

# 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
<b>6</b>	<b>16</b>	<b>49</b>

# 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)

<b>INFORMACIÓN NUTRICIONAL</b>	<b>por 100 g</b>
<b>Valor energético</b>	<b>kJ / kcal</b>
<b>Grasas</b>	<b>g</b>
<b>de las cuales:</b>	
<b>saturadas</b>	<b>g</b>
monoinsaturadas	g
poliinsaturadas	g
<b>Hidratos de carbono</b>	<b>g</b>
<b>de los cuales:</b>	
<b>azúcares</b>	<b>g</b>
polialcoholes	g
almidón	g
Fibra alimentaria	g
<b>Proteínas</b>	<b>g</b>
<b>Sal</b>	<b>g</b>
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

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

# 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

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



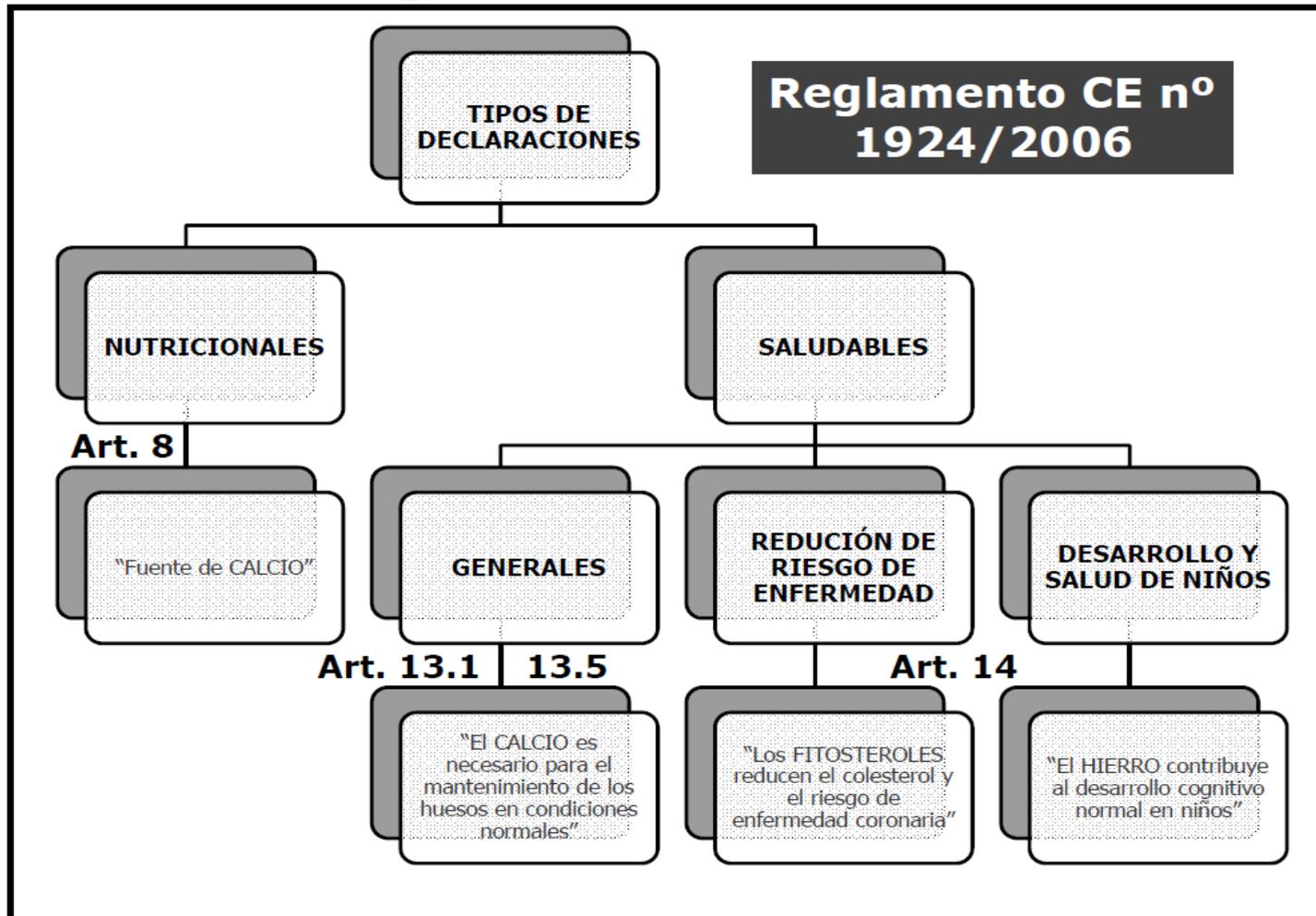
# DECLARACIONES NUTRICIONALES

---

**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)**