

## NUEVO ETIQUETADO NUTRIMENTAL DE ALIMENTOS EN MÉXICO: REVISIÓN Y MODIFICACIONES A LA NORMA

Julián Vallejo-Gómez\*; Alfonsina Núñez-Hernández

Licenciatura en Ciencia de los Alimentos, Departamento de Salud Pública, CUCBA, Universidad de Guadalajara. Camino Ramón Padilla Sánchez N°2100. Nextipac, Zapopan, Jalisco, C.P. 45200. \*Correo-e: [julian.vallejo@alumnos.udg.mx](mailto:julian.vallejo@alumnos.udg.mx)

Recibido: 10/oct/2020 Aceptado: 25/nov/2020

### Resumen

*El nuevo etiquetado pretende concientizar a la población mexicana sobre el consumo de alimentos y bebidas preenvasadas, promover la educación sobre la lectura de las etiquetas y con ello, facilitar la elección de los consumidores hacia alimentos más saludables, es una herramienta para la toma de decisiones más informada, pero no es una solución al problema de la obesidad en México.*

**Palabras clave:** *Etiquetado frontal, composición de alimentos, información al consumidor.*

## NEW NUTRIMENTAL LABELING OF FOODS IN MEXICO: REVIEW AND MODIFICATIONS TO THE STANDARD

### Abstract

*The new labeling aims to raise awareness among the Mexican population about the consumption of prepackaged foods and beverages, promote education on reading labels and thereby facilitate the choice of consumers towards healthier foods, it is a tool for decision making more informed, but it is not a solution to the problem of obesity in Mexico.*

**Keywords:** *Front labeling, food composition, consumer information.*

### Introducción

El etiquetado de alimentos es una herramienta que permite transmitir información al consumidor sobre los ingredientes, la calidad y el valor nutrimental que un alimento pre envasado tiene. La etiqueta se integra de dos elementos principales: la declaración de nutrientes, especificando la cantidad energética de proteína, grasas, carbohidratos, y proporciona información nutricional complementaria al consumidor (tamaño de la porción

y lista de ingredientes) con el fin de mejorar la comprensión e interpretación de los productos que compra (Martínez, 2018).

Existen tres sistemas de etiquetado frontal utilizados generalmente a nivel mundial: sistema de nutrimentos específicos, donde se presenta la cantidad o porcentaje (desde bajo a alto) de nutrientes como en las Guías Diarias de Alimentación (GDA); sistemas de resumen, en este tipo de sistema se utiliza un símbolo, icono o puntaje donde se evalúa de manera global

el contenido nutrimental de un producto; y sistemas de información por grupos de alimentos donde se indica el contenido de un ingrediente y utiliza un símbolo. Las GDA se basan en un sistema que propuso la industria de alimentos en Europa y definen la cantidad de energía (Kcal) y el máximo de grasas, grasas saturadas, sodio y azúcares, referenciados al porcentaje que estos nutrientes representan en las necesidades diarias de una dieta promedio de 2000 Kcal (Tolentino, M.L., Rincón, G.S., Bahena, E.L., Ríos, V., y Barquera, 2018; Stern, Tolentino y Barquera, 2011).

La Food and Agriculture Organization (FAO, 2018), menciona la importancia de la información nutrimental de los alimentos como una fuente para que los consumidores lean y presten atención sobre el valor de nutrientes que ofrece cada producto, por lo cual deben ser declarados en los productos.

En México, en 2010 el gobierno federal implementó el Acuerdo Nacional para la Salud Alimentaria (ANSA), una estrategia de salud para prevenir los problemas de sobrepeso y obesidad a través de diversas medidas como mejorar la disponibilidad de alimentos y bebidas en los planteles de educación básica, acceso a agua potable, regulación de la publicidad y nuevos etiquetados (Córdova, 2010). En 2013, se adoptó la Estrategia Nacional para la Prevención y el Control del Sobrepeso, la Obesidad y la Diabetes que permitió que dos años después entrará en vigor la medida regulatoria para colocar en los alimentos envasados las GDA (Secretaría de Salud [SS], 2013).

En 2019, se presentó en la Cámara de Diputados la iniciativa para modificar la Ley General de Salud en materia de etiquetado frontal de advertencia de alimentos y bebidas no alcohólicas, el cual advertirá a los consumidores sobre el

contenido que exceda los niveles máximos de contenido energético, azúcares añadidos, grasas saturadas, grasas trans, sodio y los nutrientes críticos, esta fue aprobada posteriormente por el Senado de la República y publicada en el Diario Oficial de la Federación en noviembre del mismo año (Fernández, 2019).

### Etiquetado frontal

Palacios y Vivas (2018), refieren que en América Latina la población adquiere cada vez más productos ultra procesados en pequeños establecimientos y tiendas de conveniencia, motivo por el cual realizaron un estudio en Bogotá, Colombia, con el objetivo de conocer la relación entre el etiquetado nutrimental y el proceso de compra de los consumidores. Los resultados mostraron que un alto porcentaje de personas adquiere sus productos por los componentes de este, sin embargo, la mayoría mencionó que es confusa la información nutricional presentada en la etiqueta y que no es fácil entenderla.

En Estados Unidos, Graham, Lucas, Mueller, Jaeb, y Harnack (2016), evaluaron si padres e hijos eligen productos más saludables en función del etiquetado nutrimental, comparando productos con etiquetado frontal con aquellos que no lo presentan. Los resultados mostraron que el etiquetado frontal no conduce a elecciones de alimentos más saludables.

En México, se han realizado varios estudios al respecto. Tolentino et al., (2018), documentaron el conocimiento y uso de la información de las diferentes etiquetas colocadas en los productos preenvasados. Los resultados demostraron que el 59,5 % no lee el etiquetado ni conoce la cantidad de calorías que debe consumir acorde a su edad y peso mientras que solo el 17,5 % si lee la etiqueta y conoce la

cantidad de calorías que debe de consumir. En cuanto a los tres tipos de etiquetados que las personas refieren leer, la tabla nutrimental fue la más leída con el 71,6 %, las GDA con el 55,9 % y el 26 % la lista de ingredientes. El etiquetado más utilizado para la elección de alimentos y bebidas industrializados fue la tabla nutrimental con 41,5 % y el de menor uso el sello nutrimental con 4,3 %.

Hernández et al., (2019), evaluaron la comprensión objetiva de cinco tipos de etiquetados frontales de paquetes (EFP) (Sistema de Clasificación de Estrellas de Salud, Semáforo Múltiple, Nutri-Score, Ingestas de Referencia y Símbolo de Advertencia). Las etiquetas Semáforo Múltiple y Nutri-Score fueron más fáciles de comprender y el Símbolo de Advertencia, Sistema de Clasificación de Estrellas de Salud e Ingestas de Referencia fueron las que menor comprensión tuvieron.

Por su parte, Vargas, Jáuregui, Pacheco, Contreras, y Barquera (2019), realizaron un estudio con consumidores mexicanos de bajos y medios ingresos con el fin de explorar la comprensión subjetiva de diferentes sistemas de etiquetado frontal (GDA) en México y en otros países. Se evaluaron las GDA de México, el semáforo múltiple de Ecuador, el etiquetado de advertencia de Chile (en negro y en rojo), el etiquetado de nutrición de 5 colores (5-CNL) de Francia, el Índice de Estrellas Saludables de Australia y la etiqueta de elección saludable de Estado Unidos. Los resultados confirmaron que, si bien, gran parte de la población conoce el sistema de etiquetado GDA, rara vez lo utiliza al momento de elegir sus productos porque es muy complicado interpretarlo. Los etiquetados Índice de Estrellas Saludables, las etiquetas de advertencia y el semáforo múltiple fueron mejor comprendidos, pero sólo las etiquetas de advertencia fueron

capaces de alertar a los consumidores sobre el contenido de nutrientes críticos en los productos, los cuales podrían representar un riesgo para la salud.

De igual forma, la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición 2018-19 (SS/INSP/INEGI, 2020) reportó que el 55,9 % de la población a nivel nacional lee el etiquetado nutrimental de los alimentos que compra. Con respecto, a la comprensión de la información nutrimental de la etiqueta frontal (GDA), el 42,2 % respondió que es algo comprensible y el 6,9 % que es nada comprensible. La frecuencia con la que los mexicanos utilizan la etiqueta nutrimental para saber si un producto es más saludable que otro es muy bajo, sólo 6 % respondió que siempre y el 45,1 % respondieron que nunca.

En este sentido, la Organización Panamericana de la Salud [OPS], recomendó a México implementar políticas públicas que mejoren el etiquetado de alimentos y bebidas, con el fin de que la población mexicana desde la niñez opte por una educación de lectura de las etiquetas de los alimentos procesados que consumen diariamente y con ello, tratar de reducir el consumo de estos alimentos con alto contenido calórico, de azúcares, grasas saturadas, grasas trans y sodio (OPS, 2019).

Debido a lo mencionado anteriormente, el 27 de marzo del 2020 se realizó la modificación a la Norma Oficial Mexicana NOM-051-SCFI/SSA1-2010 (SE, 2020) sobre el etiquetado de alimentos y bebidas no alcohólicas preenvasados y entró en vigor el 01 de octubre de 2020. Con esta nueva disposición todos los alimentos y bebidas deben incluir el nuevo sistema de etiquetado frontal, el cual consta de cinco octágonos (Figura 1), que se agregarán cuando un producto tenga exceso de calorías, sodio, grasas trans, azúcares y

grasas saturadas por cada 100 g o 100 mL reportados en el producto (Cuadro 1).

Si los productos son dirigidos a niños, estos no deberán tener imágenes de personajes, dibujos o imágenes alusivas en el envase/embalaje y si en su composición contiene edulcorantes se deberá agregar “no recomendable en niños” y si contiene cafeína la leyenda “evitar en niños”. También se debe declarar en el contenido

de ingredientes, aquellos componentes que puedan generar intolerancia o alergia en el consumidor (SE, 2020).

En el caso de los productos cuya superficie principal de exhibición sea  $\leq 40$  cm<sup>2</sup> sólo deben incluir un sello con el número que corresponda a la cantidad de nutrimentos que cumplen con el perfil establecido.



Figura 1. Octágonos según corresponda a la composición de cada alimento y bebida envasada (SE, 2020)

Cuadro 1. Perfiles nutrimentales para la declaración nutrimental complementaria

Alimento/bebida	Energía	Azúcares	Grasas saturadas	Grasas trans	Sodio
Sólidos en 100 g de producto y	$\geq$ a 275 kcal totales	$\geq$ 10 % del total de energía proveniente de azúcares libres	$\geq$ 10 % del total de energía proveniente de grasas saturadas	$\geq$ 1 % del total de energía proveniente de grasas trans	$\geq$ 1 mg de sodio por kcal o $\geq$ 300 mg
Líquidos en 100 mL de producto	$\geq$ 70 kcal totales $\geq$ a 8 kcal de azúcares libres				Bebidas sin calorías: $\geq$ 45 mg de sodio
Leyenda a usar	Exceso en calorías	Exceso en azúcares	Exceso en grasas saturadas	Exceso en grasas trans	Exceso en sodio

NOM-051-SCFI/SSA1-2010

## Comentarios

El nuevo etiquetado pretende concientizar a la población mexicana sobre el consumo de alimentos y bebidas pre-ensadas, promover la educación sobre la lectura de las etiquetas y con ello, facilitar la elección de los consumidores hacia alimentos más saludables. El nuevo etiquetado es una herramienta para la toma de decisiones más informada, pero no es una solución al problema de la obesidad en México.

## Referencias

- Córdova, V.J. Á. (2010). El Acuerdo Nacional para la Salud Alimentaria como una estrategia contra el sobrepeso y la obesidad. *Cir Cir*. 78(2):105-107. Recuperado de <https://www.medigraphic.com/pdfs/circir/cc-2010/cc102a.pdf>
- Fernández, B.M. (2019). Gaceta del Senado. Senado de la Republica. Recuperado de [https://www.senado.gob.mx/64/gaceta\\_del\\_senado/documento/101271](https://www.senado.gob.mx/64/gaceta_del_senado/documento/101271)
- Food and Agriculture Organization [FAO]. (2018). Nutrición y etiquetado. Recuperado de <http://www.fao.org/fao-who-codexalimentarius/themes/nutrition-labelling/es/>
- Graham, D. J., Lucas, R. G., Mueller, M. P., Jaeb, M., y Harnack, L. (2016). Impact of explained v. unexplained front-of-package nutrition labels on parent and child food choices: a randomized trial. *Public Health Nutrition*. 20(5), 774–785.
- Hernández, N.L.G., Egnell, M., Aguilar, S.C.A., Córdova, V.J.A., Barriguete, M.J.A., Pettigrew, S., Herberg, S., Julia, Ch. y Galán, P. (2019). Impacto de diferentes etiquetados frontales de alimentos según su calidad nutricional: estudio comparativo en México. *Salud Pública Mex*. 61. 609-618. Recuperado de <https://scielosp.org/pdf/spm/2019.v61n5/609-618/es>
- Martínez, A. (2018). La lectura de etiquetas de información nutrimental. *Revista Mexicana de Pediatría*. 85(5) 157-161. <https://www.medigraphic.com/pdfs/pediat/sp-2018/sp185a.pdf>
- Organización Panamericana de la Salud [OPS]. (2019). Etiquetado frontal: un tema de protección a la salud de la niñez. Recuperado de <https://www.paho.org/mex/index.php?option=comcontent&view=article&id=1454:etiquetado-frontal-un-tema-de-proteccion-a-la-salud-de-la-ninez&Itemid=499>
- Palacios, L.V. y Vivas, M.F. (2018). Influencia del etiquetado nutricional de los alimentos en la decisión de compra del consumidor en Bogotá. Tesis de grado para la obtención de pregrado de Administración de Empresas. Colegio de Estudios Superiores de Administración. Recuperado de <https://repository.cesa.edu.co/bitstream/handle/10726/2096/TG00930.pdf?sequence=2>
- Secretaría de Economía [SE]. (2020). Modificación a la Norma Oficial Mexicana NOM-051-SCFI/SSA1-2010. Especificaciones generales de etiquetado para alimentos y bebidas no alcohólicas preenvasados- Información comercial y sanitaria. Recuperado de [https://www.dof.gob.mx/2020/SEECO/NOM\\_051.pdf](https://www.dof.gob.mx/2020/SEECO/NOM_051.pdf)
- Secretaría de Salud [SS]. (2013). Estrategia Nacional para la Prevención y el Control del Sobrepeso, la Obesidad y la Diabetes. Recuperado de <http://www.cenaprece.salud.gob.mx/descargas/pdf/EstrategiaNacionalSobrepeso.pdf>
- Secretaría de Salud/Instituto Nacional de Salud Pública/Instituto Nacional de Estadística y Geografía [SS/INSP/INEGI]. 2020. Encuesta Nacional de Salud y Nutrición 2018-19, ENSANUT. Recuperado de [https://ensanut.insp.mx/encuestas/ensanut2018/doctos/informes/ensanut\\_2018\\_informe\\_final.pdf](https://ensanut.insp.mx/encuestas/ensanut2018/doctos/informes/ensanut_2018_informe_final.pdf)
- Stern, D., Tolentino, L., Barquera, S. (2011). Revisión del etiquetado frontal: análisis de las Guías Diarias de Alimentación (GDA) y su comprensión por estudiantes de nutrición en México. *Instituto Nacional de Salud Pública*
- Tolentino, M.L., Rincón, G.S., Bahena, E.L., Ríos, V., y Barquera, S. (2018). Conocimiento y uso del etiquetado nutrimental de alimentos y bebidas industrializados en México. *Salud Pública de México*, 60(3), 328-337. <https://doi.org/10.21149/8825>
- Vargas, M.J., Jáuregui, A., Pacheco, M.S., Contreras, M.A. y Barquera, S. (2019). Front-of-pack nutritional labels: Understanding by low- and middle-income Mexican consumers. *PLOS ONE* 14 (11): 1-16. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0225268>