio, asegurando los medios adecuados para lograrlo, así como una mayor concreción en el desarrollo e implicaciones que supone la figura de los perfiles nutricionales.

