

PRINCIPALES RESULTADOS INFORMACIÓN NUTRICIONAL: ETIQUETADO Y DECLARACIONES

Nuria Valero Planas - Área de Laboratorios de Análisis y
Asistencia Tecnológica (CITA)

MUESTRAS

SECTOR	Nº EMPRESAS	Nº MUESTRAS
REPOSTERÍA	6	19
CÁRNICO	6	19
HARINERO	1	3
FRUTOS SECOS	1	2
ACEITE	1	3
CONSERVA VEGETAL	1	3
6	16	49

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

REGLAMENTO (UE) nº 1169/2011 del Parlamento Europeo y del Consejo, de 25 de octubre de 2011, sobre la **información facilitada al consumidor** (DOUE núm. L 266, de 30 de septiembre de 2016).



INFORMACIÓN NUTRICIONAL

EXPRESIÓN Y PRESENTACIÓN (Reglamento 1169/2011 Anexo XV)

INFORMACIÓN NUTRICIONAL	por 100 g
Valor energético	kJ / kcal
Grasas	g
de las cuales:	
saturadas	g
monoinsaturadas	g
poliinsaturadas	g
Hidratos de carbono	g
de los cuales:	
azúcares	g
polialcoholes	g
almidón	g
Fibra alimentaria	g
Proteínas	g
Sal	g
Vitaminas y minerales	Anexo XII parte A pto 1

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

ETIQUETADOS DE LAS MUESTRAS

22 SIN INFORMACIÓN NUTRICIONAL

- 7 sin etiqueta comercial (3 empresas)
- 15 sin información nutricional en envase/etiqueta comercial (5 empresas)

27 CON INFORMACIÓN NUTRICIONAL

- 9 CORRECTOS (4 empresas)
- 18 INCORRECTOS (8 empresas)

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

ETIQUETADOS DE LAS MUESTRAS

“INFORMACIÓN NUTRICIONAL”

CARACTERÍSTICAS NUTRICIONALES
CONTENIDO MEDIO
PROPIEDADES NUTRITIVAS VALORES
VALORES NUTRICIONALES

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

ETIQUETADOS DE LAS MUESTRAS

NO INDICA EL DATO DE VALOR ENERGÉTICO EN KJ (1)

Información nutricional por 100 g: Valor energético 346 Kcal,
Grasas 27.5 g, de las cuales saturadas 11.25 g,
Hidratos de carbono 0 g, de los cuales azúcares 0 g, proteínas
25 g, sal 0.70 g. Se precisa tratamiento térmico previo a su

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

ETIQUETADOS DE LAS MUESTRAS

NO INDICA “DE LAS CUALES” DETRÁS DE GRASAS (2)

Información nutricional por 100g: Valor energético 199kcal, 831kj
Grasas 10.6 g, saturadas 3.8 g, Hidratos de carbono 11.9 g
de los cuales azúcares < 0.1 g, proteínas 14.0 g, sal 1.9 g

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

ETIQUETADOS DE LAS MUESTRAS

INDICA “ÁCIDOS GRASOS” (7)

CARACTERÍSTICAS NUTRICIONALES (por 100 g de producto)	
Valor energético	1160 kJ / kcal 277
Grasas	21.2 g
<i>de las cuales ácidos grasos saturados</i>	8.3 g
<i>de las cuales ácidos grasos monoinsaturados</i>	11.1 g
<i>de las cuales ácidos grasos poliinsaturados</i>	1.8 g
Hidratos de carbono	1.4 g
<i>de los cuales azúcares</i>	1.2 g
Proteínas	18.0 g
Sal	1.8 g

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

ETIQUETADOS DE LAS MUESTRAS

NO INDICA “DE LAS CUALES” DETRÁS DE GRASAS Y TAMPOCO INDICA “DE LOS CUALES” DETRÁS DE HIDRATOS DE CARBONO (4)

Información nutricional media por 100g / Average nutritional information per 100g / Informação nutricional médio por 100g / Informazioni Nutrizionali medi per 100g / Information nutritionnelle moyenne pour 100g	
Valor energético / Energy / Energia / Energia / Énergie	1735 kJ - 414 kcal
Grasas / Fat / Lípidos / Grassi / Graisses / Saturadas / Saturates / Saturados / Saturi / Saturés	19,2 g
Monoinsaturadas / Monoinsaturated	5,59 g
Poliinsaturadas / Polyinsaturated	10,16 g
Hidratos de carbono / Carbohydrate / Hidratos de carbono / Carboidrati / Glucides	53,6 g
Azúcares / Sugars / Açúcares / Zuccheri / Sucres	29,6 g
Fibra alimentaria / fibre / Fibra / Fibre / Fibres alimentaires	2,5 g
Proteínas / Protein / Proteínas / Proteine / Protéines	5,5 g
Sal / Salt / Sal / Sale / Sel	0,8 g

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

ETIQUETADOS DE LAS MUESTRAS

NO INDICA AZÚCARES “HIDRATOS DE CARBONO DE LOS CUALES” (1)

Valeurs nutritionnelles pour 100 g	Valores nutricionales por 100 g
Valeur énergétique / Valor energético	1412 kJ / 333 kcal
Lipides / Grasas	1,5 g
dont saturés / de las cuales saturadas	0,3 g
Glucides / Hidratos de Carbono	68,6 g
dont sucres / de las cuales	1,7 g
Protéines / Proteínas	9,4 g
Sel / Sal	0,002 g

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

ETIQUETADOS DE LAS MUESTRAS

PROTEÍNAS DELANTE DE FIBRA (3)

Contenido medio por 100 g de producto	
Valor energético / Calories	2094 kj - 500 kcal
Grasas / Fats	23,40 g
de las cuales Saturadas / Saturated	11,88 g
de las cuales Monoinsaturadas / Monoinsaturated	8,69 g
de las cuales Poliinsaturadas / Polyinsaturated	2,83 g
Hidratos de Carbono / Carbohydrated	64,60 g
de los cuales Azúcares / Sugar	31,20 g
Proteínas / Proteines	5,90 g
Fibra / Alimentary Fibre	3,70 g
Sal / Salt	0,53 g

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

ETIQUETADOS DE LAS MUESTRAS

Valor Energético	1437 kJ / 339 kcal
Grasas	1,5 g
de las cuales: ácidos grasos saturados	0,3 g
Hidratos de Carbono	68,6 g
de las cuales: azúcares	1,7 g
Proteínas (ssn)	10,0 g
Fibra Alimentaria	3,6 g
Sal	0,002 g

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

ETIQUETADOS DE LAS MUESTRAS

PROTEÍNAS DETRÁS DE VALOR ENERGÉTICO Y GRASAS
DETRÁS DE HIDRATOS DE CARBONO (4)

Información nutricional media		Por 100 g
Valor energético	kcal	573
	kJ	2397
Proteínas	g	6,7
Hidratos de carbono	g	46
de los cuales azúcares	g	45
Grasas	g	39
de las cuales saturadas	g	25
Sal	g	0,13

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

ETIQUETADOS DE LAS MUESTRAS

VALORES NUTRICIONALES MEDIOS POR 100g	
ENERGÍA	563,88KJ/139,9kcal
PROTEÍNAS	17,4g
HIDRATOS DE CARBONO	9,8g
- AZÚCARES	1,7g
GRASAS	2,9g
- ÁCIDOS GRASOS SATURADOS	0,76g
SAL	0,6g

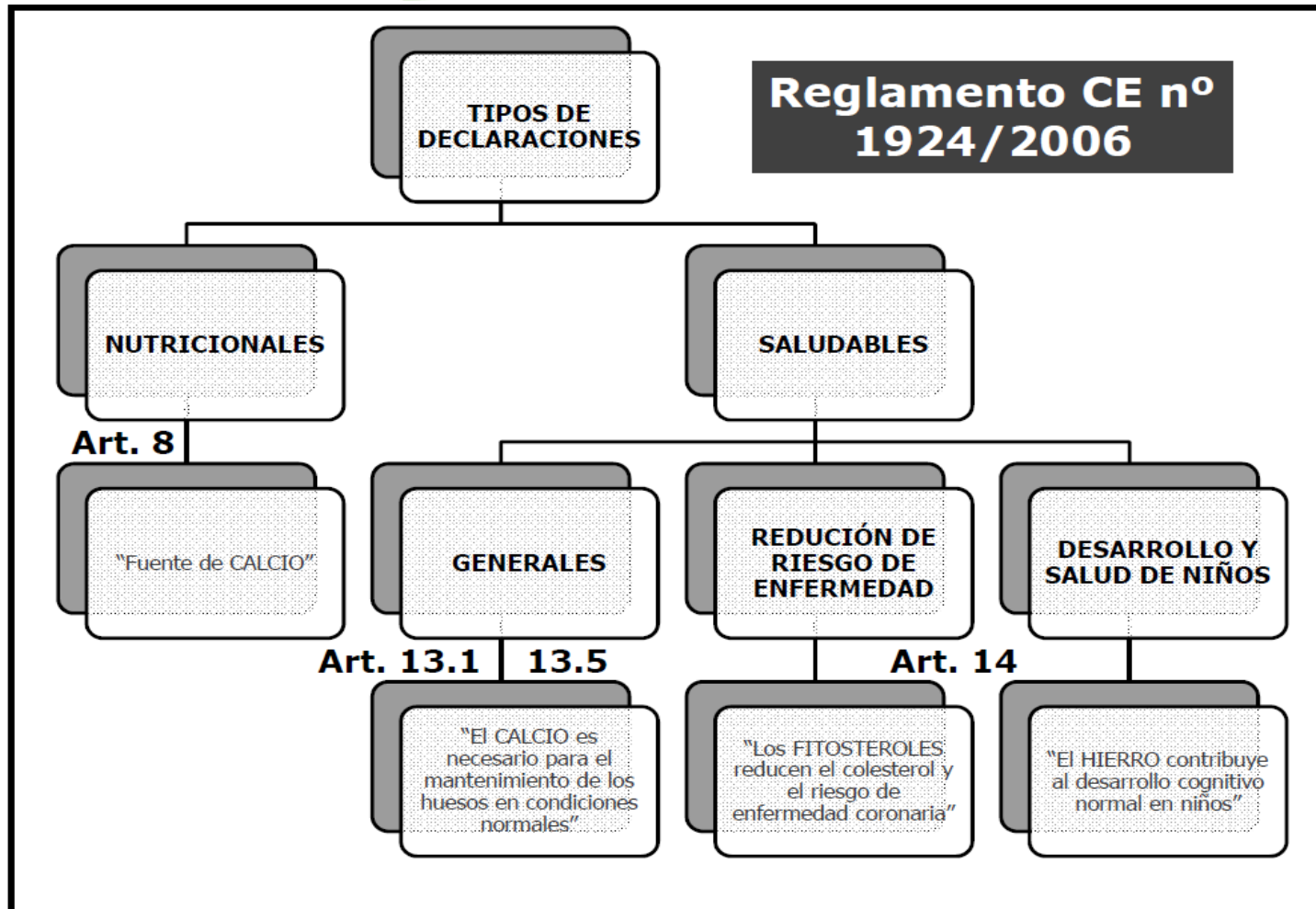


DECLARACIONES NUTRICIONALES

REGLAMENTO (CE) n° 1924/2006 del Parlamento Europeo y del Consejo, de 20 de diciembre de 2006, relativo a las **declaraciones nutricionales y de propiedades saludables** en los alimentos (DOUE núm. L 160, 12 de junio de 2013).



DECLARACIONES NUTRICIONALES Y DE PROPIEDADES SALUDABLES



DECLARACIÓN NUTRICIONAL

DEFINICIONES

*“Cualquier declaración que afirme, sugiera o dé a entender que un alimento posee **propiedades nutricionales benéficas específicas con motivo del aporte energético (valor calórico), los nutrientes u otras sustancias**” (art. 2)*

*“Solamente se autorizarán las declaraciones nutricionales si **están enumeradas en el Anexo y se ajustan a las condiciones fijadas en el Reglamento**” (art. 8)*

DECLARACIONES NUTRICIONALES

REGLAMENTO 1924/2006 ANEXO

ENERGÍA

AZÚCAR

FIBRA

VITAMINAS/MINERALES

LIGERO

ACIDOS GRASOS OMEGA-3

GRASAS MONOINSATURADAS

GRASAS POLIINSATURADAS

GRASAS INSATURADAS

GRASA

SODIO/SAL

PROTEÍNA

NUTRIENTE o SUSTANCIA

NATURAL

DECLARACIONES NUTRICIONALES

RESULTADOS DE LAS MUESTRAS

EN 39 DE LAS 49 MUESTRAS ANALIZADAS PUEDE INDICARSE ALGUNA DECLARACIÓN NUTRICIONAL

SÓLO UNA DE LAS MUESTRAS INDICA “FUENTE DE FIBRA” EN EL ENVASE COMERCIAL

DECLARACIONES NUTRICIONALES

RESULTADOS DE LAS MUESTRAS

BAJO CONTENIDO DE GRASA (6)

≤ 3 g de grasa / 100 g

BAJO CONTENIDO DE GRASAS SATURADAS (9)

A.G.S. + A.G.T. ≤ 1,5 g / 100 g y no aporten + del 10 % VE

ALTO CONTENIDO DE GRASAS MONOINSATURADAS (11)

≥ 45% de los A.G. proceden de GM y aporten + del 20 % VE

ALTO CONTENIDO DE GRASAS POLIINSATURADAS (6) R

≥ 45% de los A.G. proceden de GP y aporten + del 20 % VE

ALTO CONTENIDO DE GRASAS INSATURADAS (10)

≥ 70% de los A.G. proceden de GI y aporten + del 20 % VE

DECLARACIONES NUTRICIONALES

RESULTADOS DE LAS MUESTRAS

BAJO CONTENIDO DE **AZÚCARES** (21)

≤ 5 g de azúcares / 100 g

SIN **AZÚCARES** (1)

≤ 0,5 g de azúcares / 100 g

FUENTE DE **FIBRA** (7*) R

≥ 3 g de fibra / 100 g

DECLARACIONES NUTRICIONALES

RESULTADOS DE LAS MUESTRAS

FUENTE DE PROTEÍNAS (4)

si aportan \geq el 12 % del VE

ALTO CONTENIDO DE PROTEÍNAS (14) C

si aportan \geq el 20 % del VE

BAJO CONTENIDO DE SODIO/SAL (5)

\leq 0,12 g de Na (0,3 g de sal) / 100 g

MUY BAJO CONTENIDO DE SODIO/SAL (1)

\leq 0,04 g de Na (0,1 g de sal) / 100 g

DECLARACIONES NUTRICIONALES

RESULTADOS DE LAS MUESTRAS

EN 25 DE LAS 39 MUESTRAS EN LAS QUE SE PUEDEN INDICAR ALGUNA DECLARACIÓN NUTRICIONAL HAY ELEVADOS PORCENTAJES DE ALGUNOS NUTRIENTES RESPECTO A LA INGESTA DE REFERENCIA DE LOS MISMOS

REGLAMENTO 1169/2011 ANEXO XIII PARTE B
INGESTAS DE REFERENCIA DEL VALOR ENERGÉTICO Y LOS NUTRIENTES SELECCIONADOS DISTINTOS DE LAS VITAMINAS Y LOS MINERALES (ADULTOS)

Valor energético o nutriente	Ingesta de referencia
Valor energético	8 400 kJ/2 000 kcal
Grasa total	70 g
Ácidos grasos saturados	20 g
Hidratos de carbono	260 g
Azúcares	90 g
Proteínas	50 g
Sal	6 g

DECLARACIONES NUTRICIONALES

RESULTADOS DE LAS MUESTRAS

4 muestras “alto contenido de grasas poliinsaturadas e insaturadas”
elevado % AZÚCARES respecto a la ingesta.

4 muestras “fuente de fibra” elevado % GRASA y AGS respecto a la
ingesta.

5 muestras “bajo contenido de azúcares”, “alto contenido de
proteínas”,... elevado % SAL respecto a la ingesta.

CONCLUSIONES

EL 40% DE LAS INFORMACIONES NUTRICIONALES PRESENTES EN LOS **ETIQUETADOS** DE LAS MUESTRAS ESTUDIADAS CONTIENEN DESVIACIONES.

EN EL 80% DE LAS MUESTRAS ANALIZADAS SE PODRÍAN INDICAR **DECLARACIONES** NUTRICIONALES.

MUCHAS GRACIAS

**Nuria Valero Planas - Área de Laboratorios de Análisis y
Asistencia Tecnológica (CITA)**