



UNIVERSIDAD ABIERTA INTERAMERICANA

FACULTAD DE MEDICINA Y CIENCIAS DE LA SALUD

“Interpretación del rotulado nutricional de los alimentos y bebidas envasados por parte de los consumidores en los supermercados de la ciudad de Rosario”

Tesista: Caplan, Lara

Título: Licenciatura en Nutrición

Título de tesis

“Interpretación del rotulado nutricional de los alimentos y bebidas envasados por parte de los consumidores en los supermercados de la ciudad de Rosario”

Resumen

Objetivo: el objetivo principal de este estudio fue analizar si la interpretación del rotulado nutricional de los alimentos y bebidas envasados por parte de los consumidores es correcta.

Los objetivos específicos, indagar si los consumidores le dan importancia al rotulado nutricional, indagar que observan los consumidores en un rotulado nutricional, evaluar si los consumidores interpretan adecuadamente el rotulado nutricional. (Tabla y lista de ingredientes) y analizar que les gustaría ver o cambiar a los consumidores en el rotulado nutricional.

Materiales y métodos: el método es cuantitativo en estudio de tipo descriptivo y transversal. Para esto se utilizó una encuesta de doce preguntas cerradas a una muestra de 43 individuos tomadas al azar en los supermercados “La gallega” y “Dar” del barrio Martín de la ciudad de Rosario. Dicha encuesta permitió obtener datos concretos acerca de preguntas relacionadas con el interés y la comprensión de los rotulados nutricionales por parte de los consumidores.

Resultados: los consumidores no lograron una correcta interpretación de los rotulados nutricionales por falta de herramientas para su comprensión.

Conclusión: luego del trabajo de recolección y análisis de datos, los resultados de esta investigación evidencian que la hipótesis ha podido ser comprobada dado que los consumidores de los supermercados antes citados, no han logrado una correcta interpretación del rotulado nutricional adjunto (tabla de nutrientes y lista de ingredientes) ya sea por falta de herramientas para lograrlo, por falta de interés o porque la información no es clara y sencilla para ellos.

Palabras claves

Rotulado nutricional-interpretación-consumidor

Agradecimientos

Dirijo mis agradecimientos a todos aquellos que me acompañaron en el transcurso de esta hermosa carrera y confiaron en mi durante estos cuatro años brindándome todo su apoyo.

Quiero agradecer principalmente a mis padres, quienes me dieron las herramientas necesarias para dar cada paso, por transmitirme su confianza y sobre todo por enseñarme que, con esfuerzo, todo lo que me proponga en la vida, va a ser posible y voy a poder contar con ellos en todo momento.

A mi hermana a quien quiero profundamente, por escucharme y aconsejarme incondicionalmente siempre que lo necesite.

A los tres, gracias por enseñarme los mejores valores de la vida. Los amo.

Quiero agradecer a mi abuela por cada mensajito o llamada de aliento, por el amor que siempre me brinda y por estar siempre en los momentos más importantes de mi vida.

A Gabi, por brindarme su amor, paciencia, confianza y sobre todo su apoyo en el trascurso de este camino.

A todos ellos y a los que se cruzaron en esta hermosa etapa, Gracias de corazón.

Índice

Título de tesis.....	1
Resumen.....	2
Palabras claves.....	3
Agradecimientos.....	4
Introducción.....	6
Planteamiento del problema.....	7
Objetivos.....	8
Justificación.....	9
Hipótesis de trabajo.....	10
Antecedentes.....	11
<i>Marco teórico</i>	13
CAPITULO 1: CONCEPTOS.....	13
CAPITULO 2: CONSUMIDORES Y SUS DERECHOS.....	16
CAPITULO 3: PRINCIPIOS GENERALES PARA EL REGLAMENTO DEL ROTULADO NUTRICIONAL.	19
CAPITULO 4: INFORMACION NUTRICIONAL COMPLEMENTARIA.....	33
CAPITULO 5: ROTULADO NUTRICIONAL EN EL MUNDO.....	35
CAPITULO 6: PROPUESTAS Y DEBATES ACERCA DEL ROTULADO NUTRICIONAL.....	43
CAPITULO 7: UBICACIÓN Y AREA GEOGRAFICA DEL ESTUDIO.....	53
Metodología.....	57
Área de estudio.....	57
Tipo de estudio.....	57
Población objetivo.....	57
Universo.....	57
Muestra:.....	57
Criterios de inclusión:.....	57
Criterios de exclusión:.....	57
Técnica de recolección de datos:.....	58
Trabajo de campo.....	59
Resultados obtenidos.....	60
Conclusión.....	72
BIBLIOGRAFIA.....	75
ANEXO:.....	78

Introducción

En la ciudad de Rosario, provincia de Santa Fe, se evaluará si los consumidores de los supermercados “La gallega” y “Dar” del barrio Martín, logran interpretar los rotulados nutricionales de los alimentos y bebidas envasados.

Para esto se realizará una encuesta autoinducida de doce preguntas, la mayoría cerradas, para definir si interpretan correctamente los rotulados nutricionales y la lista de ingredientes e indagar cuáles son sus limitaciones para ello.

Uno de los principales objetivos de este trabajo es indagar si los consumidores le dan importancia al rotulado nutricional, por otro lado, qué es lo primero que observan, qué les gustaría encontrar en el envase para que sea de mayor facilidad su interpretación y en consecuencia puedan elegir de forma crítica sus propios alimentos sin verse expuestos a información confusa y engañosa.

Planteamiento del problema

¿Los consumidores en los supermercados de la ciudad de Rosario, logran interpretar correctamente los rotulados nutricionales de los alimentos y bebidas envasados?

Objetivos

- **General**

Analizar si la interpretación del rotulado nutricional de los alimentos y bebidas envasados por parte de los consumidores es correcta.

- **Específicos**

-Indagar si los consumidores le dan importancia al rotulado nutricional

-Indagar que observan los consumidores en un rotulado nutricional

-Evaluar si los consumidores interpretan adecuadamente el rotulado nutricional.
(Tabla y lista de ingredientes)

-Indagar que les gustaría ver o cambiar a los consumidores en el rotulado nutricional

Justificación

Es de fundamental importancia el análisis sobre la interpretación de los etiquetados nutricionales por parte de los consumidores dado que el contenido nutricional no es de los principales factores que determinan la compra de un producto determinado y la lectura de ellos no es algo significativo para muchos, sin embargo, la población que se ve interesada en los rotulados no cuentan con las herramientas necesarias para una correcta interpretación de los mismos, ya sea por falta de conocimiento sobre su función específica, por excesiva o escasa información en el empaquetado o por datos engañosos y confusos.

Es necesario que las empresas productoras de alimentos se esfuercen en crear rotulados nutricionales que brinden una completa información y a su vez sean sencillos y representativos para el consumidor. De esta forma podrán escoger sus alimentos en base a sus requerimientos y preferencias nutricionales logrando un correcto análisis de los mismos.

Hipótesis de trabajo

Los consumidores que asisten a los supermercados “Dar” y “La gallega” del barrio Martín de ciudad de Rosario no logran una correcta interpretación del rotulado nutricional y lista de ingredientes.

Antecedentes

Un primer trabajo corresponde a JUANITA STEFANY SÁNCHEZ SARMIENTO (2011), quien realizó: “EVALUACIÓN DE LAS HERRAMIENTAS EDUCATIVAS PARA LA INTERPRETACIÓN DE LA INFORMACIÓN NUTRICIONAL EN LA ETIQUETA DE ALIMENTOS EMPACADOS”.

El problema del trabajo fue: ¿Cuáles son las ventajas y desventajas en cuanto al uso, comprensión, aplicabilidad y aceptación de las diferentes estrategias de rotulado frontal (CDO, ¿Semáforo Nutricional, Logos Saludables) referidas por los consumidores y reportadas por la literatura científica?¹

El objetivo principal fue comparar y evaluar las ventajas y desventajas acerca del uso, aceptación, comprensión y aplicabilidad de las guías del etiquetado nutricional CDO/GDA, Semáforo Nutricional (TL) y Logos Saludables que se han desarrollado e implementado en la última década en las etiquetas de alimentos procesados de acuerdo a los diferentes estudios de investigación en consumidor a nivel mundial.

La población del estudio fueron artículos científicos en los cuales se analizó el impacto de las tres estrategias de rotulado nutricional evaluadas (CDO, Semáforo Nutricional (TL) y Logos Saludables) de manera directa con los consumidores o en su comportamiento de compra. De igual forma se realizó la revisión de publicaciones de diferentes entidades involucradas con el tema, en las cuales se discutiera los pros y los contras de las diferentes estrategias de rotulado frontal y las razones por las cuales cada entidad apoyaba o desaprobaba el uso de alguno de éstas herramientas.

En dicho trabajo se evaluaron cuatro categorías: Uso, Aceptación, Comprensión y Aplicabilidad; con el fin de describir los pro y los contras de cada metodología de rotulado, además de identificar las variables socio demográficas que pueden afectar el uso del etiquetado nutricional.

¹ stefany, J. (2011). *Evaluación de las herramientas educativas para la interpretación de la información nutricional en la etiqueta de alimentos empacados*. [en línea] Repository.javeriana.edu.co. Disponible en: <https://repository.javeriana.edu.co/bitstream/handle/10554/8902/tesis836.pdf;sequence=1> [Consultado el 21 de febrero de 2019].

Además, se realizó una revisión de documentos con las posiciones de diferentes entidades involucradas en el tema con el fin de contextualizar la problemática en una situación real. Se encontró que la estrategia CDO tuvo mayores reportes de aceptación y uso entre los consumidores, además que les permite a los consumidores diferenciar alimentos saludables con mayor facilidad.

Con base a los resultados de la revisión de literatura se realizó la recomendación de generar un etiquetado nutricional frontal para Colombia por medio de la estrategia de Cantidades Diarias Orientativas, dado que mostró grandes ventajas sobre las otras metodologías estudiadas.

CONCLUSIONES:

La estrategia de rotulado nutricional Cantidades Diarias Orientativas fue la más usada y aceptada entre los consumidores según el 42,85% de los artículos científicos revisados para la variable de aceptación y el 67% de las publicaciones evaluadas para uso.

El 57,14% de los estudios comparables revisados para la variable de aceptación reportaron que las estrategias de rotulado por Semáforo Nutricional y Logos Saludables fueron consideradas como paternalistas y coercitivas por parte de los consumidores.

El 73% de los estudios comparables que evaluaban la variable de comprensión reportan que no existen diferencias significativas en la comprensión por parte de los consumidores de las diferentes estrategias de rotulado nutricional.

El 45,5% de los estudios comparables para la variable de comprensión reportó que los consumidores exageran las recomendaciones de restricción en el consumo de ciertos alimentos por medio de la metodología de Semáforo Nutricional lo cual puede llevar a conductas de riesgo alimentario.

El 50 % del total de artículos revisados, además de las publicaciones de posiciones de entidades, consideran imperativa a la educación nutricional como un mecanismo que permita el uso exitoso de cualquier tipo de rotulado nutricional. ²

² stefany, J. (2011). *Evaluación de las herramientas educativas para la interpretación de la información nutricional en la etiqueta de alimentos empacados*. [en línea] Repository.javeriana.edu.co. Disponible en: <https://repository.javeriana.edu.co/bitstream/handle/10554/8902/tesis836.pdf;sequence=1> [Consultado el 21 de febrero de 2019].

Marco teórico

CAPITULO 1: CONCEPTOS

Rotulado nutricional

Es toda descripción destinada a informar al consumidor sobre las propiedades nutricionales de un alimento. Comprende:

- Declaración de nutrientes: Es la enumeración normalizada del valor energético y del contenido de nutrientes de un alimento.
- Información nutricional complementaria: Es cualquier representación que afirme que un producto posee propiedades nutricionales particulares.³

Nutriente

Es cualquier sustancia química consumida normalmente como componente de un alimento que:

- a. Proporciona energía; y/o
 - b. Es necesaria, o contribuya al crecimiento, desarrollo y mantenimiento de la salud y de la vida; y/o
 - c. Cuya carencia hará que se produzcan cambios químicos o fisiológicos característico.
- Carbohidratos o hidratos de carbono o glúcidos: Son todos los monos, di y polisacáridos, incluidos los polialcoholes presentes en el alimento, que son digeridos, absorbidos y metabolizados por el ser humano.

³ Moron, P., Kleiman, E., Moreno, C. y Basso, N. (2016). *guía de rotulado para alimentos envasados*. [online] Consumidor.gob.ar. Disponible en: http://consumidor.gob.ar/static/files/educacion/guia_consumidor.pdf [Accedido el 8 de septiembre de 2018].

- Azúcares: Son todos los monosacáridos y disacáridos presentes en un alimento, que son digeridos, absorbidos y metabolizados por el ser humano. No se incluyen los polialcoholes.⁴
- Fibra alimentaria: Es cualquier material comestible que no sea hidrolizado por las enzimas endógenas del tracto digestivo humano. La fibra alimentaria se clasifica en dos tipos: Soluble e insoluble, por su afinidad al agua.⁵
- Grasas o lípidos: Son sustancias de origen vegetal o animal, insolubles en agua, formadas de triglicéridos y pequeñas cantidades de no glicéridos, principalmente fosfolípidos. Son los nutrientes que más energía aportan.⁶
- Grasas saturadas: Son los triglicéridos que contienen ácidos grasos sin dobles enlaces, expresados como ácidos grasos libres.⁷
- Grasas monoinsaturadas: Son los triglicéridos que contienen ácidos grasos con un doble enlace con configuración cis, expresados como ácidos grasos libres.⁸
- Grasas poliinsaturadas: Son los triglicéridos que contienen ácidos grasos con doble enlaces cis-cis separados por un grupo metileno, expresados como ácidos grasos libres.⁹
- Grasas trans: Son los triglicéridos que contienen ácidos grasos insaturados con uno o más dobles enlaces en configuración trans, expresados como ácidos grasos libres.¹⁰

⁴ López L, Suárez M. Fundamentos de nutrición normal. 1ª ed. Buenos Aires: El Ateneo; 2013.

⁵ Ídem 2.

⁶ Ídem 2.

⁷ Ídem 2.

⁸ Ídem 2.

⁹ Ídem 2.

¹⁰ Ídem 2.

- Proteínas: Son polímeros de aminoácidos o compuestos que contienen polímeros de aminoácidos. Pueden ser de origen vegetal o animal.¹¹
- Sodio: Es un mineral que se puede encontrar naturalmente en los alimentos, se puede utilizar como conservante o adicionarse como cloruro de sodio.¹²

Porción

“Es la cantidad media del alimento que debería ser consumida por personas sanas, mayores de 36 meses de edad, en cada ocasión de consumo, con la finalidad de promover una alimentación saludable.”¹³

- Medida casera: Es un utensilio de cocina comúnmente utilizado por el consumidor para medir alimentos.¹⁴
- Unidad: Cada uno de los productos alimenticios iguales o similares contenidos en un mismo envase.¹⁵
- Rebanada, feta o rodaja: Fracción de espesor uniforme que se obtiene de un alimento.¹⁶
- Plato preparado semi-listo o listo: Comida elaborada, cocida o precocida que no requiere agregado de ingredientes para su consumo.¹⁷

Consumidores:

Son las personas físicas que compran o reciben alimentos con el fin de satisfacer sus necesidades alimentarias y nutricionales.¹⁸

¹¹ Ídem 2.

¹²Ídem 2.

¹³ Código alimentario argentino. Capítulo V [Internet]. [Anmat.gov.ar](http://www.anmat.gov.ar). 2018 [citado 2018]. Disponible en: http://www.anmat.gov.ar/alimentos/codigoa/Capitulo_V.pdf

¹⁴ Ídem 11.

¹⁵ Ídem 11.

¹⁶ Ídem 11.

¹⁷ Ídem 11.

¹⁸ Secretaria de comercio, Ministerio de economía y finanzas. Guía del consumidor. Buenos Aires; 2014.

Supermercado:

Establecimiento comercial de venta al por menor en el que se expenden todo género de artículos alimenticios, bebidas, productos de limpieza, y en el que el cliente se sirve a sí mismo y paga a la salida.

CAPITULO 2: CONSUMIDORES Y SUS DERECHOS

Son **consumidores** para la protección de la Ley: quien de cualquier manera está expuesto a una relación de consumo.

DERECHOS DE LOS CONSUMIDORES**Derecho a la información:**

A recibir del proveedor información completa, clara y detallada de los productos o servicios.

En los productos alimenticios leer todo lo que dicen las etiquetas, verificando la fecha de vencimiento.

Derecho a la seguridad y la salud:

Protección del consumidor contra la comercialización de bienes que puedan poner en peligro su seguridad o su salud

Derecho a la protección de sus intereses económicos:

Que el consumidor contrate en forma equitativa evitando que sea engañado o presionado y recibiendo toda la información suficiente y apropiada.

Derecho a la libertad de elección:

Que el consumidor tenga opciones a la hora de comprar.

Derecho a la educación para el consumo:

A recibir información y educación para el consumo con criterio crítico, solidario y responsable

Derecho a la organización:

Asegurar la participación y organización de los consumidores para asumir la defensa cuando se afectan sus intereses.

Artículo 42: Constitución Nacional - Protección de los consumidores

Ley de lealtad comercial

La Ley N° 22.802 de Lealtad Comercial establece reglas claras para la identificación de productos y servicios que se ofrecen en el mercado. Esto representa una forma elemental de cumplir con el deber de información que tienen los proveedores, y a la vez **el derecho a la información que tienen los consumidores.**¹⁹

Abarca temas relacionados con la vida cotidiana y junto con otras resoluciones que la reglamentan, determinan los requisitos para:

- Identificación de mercaderías
- Exhibición de precios
- Publicidad engañosa
- Información y control de contenidos netos

Identificación de mercaderías

¹⁹ Ley N° 22.802 de Lealtad Comercial Artículo 42: Constitución Nacional - Protección de los consumidores

La correcta identificación de los bienes también hace al derecho a la información veraz y oportuna que deben tener los consumidores respecto de las características de los productos que consumen. La identificación de mercaderías se refiere al **rotulado y/o etiquetado de productos**

Son ejemplos de motivos de reclamos:

- Publicidad engañosa, **Falta de información.**

Conocer los derechos como consumidores en relación con los alimentos que compramos y consumimos:

-Que se respeten los precios regulados y/o acordados

-Que se ofrezcan y dispongan los productos con precios regulados y/o acordados

-Que tengan un correcto etiquetado

-Que sus precios sean exhibidos en forma clara en los lugares de venta

-Que no existan diferencias de precios entre lo cobrado en la caja y lo exhibido en la góndola

-Generar capacidades para comprar con criterios racionales, eficientes y nutricionales que permitan tener una actitud crítica ante la influencia de los medios de comunicación, las publicidades y las técnicas de marketing, que no siempre impulsan modelos saludables de alimentación ni ofrecen información veraz, clara y detallada de los alimentos.

CAPITULO 3: PRINCIPIOS GENERALES PARA EL REGLAMENTO DEL ROTULADO NUTRICIONAL.

Capítulo V del Código Alimentario Argentino

En el año **2005** se incorporó al Código la Resolución del Grupo Mercado Común N°26/031, que establece los requisitos para el rotulado general. Y desde el año **2006** es **obligatoria la declaración del rótulo nutricional**, a través de la incorporación de las Resoluciones GMC

al CAA por Resolución Conjunta SPRyRS 150/05 y SAGPyA 684/05, (08/09/2005).

Desde el 31 de junio de **2013**, se encuentra en vigencia la Resolución Conjunta referida a la declaración de propiedades nutricionales.²⁰

La **Guía de Rotulado para Alimentos Envasados** fue elaborada en base a la legislación nacional general. **Pretende facilitar la correcta implementación de la normativa referida al rotulado de los alimentos por parte de las empresas alimentarias.**

El objetivo es **contribuir con una herramienta que permita agilizar los costos de transacción, facilitar los trámites y los tiempos en la aprobación de los productos, permitiendo un mejor ingreso de los alimentos en la cadena de comercialización.**

Definición de rotulo

Es toda inscripción, leyenda, imagen o toda materia descriptiva o gráfica que se haya escrito, impreso, marcado en relieve o huecograbado o adherido al envase del alimento, destinada a informar al consumidor sobre las características de un alimento.²¹

²⁰ Código alimentario argentino. Capítulo V [Internet]. [Anmat.gov.ar](http://www.anmat.gov.ar). 2018 [citado 2018]. Disponible en: http://www.anmat.gov.ar/alimentos/codigoa/Capitulo_V.pdf

²¹ Ídem 18.

Función del rotulo

El rotulado tiene por objeto suministrar al consumidor información sobre características particulares de los alimentos, su forma de preparación, manipulación y conservación, su contenido y sus propiedades nutricionales.²²

Principios generales del rotulado

Los alimentos envasados no deben describirse, ni presentarse con un rótulo que:

- a. Utilice vocablos, signos, denominaciones, símbolos, emblemas, ilustraciones u otras representaciones gráficas que puedan hacer que dicha información sea falsa, incorrecta, insuficiente, o que pueda inducir a equívoco, error, confusión o engaño al consumidor en relación con la verdadera naturaleza, composición, procedencia, tipo, calidad, cantidad, duración, rendimiento o forma de uso del alimento;
- b. Atribuya efectos o propiedades que no posea o que no puedan demostrarse;
- c. destaque la presencia o ausencia de componentes que sean intrínsecos o propios de alimentos de igual naturaleza;
- d. Resalte en ciertos tipos de alimentos elaborados, la presencia de componentes que son agregados como ingredientes en todos los alimentos de similar tecnología de elaboración;
- e. Resalte cualidades que puedan inducir a equívoco con respecto a reales o supuestas propiedades terapéuticas que algunos componentes o ingredientes tienen, o pueden tener cuando son consumidos en cantidades diferentes a las que se encuentren en el alimento o cuando son consumidos bajo una forma farmacéutica;
- f. Indique que el alimento posee propiedades medicinales o terapéuticas;
- g. Aconseje su consumo por razones de acción estimulante, de mejoramiento de la salud, de orden preventivo de enfermedades o de acción curativa.

Además, **la rotulación de los productos alimenticios se realizará exclusivamente en los lugares de fabricación o envase de los mismos**, quedando prohibida la tenencia de rótulos fuera de los establecimientos mencionados.

²² Ídem 18.

En ningún caso se permitirá en los comercios de venta, mayoristas o minoristas, la existencia de productos alimenticios en envases que carezcan de los rótulos correspondientes, o que los mismos se presenten ilegibles, sucios, deteriorados o parcialmente arrancados.

Alimentos que deben ser rotulados

El rotulado nutricional se aplica a todos los alimentos y bebidas producidos, envasados y comercializados.

Están **exceptuados** del rotulado nutricional los siguientes alimentos:

1. Bebidas alcohólicas.
2. Aditivos alimentarios y coadyuvantes de tecnología.
3. Especias.
4. Aguas minerales naturales, y las demás aguas destinadas al consumo humano.
5. Vinagres.
6. Sal.
7. Café, yerba mate, té y otras hierbas, sin agregados de otros ingredientes.
8. Alimentos preparados y envasados en restaurantes o comercios gastronómicos, listos para consumir.
9. Productos fraccionados en los puntos de venta al por menor.
10. Frutas, vegetales y carnes que se presenten en su estado natural, refrigerados o congelados.
11. Alimentos en envases cuya superficie visible para el rotulado sea menor o igual a 100 cm², esta excepción no se aplica a los alimentos para fines especiales o que presenten declaración de propiedades nutricionales.

Idioma

La información obligatoria debe estar redactada en el **idioma oficial del país** de consumo con buen tamaño y **visibilidad adecuados**.

Cuando la rotulación no estuviera redactada en el idioma oficial del país de destino, se debe colocar una etiqueta complementaria que contenga la información obligatoria en el idioma correspondiente.

Información obligatoria en el rotulo

El rótulo de alimentos envasados deberá presentar obligatoriamente la siguiente información:

- Denominación de venta del alimento
- Lista de ingredientes
- Contenidos netos
- Identificación del origen
- Nombre o razón social y dirección del importador, cuando corresponda
- Identificación del lote
- Fecha de duración
- Preparación e instrucciones de uso del alimento, cuando corresponda
- Rótulo nutricional

Denominación de venta del alimento

Es el nombre específico y no genérico que indica la verdadera naturaleza y las características del alimento.

Lista de ingredientes

a. Todos los ingredientes deberán enumerarse en **orden decreciente** de peso inicial;

b. Cuando un ingrediente sea a su vez un alimento elaborado con dos o más ingredientes, se podrá declarar como tal en la lista de ingredientes siempre que vaya acompañado inmediatamente de una lista colocada entre paréntesis, de sus ingredientes en orden decreciente de proporciones;

c. El agua deberá declararse en la lista de ingredientes, excepto cuando forme parte de ingredientes tales como sal- mueras, jarabes, almíbares, caldos u otros similares y dichos ingredientes compuestos se declaren como tales en la lista de ingredientes.

d. Cuando se trate de alimentos deshidratados, concentrados, condensados o evaporados, que requieren ser reconstituidos con agua, se podrá enumerar los ingredientes en orden de proporciones (m/m) en el alimento reconstituido. En estos casos se deberá incluir la siguiente expresión:

“Ingredientes del producto cuando se prepara según las indicaciones del rótulo”.

e. En el caso de mezclas de frutas, de hortalizas, de especias o de plantas aromáticas en que ninguna predomine en peso de una manera significativa, podrá enumerarse estos ingredientes siguiendo un orden diferente siempre que la lista de dichos ingredientes vaya acompañada de la mención: “en proporción variable”.

Identificación del origen

Se deberá indicar:

- el nombre (razón social) del fabricante o productor o fraccionador o titular (propietario) de la marca;
- domicilio de la razón social;
- país de origen y localidad
- número de registro o código de identificación del establecimiento elaborador ante el organismo competente.

Identificación del lote

Todo rótulo debe llevar impresa, grabada o marcada de forma indeleble, legible y visible, una indicación en clave, que permita **identificar el lote** al que pertenece el alimento.

El lote es una clave que indica el conjunto de artículos de un mismo tipo, procesado por un mismo fabricante o fraccionador, en un espacio de tiempo determinado bajo condiciones esencialmente iguales.

Fecha de duración

- El día y el mes para los productos que tengan una duración mínima no superior a tres meses;
- El mes y el año para productos que tengan una duración mínima de más de tres meses. Si el mes es diciembre, bastará indicar el año, estableciendo: “fin de (año)”.

La fecha se debe declarar con alguna de las siguientes expresiones:

- “consumir antes de ...” - “válido hasta...” - “validez ...” - “val ...” - “vence ...” - “vencimiento ...” - “vto ...” - “venc ...” - “consumir preferentemente antes de ...”²³

Estas expresiones deben ir acompañadas de:

La fecha, o una referencia concreta al lugar donde aparece la fecha, o una impresión en la que se indique mediante perforaciones o marcas indelebles el día y el mes o el mes y el año.

Cualquier indicación usada debe ser clara y precisa. El día, mes y año se debe declarar en orden numérico no codificado, con la salvedad que se podrá indicar el mes con letras en los países donde este uso no induzca a error al consumidor.

Preparación e instrucciones de uso del producto

Cuando corresponda, el rótulo deberá contener las instrucciones necesarias sobre el modo apropiado de empleo, incluida la reconstitución, la descongelación y/o el

²³ Moron P, Kleiman E, Moreno C, Basso N. Guía de rotulado para alimentos envasados [Internet]. Consumidor.gob.ar. 2016 [citado 8 Septiembre 2018]. Disponible en: http://consumidor.gob.ar/static/files/educacion/guia_consumidor.pdf

tratamiento que deba realizar el consumidor para el uso correcto del producto.

Nutrientes que se deben declarar obligatoriamente

Además del valor energético total del alimento, será obligatorio declarar cuantitativamente el contenido del valor energético de cada uno de los siguientes nutrientes y porcentaje de VD, de cada nutriente, que cubre la porción del alimento:

- Carbohidratos (g)
- Proteínas (g)
- Grasas totales (g)
- Grasas saturadas (g)
- Grasas trans (g)
- Fibra alimentaria (g)
- Sodio (mg)

Se pueden declarar otros nutrientes

Se pueden declarar aquellos nutrientes:

- Que se consideren importantes para mantener un buen estado nutricional.
- Que se incluyan en la declaración de propiedades nutricionales u otra declaración que haga referencia a nutrientes.

¿De qué modo se declara la información nutricional complementaria con respecto al tipo y/o cantidad de nutriente específico?

Cuando se declaren los nutrientes específicos, deberá realizarse de la siguiente manera:

Carbohidratos

- Carbohidratos g, de los cuales: Azúcares g, Polialcoholes g, Almidón g, Otros carbohidratos g (los que deberán ser identificados en la rotulación). La cantidad de azúcares, polialcoholes, almidón y otros carbohidratos podrá indicarse también como porcentaje del total de carbohidratos.

Grasas

Grasas totales g, de las cuales, Grasas saturadas g, Grasas trans g, Grasas monoinsaturadas g, Grasas poliinsaturadas g, Colesterol mg.

Vitaminas y Minerales

Se podrán declarar optativamente aquellos que figuran en la Tabla de Valores de Ingesta Diaria Recomendada (IDR) de Nutrientes de declaración voluntaria: Vitaminas y Minerales, siempre y cuando se encuentren presentes en cantidad **igual o mayor que 5 % de la Ingesta Diaria Recomendada (IDR) por porción indicada en el rótulo**. Para los productos alimenticios destinados a personas con trastornos metabólicos específicos y/o condiciones fisiológicas particulares, deberán utilizarse los valores de IDR para proteínas y micronutrientes establecidos en el Artículo 1387 del capítulo XVII: Alimentos de régimen o dietéticos del CAA.

Valor energético

El valor energético proporciona una medida de la cantidad de energía que aporta una porción del alimento.²⁴

¿Cómo se calcula?

Se calcula a partir de la suma de la energía aportada por los carbohidratos, proteínas, grasas y alcoholes. Se expresan en calorías o kilojoules.²⁵

Cálculo de Proteínas

La cantidad de proteínas se deberá calcular utilizando la siguiente fórmula:

Proteína = contenido total de nitrógeno Kjeldahl x factor

Factores de conversión

²⁴ Morón P, Kleiman E, Moreno C, Basso N. Guía de rotulado para alimentos envasados [Internet]. Consumidor.gob.ar. 2016 [citado 8 Septiembre 2018]. Disponible en: http://consumidor.gob.ar/static/files/educacion/guia_consumidor.pdf

²⁵ Ídem 22.

- 5,75 proteínas vegetales;
- 6,38 proteínas lácteas;
- 6,25 proteínas cárnicas o mezclas de proteínas;
- 6,25 proteínas de soja y de maíz.²⁶

Cálculo de carbohidratos

Se calculará como la diferencia entre 100 y la suma del contenido de proteínas, grasas, fibra alimentaria, humedad y cenizas.

Presentación de la información. Esquemas:

La disposición, el realce y el orden de la información nutricional deben seguir los siguientes modelos.

Modelo Vertical A

INFORMACION NUTRICIONAL		
PORCION DE g o mL (medida casera)		
	CANTIDAD POR PORCION	%VD (*)
Valor energético	kcal y kJ	%
Carbohidratos	g	%
Proteínas	g	%
Grasas totales	g	%
Grasas saturadas	g	%
Grasas trans	g	-
Fibra alimentaria	g	%
Sodio	mg	%

(*) Valores diarios de referencia con base a una dieta de 2000 Kcal u 8400 kJ. Sus valores diarios pueden ser mayores o menores dependiendo de sus necesidades energéticas.

27

Modelo Lineal

Información Nutricional: Porción... g o ml (medida casera). Valor energético... kcal =... kJ (... %VD*); Carbohidratos...g (...%VD); Proteínas...g (...%VD); Grasas totales...g

²⁶ Código alimentario argentino. Capítulo V [Internet]. [Anmat.gov.ar](http://www.anmat.gov.ar). 2018 [citado 2018]. Disponible en: http://www.anmat.gov.ar/alimentos/codigoa/Capitulo_V.pdf

²⁷ Ídem 24.

(...% VD); Grasas saturadas...g (...% VD); Grasas trans...g; Fibra alimentaria...g (...% VD); Sodio...mg (...% VD).²⁸

“No aporta cantidades significativas de ... (Valor energético y/o el/los nombre/s del/de los nutriente/s)” Esta frase se puede emplear cuando se utilice la declaración nutricional simplificada. (*) % Valores Diarios con base a una dieta de 2.000 kcal u 8.400 kJ. Sus valores diarios pueden ser mayores o menores dependiendo de sus necesidades energéticas.

Nota aplicable a todos los modelos

- La expresión “INFORMACIÓN NUTRICIONAL”, el valor y las unidades de la porción y lo correspondiente a la medida casera deben ser de mayor destaque que el resto de la información nutricional.
- La información nutricional debe aparecer agrupada en un mismo lugar, estructurada en forma de cuadro, con las cifras y las unidades en columnas. **Sólo cuando el espacio no fuera suficiente, se utilizará la forma lineal conforme al modelo presentado.**
- La declaración del valor energético y de los nutrientes se debe hacer en forma numérica.
- La información correspondiente al rotulado nutricional debe estar redactada en el idioma oficial del país de consumo. Se pondrá en un lugar visible, en caracteres legibles y debe tener color contrastante con el fondo donde esté impresa.

²⁸ Código alimentario argentino. Capítulo V [Internet]. [Anmat.gov.ar](http://www.anmat.gov.ar). 2018 [citado 2018]. Disponible en: http://www.anmat.gov.ar/alimentos/codigoa/Capitulo_V.pdf

Forma de expresar la información nutricional

Debe ser expresada **por porción**, incluyendo la **medida casera** correspondiente, y en porcentaje **de Valor Diario** (%VD).

- Queda excluida la declaración de grasas trans en porcentaje de Valor Diario (%VD).
- Adicionalmente la información nutricional puede ser expresada por 100g o 100 ml.

Para calcular el porcentaje del Valor Diario (% VD) del valor energético y de cada nutriente que aporta la porción del alimento se utilizarán los **Valores Diarios de Referencia de Nutrientes (VDR)** y de **Ingesta Diaria Recomendada (IDR)**.

Se debe agregar como parte de la información nutricional la siguiente expresión: “Sus valores diarios pueden ser mayores o menores dependiendo de sus necesidades energéticas”.

Las cantidades mencionadas deben ser las correspondientes al alimento tal como se ofrece al consumidor.

VALORES DE INGESTA DIARIA RECOMENDADA DE NUTRIENTES (IDR) DE DECLARACIÓN VOLUNTARIA: VITAMINAS Y MINERALES

- Vitamina A 600 mg
- Hierro 14 mg
- Vitamina D 5mg
- Magnesio 260 mg
- Vitamina C 45 mg
- Zinc 7 mg
- Vitamina E 10 mg
- Yodo 130 µg
- Tiamina 1,2 mg
- Vitamina K 65 µg
- Riboflavina 1,3 mg

- Fósforo 700 mg
- Niacina 16 mg
- Flúor 4 mg
- Vitamina B6 1,3 mg
- Cobre 900 µg
- Ácido fólico 240 µg
- Selenio 34 µg
- Vitamina B12 2,4 µg
- Molibdeno 45 µg
- Biotina 30 µg
- Cromo 35 µg
- Ácido pantoténico 5 mg
- Manganeso 2,3 mg
- Calcio 1000 mg
- Colina 550 mg²⁹

¿Cuándo se puede expresar “cero” o “0” o “no contiene” para el valor energético y/o contenido de nutrientes?

De acuerdo a la siguiente tabla, cuando la porción de alimento contenga cantidades menores o iguales a las establecidas como “no significativas”.

- Valor energético Menor o igual que 4 kcal o menor que 17 kJ Carbohidratos
- Menor o igual que 0,5 g Proteínas
- Menor o igual que 0,5 g Grasas totales
- Menor o igual que 0,5 g Grasas saturadas
- Menor o igual que 0,2 g Grasas trans
- Menor o igual que 0,2 g Fibra alimentaria

²⁹ López L, Suárez M. Fundamentos de nutrición normal. El ateneo; 2002

- Menor o igual que 0,5 g Sodio

Se declarará “cero” “0”, o “no contiene”, cuando la cantidad de grasas totales, grasas saturadas y grasas trans cumplan con la condición de cantidades no significativas y ningún otro tipo de grasa sea declarado en cantidades superiores a cero.

Declaración nutricional simplificada

Se podrá sustituir la declaración del valor energético o contenido de nutrientes, por la siguiente frase: “No aporta cantidades significativas de (valor energético y/o el/los nombre/s del/de los nutriente/s)”, la que se colocará dentro del espacio reservado para la rotulación nutricional.

Tolerancia de declaración de nutriente

Se acepta una tolerancia de $\pm 20\%$ respecto a los valores de nutrientes declarados en el rótulo.

PORCIONES Y MEDIDAS CASERAS

Porción

Es la cantidad media del alimento que debería ser consumida por personas sanas, mayores de 36 meses de edad, en cada ocasión de consumo, con la finalidad de promover una alimentación saludable.³⁰

Definiciones

- Medida casera: Es un utensilio de cocina comúnmente utilizado por el consumidor para medir alimentos.³¹
- Unidad: Cada uno de los productos alimenticios iguales o similares contenidos en un mismo envase.³²

³⁰ Código alimentario argentino. Capítulo V [Internet]. [Anmat.gov.ar](http://www.anmat.gov.ar). 2018 [citado 2018]. Disponible en: http://www.anmat.gov.ar/alimentos/codigoa/Capitulo_V.pdf

³¹ Ídem 28.

³² Ídem 28.

- Rebanada, feta o rodaja: Fracción de espesor uniforme que se obtiene de un alimento.³³
- Plato preparado semi-listo o listo: Comida elaborada, cocida o precocida que no requiere agregado de ingredientes para su consumo.³⁴

Para el caso de los envases individuales, la cantidad por porción es la cantidad que contenga el envase. Y la medida casera es la “unidad de producto”.

Determinación del tamaño de una porción

Para establecer el tamaño de la porción se debe tener en cuenta:

- Que se tomó como base una alimentación diaria de 2000 kilocalorías u 8400 kiloJoule. Los alimentos fueron clasificados en NIVELES y GRUPOS DE ALIMENTOS, determinándose el VALOR ENERGÉTICO MEDIO que aporta cada grupo, el NÚMERO DE PORCIONES recomendadas y el VALOR ENERGÉTICO MEDIO que corresponde a cada porción.³⁵

¿Cómo se deben expresar las porciones en medidas caseras?

Cuando los valores de las porciones sean mayores o menores a la porción establecida se deberá indicar en valores enteros o sus fracciones, de la siguiente forma:

Porcentaje medida casera indicar : Para valores menores o iguales a la unidad de medida casera Hasta el 30% 1/4 de ... (medida casera) Del 31% al 70% 1/2 de ... (medida casera) Del 71% al 130% 1 ... (medida casera) Para valores mayores a la unidad de medida casera Del 131% al 170% 1 1/2 de ... (medida casera) Del 171% al 230% 2 ... (medida casera)³⁶

³³ Ídem 28.

³⁴ Ídem 28.

³⁵ Morón P, Kleiman E, Moreno C, Basso N. Guía de rotulado para alimentos envasados [Internet]. Consumidor.gob.ar. 2016 [citado 8 September 2018]. Disponible en: http://consumidor.gob.ar/static/files/educacion/guia_consumidor.pdf

³⁶ Ídem 33

CAPITULO 4: INFORMACION NUTRICIONAL COMPLEMENTARIA

La información nutricional complementaria, se encuentra reglamentada a través de la Resolución GMC N° 01/12, armonizada en el ámbito del MERCOSUR.

Esta normativa -incorporada al CAA por Resolución Conjunta No 161 SPReI y 213 SAGyP el 11/06/2013-, es obligatoria a partir del **1° de enero de 2014**.

Información nutricional complementaria (INC)

La Información Nutricional Complementaria o declaración de propiedades nutricionales, también conocidas como “CLAIMS nutricionales”, es cualquier expresión y/o representación que afirme, sugiera o implique que un alimento posee propiedades nutricionales particulares, en relación a su valor energético y su contenido de proteínas, grasas, carbohidratos y fibra alimentaria, y también su contenido de vitaminas y minerales.³⁷

Tipos de INC

Las declaraciones relacionadas al contenido de nutrientes y/o valor energético comprenden:

- Declaraciones contenido absoluto: es la INC que describe el nivel o cantidad de uno o más nutrientes y/o valor energético presente en el alimento.
- Declaración contenido comparativo: es la INC que compara o coteja en más o en menos el/los nivel/es de uno o más nutrientes y/o el valor energético de dos o más alimentos

CONTENIDO COMPARATIVO

La utilización de la INC comparativa debe obedecer a las siguientes premisas específicas:

- El alimento con INC comparativa debe ser **comparado con el alimento de referencia**.

³⁷ Ídem 33.

- El contenido de nutrientes y/o valor energético del alimento objeto de una INC comparativa se debe **comparar con el alimento de referencia** del mismo fabricante.
- En caso de no existir el alimento de referencia del mismo fabricante, se utilizará el valor medio del contenido de tres alimentos de referencia comercializados en el país de elaboración y/o de comercialización.

La empresa responsable de la realización de la INC comparativa debe disponer de la documentación sobre la **identidad y la composición del alimento de referencia** utilizado para consulta de las autoridades competentes cuando sea solicitado.

- **Si no existe el alimento de referencia, NO se podrá utilizar la INC comparativa.**
- El tamaño de las porciones a comparar debe ser igual, considerando el alimento listo para consumo.
- Para el caso de los **platos preparados**, la comparación se realiza por **100 gramos** o **100 ml** de producto.
- La identidad del (de los) alimento(s) que se compara/n debe ser definida. Los alimentos que declaren INC comparativa deben indicar en el rótulo/publicidad que el alimento fue comparado con una media de los alimentos de referencia del mercado o con el alimento de referencia del mismo fabricante, según corresponda.
- La diferencia en el atributo objeto de la comparación **debe ser expresada cuantitativamente en el rótulo en porcentaje, fracción o cantidad absoluta.** Esta diferencia será declarada junto a la INC, con los mismos caracteres en cuanto al tipo de letra de la INC, de por lo menos 50% del tamaño de la INC, de color contrastante al fondo del rótulo y que garantice la visibilidad y legibilidad de la información.

En la siguiente tabla se detallan los términos autorizados para las INC relativas al contenido comparativo de nutrientes.

CONTENIDO ABSOLUTO

ATRIBUTO TERMINOS AUTORIZADOS

Español: Bajo..., leve..., ligero..., pobre..., liviano...

Español: No contiene, libre de..., cero (0 o 0%)..., sin..., exento de...,no aporta..., free..., zero Español: Alto contenido, rico en..., alto tenor...

Español: Fuente de..., con..., contiene...

Español: Muy bajo...

Español: Sin adición de..., s/n...adicionado/a, sin agregado de...,sin...agregada/o ³⁸

CAPITULO 5: ROTULADO NUTRICIONAL EN EL MUNDO

Sistemas ENFE en la región y en el mundo

La evidencia sobre implementación de sistemas ENFE a nivel global es aún reciente y limitada. En la mayor parte de los países en que se ha implementado alguno, la aplicación es voluntaria. **Solo es obligatoria en cuatro países de la región latinoamericana: México, Chile, Ecuador y Perú.**

Los sistemas implementados son varios; coexisten los modelos solo informativos o de advertencia (los sellos u octógonos negros chileno o los modelos de semáforo o GDA policromáticos) y los interpretativos (5 Colores francés o el modelo de estrellas de Australia o Nueva Zelanda).

Los modelos de ENFE se suelen clasificar, de acuerdo a la manera en que muestra la información nutricional como:

a. De nutrientes específicos:

I. Informativos: Estas versiones de ENFE muestran el contenido nutricional de ciertos nutrientes (por porción y/o por 100g/cc de dicho producto), y/o el porcentaje del valor diario de recomendaciones que cubre una porción del producto. Los modelos policromáticos asocian colores (generalmente los del semáforo) según el contenido

³⁸ Morón P, Kleiman E, Moreno C, Basso N. Guía de rotulado para alimentos envasados [Internet]. Consumidor.gob.ar. 2016 [citado 8 Septiembre 2018]. Disponible en: http://consumidor.gob.ar/static/files/educacion/guia_consumidor.pdf

(alto, medio o bajo) de cada nutriente.³⁹

II. De advertencia: Estos sistemas advierten al consumidor que el alimento tiene un contenido alto de uno o más nutrientes críticos, desalentando su elección. Uno de los aspectos más complejos de estos sistemas es el criterio que define el concepto de “alto” contenido.⁴⁰

b. Resumen o Interpretativos: Se trata de sistemas que evalúan el perfil global de alimentos o bebidas, considerando no solo su contenido de nutrientes críticos sino también su perfil en nutrientes o componentes positivos o esenciales. Estos sistemas generalmente se valen de algún algoritmo que pondera ambas familias de nutrientes (críticos y positivos) y determina un puntaje de calidad de cada producto. Según el puntaje, el modelo ENFE identifica al alimento con algún sistema de colores, letras o algún otro logotipo de forma que se comunique al consumidor de una manera simple y práctica la calificación del producto.⁴¹

Sistema ENFE en Chile

En **2012** se aprobó en Chile la **ley 20.606** sobre composición nutricional de los alimentos y su publicidad, que estableció tres ejes de acción para afrontar el aumento de tasas de obesidad en el país, uno de los cuáles era el etiquetado frontal de advertencia en alimentos.

En **2015** se establecieron los umbrales de nutrientes críticos a partir de los cuáles los alimentos sólidos y líquidos deben colocar sellos de advertencia en el frente de su envase, y el diseño gráfico de dicho sello. El modelo chileno es un modelo de **advertencia**, que exige el uso de sellos por contenido **alto en azúcares totales, grasas saturadas, sodio y/o energía**, a partir de umbrales definidos cada 100 g de alimentos o 100 ml de líquidos en productos procesados. **La selección de esos nutrientes críticos se realizó de acuerdo con recomendaciones de FAO-OMS** que asocian su consumo excesivo con el desarrollo de enfermedades crónicas no transmisibles

³⁹ Britos S, Guiraldes C, Borg A, Brito G. Revisión sobre Etiquetado Frontal de Alimentos y Sistemas de Perfiles Nutricionales en el marco del diseño de Políticas Públicas. 2018.

⁴⁰ Ídem 37.

⁴¹ Ídem 37.

En primer lugar, se desagregaron los alimentos en sólidos y líquidos en base a estudios que encontraron diferentes efectos fisiológicos sobre el organismo de acuerdo a las diferencias en la matriz y la densidad energética de ambos tipos. Para cada nutriente (energía, sodio, azúcar y grasas saturadas), se ordenaron los contenidos de los alimentos de la base de datos de menor a mayor, y se definieron así los umbrales en base al contenido del percentil 90- 95 de cada nutriente (99 en el caso del sodio). Finalmente, se los comparó con recomendaciones de organismos internacionales. **El decreto finalmente entró en vigencia en 2016**, con valores de umbrales para ser implementados en 3 etapas, de menor a mayor exigencia, con la intención de dar tiempo a la industria para reformular sus productos progresivamente y a la población a adaptar su gusto. **La etapa final, y más exigente de umbrales, comienza en 2019.**

Sistema ENFE en Ecuador:

En **2012**, el Ministerio de Salud Pública de Ecuador junto con el Ministerio Coordinador de Desarrollo Social y la Agencia Nacional de Regulación, Control y Vigilancia Sanitaria (ARCOSA), convocaron a distintos actores sociales para debatir una propuesta para el etiquetado frontal de alimentos procesados.

Se optó por avanzar con un modelo ENFE de tipo **advertencia con colores del semáforo** que comunica el contenido de nutrientes críticos (azúcares totales, grasas saturadas, sal) con barras de colores, rojo para contenido alto, amarillo para medio y verde para bajo. El modelo gráfico está basado en un modelo promovido por la Agencia de Estándares de Alimentos (FSA) del Reino Unido.

Los umbrales se definieron mediante el cálculo de la cantidad de gramos de azúcares totales, grasas y sal conforme a recomendaciones de la Organización Panamericana de la Salud (OPS).

En **noviembre de 2013** se publicó el “**Reglamento Sanitario de Etiquetado de Alimentos Procesados**” y finalmente en agosto **de 2014**, se aprobó el “**Reglamento Sanitario Sustitutivo de Alimentos Procesados para el Consumo Humano 5103**”. En el reglamento, se excluye del etiquetado a alimentos procesados que en su composición de origen contengan los nutrientes a declarar pero que no hayan sido

adicionados durante su procesamiento. Además de los tres nutrientes críticos, si el alimento contiene edulcorantes no calóricos, debe declarar **“este producto contiene edulcorantes no calóricos”**. En el reglamento se incluyen otras declaraciones obligatorias que se deben hacer en alimentos y bebidas específicos.

Sistema ENFE en México

En 2013, se presentó en el país la Estrategia Nacional para la Prevención y el Control del Sobrepeso, la Obesidad y la Diabetes, que se orienta al desarrollo de una política pública que, Para el caso de yogures y helados, se deben utilizar los puntos de corte en ml.

Sistema de ENFE en Perú

En mayo de **2013** se promulgó en Perú la Ley **30021 “Ley de Promoción de Alimentación Saludable”**, que incluye entre sus acciones el etiquetado frontal de alimentos procesados.

El reglamento de la ley, fue publicado en julio **2017** previendo entrar en vigencia 6 meses después de la publicación del Manual de Advertencias Publicitarias por el Ministerio de Salud, que fue aprobado en agosto del mismo año. El reglamento plantea el uso de ENFE de advertencia, como el modelo chileno. Los umbrales también son los mismos que en Chile.

En noviembre de 2017 se debatieron en el Congreso varios proyectos que buscaban modificar la Ley 30021. En **febrero de 2018** fue aprobado un proyecto que propone implementar, en vez del modelo chileno, el modelo GDA, similar al mexicano pero policromático con los colores del semáforo. Sin embargo, en **junio de 2018** publicó y oficializó el manual de advertencia con los **“octógonos”** de la propuesta original.

Sistema ENFE en el Reino Unido

El sistema ENFE del Reino Unido es uno de los más antiguos y posiblemente el más difundido. Es el llamado **GDA**, o Guideline Daily Amount, que fue descrito también

En **2006**, tras una evaluación y consulta de dos sistemas (MTL y GDA) se invitó a los expendedores de alimentos a utilizar un **ENFE tipo semáforo** (MTL, por su nombre en inglés Multiple Traffic Light) de tipo **informativo y de advertencia**, identificando los niveles de grasas totales, grasas saturadas, azúcar y sal y energía cada 100 g o 100 ml y comunicando si el contenido resultaba alto, medio o bajo con los colores del semáforo. Se propusieron diferentes modelos de logo que se podían adoptar a elección.

Con el tiempo, algunos comercios fueron abandonando este modelo y empezaron a aplicar el modelo **GDA** que muestra el porcentaje en que una porción o 100g/ml del alimento o bebida cubre de las recomendaciones diarias de los mismos nutrientes, en vez del contenido en valor absoluto. En vista de la variedad de etiquetas en uso y una serie de regulaciones nuevas acordadas con la UE, en el **2012** se convocó a una consulta pública y se realizaron una serie de estudios para elegir un modelo que cumpliera con las normas de la UE y a su vez ayudara a orientar a la población en su compra. La versión que se eligió finalmente es una **combinación entre GDA y el semáforo que comunica el porcentaje cubierto (por la porción) en forma colorimétrica según los contenidos (en 100 g o cc) sean altos, medios o bajos.**

Sistema ENFE en Francia

En enero de **2016** se promulgó la Ley de Modernización para el sistema de salud, y en su artículo 14 se solicita a las autoridades que recomienden **un sistema de etiquetado frontal que fuera simple y accesible.**

Un equipo de investigadores francés se hallaba validando un sistema de perfilado nutricional de origen británico. El sistema, llamado FSA (Food Standards Agency) por la agencia que lo desarrolló, se aplica a alimentos en el Reino Unido para definir cuáles se pueden publicitar a niños y en la vía pública.

El sistema utiliza un algoritmo que suma puntos por el contenido de energía y nutrientes críticos (azúcares totales, grasas saturadas, sodio) y resta por su contenido de nutrientes esenciales (fibra, proteínas) y frutas/hortalizas. El puntaje resultante resume la calidad del alimento: a menor puntaje, mayor calidad nutricional y

viceversa. A través de un largo proceso de validación, el modelo inglés se adaptó a las **recomendaciones de las guías alimentarias francesas** con algunas modificaciones en el algoritmo en ciertos grupos de alimentos (quesos, materia grasas y bebidas).

Sistema ENFE en Nueva Zelanda y Australia

En Nueva Zelanda y Australia se ha realizado un proceso similar al de Francia, **adaptando el sistema de perfilado nutricional del FSA para las recomendaciones locales** y aplicando un modelo ENFE tipo **resumen** en forma voluntaria.

El modelo, Health Star Rating (HSR) expresa la calidad nutricional de los alimentos con un puntaje de entre **0 y 5 estrellas**. Estos dos países cuentan con un foro conjunto, llamado The Australia and New Zealand Ministerial Forum on Food Regulation, que reúne equipos de diferentes ministerios de ambos países para desarrollar recomendaciones y guías para políticas de regulaciones alimentarias a nivel local, además de promover estándares para alimentos. A fines de **2011** se acordó comenzar a trabajar desde allí sobre el desarrollo de un sistema **ENFE de tipo resumen o interpretativo**, que balanceara la búsqueda de resultados positivos a nivel de salud pública a corto y largo plazo con la productividad de la industria alimentaria.

A mayor puntaje, menor calidad nutricional, y corresponden menos estrellas. El puntaje correspondiente por nutriente, el puntaje final, y los umbrales de puntaje para la cantidad de estrellas varía por categoría. Para simplificar el proceso de cálculo para la industria, se ofrece una planilla en Excel que calcula automáticamente el puntaje para cualquier alimento dado.

Sistema ENFE en Suecia

Suecia cuenta con un sistema **ENFE opcional tipo resumen** desde **1989** llamado “Keyhole”, también utilizado en Noruega, Dinamarca e Islandia. El logo sueco se utiliza para distinguir alimentos que son más saludables que otros en su misma categoría.

El sistema cuenta con **umbrales cada 100 g** de alimentos para grasas totales, grasas saturadas y trans, azúcares totales o agregados, sodio, edulcorantes no calóricos y cada 1000 kJ para fibra, en 26 subcategorías diferentes. **Si los productos cumplen con los**

límites estipulados para la categoría que les corresponde, es decir no supera los de nutrientes críticos y/o alcanza el de fibra, el producto puede incluir el logo que lo identifica como una opción de mejor calidad nutricional que otros similares.

Hay ciertas categorías como helados, bebidas azucaradas, golosinas y tortas que por su densidad energética y alto contenido de nutrientes críticos no disponen de umbrales, y no pueden calificar para incluir el logo.

Propuesta de sistema ENFE en Uruguay

En Uruguay está elaborado, pero aún **no ha sido oficializado el decreto mediante el cual se establece la obligatoriedad de incluir ENFE en todos los alimentos y bebidas procesados** con adición de azúcares, grasas y/o sodio, con un **modelo de tipo advertencia** muy similar al chileno. Las diferencias entre estos dos sistemas es que el uruguayo incluye grasas totales y **no incluye, en cambio un sello por el contenido calórico**. Además, la propuesta es utilizar las palabras “exceso de” en vez de “alto en” como en Chile y Ecuador.

Los umbrales se expresan en % de kcal cubiertos por los nutrientes grasas, grasas saturadas y azúcares. Para el sodio se expresan puntos de corte considerando mg sodio/1 kcal y mg sodio/100 g de producto. Para calcular el contenido de azúcar, se incluyen todas sus formas excepto la lactosa y los azúcares naturalmente presentes en las frutas y verduras utilizadas como ingredientes en los alimentos.

Los valores definidos como umbrales derivan del perfil de nutrientes elaborado por la OPS.

Para la selección del modelo, en Uruguay se realizaron una serie de estudios con consumidores en los que también se evaluaron los modelos tipo GDA (México) y semáforo (Ecuador). Una vez establecida la preferencia por el modelo de advertencia, a través de otra serie de estudios se definió el modelo final, incluyendo su color y el uso de las palabras “exceso de”.

Propuesta de ENFE en Canadá

En octubre de 2016 se lanzó en Canadá la “Estrategia de alimentación saludable” (Healthy Eating Strategy). Una de las iniciativas claves de la estrategia es el etiquetado nutricional frontal de alimentos, con el fin de promover en la población decisiones alimentarias más saludables y promover el desarrollo de opciones de mejor calidad.

En base a una revisión de estudios, consideran que los sistemas de nutrientes específicos (informativos y/o de advertencia) promueven decisiones más saludables que un sistema resumen, y que deben basarse en nutrientes con consumo excesivo y efectos nocivos asociados en la población.

La propuesta de Ministerio de Salud, es de un **sistema tipo advertencia** obligatorio que alertaría sobre contenido alto de sodio, azúcares totales y grasas saturadas en los alimentos. Se seleccionó este modelo en base a otros modelos internacionales, recomendaciones del Institute of Medicine (IOM) y un análisis de la relación de diferentes modelos de ENFE con otras políticas nacionales de etiquetado de alimentos.

Los umbrales propuestos fueron definidos tras evaluar el porcentaje de cobertura de recomendaciones diarias de 350 alimentos diferentes. En principal criterio fue la consistencia con las guías alimentarias canadienses en el sentido de definir umbrales que permitiesen excluir de la necesidad de ENFE a aquellos alimentos que deben ser consumidos con mayor frecuencia y promover su presencia en aquellos cuyo consumo se debe limitar.

La propuesta es la aplicación de ENFE a todos los alimentos que aporten 15% o más del valor diario recomendado de azúcares, grasas saturadas y/o sodio por porción de referencia. (5% en el caso de alimentos con porciones menores a 50 gramos y 30% en el caso de platos completos preelaborados con tamaños de porción mayores a 200 gramos). Se sugiere excluir de la obligación de etiquetado a las frutas y hortalizas frescas, congeladas o enlatadas, a las leches fluidas, huevos, sal de mesa y endulzantes tipo azúcar, jarabes y miel. Se realizó hasta enero de 2017 una consulta pública a consumidores y miembros de la industria de alimentos para conocer su opinión sobre los umbrales y otros aspectos del sistema propuesto. La propuesta modificada resultante

fue publicada y hubo otra consulta pública hasta abril de 2018 pidiendo opiniones para seleccionar el modelo gráfico final de etiquetado (a elegir entre 4 propuestas), y devolución sobre el resto del documento final. Si se aprueba, la fecha final para la implementación del sistema obligatorio es en **2022**. En forma similar al caso australiano-neocelandés, la propuesta canadiense incluye el costo estimado que tendrá el sistema ENFE (reportado por representantes de la industria) y el ahorro estimado en materia de gastos de salud que tendría a 10 años.

CAPITULO 6: PROPUESTAS Y DEBATES ACERCA DEL ROTULADO NUTRICIONAL

Revisión sobre Etiquetado Frontal de Alimentos y Sistemas de Perfiles Nutricionales en el marco del diseño de Políticas Públicas

A continuación se sintetizan los resultados de dos proyectos previos: “Evaluación de acciones de la industria sobre entornos alimentarios vinculados a obesidad y enfermedades crónicas no transmisibles” (Becas Carrillo-Oñativia, Ministerio de Salud), junio 2016 y “Modelización de los impactos nutricionales, productivos y económicos de sistemas alternativos de perfiles nutricionales” (proyecto multicéntrico, Becas Abraam Sonis, Ministerio de Salud), **mayo 2018** e integra los resultados de la labor continua del equipo de CEPEA en materia de perfiles nutricionales de alimentos y estrategias de etiquetado frontal.

Síntesis de los conceptos, resultados y conclusiones significativas

1. El avance del sobrepeso/obesidad y enfermedades crónicas (EC) plantea el marco para decidir intervenciones orientadas a disminuir el ritmo de crecimiento. Diferentes áreas gubernamentales, académicas, profesionales y la industria alimentaria se hallan discutiendo alternativas; una de las cuales son las **estrategias que regulen la información nutricional que se suministre a través de etiquetados frontales** (sistemas ENFE).

2. Los factores alimentarios determinantes de sobrepeso/obesidad y EC se originan en el

mantenimiento de un **patrón alimentario** poco saludable, distante de las recomendaciones de las guías alimentarias; por bajos consumos de los alimentos considerados más saludables; excesos de los de calidad más baja (y consumo ocasional y moderado) y también altos consumos de harinas, panificados, pastas de harina y sus productos derivados.⁴²

3. Los alimentos que se consumen a granel (no envasados) aportan en promedio el 38% de la ingesta energética estimada en la población argentina; solo el 27% de las calorías de la dieta se origina en alimentos envasados que por su composición e identidad podrían ser reformulados por la industria alimentaria para disminuir su contenido de nutrientes críticos.⁴³

4. La brecha promedio (medida en unidades de densidad o calidad nutricional) de hortalizas, frutas, lácteos y granos, cereales integrales y legumbres es de 66% (respecto de la pauta saludable); el exceso de azúcares (en bebidas y alimentos) es de 45% y el exceso de almidones de baja calidad (pobres en fibra) alcanza el 66%.⁴⁴

5. La aplicación de modelos de ENFE basados en el concepto de “advertencias” (ej. Modelo chileno) conducen a un muy alto grado de discriminación (desaliento) de alimentos hoy presentes en el mercado; en muchos casos, se trata de productos que en términos de su densidad global de nutrientes (calidad nutricional) y su aporte de nutrientes son recomendados por las guías alimentarias.⁴⁵

6. Los modelos de ENFE de tipo interpretativos o resumen (ej. modelos francés o australiano) conducen a un nivel más bajo de discriminación (desalientan menos), pero más alto de especificidad (concordancia entre alimentos no discriminados y su densidad de nutrientes).⁴⁶

7. Luego de modelizar la dieta observada (promedio de la población argentina), los sistemas ENFE de advertencia y los interpretativos tienen resultados similares en reducción teórica factible en la ingesta estimada de azúcares (el mayor nutriente crítico

⁴² Modelo de perfil de nutrientes de la organización panamericana de la salud. Washington.D.C.; 2016.

⁴³ Ídem 40.

⁴⁴ Ídem 40.

⁴⁵ Ídem 40.

⁴⁶ Ídem 40.

en exceso), ácidos grasos saturados y energía (kcal). El sistema que resulta en menores disminuciones es el GDA.⁴⁷

8. Todas las disminuciones teóricas factibles luego de la modelización impactan en no más de un 28% de la ingesta total de energía; razón por la cual el impacto de tales reducciones en el Índice de Calidad de Dieta es marginal. En la dieta observada el índice de calidad alcanza un 45%⁴⁸

9. En el patrón alimentario promedio local, solo cinco subcategorías de productos reúnen la condición simultánea de ser susceptibles al etiquetado (factible de reformulaciones para reducir nutrientes críticos) y aporte de algún nutriente crítico (incidencia) mayor a 5% en la dieta: bebidas azucaradas, carnes procesadas y fiambres, galletitas dulces rellenas y quesos duros.⁴⁹

10. La aplicación de umbrales típicos de los ENFE de advertencia podría derivar en que se consideren poco saludables algunos productos de las subcategorías: quesos, yogures, leches, carnes o algunas frutas procesadas; o también haría que se consideren poco saludables por igual algunos panificados o galletitas que por su contenido de fibra, granos o índice glucémico, son mejores que otras alternativas en su misma categoría.⁵⁰

11. Si el objetivo de un sistema ENFE fuese orientar las elecciones alimentarias hacia un perfil más saludable de la dieta en su conjunto, según la evidencia deberían ponderarse (además del alto contenido de nutrientes críticos) la presencia y cantidad de fuentes de fibra, calcio, potasio y vitaminas A y C.⁵¹

12. Es pertinente que la decisión de adopción de un sistema ENFE se armonice en el seno del Mercosur y en el contexto del proceso que está ocurriendo en el Codex Alimentarius.

⁴⁷ Ídem 40.

⁴⁸ Ídem 40.

⁴⁹ Ídem 40.

⁵⁰ Ídem 40.

⁵¹ Ídem 40.

13. Es pertinente que la decisión de adopción de un sistema ENFE se base en evidencia local sobre la preferencia, percepción, comprensión objetiva y utilización de modelos alternativos.⁵²

14. Es pertinente que la decisión de adopción de un sistema ENFE considere criterios, umbrales o algoritmos de perfiles nutricionales cuya aplicación sea absolutamente consistente con los mensajes y recomendaciones de las guías alimentarias.⁵³

15.- El documento incluye una propuesta posible de perfil nutricional aplicable a alimentos locales. Aun así, este perfil también dejaría por fuera a algunos productos cuyo consumo es alentado por las guías alimentarias, como es el caso de varios quesos, yogures, leches, carnes o algunas frutas procesadas; o también derivaría en que se califique como poco saludables por igual algunos panificados o galletitas que por su contenido de fibra, granos o índice glucémico, son mejores que otras alternativas en su misma categoría.

16. Estos casos particulares merecen un mayor análisis que contemple en qué medida su contenido de nutrientes críticos (alto) es un riesgo colectivo mayor que su condición de fuente algunos nutrientes o componentes (frutas, por ejemplo) que son deficitarios en la dieta poblacional. En algunos casos, además, la presencia de nutrientes críticos (grasas saturadas lácteas o en carnes, lactosa en lácteos) es parte intrínseca de su matriz alimentaria y sus efectos no son equivalentes a los producidos por los mismos nutrientes en forma aislada o cuando son agregados industrialmente.⁵⁴

DEBATE POR PARTE DE LA ALIANZA DE ASOCIACIONES DE LA INDUSTRIA DE ALIMENTOS Y BEBIDAS

La **Alianza Latinoamericana de Asociaciones de la Industria de Alimentos y Bebidas** (ALAIAB), es una organización regional conformada por 21 asociaciones empresariales de 14 países. Todas las organizaciones miembros representan a la industria que toma los diversos insumos agrícolas y pecuarios para transformarlos en grupos alimenticios de valor agregado.

⁵² Ídem 40.

⁵³ Ídem 40.

⁵⁴ Ídem 40.

ALAIAB considera necesario expresar su preocupación a la propuesta en consulta ante OMC respecto al Reglamento de Etiquetado Nutricional Frontal.

COMENTARIOS GENERALES A LA PROPUESTA DE URUGUAY DE ETIQUETADO FRONTAL DE ALIMENTOS PREENVASADOS

El proyecto de reglamento de Uruguay propone que los productos alimenticios tengan advertencias en el frente del envase para aquellos alimentos que excedan los parámetros de grasa, la grasa saturada, sodio y azúcar.

Está claro que este modelo de etiquetado de advertencia está basado en el modelo chileno del “disco pare” implementado en junio de 2016. ALAIAB en su momento presentó comentarios expresando su preocupación sobre el esquema chileno y dicho sistema no ha podido demostrar sus bases científicas, se desvía de las normas internacionales, alarma y confunde injustificadamente a los consumidores, discrimina injustificadamente a la mayoría de los productos alimenticios y de bebidas y, hasta la fecha no hay estudios que demuestren fehacientemente que las advertencias estén incidiendo de manera positiva en los índices de prevalencia de ECNTs, principal objetivo de dicha medida.

COMENTARIOS ESPECIFICOS

ROTULADO QUE VA MUCHO MÁS ALLÁ DE UNA SEÑAL DE “ADVERTENCIA” Y QUE INTRODUCE UN CONCEPTO EXTRAORDINARIAMENTE EXCESIVO, CAPAZ DE LIMITAR EL COMERCIO DE MANERA INNECESARIA

Con la regulación propuesta se establece un estilo de rotulado de advertencia que va mucho más allá de lo establecido en el Codex Alimentarius y MERCOSUR y además introduce un concepto extraordinariamente excesivo, capaz de limitar el comercio de manera innecesaria.

En este sentido, es un rotulado que genera una indicación por parte de la máxima autoridad sanitaria del país, equivalente a DETENGASE / PELIGRO, sobre productos

alimenticios y sus nutrientes que son inocuos, que nunca han sido catalogados como sustancias peligrosas, vicios, drogas o nada que se les parezca y que además han sido definidos en el Reglamento Bromatológico Nacional y debidamente aprobados por la autoridad sanitaria.

Las medidas allí consignadas son tan extremas y los parámetros tan restrictivos, que contraviene lo establecido por los Principios Generales del CODEX, en su apartado 3.5, donde se prohíbe expresamente hacer *“declaraciones de propiedades que pueden suscitar dudas sobre la inocuidad de alimentos análogos, o puedan suscitar o provocar miedo en el consumidor”*⁵⁵

Las recomendaciones de consumo siempre deben hacerse en función de la dieta total. Desde el punto de vista científico **no es posible atribuir a un sólo alimento la carga nutrimental total de un individuo**, sólo por tener una composición específica. La normativa propuesta, estaría pretendiendo restringir el consumo de alimentos industrializados en forma generalizada para la población, asumiendo requerimientos nutricionales y energéticos muy similares, sin existir estudios científicos poblacionales de por medio que permitan la comprobación de la aplicación del método científico.

DISCRIMINACION DE CIERTOS ALIMENTOS INDUSTRIALIZADOS

Este reglamento se aplica a sólo alimentos “procesados” con etiquetado, que son una fracción del consumo diario de los alimentos, el reglamento produce una discriminación negativa injustificada científicamente, cuando **debe hacerse un abordaje integral de la ingesta total de alimentos en la dieta de una persona sana promedio**. ALAIAB cree que se deben tener en cuenta los estudios nacionales de consumo de alimentos, para trabajar sobre la última información de estándares de consumo de alimentos e ingestas diarias, buscando no excluir alimentos no envasados en la lucha contra las enfermedades crónicas no transmisibles. Existen otros canales de consumo de alimentos, como restaurantes, locales de comida rápida, puestos callejeros y las preparaciones caseras que contribuyen, sino en mayor medida, al consumo en exceso de nutrientes de preocupación para la Salud Pública.

⁵⁵ COMENTARIOS ALAIAB A LA PROPUESTA DE URUGUAY DE DECRETO DE ETIQUETADO FRONTAL EN CONSULTA ANTE OMC. Montevideo; 2018.

IMPOSIBILIDAD DE INFORMAR DE BENEFICIOS NUTRICIONALES AL CONSUMIDOR

ALAIAB cree que un sistema de rotulado frontal consistentemente aplicado es una herramienta que puede – en conjunto con compañías de educación – complementar la tabla nutricional, información nutricional complementaria, declaraciones funcionales, es decir, herramientas que actualmente asisten a la población a realizar elecciones informadas para mejorar sus dietas y salud.

La propuesta de reglamento **no permite destacar condiciones positivas de los alimentos** si ellos son categorizados con el sello “Exceso de...”. Se perderá de esta forma la posibilidad de comunicar innovaciones realizadas en aporte de fibra, antioxidantes, bajo aporte, buena fuente, contenido de probióticos, etc.⁵⁶

Por otro lado, el sistema de etiquetado **propuesto no promueve prácticas alimenticias saludables, ni brinda información al público respecto de la importancia del equilibrio y balance energético para garantizar un control de peso apropiado.** Tampoco hace énfasis en el consumo de alimentos ricos en macro y micronutrientes esenciales.⁵⁷

USO INDEBIDO DE PERFIL DE NUTRIENTES

Este proyecto de reglamento se basa en el **Modelo de Perfil de Nutrientes de la Organización Panamericana de la Salud (OPS)**. Un error subyacente de este modelo es que aplica las metas de consumo de nutrientes para prevenir la obesidad y las ECNT que están planteadas para la dieta total y las reduce a metas para cada alimento, lo cual constituye un error técnico. Este error contradice las recomendaciones de la misma Organización Mundial de la Salud sobre el desarrollo de perfiles nutrimentales.

⁵⁶ COMENTARIOS ALAIAB A LA PROPUESTA DE URUGUAY DE DECRETO DE ETIQUETADO FRONTAL EN CONSULTA ANTE OMC. Montevideo; 2018.

⁵⁷ Ídem 54.

ENFOQUE ENGAÑOSO Y PERJUDICIAL EN LOS ALIMENTOS PREENVASADOS

La construcción de la regulación a través de las definiciones incorporadas en la propuesta corresponde a los niveles "añadidos" de estos nutrientes a los alimentos y bebidas, y no tiene en cuenta los intrínsecos. Se trata de una distinción sin diferencia, y es engañosa para los consumidores, despreciando injustamente los alimentos manufacturados o industrializados.

Se destaca que el enfoque de la propuesta de etiquetado frontal de Uruguay abarca solamente a ciertos alimentos envasados en ausencia del cliente, de acuerdo al artículo 2) éstos son aquellos “*en los que, en su proceso de elaboración, o en alguno de sus ingredientes, se haya agregado sodio, azúcares o grasas saturadas y en cuya composición final el contenido de estos exceda los parámetros establecidos en el anexo II del presente decreto*”.⁵⁸

En relación a este particular; de acuerdo a los conceptos básicos en ciencia en nutrición y en definición de nutrientes, los azúcares intrínsecos y añadidos proveen la misma cantidad de calorías y no existe base científica para diferenciar su efecto sobre ECNTs de los nutrientes añadidos y los intrínsecos.

La composición nutricional de todos los tipos de alimentos y bebidas (elaboraciones caseras, alimentos pre envasado, lácteo y cárnico) dentro del contexto de la dieta total es lo que realmente importa cuando queremos informar y educar a los consumidores acerca de los nutrientes de preocupación para la Salud Pública y una manera de escoger y planear su alimentación.⁵⁹

Considerar una excepción de etiquetado frontal para aquellos productos con nutrientes de preocupación para la Salud Pública (por ejemplo, quesos con alto contenido graso, postres lácteos con grasa entera o jugos de frutas empacados) puede mal informar a los consumidores y hacerlos considerar que esos productos son más “sanos” que aquellos que han sido adicionados de los mismos nutrientes independientemente de las calorías totales y de la densidad calórica del alimento. Además, esta consideración puede ser

⁵⁸ COMENTARIOS ALAIAB A LA PROPUESTA DE URUGUAY DE DECRETO DE ETIQUETADO FRONTAL EN CONSULTA ANTE OMC. Montevideo; 2018.

⁵⁹ Ídem 56.

engañoso para inducir al consumidor a incrementar la ingesta de productos con nutrientes intrínsecos aun cuando eso también puede impactar su salud si se hace en cantidades mayores a las recomendaciones individuales de cada uno (por ejemplo, azúcar, sal, aceites y otros alimentos mono ingredientes sin nutrientes añadidos).

Por otra parte, el proyecto de reglamento trata a los productos que se elaboran en casa como "buenos" y "sanos" incluso si las cantidades de nutrientes presentes en su perfil nutritivo pudiera ser igual o mayor que el de un alimento procesado empaquetado.

Según la propia estimación de la OPS, casi el 85% de los productos que se comercializan se clasifican como "dañinos". En lugar de proporcionar información valiosa sobre la composición nutricional de los alimentos y las recomendaciones para consumirlos en las cantidades adecuadas, estas etiquetas de advertencia **demonizarán** incorrectamente categorías completas de alimentos y bebidas. Poniendo una advertencia de salud en casi todos los alimentos industrializados con "añadido" de sodio, azúcar, grasa o grasas saturadas no se informa de manera útil a los consumidores y carece de una base científica sólida.

La propuesta de Uruguay persigue como **objetivo desalentar a la población a que consuma alimentos que contengan los sellos de advertencia** cuando, por el contrario, **los estudios de nutrición coinciden en que los consumidores deben ser alentados a adoptar dietas balanceadas consumiendo una amplia variedad de alimentos en las proporciones adecuadas para lograr y mantener un peso corporal saludable.**

ALAIAB considera que los perfiles de nutrientes pueden considerarse herramientas útiles, siempre y cuando sean utilizadas para los fines correctos y con una base científica muy sólida, mediante la que se cumplan características como:

- Consistencia con las Normas del Codex Alimentarius
- Significativo y de fácil de entender por los consumidores,
- Facilite la selección de opciones saludables de alimentos y bebidas en el punto de compra
- Inclusivo de todas las categorías de alimentos, es decir, no sea discriminativo,
- Que provea una buena diferenciación entre grupos de alimentos y dentro de la misma categoría.

- Que impulse el desarrollo de productos y la innovación en sus características nutricionales.
- Que informe y no promueva la interpretación subjetiva sobre la pertinencia, la inocuidad o la seguridad del producto.
- Que considere adecuadamente los nutrientes que son de real preocupación para la salud pública (azúcares totales, grasas saturadas, sodio, energía).
- Científicamente válido.
- En línea con las guías nutricionales nacionales y regionales (incluyendo guías de tamaño de porción).
- ALAIAB solicita respetuosamente a la autoridad uruguaya una mayor reflexión en torno a la forma mediante la cual se desea impulsar esta regulación, así como participar al sector industrial local y regional a la mesa de debate para construir en conjunto una propuesta.
- Espíritu de estimular mejores formatos de presentación de la información, de cara a decisiones de consumo más inteligentes por parte de los consumidores; no obstante, hay serias dudas por el efecto que generará al comercio internacional, la ejecución unilateral de estándares desarmonizados por parte de Uruguay.
- Por tal motivo, esta propuesta se basa en que los países puedan incentivar esta discusión en el contexto del CODEX ALIMENTARIUS y, consecuentemente, MERCOSUR, de manera tal que las mejoras se puedan impulsar de manera ordenada, armonizada y multilateral, a partir de una discusión científica realizada dentro del marco de los foros internacionales creados para tales efectos.
- Se propone que los avances que se puedan generar en el corto plazo, se desarrollen mediante el incentivo a los programas de acatamiento voluntario, mediante el cual, la industria alimentaria mundial ha demostrado grandes avances, acompañadas por campañas de educación al consumidor.

CAPITULO 7: UBICACIÓN Y AREA GEOGRAFICA DEL ESTUDIO

Rosario se encuentra en el extremo sudeste de la provincia de Santa Fe, en la denominada Pampa húmeda. Se encuentra a 170 km de la ciudad de Santa Fe, capital de la provincia; mientras que 401 km al noroeste se halla la ciudad de Córdoba y 306 km hacia el sudeste se encuentra la ciudad autónoma de Buenos Aires, Capital Federal de Argentina. El tejido urbano cubre 178,69 km², de los cuales están urbanizados 120,37 km². El relieve de la zona es de llanura ondulada, y su altura es de 22,5 a 24,6 msnm.



El límite oriental de la ciudad está dado por el río Paraná; al norte limita con la ciudad conurbada de Granadero Baigorria; al noroeste con la zona rural de la comuna de Ibarlucea; al oeste con los municipios conurbados de Funes y Pérez. Al sudoeste limita con la localidad conurbada de Soldini y al sur con la ciudad conurbada de Villa Gobernador Gálvez, de la cual está separada por el arroyo Saladillo.

Rosario constituye el núcleo central de una aglomeración urbana conocida como Área Metropolitana del Gran Rosario, cuya población se extiende por otras localidades de su mismo departamento y sobre el departamento San Lorenzo y asciende a 1.353.000 habitantes (INDEC, 2010) (317 122 hogar en 305 487 viviendas). En 2009, la población del aglomerado se estimaba en 1 235 558 habitantes⁴³ configurando por lo tanto la tercera ciudad más poblada de la Argentina, detrás del Gran Buenos Aires y del Gran Córdoba.

BARRIO MARTIN:

Martin es un barrio en la zona centro de la ciudad de Rosario, provincia de Santa Fe, Argentina.

Debe su nombre a los ex depósitos de la yerbatera "Martin" que históricamente se situaba al sur del centro rosarino, recostado sobre la barranca del Paraná. La Yerbatera Martin fue obra del inmigrante



suizo Julio U. Martin (cofundador de la ciudad de Villa Ángela, Chaco). La primera plantación estuvo en San Ignacio (Misiones) donde prosperaron una gran extensión de yerbatales e instalaron el primer molino yerbatero.

En los 1920, Martin construye la yerbatera sobre la barranca del Paraná (Avenida de la Libertad) y funcionó en forma ininterrumpida hasta 1980 año en que la yerbatera se trasladó nuevamente a la provincia de Misiones.

A principios de 1960 se planifica la urbanización de la zona. Con el transcurso de los años la zona urbanizada se valorizó convirtiéndose en los terrenos más caros de la ciudad.

El Barrio Martin tiene una vista privilegiada, balconeo al río Paraná y es **considerado uno de los barrios más elegantes de Rosario.**

El Barrio Martin limita al este con el río Paraná, al sur con la Av. Pellegrini y al oeste con la calle Laprida

SUPERMERCADO “LA GALLEGA”

En los sesenta, la Gallega inauguró su primer supermercado en Córdoba al 8300.

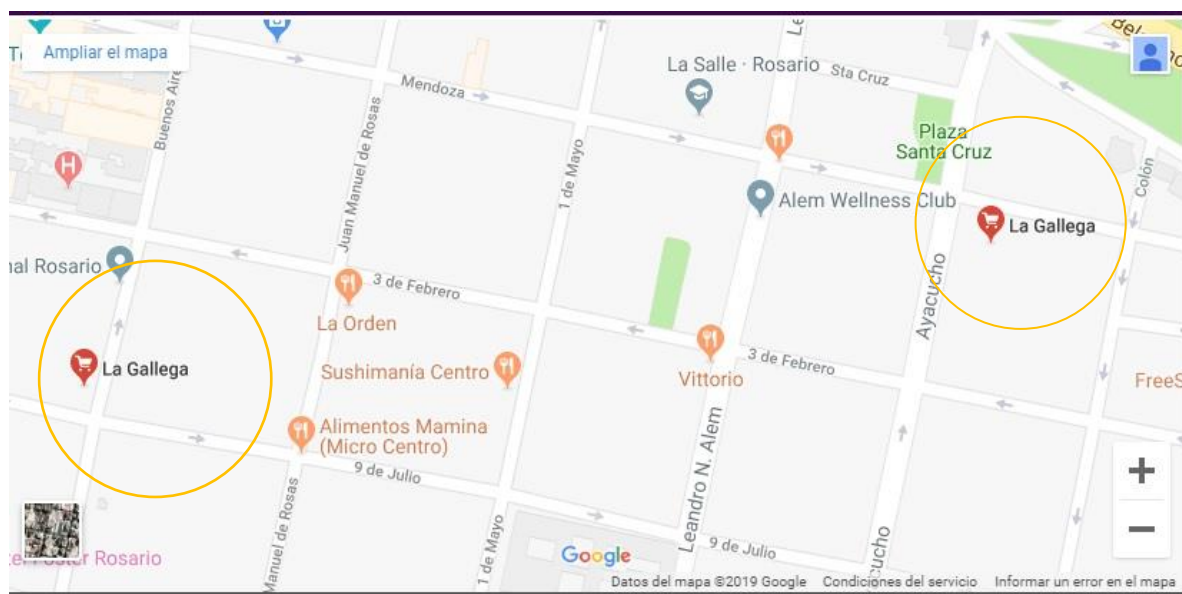
En la misma década, Álvarez trasladó su experiencia al macrocentro de Rosario: abrió provisoriamente las puertas de un salón en Mitre 364 y, poco después, se estableció definitivamente en un amplio salón ubicado en Urquiza al 1100.

A mediados de los setenta, La Gallega tuvo su propio centro de distribución en el Mercado de Concentración de Fisherton.

En 1981 llegó a Entre Ríos 2300, en el 83 abrió las puertas de un nuevo local en Dorrego al 900, y en 1988 inauguró otro supermercado en Donado y Mendoza.

En 1994, adquirió un local en Avenida Alberdi al 600 y, poco después, otro en 9 de Julio casi esquina Alem. En 1996 construyó un gran supermercado de sofisticadas características y múltiples servicios en Circunvalación y Córdoba; un año más tarde abrió las puertas de Balcarce al 200 y pocos meses después se estableció **en 9 de Julio y Buenos Aires**.

En el verano de 2013 se abrieron las puertas de una **confortable y moderna Sucursal ubicada en Ayacucho y Mendoza, con salida a ambas calles y en pleno Barrio Martín**, dotada de la última tecnología para la venta de productos de consumo masivo.



60

⁶⁰ . La gallega [internet]. La gallega. 2018 [citado el 15 de enero de 2019]. Disponible en: <https://www.google.com.ar/maps/search/la+gallega/@-32.9407374,-60.6479429,15z/data=!3m1!4b1?hl=es>

SUPERMERCADO “DAR”

Cadena Dar es un emprendimiento de David Rosental e hijos mediante el cual comienza a conformarse una cadena de supermercados cuyos locales, en un primer momento adoptaran la modalidad de franquicias.

En 1998 se inaugura la primera sucursal y actualmente cuenta con más de 50 sucursales distribuidas en el país.



61

⁶¹ Cadena dar [internet]. Cadena dar. 2015 [citado el 15 de enero de 2019]. Disponible en: <https://www.google.com.ar/maps/search/cadena+dar,+maps/@-32.9407602,-60.6413768,17z/data=!3m1!4b1?hl=es>

Metodología

Área de estudio

Supermercados “LA GALLEGA” y “DAR” de la ciudad de Rosario, Santa Fe, Argentina.

Tipo de estudio

Se realiza un estudio de tipo cuantitativo, transversal y descriptivo con el objetivo de indagar si los consumidores en los supermercados de la ciudad de Rosario logran interpretar el rotulado nutricional y la lista de ingredientes de los alimentos y bebidas envasados.

Población objetivo

Consumidores en los supermercados de la ciudad de Rosario que se encuentren presentes en el momento de la encuesta.

Universo: personas que asisten al supermercado “La gallega” y “Dar”

Muestra: 43 personas.

Criterios de inclusión:

Se incluyen consumidores de ambos sexos, mayores de 18 años, que quieran participar de la encuesta.

Criterios de exclusión:

Se excluyen aquellos consumidores que no deseen participar de la encuesta y que sean menores de 18 años.

Técnica de recolección de datos:

El instrumento que se utilizó fue una encuesta de carácter anónimo, autoinducida, con un total de doce preguntas, de las cuales once son cerradas y una abierta con el objetivo de que el encuestado describa sus inquietudes y observaciones en cuanto a los rotulados nutricionales vigentes en Argentina.

En dicho instrumento se presentan una tabla nutricional y una lista de ingredientes correspondientes a galletas tipo pepas de membrillo.

Las variables analizadas fueron:

- Sexo
- Edad

Trabajo de campo

Se realizarán las encuestas en los supermercados “dar” y “la gallega” del barrio Martín de la ciudad de Rosario, provincia de Santa Fe, a aquellos consumidores que acepten participar de la misma. Dicha encuesta será realizada por ellos mismos.

La elección de analizar la población que asiste al supermercado “La gallega” y “Dar” del barrio Martín se debió a la cercanía que hay entre ellos y a la importancia de evaluar el grado de entendimiento de los rotulados en un barrio que, por su historia, refiere atribuirse a una clase socioeconómica media alta y si este estrato social es un factor que interfiere en dicha interpretación.

La recolección de datos no será realizada un mismo día, se llevará a cabo en distintos días de la semana.

Una vez recolectados los datos procederá a la interpretación de los mismos.

Resultados obtenidos

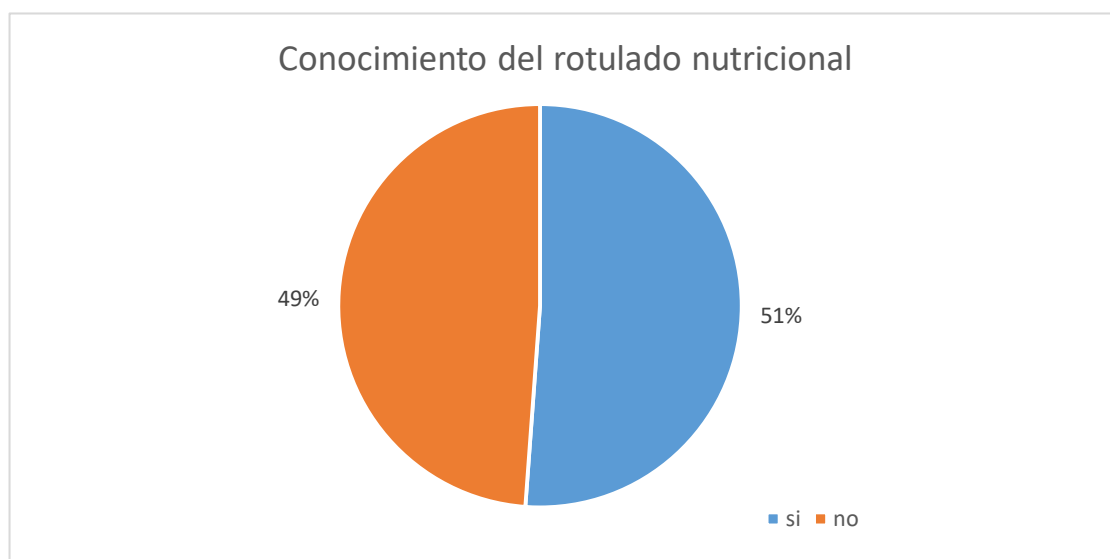
El tamaño muestral de la población a la que se encuestó fue de un total de **43 personas**.

Los gráficos y el análisis de datos se llevaron a cabo a través de Excel 2016.

RESULTADOS OBTENIDOS

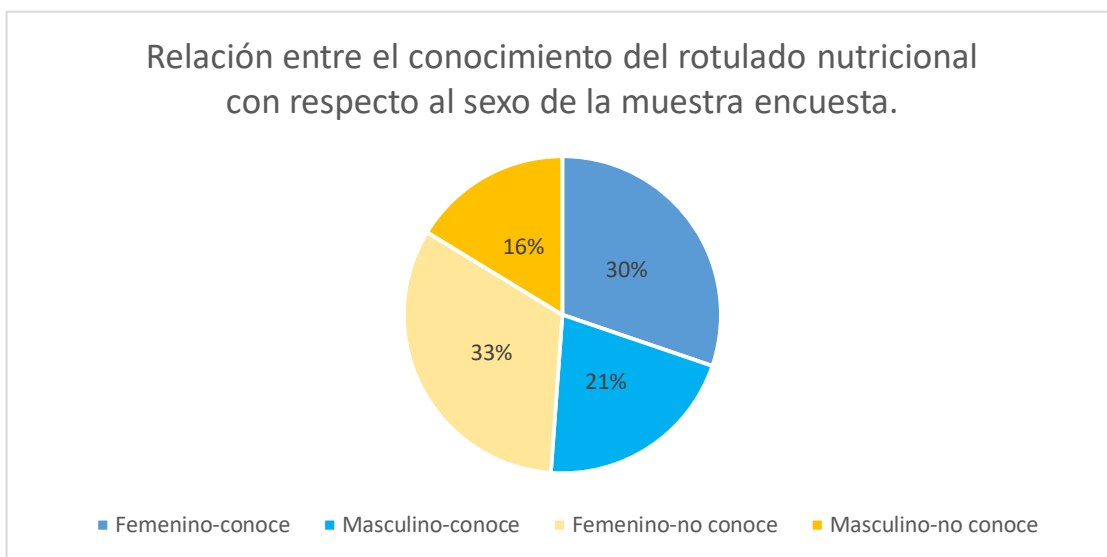
PREGUNTA 1: ¿conoce lo que es un rotulado nutricional?

Gráfico 1: Conocimiento acerca del rotulado nutricional.



El 51% (22) de la muestra poblacional conoce lo que es un rotulado nutricional y el 49% (21) no tiene conocimiento sobre el mismo.

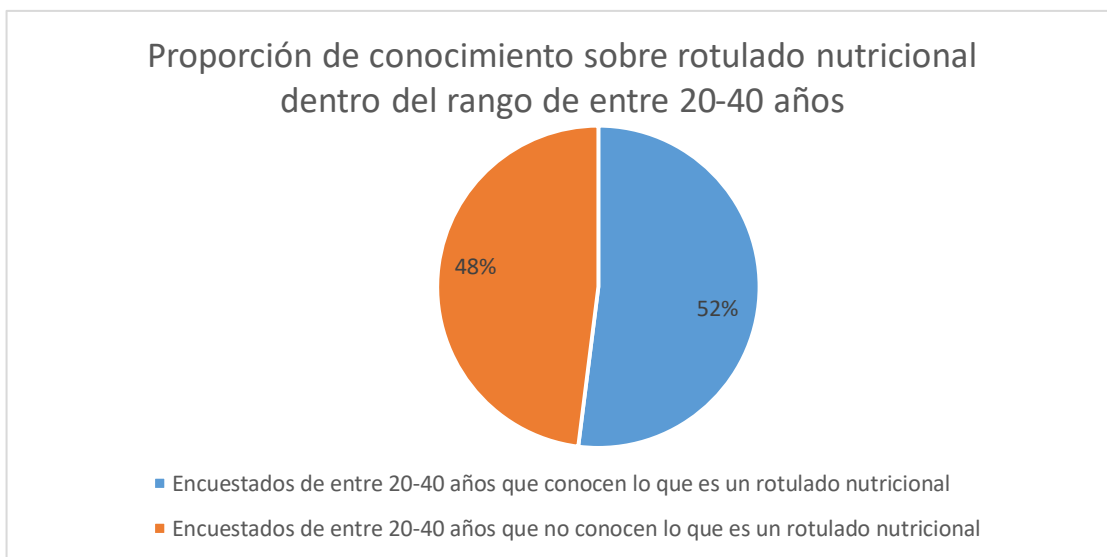
Gráfico 2: Relación entre el conocimiento del rotulado nutricional con respecto al sexo de la muestra.



Del 51%(22) de encuestados que conocen lo que es un rotulado nutricional, el 30%(13) son mujeres y el 21% (9) hombres.

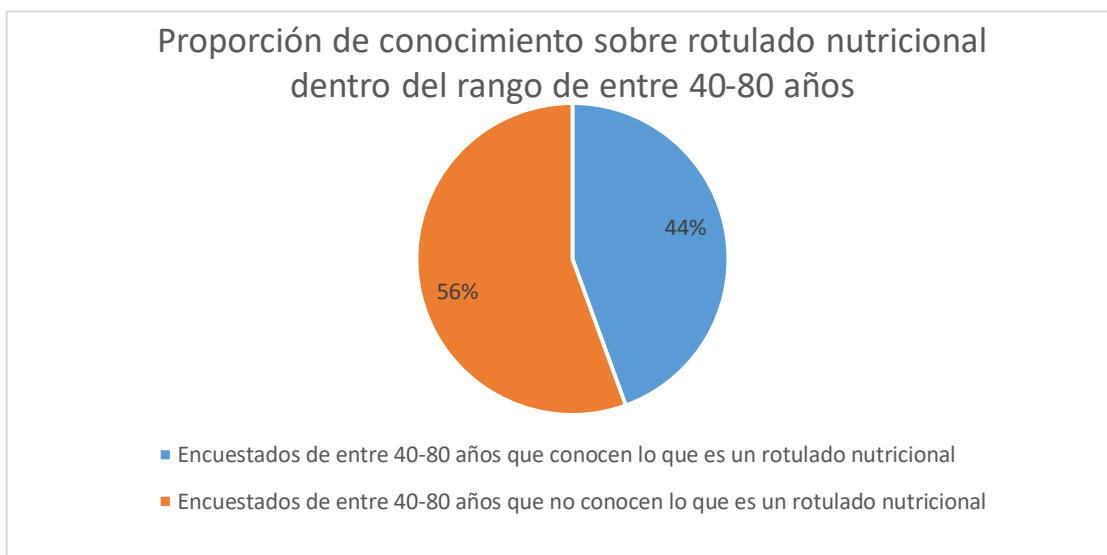
Del 49%(21) de encuestados que no conocen lo que es un rotulado nutricional el 33% (14) son mujeres y el 16% (7) hombres.

Gráfico 3: Proporción de conocimiento sobre rotulado nutricional dentro del rango 20-40 años de edad.



De los encuestados de entre 20 y 40 años, el 52%(13) conocen lo que es un rotulado nutricional y el 48%(12) no tienen conocimiento sobre el mismo.

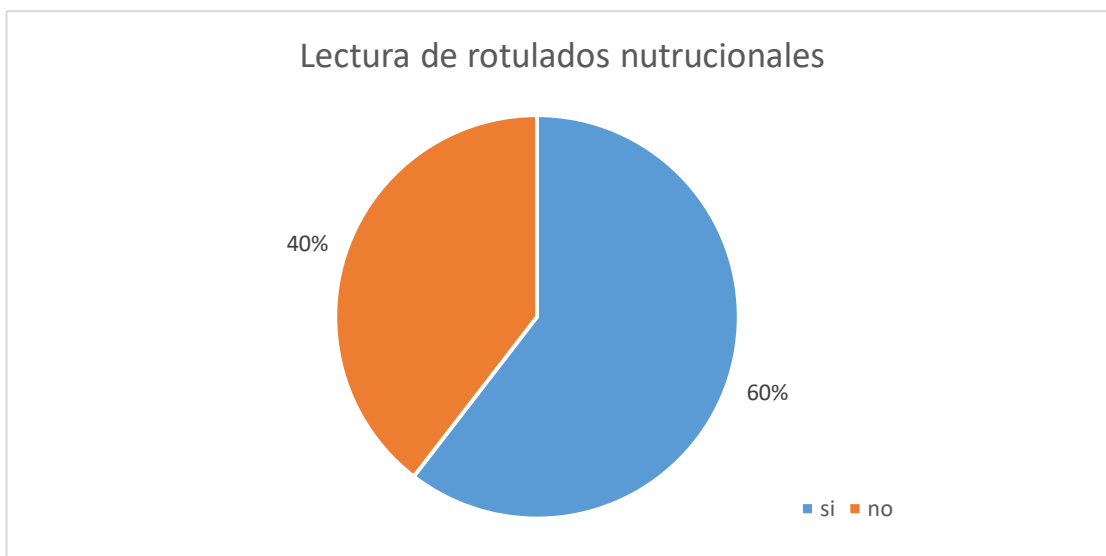
Gráfico 4: Proporción de conocimiento sobre rotulado nutricional dentro del rango de 40-80 años de edad.



De los encuestados de entre 40 y 80 años, el 44%(8) conocen lo que es un rotulado nutricional y el 56%(10) no tienen conocimiento sobre el mismo.

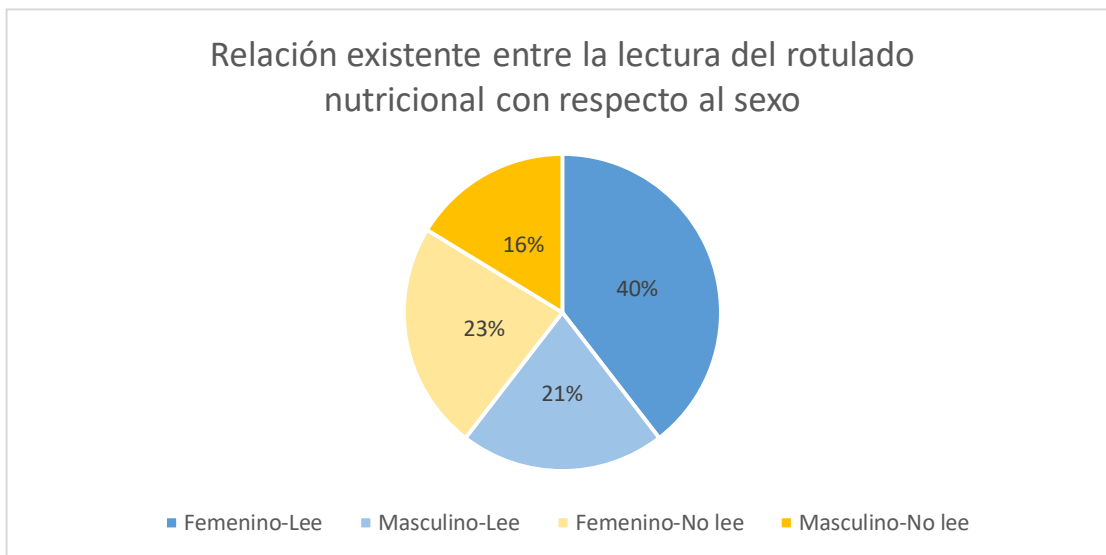
PREGUNTA 2: ¿Lee usted las etiquetas nutricionales y la lista de ingredientes?

Gráfico 5: Lectura de rotulados nutricionales



El 60% (26) de la muestra poblacional leen los rotulados nutricionales y el 40% (17) de los encuestados no leen los mismos.

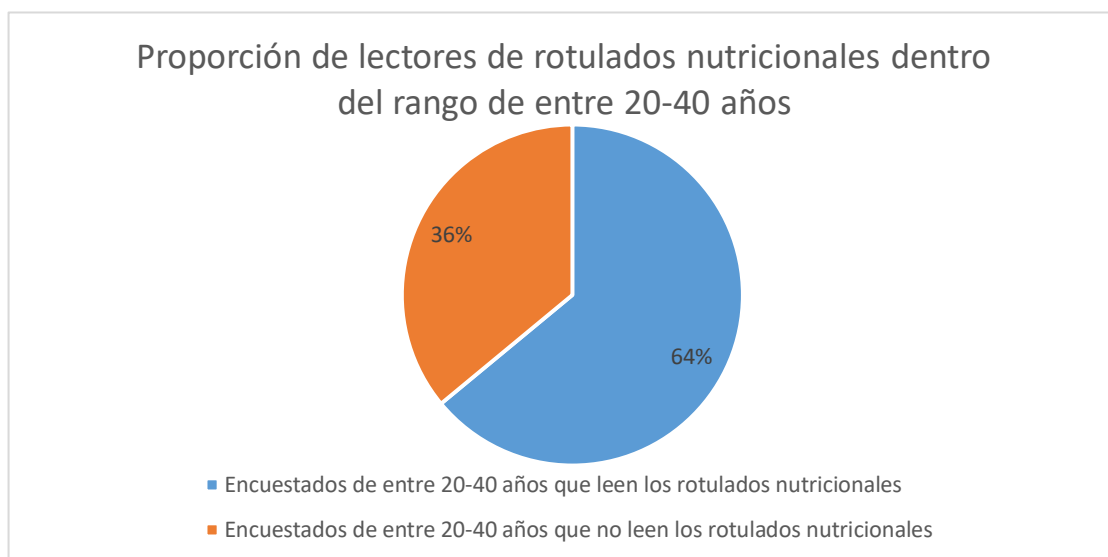
Gráfico 6: Relación entre la lectura del rotulado nutricional y el sexo del encuestado.



Del 60%(26) de los encuestados que leen los rotulados nutricionales, el 40%(17) son mujeres y el 21%(9) hombres.

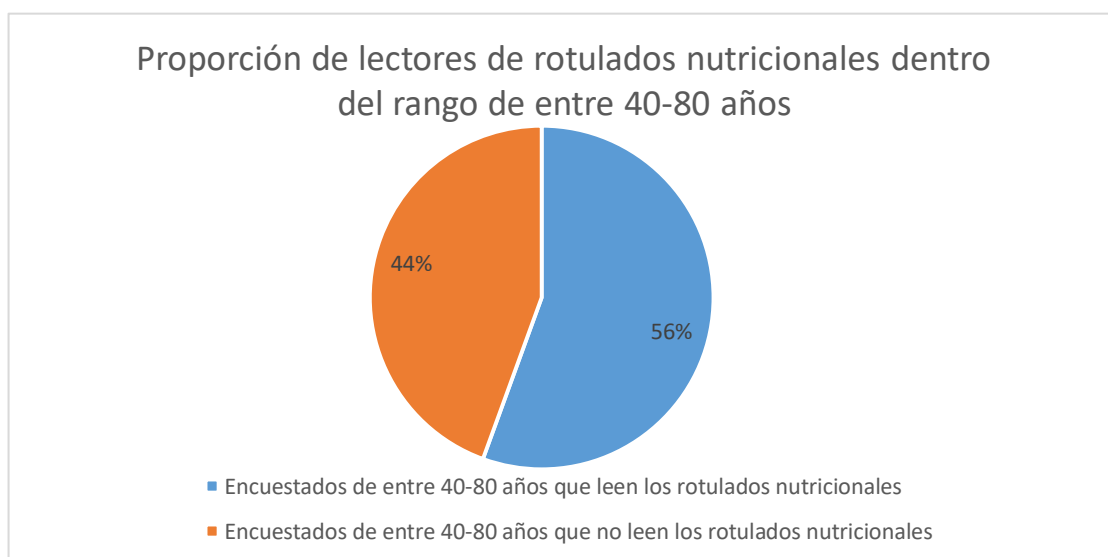
Del 40%(17) de los encuestados que no leen los rotulados nutricionales, el 16% (10) son mujeres y el 23%(7) hombres.

Gráfico 7: Proporción de lectores de rotulados nutricionales en el rango de 20-40 años



De los encuestados de entre 20 y 40 años, el 64%(16) leen los rotulados nutricionales y el 36%(9) no leen los mismos.

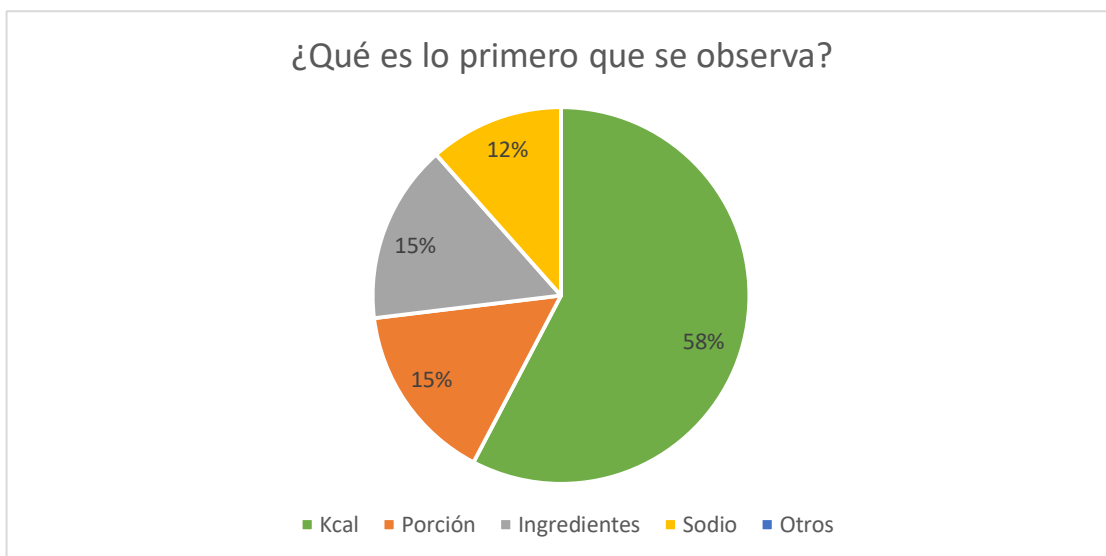
Gráfico 8: Proporción de lectores de rotulados nutricionales en el rango de 40-80 años



De los encuestados de entre 40 y 80 años, el 56%(10) leen los rotulados nutricionales y el 44%(8) no leen los mismos.

Pregunta 3: ¿Qué es lo primero que mira?

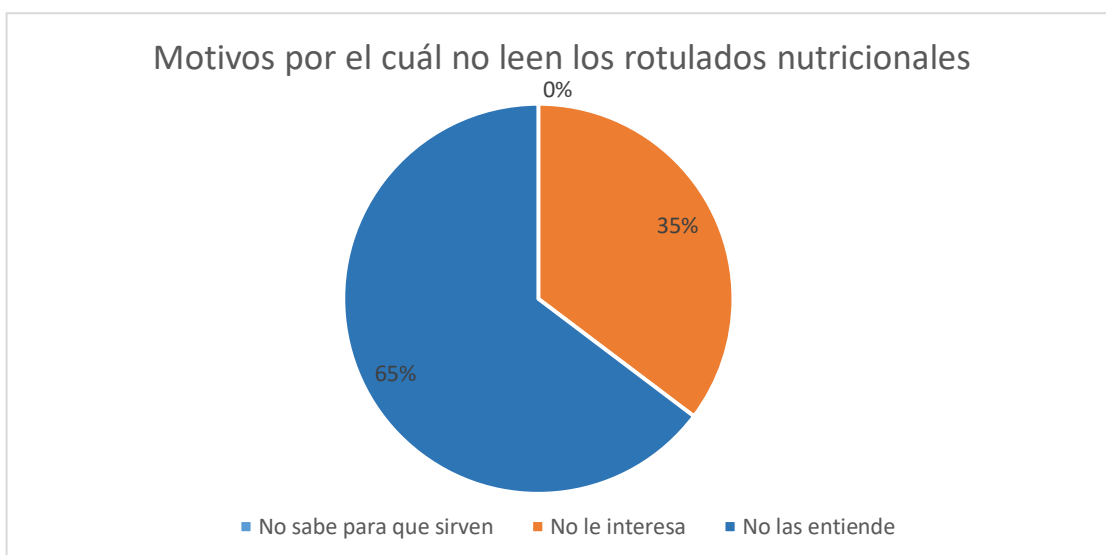
Gráfico 9: Primer componente observado en el rotulado nutricional



Del 60%(26) de los encuestados que leen los rotulados nutricionales, el 58 % (15) refieren observar en primer lugar las calorías del alimento, el 15%(4) los ingredientes, otro 15%(4) la porción y un 12% (3) el sodio.

Sodio adulto

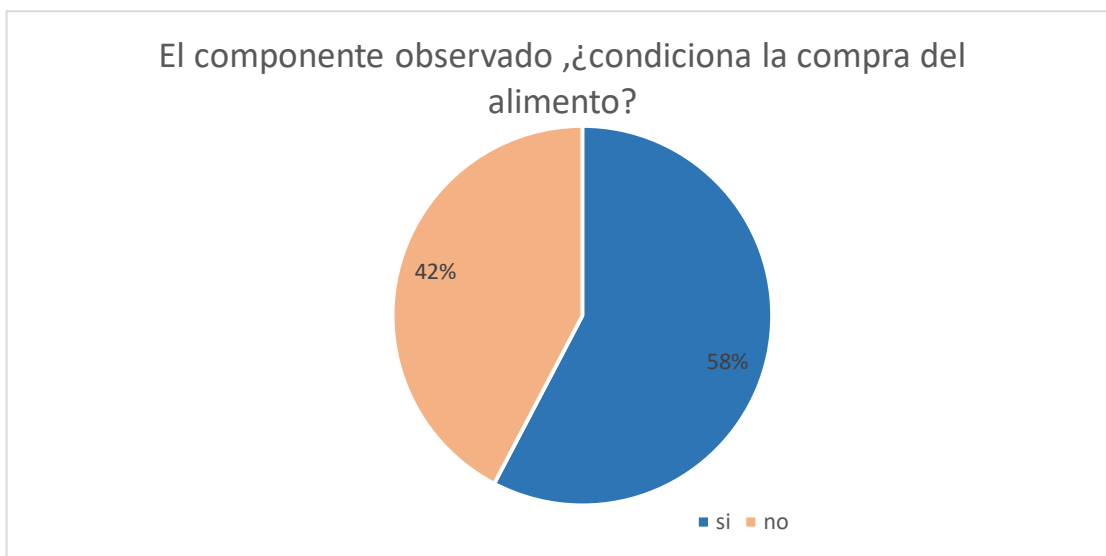
Gráfico 10: Motivo por el cual no leen los rotulados nutricionales



Del 40% (17) de los encuestados que no leen los rotulados nutricionales, el 65%(11) refieren no hacerlo porque no los entienden, y el 35%(6) por falta de interés de los mismos. Ningún encuestado refirió no saber su función.

PREGUNTA 4: el componente observado, ¿condiciona la compra del alimento?

Gráfico 11: El componente observado condiciona/no condiciona a la compra del alimento.

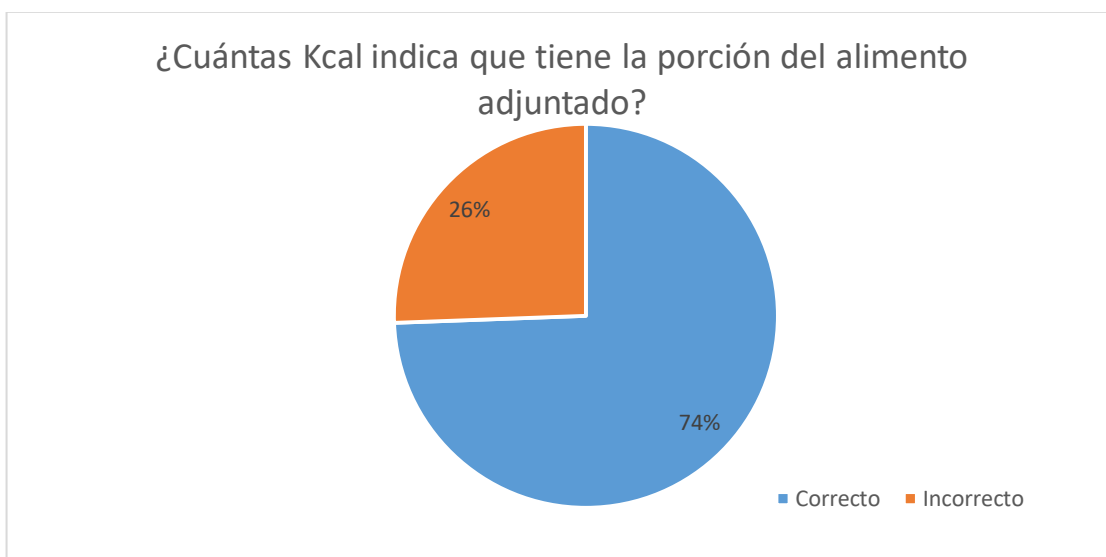


Del 60%(26) de los encuestados que leen los rotulados nutricionales, el 58%(15) se ve condicionado por el mismo a la hora de la compra del alimento.

El 42%(11) no refiere verse condicionado por la lectura de los mismos.

PREGUNTA 5: ¿cuántas kcal indica que tiene la porción de este alimento?

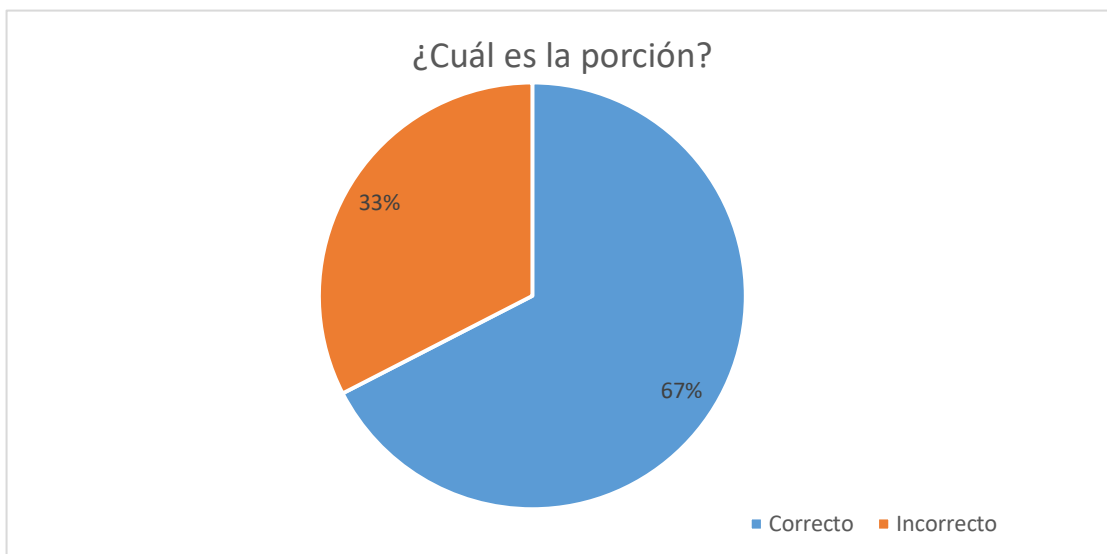
Gráfico 12: Interpretación de la lectura de las calorías que aporta la porción del alimento.



El 74% (32) de la muestra indico correctamente las calorías que contiene la porción del alimento adjunto y el 26% (11) no logro la correcta interpretación de dicha consigna.

PREGUNTA 6: ¿cuál es la porción?

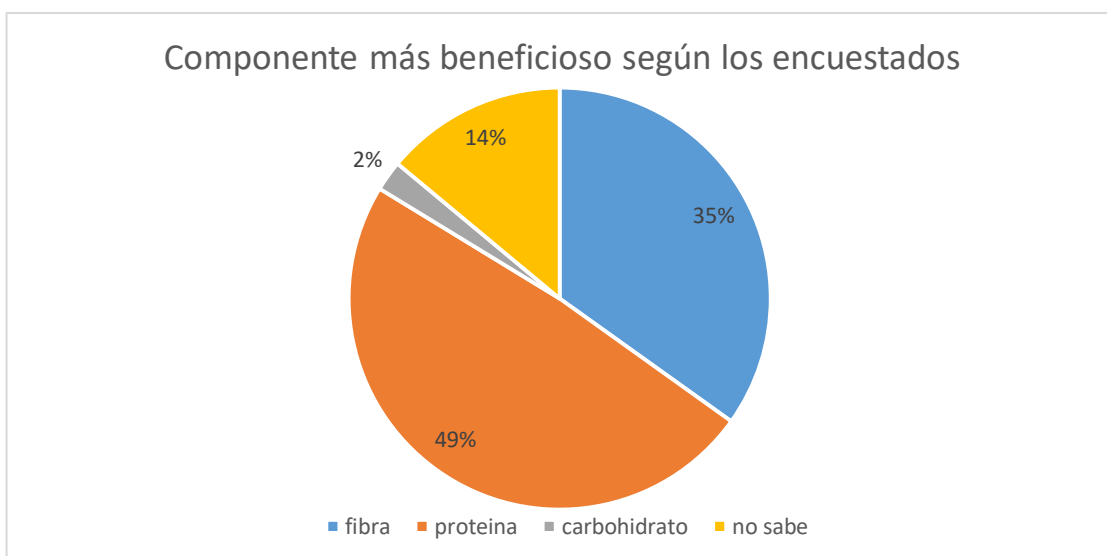
Gráfico 13: Interpretación de la lectura que se refiere a una porción del alimento.



Del total de la muestra (43), el 67% (29) indicó correctamente cuántos gramos o galletitas indica que tiene la porción del alimento adjunto y el 33% (14) no supo interpretarlo.

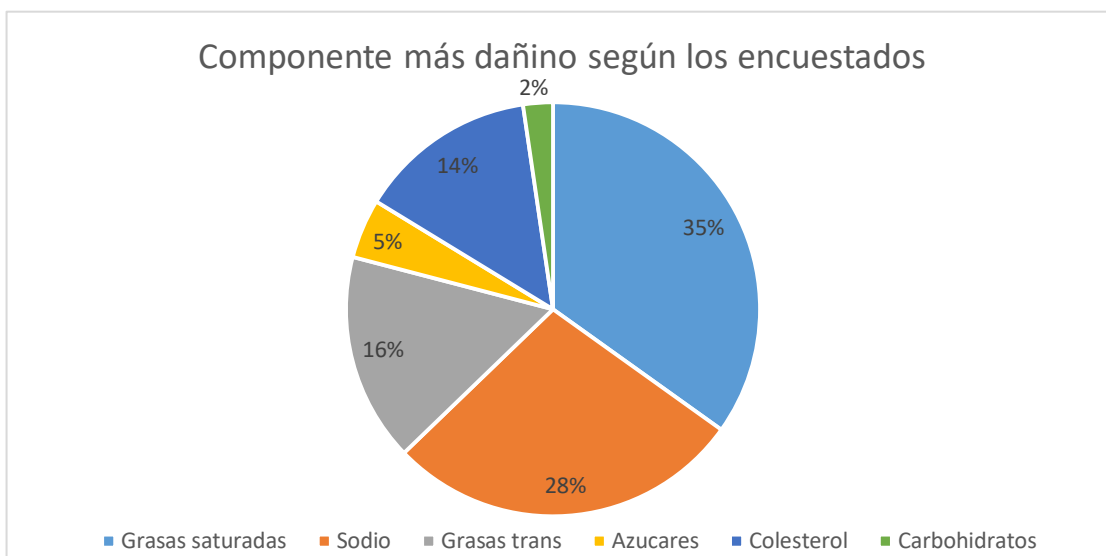
PREGUNTA 7: ¿cuál sería para usted el componente más dañino de este alimento? ¿y el más beneficioso?

Gráfico 14: Componente más beneficioso según los encuestados.



Del total de encuestados (43), el 49% (21) indicó que el componente más beneficioso para ellos son las proteínas, el 35% (15) la fibra alimentaria, un 2% (1) los carbohidratos y el 14% (6) refirió no saber la respuesta.

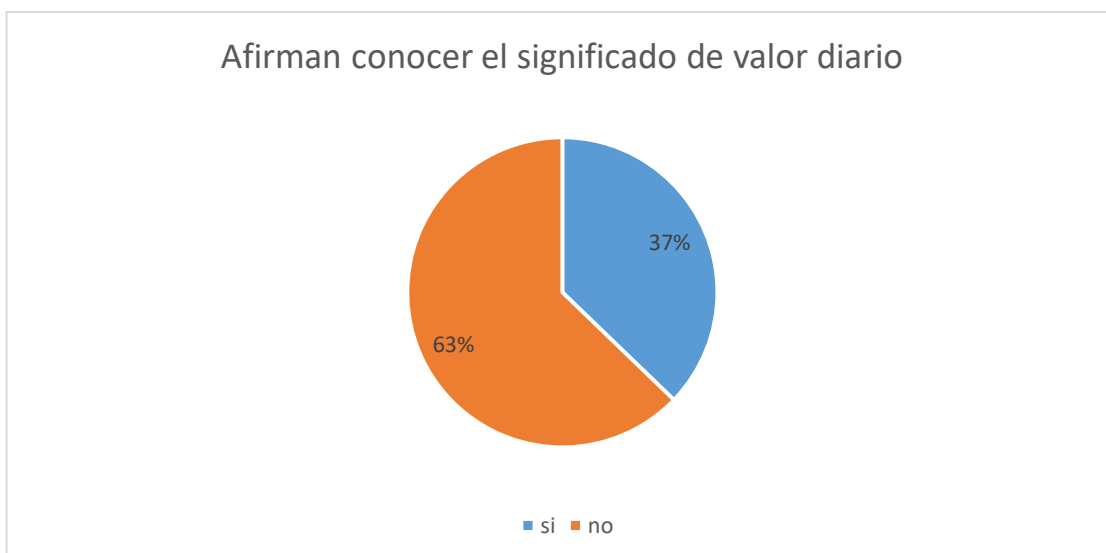
Gráfico 15: Componente más dañino según los encuestados.



Del total de la muestra (46), el 35% (15) refirió que el componente del alimento adjunto más dañino para la salud son las grasas saturadas, un 28% (12) el sodio, el 16% (7) las grasas trans, el 14% (6) el colesterol, un 5% (2) los azúcares y un 2% (1) los carbohidratos.

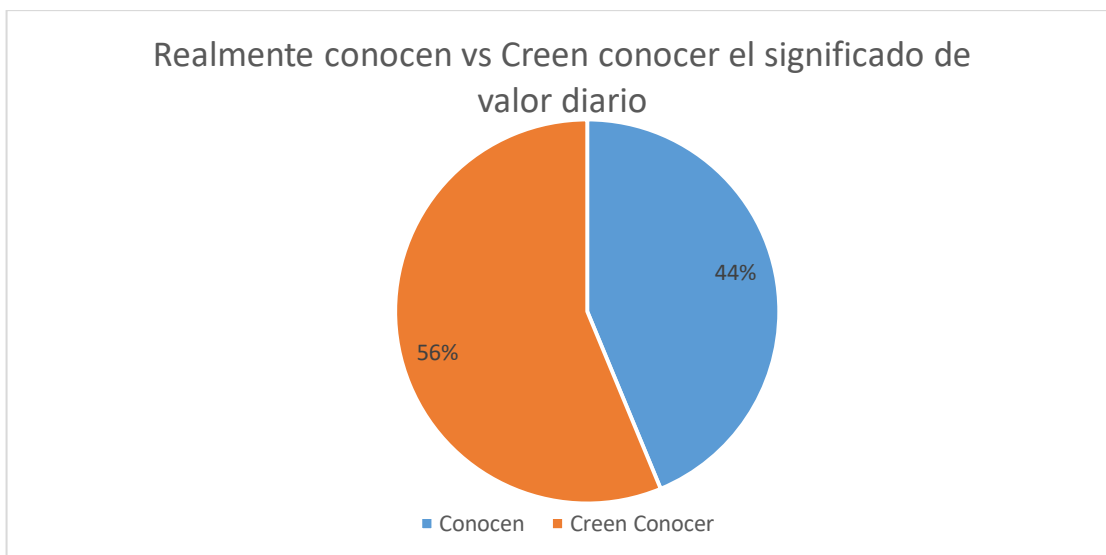
PREGUNTA 8: ¿sabe que significa el valor diario?

Gráfico 16: encuestados que afirman conocer el significado del valor diario de referencia.



Del total de la muestra (43), el 37% (16) afirman conocer el significado del valor diario de referencia y el 63% (27) no.

Grafico 17: Realmente conocen/creen conocer el significado del valor diario

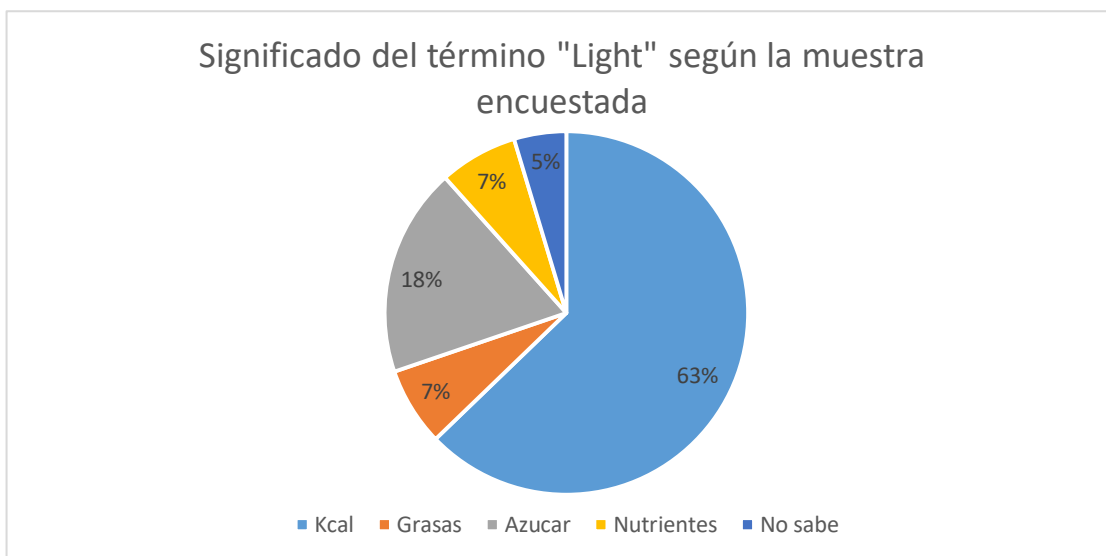


Del 37% (16) de los encuestados que afirman conocer el significado del valor diario de referencia solo el 44% (7) realmente conocen su significado ya que respondieron correctamente su definición.

El 56% (9) no respondieron correctamente dicha consigna.

PREGUNTA 9: ¿Qué quiere decir para usted que un alimento sea “light”?

Gráfico 18: Significado del término “light” según la muestra encuestada.

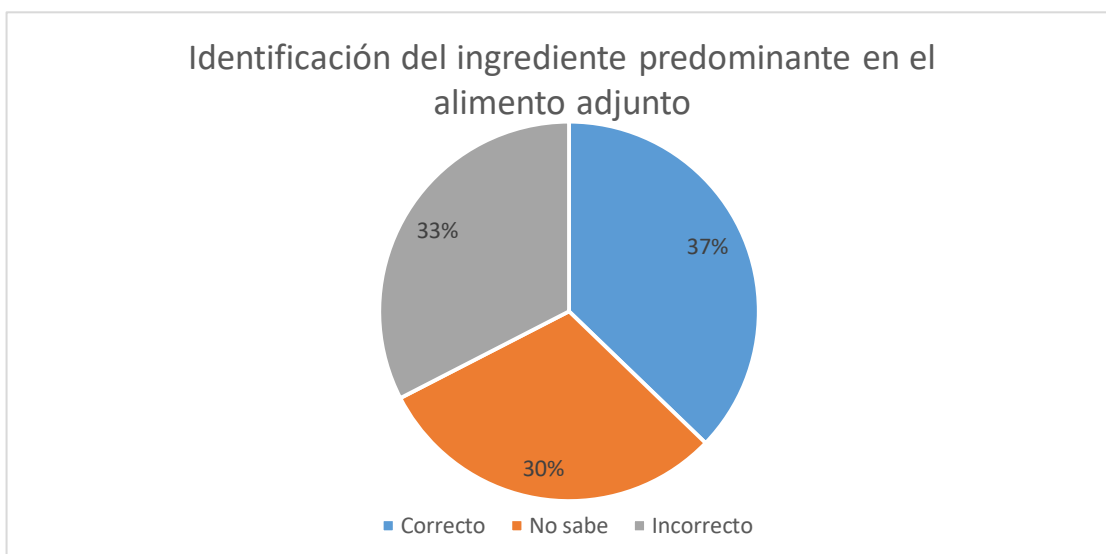


Del total de la muestra (43), el 63%(27) respondieron que el término “light” hace referencia a un alimento bajo en calorías, un 18% (8) bajo en azúcares, un 7% (3) bajo en grasas, un 7% (3) reducido en alguno de sus nutrientes y el 5%(2) refirió no saber la respuesta.

Sólo el 7 % (3) de la muestra respondió correctamente la definición de dicho termino.

PREGUNTA 10: indique cual es el ingrediente que predomina en este alimento.

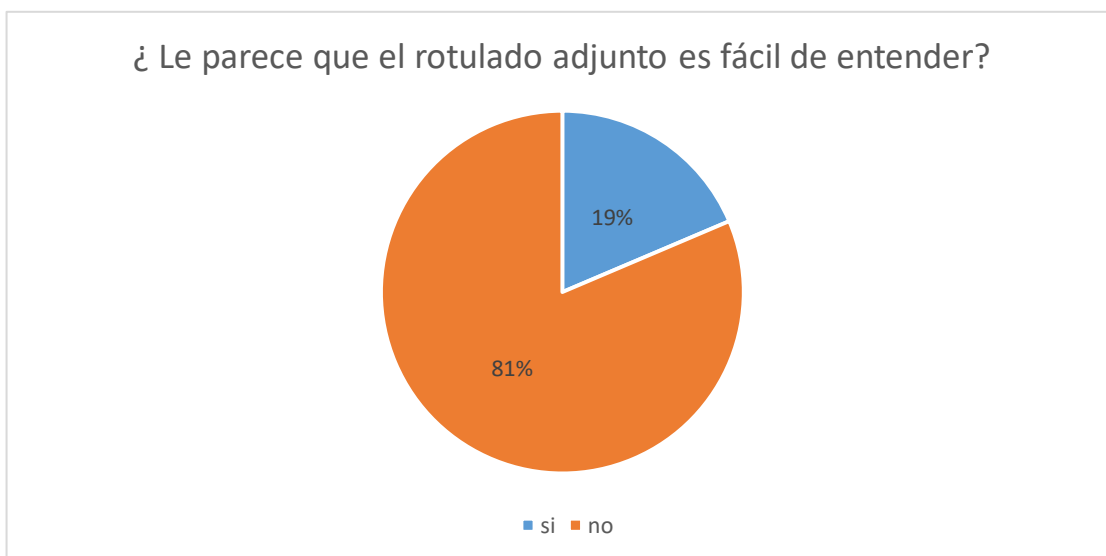
Gráfico 19: Identificación del ingrediente predominante en el alimento adjunto.



Del total de la muestra (43), el 37% (16) indico correctamente el ingrediente predominante en el alimento, el 33% (14) incorrectamente y un 30% (13) refirió no saber la respuesta.

PREGUNTA 11: ¿Le parece que este rotulado nutricional es fácil de entender?

Gráfico 20: Opinión de los encuestados acerca de la claridad de los rotulados nutricionales para poder ser interpretados.



Del total de la muestra (43), el 81% (35) indico que los rotulados nutricionales no son fáciles de entender y un 19% (8) que sí.

Conclusión

En función de los datos obtenidos en la investigación, puede concluirse que **la mayor parte de la muestra poblacional que fue encuestada no logro una correcta interpretación de los rotulados nutricionales**, tanto de la tabla de nutrientes, la lista de ingredientes y las diferentes preguntas que hacen referencia a partes de dicho rotulado.

Un 59% (21) de la muestra no conoce lo que es un rotulado nutricional, del 51% (22) que si tienen conocimiento del mismo la mayoría son mujeres y también son estas las que mayoritariamente leen estos rotulados detenidamente, habiendo una menor tendencia a su lectura en el sexo masculino.

Es un dato importante resaltar que el **componente más observado de la tabla de nutrientes son las calorías** que aporta la porción del alimento, esto se ve reflejado en que el 58% de la muestra refirió que ese es el primer componente observado a la hora de comprar un alimento y que este condiciona a la compra del producto. Dejando de lado el resto de los nutrientes presentes y la lista de ingredientes.

La mayoría de los encuestados que refirieron no leer los rotulados nutricionales, lo cual representa un 59% (21), manifestaron no hacerlo porque **no los entienden**, dato destacado para afirmar que los rotulados nutricionales vigentes en Argentina no son sencillos de entender por la mayoría de la población.

Luego de indagar acerca de las calorías y la porción que aporta el alimento adjunto la mayoría de los encuestados supo responder correctamente dicha consigna, no fue así en el caso del significado del valor diario de referencia donde la mayoría de la muestra reflejo no saber la definición del mismo ni su función específica.

Al indagar acerca de cuál sería para el consumidor el **componente más beneficioso** del alimento adjunto la mayoría indicó que para ellos serían las **proteínas**, siguiéndole la **fibra** alimentaria. Con respecto al alimento **más dañino**, la mayoría respondió **grasas saturadas, sodio y grasas trans**. Con estos datos podemos inferir en que los encuestados, en líneas generales, conocen ciertos lineamientos que abarcan una alimentación saludable y son conscientes de aquellos componentes que podrían dañar o beneficiar su salud.

Solo el 7% (3) de la muestra respondió correctamente el significado del término “light”.

La mayoría de la muestra, un 93% (40), respondió que este término hace referencia a un alimento bajo en calorías o bajo en azúcares, lo cual es incorrecto. Esto se ve reflejado en la insistencia de las industrias en colocar envases, tapas, logos y frases en color verde para hacer creer al consumidor que está comprando un producto light y bajo en calorías, esto no es casualidad habiendo analizado que uno de los factores determinantes para la compra del alimento son las calorías.

Al indagar sobre el ingrediente predominante del alimento adjunto la mayoría de la muestra demostró no saber la respuesta, el 33% (14) respondieron incorrectamente y el 30% (13) refirieron no saber que responder, es decir, **del 100 % (43) de la muestra, el 63% (27) no supieron interpretar cual era el ingrediente predominante** en dicho alimento, dato que debería estar a simple vista en cualquier empaquetado.

Una de las preguntas más relevantes para este trabajo fue la que indagaba acerca de la opinión del consumidor con respecto a si los rotulados nutricionales eran fáciles de entender o no, lo cual reflejó que **el 81% (35) de la muestra refirió que no eran sencillos de comprender**, dato más que necesario para comenzar a proyectar nuevas formas de rotulado nutricional en Argentina, que sean fáciles y sintéticos para que el consumidor pueda elegir con criterio sus propios alimentos.

Con respecto a la edad de los encuestados, se pudo concluir que la franja etaria que se interesa en la lectura de los rotulados es hasta 40 años aproximadamente, los individuos mayores a esta edad, y sobre todo la tercera edad refieren no hacer uso de dichos rotulados. Esto puede ser causa del tamaño de las tablas, colores, letras, entre otros, acompañado de las dificultades visuales que pueden surgir luego de los 40 años en adelante como por ejemplo presbicia.

Por último, se le dio lugar al encuestado a que exprese cuál sería su ideal de rotulado nutricional o que cambiaría del mismo en vigencia.

El punto en común que tuvieron todas las respuestas fue que exigen un rotulado nutricional más **sencillo, visible** y que **resalte cualidades** tanto beneficiosas, como la fibra alimentaria, y dañina como el sodio, grasas saturadas y azúcares.

Otro factor importante que se podría haber analizado como variable hubiese sido el nivel educativo de la muestra, si finalizaron la secundaria, si poseen algún título terciario o universitario, entre otros. De esta forma se podría haber discutido si dicho

nivel es un factor determinante a la hora de la lectura e interpretación de rotulados nutricionales y si así lo fuese, comenzar a promover rotulados más sencillos y entendibles para toda la población.

BIBLIOGRAFIA

Libros

- Britos S, Guiraldes C, Borg A, Brito G. Revisión sobre Etiquetado Frontal de Alimentos y Sistemas de Perfiles Nutricionales en el marco del diseño de Políticas Públicas. 2018. Proyecto de decreto rotulado de alimentos envasados. Montevideo;
- Código alimentario argentino. Buenos Aires; 2017.
- COMENTARIOS ALAIAB A LA PROPUESTA DE URUGUAY DE DECRETO DE ETIQUETADO FRONTAL EN CONSULTA ANTE OMC. Montevideo; 2018.
- Girolami. Fundamentos de valoración nutricional y composición corporal. 1ª ed. El Ateneo; 2003.
- Koppmann M, Degrossi M. Etiquetas bajo la lupa. Siglo veintiuno; 2017.
- Longo E, Navarro E. Técnica dietoterapica. España: El Ateneo; 2004.
- López L, Suárez M. Fundamentos de nutrición normal. 1ª ed. Buenos Aires: El Ateneo; 2013.
- Modelo de perfil de nutrientes de la organización panamericana de la salud. Washington.D.C.; 2016.
- Pineda, EB, y otros. Metodología de la investigación, manual para el desarrollo de personal de salud. 2º edición. Washington. OPS. 1994.
- Secretaria de comercio, Ministerio de economía y finanzas. Guía del consumidor. Buenos Aires; 2014.
- Torresani M, Somoza M. Lineamientos para el cuidado nutricional. Editorial EUDEBA; 2016.
- Torresani. Manual de Práctica De Dietoterapia Del Adulto. 3ª ed. AKADIA; 2017.

Páginas web:

- Cadena Dar [Internet]. Cadenadar.com.ar. 2016 [citado el 15 de enero de 2019]. Disponible en: <http://www.cadenadar.com.ar/>
- Cadena dar [internet]. Cadena dar. 2015 [citado el 15 de enero de 2019]. Disponible en: <https://www.google.com.ar/maps/search/cadena+dar,+maps/@-32.9407602,-60.6413768,17z/data=!3m1!4b1?hl=es>
- Código Alimentario Argentino [Internet]. Argentina.gob.ar. 2017 [citado 2018]. Disponible en: <https://www.argentina.gob.ar/anmat/codigoalimentario>
- Código alimentario argentino. Capítulo V [Internet]. Anmat.gov.ar. 2018 [citado 2018]. Disponible en: http://www.anmat.gov.ar/alimentos/codigoa/Capitulo_V.pdf
- Google Maps [Internet]. Mapas de Google. 2018 [citado el 15 de enero de 2019]. Disponible en: https://www.google.com.ar/maps?q=barrio+martin+mapa&um=1&ie=UTF-8&sa=X&ved=0ahUKEwixuLnr4-fAhVFHJAKHVx-BIIQ_AUIDigB
- Guía de rotulado nutricional [internet]. Alimentosargentinos.gob.ar. 2018 [citado 2018]. Disponible en: http://www.alimentosargentinos.gob.ar/contenido/publicaciones/calidad/Guias/GRotulado_2013_Dic.pdf
- [Internet]. Anmat.gov.ar. 2017 [citado 2018]. Disponible en: http://www.anmat.gov.ar/CONSUMIDORES/ROTULADO_NUTRICIONAL.PDF
- La Gallega Supermercados [Internet]. Lagallega.com.ar. 2017 [citado el 15 de enero de 2019]. Disponible en: <http://www.lagallega.com.ar/>
- La gallega [internet]. La gallega. 2018 [citado el 15 de enero de 2019]. Disponible en: <https://www.google.com.ar/maps/search/la+gallega/@-32.9407374,-60.6479429,15z/data=!3m1!4b1?hl=es>
- Morón P, Kleiman E, Moreno C, Basso N. Guía de rotulado para alimentos envasados [Internet]. Consumidor.gob.ar. 2016 [cited 8 September 2018].

Disponible en:

http://consumidor.gob.ar/static/files/educacion/guia_consumidor.pdf

- Rosario [Internet]. Rosario 2018 [citado el 15 de enero de 2019]. Disponible en: <https://www.google.com.ar/maps/place/Rosario,+Santa+Fe/@-32.9522839,-60.7681979,12z/data=!3m1!4b1!4m5!3m4!1s0x95b653935d7d75b:0xec4086e90258a7!8m2!3d-32.9442426!4d-60.6505388>
- Vannucchi elio, Weingarten Berezovsky Mariela, Masson Lilian, Cortés Yadira, Sifontes Yaritza, Bourges Hector. Propuesta de armonización de los valores de referencia para etiquetado nutricional en Latinoamérica (VRN-LA). ALAN [Internet]. 2011 Dic [citado 2019 Feb 13]; 61(4): 347-352. Disponible en: http://www.scielo.org.ve/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0004-06222011000400002&lng=es.
- Carballo Herrera, Arturo Rafael, Villarreal Gómez, Alejandro, del Toro Martínez, John Jairo, LA ETIQUETA NUTRICIONAL, POLÍTICA DE SEGURIDAD ALIMENTARIA. Investigación & Desarrollo [en línea] 2012: [Fecha de consulta: 13 de febrero de 2019] Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=26823176008> ISSN 0121-3261
- Álzate Colorado, Daniela, Castrillón Taba, Margarita, Castillo Parra, Henry, Las etiquetas nutricionales: una mirada desde el consumidor. En-Contexto Revista de Investigación en Administración, Contabilidad, Economía y Sociedad [en línea] 2015, (Enero-Diciembre) : [Fecha de consulta: 13 de febrero de 2019] Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=551856272007> ISSN 2346-3279
- Stefany, J. (2011). *Evaluación de las herramientas educativas para la interpretación de la información nutricional en la etiqueta de alimentos empacados*. [en línea] Repository.javeriana.edu.co. Disponible en: <https://repository.javeriana.edu.co/bitstream/handle/10554/8902/tesis836.pdf;sequence=1> [Consultado el 21 de febrero de 2019].

ANEXO:

Encuesta:

Fecha Sexo **F - M** Edad años

1. ¿Conoce lo que es un rotulado nutricional? **SI - NO**
 2. ¿Lee usted las etiquetas nutricionales y la lista de ingredientes como la que se muestra en la imagen?

INFORMACION NUTRICIONAL			
Porción 33 g (2 galletitas)			
	Cantidad por 100 g	Cantidad por porción	%VD por porción (*)
Valor energético	452 kcal (1900 KJ)	149 kcal (627 KJ)	7
Carbohidratos	69 g	23 g	8
De los cuales Azúcares totales	28 g	9.2 g	
Proteínas	5.9 g	2.0 g	3
Grasas totales	17 g	5.6 g	10
De las cuales			
Grasas saturadas	8.0 g	2.6 g	12
Grasas trans	0.9 g	0.3 g	
Grasas monoinsaturadas	7.1 g	2.3 g	
Grasas poliinsaturadas	0.8 g	0.3 g	
Coolesterol	41 mg	13 mg	
Fibra alimentaria	2.4 g	0.8 g	3
Sodio	76 mg	25 mg	1

*valores diarios con base a una dieta de 2000 kcal u 8.400 KJ. Sus valores diarios pueden ser mayores o menores dependiendo de sus necesidades energéticas.

3. ¿Qué es lo primero que mira?

Kcal
 Porción
 Ingredientes
 sodio
 otros

SI

NO

No sé para qué sirven
 No me interesan
 No las entiendo

4. ¿Condiciona eso a la compra del alimento? **SI - NO**
 5. ¿Cuántas kcal indica que tiene la porción de este alimento? kcal.
 6. ¿Cuál es la porción?

7. ¿Cuál sería para usted el componente más dañino de este alimento? ¿y el más beneficioso?
 Más beneficioso: Más dañino:

8. ¿Sabe qué indica el valor diario? **SI** **NO**

Gramos de alimento que aporta la porción
 Aporte porcentual de cada nutriente según las recomendaciones diarias de referencia
 Porciones que podemos comer por día de este alimento

9. ¿Qué quiere decir para usted que un alimento sea **light**?

Reducido en kcal
 Reducido en grasas
 Reducido en azúcar
 No sé
 Reducido en alguno de sus nutrientes

Galletas dulces con pulpa de membrillo. **INGREDIENTES:** HARINA DE TRIGO ENRIQUECIDA (*); AZÚCAR; GRASA BOVINA; JARABE DE GLUCOSA; PULPA DE MEMBRILLO; HUEVO; PULPA DE MANZANA*; SAL; LEUDANTE QUÍMICO; BICARBONATO DE AMONIO; EMULSIONANTE; LECITINA DE SOJA; COLORANTES: CURCUMA (E100); CARMIN (E120); AROMATIZANTE ARTIFICIAL: VANILINA. (*) EN ARGENTINA: LEY 25.630 (CONTIENE: hierro: 30mg/kg; ACIDO FOLICO: 2.2 mg/kg; THIAMINA: 6.3 mg/kg; RIBOFLAVINA: 1.3 mg/kg; NIACINA: 13mg/kg). **CONTIENE: TRIGO, GLUTEN, HUEVO, SOJA, TRAZAS DE ALMENDRA, AVENA, CEBADA, CENTENO, LECHE, MANI/CACAHUATE/CACAHUATE Y SESAMO.** INDUSTRIA ARGENTINA. CONSERVAR EN LUGAR FRESCO Y SECO.

10. Indique cuál es el ingrediente que predomina en este alimento
 11. ¿Le parece que este rotulado nutricional es fácil de entender? **SI - NO**
 12. ¿Qué le gustaría ver o cambiar en los rotulados nutricionales?