

VALORACIÓN DEL ETIQUETADO ALIMENTARIO PARA LA PROTECCIÓN DEL PACIENTE ALÉRGICO A ALIMENTOS

M^a Dolores Ambrona Espinosa de los Monteros

FACULTAD DE FARMACIA UCM
TRABAJO FIN DE GRADO

INTRODUCCIÓN

La alergia alimentaria se ha convertido en un **problema de salud pública** debido a la gravedad de los síntomas que puede ocasionar y al incremento de la prevalencia de los pacientes alérgicos. Por lo tanto, la regulación del etiquetado de los alimentos es muy importante para la protección de los consumidores. Sin embargo, las normativa de la Unión Europea difiere en ciertos aspectos de la de otros países.

OBJETIVOS

- ❖ Conocer el estado actual de la alergia alimentaria, etiquetado y legislación vigente, comparando la normativa europea con la americana.
- ❖ Determinar el conocimiento y preocupaciones de población
- ❖ Elaborar un folleto informativo sobre la interpretación del etiquetado de alérgenos en alimentos

METODOLOGIA

Revisión bibliográfica: bases de datos ➡ Encuesta + Taller educativo ➡ Folleto informativo

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

1. Estado actual de la alergia alimentaria

Diferencias entre alergia e intolerancia^{1,2}

ALERGIA	INTOLERANCIA
Participa el sistema inmune (IgE)	No involucra al sistema inmune
Síntomas variables, localizados o sistémicos muy graves (secreciones nasales fluidas, urticaria, hormigueo en la lengua, dolor estomacal → Anafilaxia)	Síntomas menos graves, mayoritariamente digestivos (diarrea, dolor estomacal, vómitos)

El etiquetado como herramienta de protección para el paciente alérgico

Legislación vigente que regula el etiquetado en la Unión Europea:

- El **Reglamento (UE) nº 1169/2011 del Parlamento Europeo y del Consejo, de 25 de octubre de 2011**, sobre la información alimentaria facilitada al consumidor
- El **Real Decreto 126/2015 de febrero**, por el que se aprueba la norma general relativa a la información alimentaria de los alimentos que se presenten sin envasar para la venta al consumidor final y a las colectividades, de los envasados en los lugares de venta a petición del comprador, y de los envasados por los titulares del comercio al por menor.

Sin embargo, esta difiere en ciertos aspectos de la normativa americana:

Food Allergen Labeling and Consumer Protection Act of 2004 (FALCPA). Public Law 108-202, Title II

Comparación de la normativa europea y americana



Aspectos en común:

- Alérgenos de declaración obligatoria **resaltados** en la etiqueta, tal como se denominan en la norma.
- La declaración de las posibles trazas es **voluntaria**.

Aspectos diferentes:

- 14 alérgenos de declaración obligatoria en Europa; 8 en América.
- La ley americana no contempla aquellos alimentos **no envasados** o envasados en el punto de venta.



2. Conocimiento de la población

115 personas encuestadas (55% entre los 18-30 años)

- El 30,4% no sabe la diferencia entre alergia e intolerancia alimentaria. Especial confusión en el caso de la leche.
- El 95,6% sabe que los alérgenos deben indicarse en la etiqueta
- Sólo el 4,3% asegura que, siempre que van a un restaurante los encuentra destacados en la carta
- Surgen más dudas a la hora de la compra de alimentos en UE que en América en 11,1% de los casos

Además, se realizó un taller informativo y de resolución de dudas para los alumnos de segundo de Farmacia (UCM).

CONCLUSIONES

- ❖ La alergia alimentaria es un problema de Salud Pública y el etiquetado es esencial para la protección de los pacientes alérgicos. La normativa comunitaria actual que regula el etiquetado permite una mejor comprensión y legibilidad de la información de las etiquetas, siendo mayor la protección por parte de la normativa europea en comparación con la americana.
- ❖ Sin embargo, la población manifiesta una preocupación real sobre el incumplimiento de ésta por parte de ciertos establecimientos. Se considera necesario una mayor implicación en la educación de este tema tanto a los pacientes alérgicos como a su entorno.
- ❖ El farmacéutico como profesional sanitario tiene un papel fundamental en la educación para la salud del ciudadano.

3. Elaboración de folleto informativo

LA ALERGIA ALIMENTARIA

La alergia alimentaria es una reacción adversa de hipersensibilidad, mediada por el sistema inmune específico, que se produce en un individuo tras la exposición a un alimento determinado. Los síntomas suelen ser leves y predecibles. Sin embargo, pueden darse cuadros de anafilaxia e incluso, llegar a ser mortal. Por esto mismo, el etiquetado correcto de los alimentos es fundamental para prevenir consecuencias graves para la salud.

En Europa, el Reglamento (UE) N° 1169/2011 establece 14 alérgenos de mayor prevalencia en la población europea y, por tanto, de declaración obligatoria en la etiqueta de los alimentos tanto los envasados como los que se envasan directamente en el punto de venta. Estos alérgenos deben estar en un lugar destacado de la etiqueta y fácilmente visibles.

¡ATENCIÓN, VIAJEROS!

Sin embargo, en América solo ocho de éstos son de declaración obligatoria.

• Estos son los ocho alérgenos principales que deben indicarse de manera obligatoria en las etiquetas, según la normativa americana.

¡Atención! La declaración de posibles trazas ("puede contener trazas de...") es voluntaria tanto en la Unión Europea como en América.

Pide siempre la declaración de alérgenos del establecimiento si tienes dudas.

*DO: declaración obligatoria

Los 14 alérgenos de DO en Unión Europea

Aunque exista evidencia de que hay más alimentos que pueden dar lugar a reacciones alérgicas (melocotón, legumbres etc.) estos son los que la ley exige que figuren en las etiquetas.

La alergia no es estática y que la sensibilización a los alimentos se puede producir con el tiempo. Por tanto, es muy importante leer detenidamente la lista completa de ingredientes.

BIBLIOGRAFÍA

- 1-De la Cruz S, González I, García T, Martín R. Alergias alimentarias: Importancia del control de alérgenos en alimentos. *Nutrición Clínica y Dietética Hospitalaria*; 2018, 38(1),142-148 .
- 2-Sicherer SH. Epidemiology of food allergy. *The Journal of Allergy and Clinical Immunology*; 2011, 127(3), 594-602
- 3-De la Hoz Caballero B. Alergia a los Alimentos. In *Healthcare DGDc*, editor. *Alergológica 2015*. Factores epidemiológicos, clínicos y socioeconómicos de las enfermedades alérgicas en España en 2015.; 2015, 206-229.
- 4-Ifyda Consultores. Control y Gestión de Alérgenos [Internet]. España. 2019. Disponible en: <https://ifydaconsultores.com/informacion-sobre-alergenos-productos/>. Última consulta: enero 2020.
- 5-Martín Gonzalez AI, Pérez Ávila JL, Gandul Madroñal AV, Gandul Madroñal Á. Gestión de alérgenos alimentarios en restauración colectiva. En: Gázquez JJ, Molero MdM, Pérez-Fuentes MdC, Barragán AB, Simón MdM, Martos Á. *Calidad de vida, cuidadores e intervención para la mejora de la salud*. Vol 2. España: ASUNIVEP; 2018, 47-56.
- 6-Agencia Española de Seguridad Alimentaria y Nutrición. Etiquetado de sustancias que causan alergias e intolerancias. 2019. Disponible en: http://www.aecosan.msssi.gob.es/AECOSAN/web/seguridad_alimentaria/subdetalle/alergias_e_intolerancias.htm. Última consulta: enero 2020.