



**FACULTAD DE FARMACIA**  
**UNIVERSIDAD COMPLUTENSE**

**TRABAJO FIN DE GRADO**  
**DECLARACIONES NUTRICIONALES Y DE SALUD EN EL**  
**ETIQUETADO DE LOS ALIMENTOS**

Autor: Montserrat Manzanedo Anglarill  
D.N.I: 50893673D  
Tutor: Virginia Fernández Ruiz  
Convocatoria: Junio



## ÍNDICE

Resumen .....	4
Introducción .....	5
Objetivos .....	7
Material y métodos .....	7
Resultados y discusión .....	8
Conclusiones .....	17
Bibliografía .....	18

## RESUMEN

En el presente trabajo he llevado a cabo una evaluación de la adecuación a las normas de etiquetado relativas a las declaraciones de salud recogidas en el Reglamento 1924/2006 para los alimentos destinados a la población infantil. Para ello lo primero que se realizó fue una revisión bibliográfica de la legislación vigente sobre el etiquetado en nuestro país. Tras ella, se llevó a cabo un análisis del etiquetado de los alimentos dirigidos a la población infantil, a través de un trabajo de campo en grandes superficies y herbolarios y, posteriormente, se evaluó la adecuación del cumplimiento de la normativa del etiquetado relativo a las declaraciones de salud.

Se evaluaron 120 alimentos en grandes superficies (Carrefour, Mercadona, Alcampo, Día, Lidl) así como 10 productos de venta en herbolarios. Se seleccionaron 65 alimentos que presentaban declaraciones en su etiquetado, de las cuales, 28 eran declaraciones nutricionales mientras que 37 fueron declaraciones de propiedades saludables. A continuación, se llevó a cabo una comparativa entre las declaraciones detectadas en el etiquetado de estos alimentos con las autorizadas actualmente por la Autoridad Europea de Seguridad Alimentaria (EFSA) y se comprobaron las exigencias requeridas para el uso de éstas observándose que las declaraciones empleadas en los alimentos analizados son las mismas que propone la EFSA.

**Palabras clave:** Etiquetado de los alimentos. Declaración de salud. Declaraciones nutricionales. Población infantil.

## INTRODUCCIÓN

Hoy en día el estudio del etiquetado de los alimentos se ha convertido en un tema de gran importancia para saber reconocer qué compramos y por qué lo hacemos; al igual que debemos conocer qué podemos esperar de los productos adquiridos y si es cierta la información que nos indican en los anuncios publicitarios y en los envases que contienen dichos alimentos. La importancia que le damos al conocimiento del etiquetado aumenta cuando se trata de analizar que comen los más pequeños de la casa. Según la OMS la población infantil engloba desde una primera infancia que se corresponde con el periodo que comprende desde el desarrollo prenatal hasta los ocho años de edad hasta la adolescencia que se define como el periodo de crecimiento y desarrollo humano que se produce después de la niñez y antes de la edad adulta, entre los 10 y los 19 años (OMS, 2018).

En la actualidad, el Reglamento (UE) 1169/2011 del Parlamento Europeo y el Consejo, de 25 de Octubre de 2011 sobre la información alimentaria facilitada al consumidor instaura la base para garantizar un alto nivel de protección a los consumidores en relación con la información del etiquetado con el fin de permitir a los consumidores elegir con conocimiento de causa los alimentos y, utilizar los mismos de forma segura, garantizando al mismo tiempo, su libre circulación en el mercado europeo. Establece los principios generales, los requisitos y las responsabilidades que rigen la información alimentaria y, en particular, el etiquetado de los alimentos. Así mismo, establece los medios para garantizar el derecho de los consumidores a la información, así como los procedimientos para facilitar la información alimentaria.

Por otro lado, el Reglamento (CE) 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; proporciona un régimen legal armonizado en los Estados miembros, con el fin de, por un lado, garantizar un funcionamiento eficaz del mercado interior y, por otro lado, proporcionar un elevado nivel de protección a los consumidores a través de un correcto etiquetado, que les posibilite la elección informada de alimentos. En dicho Reglamento se define *Declaración* como “cualquier mensaje o representación que no sea obligatorio con arreglo a la legislación comunitaria o nacional, incluida cualquier forma de representación pictórica, gráfica o simbólica, que afirme, sugiera o de a entender que un alimento posee unas características específicas.”

Además, se diferencia entre declaración nutricional, declaración de propiedades saludables y declaración de reducción del riesgo de enfermedad.

**Declaración nutricional:** cualquier declaración que afirme, sugiera o de a entender que un alimento posee propiedades nutricionales beneficiosas en los nutrientes que contiene al haberlos incrementado o reducido para tener dichas propiedades. Por ejemplo: “fuente de...”, “alto/bajo contenido en...”, “sin...”

**Declaración de propiedades saludables:** cualquier declaración que afirme, sugiera o de a entender que existe una relación entre una categoría de alimentos, un alimento o uno de sus constituyentes, y la salud.

**Declaración de reducción del riesgo de enfermedad:** cualquier declaración de propiedades saludables que afirme, sugiera o de a entender que el consumo de una categoría de alimentos, un alimento o uno de sus constituyentes reduce significativamente un factor de riesgo de aparición de una enfermedad humana.

Para que existan las declaraciones nutricionales se deben cumplir una serie de principios generales; son los requisitos que deben cumplir las alegaciones nutricionales (AN) y de propiedades saludables (AS) y específicos (obligatorios para AS) que se detallan a continuación:

- Generales. “No deben ser falsas, ambiguas o engañosas, alentar o aprobar el consumo excesivo de un alimento”.
- Específicas. “Deben incluir mensajes sobre dieta variada y equilibrada y estilo de vida saludable, cantidad y patrón de consumo, declaración a personas que deberían evitar el consumo, advertencia referida a posibles riesgos si se consume en exceso”.

En el caso de que las alegaciones sean referidas a la reducción de riesgo, además de los principios generales y específicos deben constatar que la enfermedad a la que se refieren posee varios factores de riesgo y que la alteración de uno de ellos puede tener, o no, un efecto beneficioso.

Por otro lado, los alimentos para lactantes y niños de corta edad siguen una reglamentación diferente. Los requisitos de composición e información de dichos alimentos están regulados de manera general mediante el Reglamento 609/2013 del Parlamento Europeo y del Consejo en lo que respecta a los requisitos específicos de composición e información aplicables a los preparados para lactantes y preparados de continuación.

En dicho Reglamento se incluyen las definiciones de preparados para lactantes y preparados de continuación.

**Preparados para lactantes:** los productos alimenticios destinados a la alimentación especial de los lactantes durante los primeros meses de vida, que satisfagan por si mismos las necesidades nutritivas de estos lactantes hasta la introducción de una alimentación complementaria apropiada.

***Preparados de continuación:*** los productos alimenticios destinados a la alimentación especial de los lactantes cuando se introduzca una alimentación complementaria apropiada que constituyan el principal elemento líquido de una dieta progresivamente diversificada de estos lactantes.

## **OBJETIVOS**

El objetivo principal de este trabajo es la evaluación de la adecuación a las normas de etiquetado relativas a las declaraciones de salud recogidas en el Reglamento (CE) 1924/2006 para los alimentos destinados principalmente a la población infantil.

Para llevar a cabo dicho trabajo se ha dividido en varios objetivos parciales:

1. Realizar una revisión bibliográfica de la legislación actual acerca de las declaraciones de propiedades saludables en alimentos destinados principalmente a la población infantil.
2. Analizar el etiquetado de alimentos dirigidos a la población infantil a través de un trabajo de campo en grandes superficies y herbolarios con el fin de seleccionar aquellos que incluyan alegaciones de salud.
3. Evaluar la adecuación del cumplimiento de la normativa de etiquetado relativo a las declaraciones de salud y de disminución de riesgo de enfermedad en los alimentos previamente seleccionados.

## **MATERIAL Y MÉTODOS**

Para la realización de este trabajo se ha llevado a cabo una revisión bibliográfica, en la cual se han consultado diferentes bases de datos para conocer la legislación vigente que rige la utilización de las declaraciones nutricionales de salud y de disminución de riesgo de enfermedad en el etiquetado de los alimentos destinados a la población infantil. Las bases de datos consultadas durante el trabajo han sido: Google académico, Pubmed, AECOSAN (Agencia Española de Consumo, Seguridad Alimentaria y Nutrición), FAO (Food and Agriculture Organization of the United Nations), OMS (Organización Mundial de la Salud), BOE (Boletín Oficial del Estado) y EFSA (European Food Safety Authority).

Tras la realización de la revisión bibliográfica llevamos a cabo un estudio de campo basado en el análisis del etiquetado de los alimentos destinados principalmente a la población infantil. Para ello se revisaron un total de 130 alimentos en distintas grandes superficies y herbolarios. Se seleccionaron un total de 65 alimentos que presentaron alegaciones de salud en su etiquetado.

## RESULTADOS Y DISCUSIÓN

Como hemos comentado anteriormente, en relación con el etiquetado de los alimentos es de especial interés el Reglamento (UE) 1169//2011 del Parlamento Europeo y el consejo, de 25 de octubre de 2011, que establece la base para garantizar un alto nivel de protección a los consumidores en relación con la información del etiquetado de los alimentos.

El resultado de la revisión bibliográfica de la legislación actual relativa a las declaraciones de propiedades saludables en los alimentos nos lleva a destacar principalmente el Reglamento (CE) 1924/2006 del Parlamento Europeo y del Consejo, de 20 de diciembre de 2006. También cabe destacar la lista de alegaciones autorizadas por la EFSA que se encuentran en el Reglamento 432/2012 de la Comisión de Mayo de 2012 y en las bases de datos de la EFSA.

Asimismo, la EFSA emitió una serie de opiniones científicas que permiten el uso de las diferentes declaraciones nutricionales relativas al desarrollo y salud de los niños. Algunas de las más comúnmente utilizadas se recogen en la siguiente tabla 1.

**Tabla 1. Declaraciones saludables autorizadas relativas al desarrollo y salud de los niños (Reglamento 1924/2006, artículo 14.1.b)**

<b>Nutriente</b>	<b>Declaración de la EFSA</b>	<b>Nutriente</b>	<b>Declaración de la EFSA</b>
<b>Ácido <math>\alpha</math> – linoléico y ácido linoleico, ácidos grasos esenciales</b>	Los ácidos grasos esenciales son necesarios para el crecimiento y desarrollo de los niños	<b>Calcio y vitamina D</b>	El calcio y la vitamina D son necesarios para el crecimiento y el desarrollo normales de los huesos en los niños
<b>Calcio</b>	El calcio es necesario para el crecimiento y el desarrollo normales de los huesos en los niños	<b>Vitamina D</b>	La vitamina D es necesaria para el crecimiento y el desarrollo normales de los huesos en los niños
<b>Proteínas</b>	Las proteínas son necesarias para el crecimiento y el desarrollo normales de los huesos en los niños	<b>Hierro</b>	El hierro contribuye al desarrollo cognitivo normal de los niños
<b>Ácido docosahexaenoico (DHA)</b>	La ingesta de ácido docosahexaenoico (DHA) contribuye al desarrollo visual de	<b>Vitamina D</b>	La vitamina D contribuye al buen funcionamiento del sistema inmunitario



	los niños hasta los 12 meses de edad		de los niños.
--	--------------------------------------	--	---------------

En la siguiente tabla incluimos los valores de ingestas de referencia de los micronutrientes que se presentan de forma más habitual en los alimentos (Tabla 2).

**Tabla 2. Ingestas de Referencia (IR) de algunos micronutrientes (anexo XIII. Reglamento 1169/2011)**

Nutriente	VRN	Nutriente	VRN
<b>Vitamina A o retinol</b>	800 µg (mujeres) 1000 µg (hombres)	<b>Calcio</b>	800 mg
<b>Vitamina B1 o tiamina</b>	1,2 mg	<b>Fósforo</b>	700 mg
<b>Vitamina C o ácido ascórbico</b>	80 mg	<b>Hierro</b>	14 mg
<b>Vitamina D o calciferol</b>	5 µg	<b>Zinc</b>	10 mg

Tras el trabajo de campo realizado, entre los 130 alimentos revisados, se analizaron 28 bebidas lácteas y derivados (22%); 36 productos destinados principalmente al desayuno entre los que destacan las galletas y los cereales (28%); 41 alimentos para lactantes y niños de corta edad (32%) y 23 productos que podemos englobar dentro de la categoría de snacks o dulces (18%). De todos ellos, se seleccionaron 65 alimentos que presentaban declaraciones en su etiquetado, de las cuales, 28 eran declaraciones nutricionales mientras que 37 fueron declaraciones de propiedades saludables.

A continuación se detallan en las siguientes tablas algunos de los alimentos analizados en las diferentes categorías que presentan declaraciones de propiedades saludables, excluyendo aquellos de la misma marca o que presentan la misma alegación. Dichas categorías se corresponden con las agrupaciones comerciales que presentan las grandes superficies (Leche y derivados lácteos, galletas y cereales, alimentos para lactantes y niños de corta edad y snacks o dulces).

**Tabla 3. Valoración del etiquetado de leche y derivados lácteos: Denominación de venta, ingredientes, declaración de propiedades saludables (textualmente presente en el etiquetado) e información nutricional de aquellos componentes de interés.**

<b>Denominación de venta</b>	<b>Ingredientes</b>	<b>Declaración de propiedades saludables</b>	<b>Información nutricional (por 100 g o 100 ml)</b>
<b>Yogolino Nestle</b>	Leche fermentada (90%) [leche, maltodextrina, almidón modificado de maíz, grasa láctea, azúcar, espesantes (pectina, goma garrafin), concentrado de sales minerales lácteas, almidón de patata, correctores de acidez (citrato potásico e hidróxido potásico), fermentos lácteos (contiene leche), sales minerales (sulfato de zinc)], azúcar, puré de melocotón/plátano (3,5%) (según la variedad), almidón modificado de maíz, sales minerales (cloruro de magnesio), corrector de acidez, aroma	“Fuente de calcio y con contenido en magnesio que contribuye al normal desarrollo de sus huesos”. “Fuente de zinc que contribuye a la función normal del sistema inmunitario y a un crecimiento normal”	Ca (mg) - 150 (38% VRN) Mg (mg) – 30 Zn (mg) – 1,5 (38% VRN)
<b>Batidos de chocolate Puleva</b>	Leche parcialmente desnatada al 1,2% MG (90%), azúcar, cacao desgrasado (mínimo 0,9%), estabilizantes (E-407, E-460, E-466 Y E-399), aroma y vitamina D	“El calcio y la vitamina D son necesarios para el crecimiento y el desarrollo normal de los huesos. Las proteínas contribuyen a conservar la masa muscular.”	proteínas (g) – 3,1 Calcio (mg) – 96 (12% VRN) Vitamina D (µg) – 1,5 (30% VRN)
<b>Celta Crecimiento</b>	Leche parcialmente desnatada (1,4% de grasa), 95,5%, azúcar, aceite refinado de girasol alto oleico, aceite de oliva, agua, emulgentes (E 472c, lecitina de soja), aceite de pescado, fosfato tricalcico, vitaminas [L – ascorbato sódico (vitamina C), acetato de DL – alfa tocoferilo (vitamina E), nicotinamida	“El calcio, la vitamina D, el fósforo y las proteínas son necesarias para el crecimiento y el desarrollo normales de los huesos en los niños.”	Calcio (mg) – 120 (15% VRN) Vitamina D (µg) – 0,75 (15% VRN) Fósforo (mg) – 105 (15% VRN) Proteínas - 2,8 g

	(vitamina B3), acetato de retinilo (vitamina A), D – pantotenato cálcico (vitamina B5), colecalciferol (vitamina D), clohidrato de piridoxina (vitamina B6), mononitrato de tiamina (vitamina B1), riboflavina (vitamina B2), ácido pteroilmonoglutámico (vitamina B9, D – biotina (vitamina B7)], estabilizante (E339), antioxidantes (ascorbato sódico, extracto rico en tocoferoles, palmitato de ascorbilo), sulfato ferroso.		
--	---	--	--

**Tabla 4. Valoración del etiquetado de galletas y cereales: Denominación de venta, ingredientes, declaración de propiedades saludables (textualmente presente en el etiquetado) e información nutricional de aquellos componentes de interés.**

<b>Denominación de venta</b>	<b>Ingredientes</b>	<b>Declaración de propiedades saludables</b>	<b>Información nutricional (por 100 g o 100 ml)</b>
<b>Nesquik cereales</b>	Cereales 63,9% (harina integral de trigo, 44,6%, sémola de maíz 14%, harina de arroz), azúcar, cacao (6%), jarabe de glucosa, grasa vegetal, fructo – olisacaridos, sal cacao desgrasado, dextrosa, aroma, corrector de acidez (fosfato trisódico). Vitaminas y minerales: vitamina C, niacina, ácido pantoténico, vitamina B6, riboflavina, tiamina, ácido fólico, vitamina B12, carbonato cálcico, hierro.	“Hierro que contribuye al desarrollo cognitivo normal de los niños Calcio y vitamina D que son necesarios para el crecimiento y desarrollo normales de los huesos en los niños.”	Hierro (mg) – 18,5 (132% VRN) Zinc (mg) – 8,4 (84% VRN) Vitamina D (µg) – 11 (220 VRN)

<b>Copos azucarados Kids</b>	Maíz 70%, azúcar 28%, sal extracto de malta de cebada, vitaminas: niacina, ácido pantoténico (B5), riboflavina (B2), vitamina B6, tiamina (B1), ácido fólico (B9), vitamina D, vitamina 12, difosfato férrico. Puede contener trazas de cacahuets, frutos de cáscara, leche, soja y granos de sésamo.	“La vitamina D contribuye a la absorción y utilización normal del calcio y el fósforo.”	Hierro – 7 mg (50% VRN) Vitamina D - 5 µg (100% VRN)
<b>Chiquilin ositos</b>	Harinas de cereales 67% (trigo, arroz, cebada, centeno), azúcar, aceite de girasol alto oleico 14%, miel 3,4%, salvado de trigo, dextrosa, sal, gasificantes (bicarbonatos sódico y amónico), emulgente (lecitina), antioxidantes (E-304, E-306), vitamina y sales minerales: vitamina D, carbonato de calcio y hierro.	“Con minerales (hierro y calcio) que contribuyen al metabolismo energético normal.”	Hierro (mg) – 2,1 (15% VRN) Calcio (mg) – 300 (38% VRN)

**Tabla 5. Valoración del etiquetado de alimentos para lactantes y niños de corta edad: Denominación de venta, ingredientes, declaración de propiedades saludables (textualmente presente en el etiquetado) e información nutricional de aquellos componentes de interés.**

<b>Denominación de venta</b>	<b>Ingredientes</b>	<b>Declaración de propiedades saludables</b>	<b>Información nutricional (por 100 g o 100 ml)</b>
<b>Nutribén 8 cereales</b>	Ingredientes a base de cereales 99% (harina - trigo, cebada, arroz, avena, centeno, mijo y sorgo-, maltodextrina de maíz y almidón de maíz), minerales (calcio y fósforo), vitaminas (C, niacina, E, ácido pantoténico, B1, B6, A, ácido fólico, K1, biotina, D3) y aroma (vainillina).	El calcio y la vitamina D son necesarios para el correcto desarrollo de los huesos de los niños La vitamina A contribuye al funcionamiento normal del sistema inmune Contiene tiamina necesaria para el normal desarrollo y funcionamiento del sistema nervioso.	Calcio (mg) – 146 (37% VRN) Vitamina D (µg) – 7,5 (75% VRN) Vitamina A (µg) – 420 (105% VRN) Tiamina (mg) – 0,60 mg (120% VRN)

<p><b>Almirón galletitas</b></p>	<p>Harina de trigo (75%), azúcar, aceite vegetal (aceite de palma), leche desnatada en polvo, agentes fermentadores (hidrogenocarbonato de amonio, hidrogenocarbonato de sodio, tartrato monopotásico), carbonato de calcio, extracto de malta de cebada, aromas, emulsificante (lecitina de soja), vitaminas (niacina, vitamina B6, vitamina B2, vitamina B1), lactato de hierro.</p>	<p>“Hierro: contribuye al desarrollo cognitivo normal y ayuda en la formación de células sanguíneas.”</p>	<p>Hierro (mg) – 10 (165% VRN)</p>
<p><b>Blevit Plus 8 cereales</b></p>	<p>Harinas de cereales dextrinados 92% (arroz integral y maíz), fructooligosacáridos 3%, inulina 2%, sales minerales (calcio y hierro), dextrinomaltoza, complejo vitamínico (vitaminas: C, nicotinamida, E, pantotenato cálcico, B6, B2, B1, A, ácido fólico, K, biotina, D, B12), aroma (vainillina).</p>	<p>“Con vitaminas A, C y D que contribuyen al normal funcionamiento del sistema inmunitario.”</p>	<p>Vitamina A (µg) – 450 Vitamina C (mg) – 50 Vitamina D (µg) – 7,5</p>
<p><b>Nestle Nestum. Avena con ciruela</b></p>	<p>Harinas (88,6%) (avena 45,6%, trigo hidrolizado y trigo), ciruelas pasas molidas (6%), almidón de maíz, oligofructosa, inulina, sales minerales (carbonato cálcico, fumarato ferroso, sulfato de zinc y yoduro potásico), vitaminas (ácido L – ascórbico, DL – alfa acetato de tocoferol, nicotinamida, mononitrato de tiamina, acetato de retinol, clorhidrato de piridoxina, ácido fólico y colecalciferol), aroma (vainillina) y bifidobacterias.</p>	<p>“Hierro, zinc, vitamina A y C ayuda a la función normal del sistema inmunitario. Además el hierro contribuye al desarrollo cognitivo normal.”</p>	<p>Hierro (mg) – 8 (33% VRN) Zinc (mg) – 1,7 (43% VRN) Vitamina C (mg) – 65 (260% VRN) Vitamina A ((µg) – 250 (73% VRN)</p>

Las declaraciones de propiedades saludables se pueden incluir en el etiquetado siempre que cumplan con los requisitos recogidos en la legislación respecto al contenido de los componentes a los que hace referencia. Para comprobar esta adecuación de uso proseguimos con la realización de un análisis cuantitativo de cada uno de los componentes en los que se basa la declaración utilizada en el etiquetado de los alimentos.

Según el Reglamento 1169/2011, en el etiquetado de los alimentos se pueden incluir de forma voluntaria las cantidades de vitaminas pero sólo si están presentes en cantidades significativas, que se establecen en base a los Valores de Referencia de Nutrientes (VRN). Para ello, el Reglamento recoge en una tabla cuales son las ingestas de referencia de todos los nutrientes. Se considera que un alimento aporta una cantidad significativa de vitaminas o minerales si 100 g o 100 ml cubren el 15% de los VRN.

La mayoría de los alimentos analizados contienen vitaminas y sales minerales. Dentro del grupo de alimentos de leche y derivados lácteos (Tabla 3) encontramos calcio y vitamina D en el Danonino, en los productos de Puleva, en los productos de Hacendado y en los productos de Nestlé. Otros micronutrientes que encontramos en este grupo de alimentos son el hierro, y otros tipos de vitaminas como vitamina A y E. Tras la realización de los cálculos observamos que los alimentos del grupo Puleva no cumplen con la cantidad significativa mínima para poder utilizar las declaraciones de propiedades saludables en su etiquetado. Por ejemplo, en el caso de los batidos de chocolate Puleva, no cumplen con la cantidad de calcio requerida para poder hacer la declaración saludable ya que se necesita un 15% del VRN de calcio en la composición y en este caso solo posee un 12%.

En las categorías de galletas y cereales (Tabla 4) y alimentos para lactantes y niños de corta edad (Tabla 5) también encontramos alimentos que contienen estos micronutrientes (vitamina A, vitamina D, calcio, hierro, zinc) y en todos estos casos, tras la realización de los cálculos necesarios se observa que todos cumplen con la cantidad significativa mínima para utilizar dichas declaraciones saludables.

Con respecto a las proteínas presentes en la leche celta crecimiento (Tabla 3), solo puede utilizarse dicha alegación respecto a alimentos que se consideran fuente de proteínas de acuerdo con la declaración FUENTE DE PROTEINAS que figura en el Reglamento (CE) 1924/2006 según el cual solo se puede afirmar que un alimento es fuente de proteínas si las proteínas aportan como mínimo el 12% del valor energético del alimento. Esta leche contiene 3 gramos de proteína, al realizar el cálculo del porcentaje de la aportación calórica total por parte de la proteína de esta leche nos da un 18,66%, resultado superior a ese 12% por lo que es adecuado el uso de esta declaración de propiedades saludables.

Siguiendo las normas marcadas en el Reglamento 1924/2006 y sus posteriores modificaciones; y tras su detallada revisión podemos afirmar que todas las declaraciones de propiedades saludables incluidas en el etiquetado de los alimentos analizados son equivalentes a las declaraciones autorizadas por la EFSA.

Por último, es de interés el caso de los productos que engloban la categoría de Snack o dulces en los cuales no se han encontrado declaraciones de propiedades saludables, sólo encontramos declaraciones nutricionales que se exponen en la siguiente tabla (Tabla 6).

**Tabla 6. Valoración del etiquetado de snack y dulces: Denominación de venta, ingredientes y declaraciones nutricionales (textualmente presente en el etiquetado)**

<b>Denominación de venta</b>	<b>Ingredientes</b>	<b>Declaración nutricional</b>
<b>Súper aspitos. Maíz horneado natural.</b>	Sémola de maíz (83%), aceite de girasol (16% y sal.	“Sin gluten Sin lactosa”
<b>Trigo inflado</b>	Trigo (58,6%), azúcar, jarabe de glucosa, miel (3%), grasa vegetal de coco, vitaminas (vitamina B6, riboflavina (B2), tiamina (B1), niacina (B3), ácido pantoténico (B5), ácido fólico (B9) y vitamina B12)	“Fuente de vitaminas B1, B2, B6 y B9 Fuente de fibra.”
<b>Gelatina Rik &amp; Rok</b>	Agua, azúcar, gelatina (1,7%), corrector de acidez (E – 330), aromas, edulcorante (E – 955), colorante (E – 160 <sup>a</sup> ) y vitaminas C y D. Puede contener trazas de leche	“Fuente de vitaminas C y D”
<b>Hero ¡Mi fruta!</b>	Purés y zumos de frutas (94,5%) (zumo de naranja* (32%), puré de plátano (31,5%) puré de pera (31%), galleta (5,5%) (harina de trigo, aceite de girasol y aroma natural), zumo de limón* y vitamina C. *Concentrados.	“Sin aceite de palma Sin azúcares añadidos: contiene azúcares naturalmente presentes.”

Se analiza si las alegaciones nutricionales son adecuadas en estos productos. Para ello se compara con la legislación vigente, la cual indica en cuanto al contenido en fibra que solo podrá declararse que un alimento es FUENTE DE FIBRA si el producto contiene como mínimo 3 g de fibra por 100 g o, como mínimo, 1,5 g de fibra por 100 Kcal.

Analizamos las declaraciones referentes a las vitaminas siguiendo las pautas marcadas en el Reglamento 1169/2011 explicado anteriormente y comprobamos que las alegaciones de “FUENTE DE VITAMINA” se corresponden con lo especificado en el Reglamento.

En lo que se refiere a los azúcares, solamente podrá declararse que no se han añadido azúcares a un alimento si no se ha añadido al producto ningún monosacárido ni disacárido ni ningún otro alimento utilizado por sus propiedades edulcorantes. Si los azúcares están naturalmente presentes en los alimentos, en el etiquetado deberá figurar asimismo la siguiente indicación: “CONTIENE AZÚCARES NATURALMENTE PRESENTES”

Tras la valoración de las alegaciones utilizadas en los snacks y la realización de los cálculos necesarios, podemos afirmar que todos ellos cumplen con las condiciones para utilizar dichas declaraciones.



## CONCLUSIONES

- 1) Tras la revisión bibliográfica, el trabajo de campo y la valoración de las alegaciones presentes en el etiquetado de los alimentos dirigidos a la población infantil observamos que la legislación vigente respecto a las alegaciones de salud en el etiquetado de los alimentos es un tema complejo dado que son múltiples disposiciones legislativas las que regulan este aspecto del etiquetado y que se encuentra en permanente actualización lo que implica una revisión continuada de las nuevas alegaciones aprobadas.
- 2) Al evaluar los alimentos comercializados tanto en grandes superficies como herbolarios se ha podido comprobar que se cumple con la legislación vigente salvo en contadas excepciones lo que demuestra el interés por parte de las empresas en cumplir con la normativa en alimentos destinados a la población infantil y, por otra parte, el buen trabajo realizado para controlar el cumplimiento de la misma.
- 3) Es importante resaltar que aunque la utilización de las alegaciones en los alimentos destinados a la población infantil es la adecuada según la legislación vigente los mensajes que se transmiten a la población son, en muchos casos difíciles de entender, por lo que sería recomendable la planificación de programas de educación alimentaria para ayudar a la comprensión del etiquetado con el fin de que los individuos puedan seleccionar los alimentos y tomar decisiones informadas respecto a lo alimentos que van a incluir en la dieta de sus hijos.

## BIBLIOGRAFÍA

- Baladia, E., Basulto, J. and Manera, M. (2013). Declaraciones nutricionales y de propiedades saludables aplicables a los productos de alimentación infantil en España y en la Unión Europea. *Pediatría Atención Primaria*, [online] 15(60), pág.351-359.
- REGLAMENTO (UE) n.º 1169/2011 del Parlamento Europeo y del Consejo, de 25 de octubre de 2011, sobre la información alimentaria facilitada al consumidor y por el que se modifican los Reglamentos (CE) n.º 1924/2006 y (CE) n.º 1925/2006 del Parlamento Europeo y del Consejo, y por el que se derogan la Directiva 87/250/CEE de la Comisión, la Directiva 90/496/CEE del Consejo, la Directiva 1999/10/CE de la Comisión, la Directiva 2000/13/CE del Parlamento Europeo y del Consejo, las Directivas 2002/67/CE, y 2008/5/CE de la Comisión, y el Reglamento (CE) n.º 608/2004 de la Comisión. Diario Oficial de la Unión Europea (DOUE), núm. 304, de 22 de noviembre de 2011, pág. 18-63.
- Reglamento (CE) n.º 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. Diario Oficial de la Unión Europea, núm. 404 de 30 de diciembre de 2006. pág. 9-25.
- AECOSAN (2019). *Aecosan - Agencia Española de Consumo, Seguridad Alimentaria y Nutrición*. [online] [Consultado 15 de Febrero de 2019]. Disponible en: [http://www.aecosan.msssi.gob.es/AECOSAN/web/subhomes/seguridad\\_alimentaria/aecosan\\_seguridad\\_alimentaria.htm](http://www.aecosan.msssi.gob.es/AECOSAN/web/subhomes/seguridad_alimentaria/aecosan_seguridad_alimentaria.htm)
- FAO (2019). *Fao - Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura*. [online] [Consultado 15 de Febrero de 2019]. Disponible en: <http://www.fao.org/home/es/>
- BOE. (2019). *BOE.es - Agencia Estatal Boletín Oficial del Estado*. [online] [Consultado 15 de Febrero de 2018]. Disponible en : <https://www.boe.es/>
- EFSA. (2019). *European Food Safety Authority | Trusted science for safe food*. [base de datos de Internet]. [Consultado 15 de Febrero de 2018]. Disponible en: <https://www.efsa.europa.eu/>
- Corrección de errores del Reglamento (CE) n.º 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. Diario Oficial de la Unión Europea, núm. 404 de 13 de diciembre de 2014.
- Reglamento (UE) n.º 432/2012 de la Comisión, de 16 de mayo de 2012, por el que se establece una lista de declaraciones autorizadas de propiedades saludables de los alimentos distintas de las relativas a la reducción del riesgo de enfermedad y al desarrollo

y la salud de los niños. Diario Oficial de la Unión Europea, núm. 136 de 25 de mayo de 2012.

- Reglamento (UE) n.º 536/2013 de la Comisión, de 11 de junio de 2013, que modifica el Reglamento (UE) n.º 432/2012, por el que se establece una lista de declaraciones autorizadas de propiedades saludables de los alimentos distintas de las relativas a la reducción del riesgo de enfermedad y al desarrollo y la salud de los niños. Diario Oficial de la Unión Europea (DOUE), núm. 160, de 12 de junio de 2013.
- Reglamento (UE) n.º 851/2013 de la Comisión de 3 de septiembre de 2013, por el que se autorizan determinadas declaraciones de propiedades saludables en los alimentos, distintas de las relativas a la reducción del riesgo de enfermedad y al desarrollo y la salud de los niños, y se modifica el Reglamento (UE) n.º 432/2012. Diario Oficial de la Unión Europea (DOUE), núm. 235, de 4 de septiembre de 2013.