

Medin, Roxana; Medin, Silvia (abril 2005). Código alimentario argentino : Buenas nuevas para el rotulado de alimentos. En: Encrucijadas, no. 31. Universidad de Buenos Aires. Disponible en el Repositorio Digital Institucional de la Universidad de Buenos Aires: <<http://repositorioubas.sisbi.uba.ar>>

Código Alimentario Argentino

Buenas nuevas para el rotulado de los alimentos

Si bien desde hace décadas existen disposiciones legales en cuanto a la comercialización de alimentos en nuestro país, el consumidor final se ha visto frecuentemente perjudicado por falta de información o confusión en el rotulado de los mismos. Hasta el año pasado se utilizaban palabras tales como "diet" o "light" para identificar productos que no cumplían con los requisitos legales para ser considerados bajos en calorías. Además, mediante la propaganda masiva se intensificó el consumo de este tipo de alimentos como referentes de buena salud, cuando en realidad sólo están destinados a satisfacer necesidades particulares de nutrición y alimentación de determinados grupos poblacionales. Con el objetivo de aclarar estas y otras cuestiones, a partir de 2004 se puso en práctica la actualización del Código Alimentario Argentino, que apunta a proteger la salud de la población y la buena fe en las transacciones comerciales.

Roxana Medin * y Silvina Medin **

*Nutricionista, Periodista científica.

**Tecnóloga industrial de los alimentos, Periodista científica.

Docentes de la cátedra de Bromatología y Tecnología Alimentaria de la Licenciatura en Nutrición, Facultad de Medicina, UBA. Autoras de los libros: Alimentos. Introducción, Técnica y Seguridad (2ª edición, 2003, Ediciones Turísticas) y Hamburguesas. Para tus hijos, ¿sí? (Ediciones Turísticas, 2004).

El Código Alimentario Argentino (C.A.A.) es un conjunto de disposiciones que regulan las condiciones higiénico-sanitarias, las características bromatológicas, las pautas de genuinidad y de identificación comercial. Sirve de marco legal para todos los alimentos y tiene vigencia en el territorio nacional. Dicho Código cuenta con algo más de 1400 artículos, divididos en 20 capítulos que incluyen disposiciones referidas a condiciones generales de las fábricas y comercios de alimentos, su conservación y su tratamiento. Considera los materiales de envasado, las normas para rotulación y la publicidad, estandariza especificaciones sobre los diferentes tipos de alimentos y bebidas, coadyuvantes y aditivos.

El Código Alimentario Argentino fue puesto en vigencia por la ley 18.284 reglamentada por el Decreto 2126/71, que deben cumplir las personas físicas o jurídicas, los establecimientos, y los productos alimenticios. Esta normativa tiene como objetivo primordial proteger la salud de la población y la buena fe en las transacciones comerciales.

En este artículo se darán a conocer las condiciones más relevantes que impone el C.A.A. en el ámbito de rotulación y publicidad a partir de la actualización realizada en el año 2004. El capítulo V del Código, es el que trata de este tema, que ha tomado mucha importancia por el auge del marketing.

Haciendo historia

Hace dos décadas la legislación ya se ocupaba de la salud de los consumidores, especificando reglas de juego claras para la comercialización, sin embargo los rótulos

llevaban, en ocasiones, a confusiones.

En los años ochenta, el código especificaba que: “En los rótulos o anuncios, por cualquier medio (propaganda radial, televisiva, oral o escrita) queda prohibido efectuar indicaciones que se refieran a propiedades medicinales, terapéuticas o aconsejar su consumo por razones de estímulo, bienestar o salud”.

Sin embargo, existen ejemplos a lo largo de estos años donde hay un claro incumplimiento de la legislación por parte de las empresas.

Diez años después, la industria de alimentos comenzó a valorar la ausencia del colesterol en los alimentos de origen vegetal y el C.A.A. se ocupó de regular este “beneficio” y reglamentó que se debería incluir la leyenda “este producto, al igual que todos los de origen vegetal, no contiene colesterol”, con el propósito de evitar engaños.

El rotulado de un alimento es como la carta de presentación frente al consumidor. A través de él, el individuo tendría que poder indagar acerca del producto que desea adquirir y evaluar si cumple con las expectativas iniciales. Por esta razón, un rotulado correcto beneficia al consumidor y a la industria, aunque esta última no siempre lo considera así.

La explosión de lo “light” en los años 80 confundió a profesionales distraídos, empresarios y consumidores desesperados, y mezclaron la legislación clara con lo que se quería entender de ésta. A tal punto que todo envase verde fue símbolo de un alimento bajo en calorías y aún más, sinónimo de saludable.

En esos tiempos la legislación ya era muy específica, como se puede ver en el capítulo XVII, donde se definen: “Los alimentos dietéticos o para regímenes como los alimentos envasados preparados especialmente que se diferencian de los alimentos ya definidos por el presente Código por su composición y/o por sus modificaciones físicas, químicas, biológicas o de otra índole resultantes de su proceso de fabricación o de la adición, sustracción o sustitución de determinadas sustancias componentes, están destinados a satisfacer necesidades particulares de nutrición y alimentación de determinados grupos poblacionales”.

Además ya imponía las cantidades de edulcorantes que pueden ser utilizados, expresados en ingesta diaria admisible (IDA), que significa los mg de ese aditivo que pueden ser consumidos por kilo de peso corporal.

Actualmente, el consumo de alimentos con edulcorantes se encuentra tan difundido que en muchos casos niños y personas delgadas superan la ingesta diaria que impone el C.A.A. La declaración en el rótulo de la cantidad de edulcorante que contiene el alimento no alcanza, porque el cálculo de la sumatoria del consumo corre por cuenta del consumidor o profesional, y la cantidad de alimentos con edulcorantes artificiales es tan grande que se tiende a perder el control. El agregado de edulcorantes se justifica “en alimentos para satisfacer necesidades alimentarias de personas que presentan estados fisiológicos particulares” como bien aclara el código y no debería ser de consumo masivo.

En este caso la legislación existe, la interpretación es preocupante.

Los rótulos alimentarios, hoy

El C.A.A. vuelve a ocuparse del rotulado de los alimentos, disponiendo nuevas normas que acompañan la evolución que fueron teniendo los alimentos y los mecanismos de venta en esta última década.

Al comienzo del año en curso se hizo conocer la resolución conjunta 40/2004 SPRRS (Secretaría de Políticas, Regulación y Relaciones Sanitarias) y 298/2004 SAGPyA (Secretaría de Agricultura, Ganadería, Pesca y Alimentos). A partir del 12/5/2004 se otorga un plazo de 90 (noventa) días corridos para el agotamiento del stock de rótulos de los productos alimenticios acondicionados para la venta que no se adecuan a lo establecido en la presente Resolución Conjunta.

Ahora forma parte de C.A.A. en el Capítulo V, art. 235 quinto. Dice: "En los rótulos o anuncios de los alimentos y en todo mensaje (incluyendo marcas comerciales), que bajo cualquier forma de transmisión (oral o escrita, radial, televisiva, entre otras) sugiera o implique propiedades relacionadas con el contenido de nutrientes y/o valor energético, y/o proceso de elaboración, se permitirá la información nutricional complementaria (Declaración de propiedades nutricionales 'CLAIMS') relacionada al contenido de nutrientes y/o valor energético de acuerdo con las condiciones establecidas en el presente artículo".

"Estas condiciones se aplicarán sin perjuicio de lo establecido en las normas generales para la rotulación de alimentos y en las disposiciones especiales que figuran en el Capítulo XVII de este Código" (alimentos dietéticos).

A la Información Nutricional Complementaria se la define así: "Es cualquier expresión y/o representación que afirme, sugiera o implique que un alimento posee propiedades nutricionales particulares, específicamente pero no sólo en relación a su valor energético y su contenido de proteínas, grasas, carbohidratos y fibra alimentaria, así como también su contenido de vitaminas y minerales".

Impone también los criterios para la utilización de la información nutricional complementaria y explica: "La declaración de la información Nutricional Complementaria será de carácter opcional para todos los alimentos, siendo obligatorio el cumplimiento de estas normas cuando la misma fuera utilizada".

"La Información Nutricional Complementaria debe calcularse y expresarse en base a 100 g ó 100 ml del alimento listo para el consumo, preparado, cuando fuera el caso, de acuerdo con las instrucciones del rotulado."

No se podrá expresar sólo en relación con la porción, porque induce al engaño. Además, esta norma ya está vigente, desde el año '90, en el capítulo XVII. Pero no se ha respetado en un centenar de productos.

"No se permite el uso de Información Nutricional Complementaria que pueda llevar a interpretación errónea o engaño al consumidor." Exaltando las propiedades extraordinarias del producto como única fuente de nutrientes posibles de ese grupo de alimentos. Por lo que: "Cuando la Información Nutricional Complementaria estuviera basada en propiedades inherentes al alimento, debe declararse claramente y visible aduciendo que todos los alimentos de ese tipo también poseen esa propiedad".

La utilización de la Información Nutricional Complementaria Comparativa debe obedecer a las siguientes premisas: “Los alimentos a ser comparados deben ser diferentes versiones de un mismo alimento o alimento similar. Los alimentos a ser comparados deben ser claramente identificados”.

“La diferencia en el atributo objeto de la comparación (valor energético y/o contenido de nutrientes) debe estar expresada cuantitativamente en el rótulo. Esta información podrá estar contenida en la Información Nutricional Complementaria o en un lugar próximo a ella o en la denominación de venta.”

“La identidad del/de los alimento/s que se comparan debe ser definida. Los alimentos deben ser descriptos de manera tal que puedan ser claramente identificados por el consumidor.”

“La comparación se establecerá tomando como referencia: un producto similar del mismo fabricante o el valor medio del contenido de tres productos similares conocidos o provenientes de una base de datos.”

Queda claro que resulta engañosa la comparación entre alimentos de diferentes grupos, fuente de distintos principios nutritivos, aunque contengan el mismo valor calórico, en igual volumen. Por ejemplo entre una fruta y un alimento lácteo.

En este artículo se estandarizaron los términos a ser utilizados para la declaración relacionados con el contenido de nutrientes y/o valor energético.

Para reflexionar

En materia de rótulos, en la Argentina queda mucho por hacer, no tal vez desde el punto normativo sino desde su control.

Algunos rótulos no están realizados por profesionales competentes, la información, a veces, posee errores importantes, como por ejemplo en una harina de soja declarar que no tiene calorías aportadas por éstas y más adelante aparece la contradicción que cubre con el 14% de calorías aportadas por las grasas. Asimismo declara no poseer ácidos grasos saturados, cuando la soja en la fase grasa, además de poseer un alto porcentaje de ácido linoleico y ácido linolénico, posee ácido palmítico y ácido esteárico, éstos dos últimos ácidos grasos saturados, lo que no quiere decir que tengan alguna contraindicación para su consumo, todo lo contrario, dentro de una dieta equilibrada resultan indispensables.

La propia legislación propone que los alimentos donde se modifica, elimina o fortifica un determinado nutriente es sólo para determinados grupos poblacionales biológicos o estados fisiológicos determinados.

Por lo que la consigna que llega al consumidor a través de los rótulos, publicidad y divulgación científica debe ser clara. Las “dietas” no son sólo bajas calorías, ningún componente natural de los alimentos –llámese proteínas, grasas o aceites, hidratos de carbono o azúcares o fibras– puede dañar la salud de un consumidor sano. Tampoco se pueden convertir en ingredientes que aporten beneficios mágicos. El punto principal es el equilibrio nutricional, y eliminar o adicionar algunos de ellos por períodos prolongados puede ser perjudicial para la salud.

Es importante tener en cuenta que las problemáticas nutricionales son genuinas de cada región. No se debe importar tendencias, deben gestionarse las soluciones a las necesidades particulares de cada territorio.

Hoy la legislación evolucionó favorablemente acorde con las necesidades de la población, es responsabilidad del gobierno controlar, de las industrias adecuarse y de los profesionales mantener el espíritu crítico y difundir correctamente la ciencia.

TERMINOS PARA LA DECLARACION RELACIONADOS CON EL CONTENIDO DE NUTRIENTES Y/O VALOR ENERGÉTICO		
Atributo	Contenido absoluto de nutrientes y/o valor energético	Términos equivalentes en inglés
Bajo	Leve, Ligero, Pobre, Bajo, Bajo contenido	Light, Lite, Low
Muy bajo	Muy bajo	Very low
No contiene	Libre, Sin, Cero, Exento, No contiene	Free, No, Without, Zero
Sin agregado	Sin agregado, Sin adición,	No added
Alto contenido	Alto contenido, Rico, Alto tenor	High, Rich
Fuente	Fuente	Source
Como se puede observar, la palabra "Diet" queda fuera del marco legal.		
Atributo	Contenido comparativo de nutrientes y/o valor energético	Términos equivalentes en inglés
Reducido	Reducido, Leve, Liviano, Menos que	Light, Lite, Reduced, Less than
Aumentado	Aumentado, Más que	Increased, More than
<p>"La comparación para los atributos reducido o aumentado en el contenido del valor energético o en el contenido de algún nutriente se considera aceptable cuando contengan una diferencia relativa del 25%, en más o en menos."</p> <p>En el caso de vitaminas y minerales: "Solo podrán ser objeto de Información Nutricional Complementaria aquellos para los que se ha establecido la IDR (ingesta diaria recomendada) o DDR (dosis diaria recomendada) en el presente Código". "Para los micronutrientes se aceptará una relación mínima del 10% de la IDR o DDR."</p> <p>Para considerar un alimento fuente de proteínas, debe aportar un mínimo del 10% de la IDR de referencia en sólidos y un mínimo de 5% del IDR en líquidos y se entiende como alto contenido en proteínas cuando tiene un mínimo de 20% del IDR de referencia para 100 g y el 10% para cada 100 ml.</p>		

CONDICIONES PARA DECLARACIONES RELACIONADAS CON EL CONTENIDO DE CARBOHIDRATOS, GRASAS Y/O VALOR ENERGÉTICO					
Atributo	Valor energético	Carbohidratos	Grasas totales	Grasas saturadas (Se incluyen los ácidos grasos trans)	Colesterol
Bajo	Máx. 40 Kcal/100 g Máx. 20 Kcal/100 ml	Máx. 5g/100 g Máx. 2,5g /100 ml	Máx. 3g/100g Máx. 1,5g/100 ml	Máx. 1,5 g/100g Máx. 0,75 g/100 ml	Máx. 20 mg/100 g Máx. 10 mg /100 ml
No contiene	Máx. 4 Kcal/100 g o ml	Máx 0,5g/100 g o ml	Máx 0,5 g/100 g o ml	Máx 0,1 g/100 g o ml	Máx 5 mg/100 g o ml
Reducido Contenido comparativo	Minima 25% del VCT y diferencia mayor que 40 Kcal/100g 20 Kcal/100 ml	Minima 25% y diferencia mayor que 5g /100g 2,5/100 ml	Minima 25% y diferencia mayor de 3g/100g 1,5g/100ml	Minima del 25% y diferencia mayor de 1,5 g/100g 0,75 g/100 ml	Minima del 25% y diferencia mayor de 20 mg/100 g 10 mg /100 ml
Aumentado Contenido comparativo	Minima 25% del VCT y diferencia mayor que 40 Kcal/100g 20 Kcal/100 ml	Minima 25% y diferencia mayor que 5g /100g 2,5/100 ml	-----	-----	-----
<p>Todos los valores son en el alimento listo para consumir.</p> <p>En todos los casos en que un alimento cumpla con el requerimiento de bajo en algún nutriente pero no sea bajo en calorías debe declararlo con la siguiente frase: "No es un alimento reducido o bajo en calorías/energía".</p> <p>En los alimentos bajos en grasas saturadas y en colesterol se debe aclarar que "la energía aportada por grasa saturada no debe ser mayor a 10% del valor energético total".</p>					

CONDICIONES PARA LA DECLARACIÓN RELACIONADAS CON EL CONTENIDO DE AZÚCARES Y SODIO

	Azúcares	Sodio
Atributo	Condiciones en el producto listo para el consumo	
Bajo	Máximo de 5 g/100g Máximo de 2,5g/100ml	Máximo 120mg/100 g o ml
Muy bajo	----- -----	Máximo 40 mg/100 g o ml
No contiene		
Sin adición	Máximo 0,5 g/100 g o ml No se adicionan azúcares durante producción o envasado, no contiene jugo de frutas ni ingredientes a los cuales se les haya agregado azúcares. Si el alimento no cumple con la condición de exento, deberá consignarse en el rótulo "No es un alimento libre de azúcares".	Máximo 5 mg/ 100g o ml El término "sal" se refiere al donuro de sodio y no es sinónimo de sodio. a) No se agrega sal durante la elaboración; b) El alimento utilizado como referencia es normalmente elaborado con sal;c) El contenido de sodio del alimento cumple con la condición de exento; yd) Si el contenido de sodio del alimento cumple con la condición de muy bajo o bajo en sodio se deberá consignar en el rótulo: "No es un alimento libre de sodio".
Reducido	Reducción mínima 25% de azúcares y diferencia mayor que 5g de azúcares /100g ó 2,5 g de azúcares /100 ml.	Reducción mínima 25% de sodio y diferencia mayor que 120 mg/100 g o ml.
Aumentado	Aumento mínimo 25% de azúcares y diferencia mayor que 5g de azúcares /100g ó 2,5 g de azúcares /100 ml..	----- -----

Si los alimentos reducidos en carbohidratos no lo son en energía en el porcentaje exigido deberá aclararse en el rótulo: "Este alimento no es reducido en calorías/energía".