

NTP 209652

ALIMENTOS ENVASADOS. Etiquetado nutricional

Ing. Annie Rubin de Celis
CTN 49 Alimentos envasados. Rotulado



ÍNDICE / CONTENIDO

1

Objeto

2

Referencias normativas

3

Campo de Aplicación

4

Definiciones

ÍNDICE / CONTENIDO

5

Condiciones Generales

6

Requisitos

7

Principios y criterios para la legibilidad del Etiquetado nutricional

8

Información nutricional complementaria

9

Revisión periódica del etiquetado nutricional

1

OBJETO



INSTITUTO NACIONAL DE CALIDAD

1. Objeto y campo de aplicación

Esta Norma Técnica Peruana establece los requisitos mínimos y característicos que debe cumplir el etiquetado nutricional de todo alimento envasado destinado al consumo humano.



REFERENCIAS NORMATIVAS

INSTITUTO NACIONAL DE CALIDAD

CODEX STAN 1:1985 Directrices sobre etiquetado de alimentos.
(Rev.2:2011/Enm.8:2016)preenvasados

3

CAMPO DE APLICACIÓN

INSTITUTO NACIONAL DE CALIDAD

En esta Norma Técnica Peruana se establecen procedimientos para el etiquetado nutricional de los alimentos envasados.

Se podrán elaborar disposiciones más detalladas para los alimentos destinados a regímenes especiales

4

TÉRMINOS Y DEFINICIONES

INSTITUTO NACIONAL DE CALIDAD

Términos y definiciones

4.1 etiquetado nutricional: Se entiende toda descripción destinada a informar al consumidor sobre las propiedades nutricionales de un alimento. El etiquetado nutricional comprende dos componentes:

- a) Declaración de nutrientes.
- b) Información nutricional complementaria.

4.2 declaración de nutrientes: es una relación o enumeración estandarizada del contenido de nutrientes de un alimento.

4.3 declaración de propiedades nutricionales: Cualquier representación que afirme, sugiera o implique que un alimento posee propiedades nutricionales particulares especiales, no sólo en relación con su valor energético y contenido de proteínas, grasas y carbohidratos, sino además con su contenido de vitaminas y minerales.

Las siguientes no constituyen declaraciones de propiedades nutricionales:

- a) la mención de sustancias en la lista de ingredientes;
- b) la mención de nutrientes como parte obligatoria del etiquetado nutricional;
- c) la declaración cuantitativa o cualitativa de ciertos nutrientes o ingredientes en la etiqueta, si la legislación nacional lo requiere.

Términos y definiciones



Propiedades Nutricionales

No propiedad Nutricional

No propiedad Nutricional



Términos y definiciones

4.4 nutriente: Se entiende cualquier sustancia consumida normalmente como componente de un alimento que:

- a) proporciona energía; y/o
- b) es necesaria para el crecimiento, el desarrollo y el mantenimiento de la vida; y/o
- c) cuya carencia hará que se produzcan cambios químicos o fisiológicos característicos.

4.5 valores de referencia de nutrientes (VRN): Son un conjunto de valores numéricos que están basados en datos científicos a efectos de etiquetado nutricional y declaraciones de propiedades pertinentes.

Comprenden estos dos tipos de VRN:

- valores de referencia de nutrientes - necesidades (VRN-N) hacen alusión a los VRN basados en los niveles de nutrientes asociados a las **necesidades de nutrientes**.
- valores de referencia de nutrientes - enfermedades no transmisibles (VRN-ENT) hacen alusión a los VRN basados en los niveles de nutrientes asociados a la **reducción del riesgo de enfermedades no transmisibles relacionadas a la dieta**, excluyendo las enfermedades o trastornos provocados por deficiencias de nutrientes.

Términos y definiciones

4.6 carbohidratos o hidratos de carbono: Son todos los mono, di y polisacáridos (incluidos los polialcoholes) presentes en el alimento que son digeridos, absorbidos y metabolizados por el ser humano.

4.6.1 azúcares: Todos los monosacáridos y disacáridos presentes en un alimento.

4.6.2 fibra dietética: Son polímeros de hidratos de carbono con diez o más unidades monoméricas, que no son hidrolizados por las enzimas endógenas del intestino delgado humano y que pertenecen a las siguientes categorías:

- polímeros de carbohidratos comestibles que se encuentran naturalmente en los alimentos en la forma en que se consumen;
- polímeros de carbohidratos obtenidos de materia prima alimentaria por medios físicos, enzimáticos o químicos, y que se haya demostrado que tienen un efecto fisiológico beneficioso para la salud mediante pruebas científicas generalmente aceptadas aportadas a las autoridades competentes;
- polímeros de carbohidratos sintéticos que se haya demostrado que tienen un efecto fisiológico beneficioso para la salud mediante pruebas científicas generalmente aceptadas aportadas a las autoridades competentes

Términos y definiciones

Mono, polisacáridos ,
disacáridos (sacarosa,
lactosa, etc.)



Polisacáridos (almidones)

Monosacáridos
(fructosa)

Términos y definiciones

4.7 grasas: Sustancias de origen vegetal o animal, insolubles en agua, formadas por triglicéridos y pequeñas cantidades de otros no glicéridos, principalmente fosfolípidos.

4.8 grasas saturadas: Triglicéridos que contienen ácidos grasos sin dobles enlaces.

4.9 grasas monoinsaturadas: Triglicéridos que contienen ácidos grasos con un doble enlace en configuración cis-cis.

4.10 grasas poliinsaturadas: Triglicéridos que contienen ácidos grasos con dos o más dobles enlaces en configuración cis-cis, separados por un grupo metileno.

4.11 ácidos grasos trans: Son todos los isómeros geométricos de ácidos grasos monoinsaturados y poliinsaturados que poseen dobles enlaces carbono-carbono no conjugados, en la configuración trans.

Términos y definiciones

4.12 colesterol: Lípido presente únicamente en los alimentos de origen animal y en la leche materna, principalmente como colesterol libre o como complejo covalente unido a un ácido graso a través de su grupo hidrófilo. Químicamente, el colesterol es un lípido esteroide formado por una molécula de ciclopentanoperhidrofenantreno, constituido por 4 carboxilos condensados o fundidos denominados A, B, C y D que presentan varias sustituciones.

4.13 omega 3: Son los ácidos grasos poliinsaturados en los cuales el primer doble enlace se encuentra en el tercer carbono a partir del grupo metilo (CH₃) del ácido graso. Para fines de esta Norma, se considera como ácidos grasos omega 3: ácido alfa-linolénico (ALA), ácido eicosapentaenoico (EPA) y ácido docosahexaenoico (DHA). EPA y DHA son ácidos grasos poliinsaturados de cadena larga (LC).

4.14 proteínas: Polímeros de aminoácidos o compuestos que contienen polímeros de aminoácidos.

Términos y definiciones

4.15 ración cuantificada: Cantidad de alimento o producto expresado en g, mL o medidas caseras, referido a las recomendaciones nutricionales para el grupo de consumidores, de acuerdo al estado fisiológico, a quien va dirigido el producto.

4.16 porción: Cantidad de alimento o producto que puede servirse por vez para una persona, establecida de acuerdo a hábitos alimentarios o según criterio del fabricante.



5

CONDICIONES GENERALES

INSTITUTO NACIONAL DE CALIDAD

Condiciones Generales

5.1 La declaración de nutrientes debe ser **obligatoria** para todos los alimentos preenvasados respecto de los cuales **se formulen declaraciones de propiedades nutricionales o saludables** tal como se definen en las Directrices para el Uso de Declaraciones de Propiedades Nutricionales y Saludables.

5.2 Excepciones: Se puede exceptuar la declaración de nutrientes en los siguientes casos:

- Cuando el producto no representa mayor significancia nutricional o dietética.
- Cuando las unidades pequeñas en que la superficie más amplia sea inferior a 10 cm²



Declaración de propiedad Nutricional que obliga a llevar tabla nutricional.

REQUISITOS

INSTITUTO NACIONAL DE CALIDAD

Información nutricional/ Valores nutricionales medios	g/100 g	g/500 g	%DV
Valor energético/ energía	157 kJ/ 37 kcal	784 kJ/ 185 kcal	9%
Grasas/lípidos de las cuales, saturadas/dos de los cuales, saturadas	0,6 g	3,0 g	4%
Hidratos de carbono/ de los cuales, azúcares/ de los cuales, proteínas	0,4 g	2,0 g	10%
	4,0 g	20,0 g	8%
	4,0 g	20,0 g	22%
	3,3 g	16,5 g	33%
	0,12 g	0,60 g	10%

(*) = Ingesta de referencia de un adulto
(kcal)/Dosis de referencia para un
(kcal) (DR)

%NRV

Requisitos

- **6.1 Declaración de nutrientes** Será obligatorio declarar la siguiente información:
 - **6.1.1 Valor energético, y**
 - **6.1.2** Las cantidades de **proteínas, carbohidratos disponibles** (es decir carbohidratos con exclusión de la fibra dietética), **grasas, grasas saturadas, sodio y azúcares totales, y**
 - **6.1.3** La cantidad de cualquier otro nutriente acerca del cual se haga una declaración de propiedades, que figure en la etiqueta, y
 - **6.1.4** La cantidad de cualquier otro nutriente que se considere importante para mantener un buen estado nutricional, según lo exija la legislación nacional

Pictograma estándar

Requisitos

- **6.2 Declaración voluntaria de nutrientes**

Cuando se haga una declaración voluntaria de un nutriente específico, además de aquellos especificados en el apartado.

- 6.1 estará sujeto a los requerimientos expresados seguidamente:

- 6.2.1 Cuando se haga una declaración de propiedades con respecto a la cantidad o el tipo de **carbohidratos, deberá incluirse la cantidad total de azúcares**, además de lo prescrito en el apartado 6.1. Podrán indicarse también las cantidades de almidón u otro(s) constituyente(s) de carbohidrato(s).
- Cuando se haga una declaración de propiedades respecto al contenido de **fibra dietética, deberá declararse la cantidad de dicha fibra.**

Requisitos

- 6.2.2 Cuando se haga una declaración de propiedades con respecto a la cantidad o el tipo de ácidos grasos o la cantidad de colesterol, deberán declararse las cantidades de ácidos grasos saturados, ácidos grasos monoinsaturados, ácidos grasos poliinsaturados y colesterol, y la legislación nacional quizá exija declarar la cantidad de ácidos grasos –trans, además de los requisitos establecidos en el apartado 6.1 y de conformidad con lo estipulado en el apartado 6.3.3.9 .

Requisitos

- 6.2.3 Además de la declaración indicada en el apartado 6.1 podrán enumerarse las vitaminas y los minerales con arreglo a los siguientes criterios:
 - a) Deberán declararse solamente las **vitaminas y minerales para los que se han establecido ingestas recomendadas** y/o que sean nutricionalmente importantes según la autoridad nacional competente o por la norma vigente del Codex.
 - b) Cuando se aplique la declaración de nutrientes, **no** deberán declararse las vitaminas y los minerales que se encuentren presentes en **cantidades menores del 5 por ciento del valor de referencia de nutrientes** o de las directrices oficialmente reconocidas de la autoridad competente por 100 g o 100 mL, o por porción indicada en la etiqueta.
 - c) Aquellos valores de **VRN** ausentes en la norma vigente de Codex, serán tomados de la norma vigente de la FDA (Food & Drug Administration) y en su defecto de la norma vigente de la Comunidad Europea.

Requisitos

Información Nutricional		
Tamaño de Porción: 1 Unidad (18 g)		
Porciones por Envase: 24		
Cantidad por Porción	VRN *	por 100 g
Energía 293 kJ (70 kcal)		1628 kJ (389kcal)
Grasa Total 0 g	0%	0 g
Grasa Saturada 0 g	0%	0 g
Acidos Grasos Trans 0 g		0 g
Colesterol 0 mg	0%	0 mg
Sodio 10 mg	1%	55 mg
Carbohidratos 17 g	6%	94 g
Fibra Dietetica 0 g	0%	0 g
Azúcares Totales 12 g		67 g
Proteínas 0 g	0%	0 g
* % en relación a la Dosis Diaria Recomendada de 8370 kJ / 2000 kcal.		
VRN según Codex y FDA.		

Basado en Codex y en su defecto en FDA.

Requisitos

- 6.2.4 Cuando un producto esté sujeto a los requisitos de etiquetado de una norma específica (ejemplo: Norma Regímenes especiales) del Codex, las disposiciones relativas a la declaración de nutrientes establecidas en dicha norma tendrán precedencia sobre las disposiciones de las Subsecciones 6.1 y 6.2.3 de esta NTP, pero no deberán estar en contradicción con ellas.
- 6.2.5 Cuando se haga una declaración específica de propiedades saludables o nutricionales, la declaración de la cantidad de cualquier otro nutriente que se considere importante para mantener un buen estado nutricional, de conformidad con la legislación vigente, debería ser obligatoria.
- La **autoridad competente** puede requerir la **declaración obligatoria** de la cantidad de cualquier otro nutriente que se considere importante para mantener un buen estado nutricional

Pictograma estándar

Requisitos

- 6.3 Cálculo de Nutrientes
- 6.3.1 Cálculo de energía La cantidad de energía que ha de declararse deberá calcularse utilizando los siguientes factores de conversión:

	Contenido en un g
Carbohidratos	4 kcal o 17 kJ
Proteínas	4 kcal o 17 kJ
Grasas	9 kcal o 37 kJ
Alcohol (etanol)	7 kcal o 29 kJ
Acidos orgánicos	3 kcal o 13 kJ

Pictograma estándar

Requisitos

	Contenido en un g
Carbohidratos	4 kcal o 17 kJ
Proteínas	4 kcal o 17 kJ
Grasas	9 kcal o 37 kJ
Alcohol (etanol)	7 kcal o 29 kJ
Acidos orgánicos	3 kcal o 13 kJ

- Ejemplo : Producto con 10 gramos de Carbohidratos y 5 gramos de Grasas.

Energía en kcal: $(10 \times 4) + (5 \times 9) = 85$ kcal

Pictograma estándar

Requisitos

- 6.3.2 Cálculo de proteínas La cantidad de proteínas que ha de indicarse, deberá calcularse utilizando la fórmula siguiente: $\text{Proteínas} = \text{Contenido total de nitrógeno (Kjeldahl)} \times 6,25$ A no ser que se dé un factor diferente en la norma del Codex o en el método de análisis del Codex para un alimento en particular.
- 6.3.3 Presentación del contenido de nutrientes.
 - 6.3.3.1 La declaración del contenido de nutrientes **debe hacerse en forma numérica**. No obstante, no se excluirá el uso adicional de otras formas de presentación.
 - 6.3.3.2 La información sobre el valor energético deberá expresarse en **kcal y/o kJ por 100 g o por 100 mL, o por envase, si éste contiene solo una porción**; o se podrá declarar por ración cuantificada en la etiqueta, o por porción, **si se indica el número de porciones que contiene el envase**

Requisitos

- 6.3.3.3 La información sobre la cantidad de proteínas, carbohidratos y grasas que contienen los alimentos deberá expresarse en g por 100 g o por 100 mL o por envase, si el envase contiene solo una porción; o esta información podrá expresarse por ración cuantificada en la etiqueta, o por porción, si se indica el número de porciones que contiene el envase. La información nutricional adicionalmente puede ser expresada en su forma lista para su consumo (reconstituido, en el caso de productos concentrados).
- 6.3.3.4 La información numérica sobre vitaminas y minerales debe expresarse en unidades del Sistema Internacional de Unidades y/o en porcentaje del valor de referencia de nutrientes (VRN) por 100 g o por 100 mL o por envase, si el envase contiene una sola porción; o esta información puede indicarse referida a la cantidad por ración cuantificada en la etiqueta o por porción, siempre que se declare el número de porciones contenidas en el envase.

Ejemplo

Información Nutricional		
Tamaño de Porción: 4 Unidades (14 g) Porciones por Envase: aprox. 6		
Cantidad por Porción	VRN *	por 100 g
Energía 209 kJ (50 kcal)		1548 kJ (370 kcal)
Grasa Total 0 g	0%	0 g
Grasa Saturada 0 g	0%	0 g
Acidos Grasos Trans 0 g		0 g
Colesterol 0 mg	0%	0 mg
Sodio 0 mg	0%	0 mg
Carbohidratos 13 g	5%	92 g
Fibra Dietetica 0 g	0%	0 g
Azúcares Totales 8 g		55 g
Proteínas < 1 g	1%	5 g
* % en relación a la Dosis Diaria Recomendada de 8370 kJ / 2000 kcal.		
VRN según Codex y FDA.		

Información de la porción ,
incluyendo cantidad de
porciones por envase

Información en 100 gramos

Información en gramos por
porción o gramos por 100
gramos.

Uso de VRN de legislación de
CODEX y en su defecto de FDA

Pictograma estándar

Requisitos

- 6.3.3.5 Además, la información sobre las proteínas y los nutrientes adicionales se puede expresar en porcentajes del valor de referencia de nutrientes (VRN) en los casos en que éstos se hayan determinado (véase Tabla 1).

En el etiquetado, deberán utilizarse los Valores de Referencia de Nutrientes (VRN) indicados en la Tabla 1 .

Los VRN contenidos en la Tabla 1 son aplicables a la población general, entendida como las **personas mayores de 36 meses**. Deberán utilizarse a efectos de etiquetado para ayudar a los consumidores a realizar elecciones que contribuyan a una ingesta dietética total sana.

Comprenden dos tipos de VRN: valores de referencia de nutrientes - necesidades (VRN-N) y valores de referencia de nutrientes - enfermedades no transmisibles (VRNENT)

TABLA 1 - Valores de referencia de nutrientes necesidades (VRN-N)

Nutriente	Unidad Métrica	Valor de Referencia
Proteína	g	50
Grasas Totales**	g	78
Carbohidratos totales**	g	275
Azucares***	g	90
Fibra dietética**	g	28
Vitamina A	µg ER o EAR	800
Vitamina D	µg	5
Vitamina E**	mg	15
Vitamina K	µg	60
Vitamina C	mg	100
Tiamina	mg	1,2
Riboflavina	mg	1,2
Niacina	mg EN	15
Vitamina B ₆	mg	1,3
Vitamina B ₁₂	µg	2,4
Folato	µg EDF	400

Pantotenato	mg	5
Biotina	µg	30
Hierro	mg	22
Calcio	mg	1 000
Magnesio	mg	310
Yodo	µg	150
Zinc	mg	14
Cloro**	mg	2 300
Cobre	µg	900
Cromo**	µg	35
Fósforo	mg	700
Manganeso	mg	3
Molibdeno	µg	45
Potasio	mg	3500
Selenio	µg	60

Los valores se basan en la ingesta energética de referencia de 2000 kcal diarios para adultos y niños de 4 a más años.

(**) 21 CFR 101.9 (c)(9) / 21 CFR 101.9 (c)(8)(IV) US – FDA.

(***) Regulation EU No. 1169/2011 of the EUROPEAN PARLIAMENT AND OF THE COUNCIL.

Factores de conversión para los equivalentes de vitaminas

Vitamina	Equivalentes dietéticos	
Niacina	1 mg equivalentes de niacina (EN)=	1 mg niacina 60 mg triptófano
Folato	1 µg equivalentes dietéticos de folato (EDF)=	1µg folato alimentario 0.6 µg ácido fólico añadido al alimento o como suplemento consumido con el alimento 0.5 µg ácido fólico tomado como suplemento con el estómago vacío.
Vitamina A	1 µg de equivalentes de actividad de retinol (EAR) =	1 µg Retinol 12 µg Beta –Caroteno 24 µg otros carotenoides de provitamina A
	1 µg de equivalentes de retinol (ER) =	1 µg Retinol 6 µg Beta –Caroteno 12 µg otros carotenoides de provitamina A

Requisitos

6.3.3.6 Valores de referencia de nutrientes - enfermedades no transmisibles (NRV-ENT)

Niveles de ingesta que no se deben superar.

Ácidos grasos saturados 20 g

Sodio 2,000 mg

Niveles de ingesta que se deben alcanzar

Potasio 3,500 mg

6.3.3.7 Cuando se indiquen raciones, la información exigida en las subsecciones 6.3.3.2, 6.3.3.3, 6.3.3.4 podrán expresarse solamente por ración cuantificada en la etiqueta o por porción si se indica el número de porciones que contiene el envase.

6.3.3.8 La presencia de **carbohidratos disponibles deberá declararse en la etiqueta como “carbohidratos”**. Cuando se declaren los tipos de carbohidratos, tal declaración deberá seguir inmediatamente a la declaración del contenido total de carbohidratos de la forma siguiente: **“carbohidrato ...g, del cual, azúcares...g”** Podrá seguir: “x”g donde “x” representa el nombre específico de cualquier otro carbohidrato.

Requisitos

6.3.3.9 Cuando se declare la **cantidad y/o el tipo de ácidos grasos, o la cantidad de colesterol**, esta declaración deberá seguir inmediatamente a la declaración del contenido total de grasas, de conformidad con el apartado 6.3.3.3 .

Deberá utilizarse el formato siguiente en cuanto a los componentes y unidades de medida se refiere:

Contenido de Grasa Total				
	Ácidos	grasos	...	g
	saturados			
	Ácidos	grasos	...	g
	trans			
De las cuales	Ácidos	grasos	...	g
	monoinsaturados			
	Ácidos	grasos	...	g
	poliinsaturados			
Colesterol			...	mg

Requisitos

Adicionalmente a esta declaración se podrá incluir, de forma opcional, otros tipos de ácidos grasos insaturados, como por ejemplo:

- Ácido oleico (Omega 9)..... mg
- Ácido alfa-linoléico (Omega 6)..... mg
- Ácido alfa-linolénico (Omega 3)..... mg
- EPA (LC-Omega 3)..... mg
- DHA (LC-Omega 3)..... mg

6.4 Tolerancias y Cumplimientos

- La presente Norma Técnica Peruana establece las tolerancias consideradas aceptables respecto a los valores de los nutrientes declarados en la etiqueta.
- 6.4.1 En caso existan, deberán aplicarse los límites de tolerancia en relación con los problemas de salud pública, la vida útil, la precisión del análisis, el procesamiento de la variabilidad y la responsabilidad inherente y la variabilidad del nutriente en el producto, y según si el nutriente se ha añadido o se encuentra naturalmente en el producto.
- 6.4.2 Los valores utilizados en la declaración de nutrientes deberán ser valores medios ponderados derivados de los datos específicamente obtenidos a partir de **análisis** de los productos que sean representativos del producto que se etiqueta. Se pueden obtener alternativamente por **cálculo de la composición** de ingredientes de la fórmula .

6.4 Tolerancias y Cumplimientos

- 6.4.3 En aquellos casos en que el producto esté sujeto a una norma del Codex, los requisitos para las tolerancias de nutrientes establecidas por la norma específica del producto debe prevalecer sobre estas directrices.
- 6.4.4 Para el cumplimiento de las tolerancias se definen dos clases de nutrientes:
 - a) **Clase I:** Nutrientes **añadidos** a los alimentos.
 - b) **Clase II:** Nutrientes presentes en **forma natural** en el alimento. Si un ingrediente que contiene un nutriente en forma natural se añade a un alimento, la **cantidad total de ese nutriente en el alimento final estará sujeto a la tolerancia de la Clase II**, salvo que también se añada el mismo nutriente al alimento; en cuyo caso estará sujeto a la tolerancia de clase I.

Pictograma estándar

6.4 Tolerancias y Cumplimientos

- 6.4.5 La declaración cuantitativa de nutrientes en el rotulado, en función de la tolerancia, debe cumplir las siguientes condiciones:
 - a) En el caso de vitaminas, minerales, proteínas, fibra dietética en **Clase I**; el contenido de nutrientes del producto final debe ser al menos **igual al valor declarado** en la etiqueta para ese nutriente.
 - a) En el caso de vitaminas, minerales, proteínas, carbohidratos totales, fibra dietética, grasas poliinsaturadas o monoinsaturadas en **Clase II**; debe cumplirse que el contenido de nutrientes del producto sea **al menos igual al 80%** del valor del nutriente declarado en la etiqueta.

6.4 Tolerancias y Cumplimientos

- 6.4.5 La declaración cuantitativa de nutrientes en el rotulado, en función de la tolerancia, debe cumplir las siguientes condiciones:
 - a) Para el caso de calorías, azúcares totales, azúcares añadido (cuando la única fuente de azúcar es añadida), grasa total, grasa saturada, grasa trans, colesterol o sodio; debe considerarse que el alimento final no está correctamente rotulado si el contenido del nutriente en el producto excede por encima del 20% al valor declarado para ese nutriente en la etiqueta.
 - b) Para la determinación de valores de los diferentes nutrientes se recomienda el uso de métodos analíticos aprobados por entidades de reconocimiento internacional o por la entidad nacional competente.

6.4 Tolerancias y Cumplimientos

- 6.4.6 **Excesos razonables** de vitaminas, minerales, proteínas, carbohidratos totales, fibra dietética, otros carbohidratos, grasas poliinsaturadas o monoinsaturadas, y potasio, por encima de las cantidades rotuladas son aceptables dentro de las buenas prácticas de manufactura vigentes.
- **Deficiencias razonables** de calorías, azúcares, grasa total, grasa saturada, colesterol o sodio por debajo de las cantidades rotuladas son aceptables dentro de las buenas prácticas de manufactura vigentes.
- El cumplimiento se basará en el valor especificado para el tamaño de porción establecido en la etiqueta

7

PRINCIPIOS Y CRITERIOS PARA LA LEGIBILIDAD DEL ETIQUETADO NUTRICIONAL

INSTITUTO NACIONAL DE CALIDAD

7. Principios y criterios para la legibilidad del etiquetado nutricional

7.1 Principios generales

En el caso del etiquetado nutricional, sea que se aplique en base voluntaria u obligatoria, deberían aplicarse los principios de las secciones 8.1.1, 8.1.2, 8.1.3 y 8.2 de la Norma General para el Etiquetado de los Alimentos Preenvasados (CODEX STAN 1-1985). ●

7.2 Elementos específicos de la presentación

7.2.1 Estas recomendaciones, relacionadas a elementos específicos de presentación, tienen como intención facilitar y mejorar la legibilidad del etiquetado nutricional.

7. Principios y criterios para la legibilidad del etiquetado nutricional

8.1 Generalidades

- 8.1.1 Las etiquetas que se pongan en los alimentos preenvasados deberán aplicarse de manera que no se separen del envase.
- 8.1.2 Los datos que deben aparecer en la etiqueta, en virtud de esta norma o de cualquier otra norma del Codex deberán indicarse con caracteres claros, bien visibles, indelebles y fáciles de leer por el consumidor en circunstancias normales de compra y uso.
- 8.1.3 Cuando el envase esté cubierto por una envoltura, en ésta deberá figurar toda la información necesaria, o la etiqueta aplicada al envase deberá poder leerse fácilmente a través de la envoltura exterior o no deberá estar oscurecida por ésta.

8.2 Idioma

- 8.2.1 Cuando el idioma en que está redactada la etiqueta original no sea aceptable para el consumidor a que se destina, en vez de poner una nueva etiqueta podrá emplearse una etiqueta complementaria, que contenga la información obligatoria en el idioma requerido.
- 8.2.2 Cuando se aplique una nueva etiqueta o una etiqueta complementaria, la información obligatoria que se facilite deberá reflejar totalmente y con exactitud la información que figura en la etiqueta original.

7. Principios y criterios para la legibilidad del etiquetado nutricional

7.2.2 Formato – El contenido de nutrientes debe ser declarado en un **formato numérico tabular**. Cuando no hay suficiente espacio para un formato tabular, la declaración de nutrientes podría ser presentada en **formato lineal**.

Ejemplo Formato Tabular

Información Nutricional		
Tamaño de Porción: 1 Unidad (18 g) Porciones por Envase: 24		
Cantidad por Porción	VRN *	por 100 g
Energía 293 kJ (70 kcal)		1628 kJ (389kcal)
Grasa Total 0 g	0%	0 g
Grasa Saturada 0 g	0%	0 g
Acidos Grasos Trans 0 g		0 g
Colesterol 0 mg	0%	0 mg
Sodio 10 mg	1%	55 mg
Carbohidratos 17 g	6%	94 g
Fibra Dietetica 0 g	0%	0 g
Azúcares Totales 12 g		67 g
Proteínas 0 g	0%	0 g
* % en relación a la Dosis Diaria Recomendada de 8370 kJ / 2000 kcal.		

Ejemplo Formato Lineal

Información Nutricional Porción: 1 paquete, Cantidad/Porción: Calorías 40, Grasa Total 0g (0% VD), Grasa Sat. 0g (0% VD), Sodio 50mg (2% VD), Total Carb. 8g (3% VD), Azúcares 4g, Proteína 1g, Vitamina A (8% VD), Vitamina C (8% VD), Hierro (2% VD). No es fuente significativa de calorías de grasa, grasa saturada, grasa trans, colesterol, fibra y calcio. Los porcentajes de Valores Diarios están basados en una dieta de 2000 calorías.

8

INFORMACION NUTRICIONAL COMPLEMENTARIA

INSTITUTO NACIONAL DE CALIDAD

8. Información Nutricional Complementaria

8.1 **La información nutricional complementaria** tiene por objeto facilitar la comprensión del consumidor respecto al valor nutritivo de un alimento y ayudarlo a interpretar la declaración sobre el nutriente. Hay varias maneras de presentar dicha información que pueden utilizarse en las etiquetas de los alimentos.

8.2 El uso de información nutricional complementaria en las etiquetas de los alimentos **deberá ser facultativo y no deberá sustituir sino añadirse** a la declaración de los nutrientes, excepto para determinadas poblaciones que tienen un alto índice de analfabetismo y/o conocimientos relativamente escasos sobre nutrición. Para éstas podrán utilizarse símbolos de grupos de alimentos u otras representaciones gráficas o en colores en la declaración de nutrientes.

8. Información Nutricional Complementaria

8.3 La información nutricional complementaria en las etiquetas podría ir acompañada de programas educativos al consumidor para aumentar su capacidad de comprensión, y lograr que se haga mayor uso de la información.



REVISIÓN PERIÓDICA DEL ETIQUETADO NUTRICIONAL

INSTITUTO NACIONAL DE CALIDAD

9. Revisión Periódica de etiquetado nutricional

9.1 El etiquetado nutricional deberá revisarse periódicamente, para mantener actualizada la lista de nutrientes que ha de incluirse en la información sobre la composición y de acuerdo con datos de salud pública en materia de nutrición.

9.2 A medida que aumenten la alfabetización y los conocimientos sobre nutrición de los grupos a que se destina, será necesario revisar la información complementaria orientada a la educación nutricional.



INSTITUTO NACIONAL DE CALIDAD

GRACIAS

Ing. Annie Rubin de Celis
CTN 49 Alimentos envasados. Rotulado

