

Así puede leer el nuevo etiquetado frontal de alimentos

El consumidor final tendrá una información nutricional clara sobre los alimentos envasados o empacados.

REDACCIÓN ECONOMÍA Y NEGOCIOS - redaccioneconomicas@eltiempo.com



En junio se estableció el reglamento técnico sobre los requisitos de etiquetado nutricional y frontal. FOTO: ISTOCK

La Cámara de la Industria de Alimentos de la Andi presentó una explicación de cómo funciona la nueva norma sobre etiquetado nutricional y cómo se lee. En junio se expidió la Resolución 810, que establece el reglamento técnico sobre requisitos de etique-

tado nutricional y frontal que deben cumplir los alimentos envasados o empacados para consumo humano. La norma busca que el consumidor final tenga la información nutricional clara y comprensible sobre el producto, prevenir prácticas que induzcan a engaño o error y

permitir al consumidor efectuar una elección informada. El etiquetado nutricional comprende la declaración de nutrientes en la tabla de información nutricional y la información nutricional complementaria, que incluye las propiedades nutricionales, propiedades de salud, el etiqueta-

do frontal de advertencia y el sello positivo. De acuerdo con la Cámara de Alimentos de la Andi, la información no debe llevar a los consumidores a creer que existe un conocimiento cuantitativo exacto de lo que las personas deben comer con el fin de mantener la salud, sino que le debe dar a conocer

la cantidad de nutrientes que contiene el producto con el fin de que este pueda construir una dieta equilibrada con las cantidades suficientes para el desarrollo de sus procesos vitales y actividades diarias.

Tabla de información

En la tabla de información nutricional aparecen como mínimo los nutrientes de declaración obligatoria, pero se pueden incluir otros.

Incluye las cifras y unidades correspondientes. En letras destacadas debe ir la información de calorías, sodio, grasa saturada, grasas trans y azúcares añadidos.

Debe incluir la información del número de porciones y del tamaño de cada porción.

La Cámara de Alimentos de la Andi explica que la información debe consignarse por 100 gramos y por porción. La diferencia es que la información por porción le permite al consumidor hacer cálculos respecto de los nutrientes que consume en un determinado alimento, mientras que la información por unidad estándar de 100 gramos le permite al consumidor final comparar la composición nutricional de productos similares.

Los sellos frontales

Los sellos frontales de advertencia indican que un alimento tiene cantidades cuyo consumo en exceso puede representar un mayor riesgo para la salud, al superar los siguientes niveles en los siguientes nutrientes:

Sodio
 En alimentos sólidos, 400 miligramos o más por cada 100 gramos de producto.

- En alimentos o bebidas líquidos, 150 miligramos o más, por cada 100 mililitros del producto.

Azúcares añadidos
 - En alimentos sólidos, 10 gramos o más por cada 100 gramos de producto.

- En alimentos o bebidas líquidos, 5 gramos o más, por cada 100 mililitros del producto.

Grasas saturadas

- En alimentos sólidos, 4 gramos o más por cada 100 gramos de producto

- En alimentos o bebidas líquidos, 3,5 gramos o más, por cada 100 mililitros del producto.

¿Qué es el sello positivo?

Este símbolo se ubicará en la parte inferior izquierda de la cara frontal de la etiqueta de los productos. Se pone cuando el alimento envasado cumple con todos los criterios técnicos, y se implementa de manera voluntaria:

Sodio
 - En alimentos sólidos, 80 miligramos o menos por cada 100 gramos.

- En líquidos, 60 miligramos o menos, por cada 100 mililitros.

Azúcares añadidos
 - En alimentos sólidos, 2 gramos o menos por cada 100 gramos.

- En líquidos, 1 gramo o menos, por cada 100 mililitros.

Grasas saturadas
 - En alimentos sólidos, 2 gramos o menos por cada 100 gramos.

- En líquidos, 2 gramos o menos, por cada 100 mililitros.

El nuevo etiquetado debe implementarse a más tardar en diciembre de 2022. Mientras tanto, podrá haber productos que cumplen la normativa anterior y otros que cumplen la normativa nueva.