



madrid
salud

SALUD PÚBLICA

Guía profesional

Alergias: consideraciones al etiquetar alimentos envasados



**Comunidad
de Madrid**



MADRID

Edita:

Dirección General de Ordenación e Inspección
Consejería de Sanidad

Comunidad de Madrid

Elaboración:

- Alberto J. González Vázquez (Departamento de Seguridad Alimentaria. Servicio de Coordinación. Madrid Salud. Ayuntamiento de Madrid)
- Patricia del Amo Velasco (Departamento de Seguridad Alimentaria. Servicio de Coordinación. Madrid Salud. Ayuntamiento de Madrid)
- Natalia Álvarez Ruiz (Subdirección General de Higiene y Seguridad Alimentaria. D. G. Ordenación e Inspección. Consejería de Sanidad de la Comunidad de Madrid).

Maquetación:

- Juan Pedro Gallardo Méndez (Unidad Técnica de Comunicación. Madrid Salud. Ayuntamiento de Madrid)

Coordinación:

- Subdirección General de Salud Pública. Madrid Salud. Ayuntamiento de Madrid
- Subdirección General de Higiene y Seguridad Alimentaria. D. G. Ordenación e Inspección. Consejería de Sanidad de la Comunidad de Madrid

ÍNDICE

Introducción	1
Alergias alimentarias	2
Cómo etiquetar los alérgenos	4
Contaminaciones cruzadas	7
Cómo evitar las contaminaciones cruzadas de alérgenos.....	8
Etiquetado “sin”, “libre de”	11
Más información	12

Introducción

¿A quién se dirige esta información?

Está destinada a empresas alimentarias que elaboran y venden alimentos envasados al consumidor final y a las colectividades, incluyendo aquellos productos envasados por el comercio minorista para la venta en establecimientos de su propiedad. Esta guía orienta sobre el etiquetado de los alimentos envasados cuando estos contengan ingredientes que produzcan alergias. Para los productos que se venden sin envasar y los envasados en el momento de la compra a petición del consumidor, consultar la guía “información sobre alérgenos en alimentos sin envasar”

¿Qué significa “alimento envasado”?

“Envasado” se refiere a cualquier alimento que se incluye en un envase antes de ponerlo a la venta, y que cumple las siguientes condiciones:

- el alimento está parcial o totalmente cubierto por el envase

pero de forma que no pueda modificarse el contenido sin abrir o cambiar el envase

- el producto está listo para la venta al consumidor final o a colectividades

No se incluyen aquellos productos envasados en el momento de la venta a petición del comprador.

Etiquetado de alimentos, alergias y normativa

Según el Reglamento 1169/2011 de información al consumidor es obligatorio declarar los alérgenos alimentarios utilizados como ingredientes o coadyuvantes alimentarios.

La legislación no permite comercializar alimentos si se considera que son un riesgo para la salud (artículo 14 del Reglamento CE 178/2002). Para prevenir que los ciudadanos consuman accidentalmente alimentos que puedan provocarles enfermedades es fundamental la información que aparece en su etiquetado.

Alergias alimentarias

Algunas personas son alérgicas a ciertos alimentos; ingerirlos puede causarles enfermedades e incluso la muerte. Actualmente no hay un tratamiento efectivo para las alergias alimentarias y la única forma de controlarlas es evitando el consumo del alimento que las origina.

Alérgenos

Los alérgenos son sustancias presentes en los alimentos que, en personas sensibles, pueden provocar reacciones alérgicas.

La reacción alérgica puede producirse por la presencia de una cantidad muy pequeña del ingrediente al que es sensible una persona. Por ejemplo, un fragmento de cacahuete o sólo un par de semillas de sésamo.

Los síntomas de la reacción alérgica incluyen malestar digestivo, sarpullidos, picor en piel o boca, inflamación de garganta y dificultades respiratorias.

Se estima que entre un 5 y un 7% de niños menores de tres años y alrededor de 1,5% de la población general sufren alergia a algún alimento.

¿Qué alimentos pueden provocar alergias alimentarias?

Aunque hay un amplio número de alimentos e ingredientes que pueden causar alergias alimentarias, la normativa recoge los que se deben tener en cuenta al etiquetar productos.



El reglamento de información al consumidor modifica la forma de indicar los alérgenos en los alimentos envasados respecto a la normativa anterior. Este reglamento es aplicable desde el 13 de diciembre de 2014 y se complementa con el Real Decreto 126/2015, que ha entrado en vigor el 5 de marzo de 2015. El Real Decreto establece los requisitos de información al consumidor para los alimentos envasados por el comercio minorista para la venta en los establecimientos de su propiedad.

Según el anexo II del reglamento, hay 14 alérgenos principales que deberán ser destacados en la lista de ingredientes.

Estos alérgenos son:

- altramuces
- apio
- cacahuetes
- cereales que contengan gluten, a saber: trigo (como espelta y trigo khorasan), centeno, cebada, avena o sus variedades híbridas y productos derivados)
- crustáceos: por ejemplo gambas, langostinos, cangrejo
- frutos de cáscara, es decir: almendras, avellanas, nueces, pistachos, anacardos, pacanas, nueces de Brasil, nueces de macadamia o nueces de Australia
- huevos
- leche
- moluscos: por ejemplo mejillones, ostras, almejas, caracoles...
- mostaza
- pescado
- sésamo
- soja
- sulfitos y dióxido de azufre (conservantes utilizados en bebidas, productos cárnicos, etc) en concentraciones superiores a 10 mg/Kg o mg/l

IMPORTANTE

No es obligatorio declarar aquellos ingredientes del alimento cuyo procesado ha eliminado el alérgeno y se puede considerar seguro. Por ejemplo el aceite de soja totalmente refinado o el jarabe de glucosa a base de trigo.

Cómo etiquetar los alérgenos

La empresa alimentaria tiene que declarar, dentro de la lista de ingredientes, qué alérgenos se incluyen en el alimento envasado. Se puede escoger la forma de destacarlos dentro de la lista de ingredientes. Puede realizarse *modificando el tipo de letra*, en **negrita**, con un **color que contraste** o subrayándolo.

Por ejemplo:

Normativa anterior

INGREDIENTES: agua, zanahorias, cebollas, lentejas (4.5%), patatas, coliflor, guisantes, harina de maíz, harina de trigo, sal, extracto de levadura, pasta concentrada de tomate, ajo, azúcar, semillas de apio, aceite vegetal, hierbas y especias, pimienta blanca, perejil.

Nueva normativa

INGREDIENTES: agua, zanahorias, cebollas, lentejas (4.5%), patatas, coliflor, guisantes, harina de maíz, harina de **trigo**, sal, extracto de levadura, pasta concentrada de tomate, ajo, azúcar, semillas de **apio**, aceite vegetal, hierbas y especias, pimienta blanca, perejil.

Puede optar también por utilizar una advertencia en el etiquetado para explicar cómo se destacan los alérgenos en la lista de ingredientes. Por ejemplo:

“Advertencia sobre alérgenos: los alérgenos se destacan en **negrita** en la lista de ingredientes” o “Aviso sobre alérgenos: para los alérgenos, incluidos los cereales que contienen gluten, consulte los ingredientes en **rojo**”.

Referencia clara al alérgeno

Los alérgenos deben declararse con una referencia clara al nombre del ingrediente alergénico que figura en el anexo II del reglamento de información al consumidor. Por ejemplo: “tofu (**soja**)” o “pasta de tahine (**sésamo**)”. Si hay varios ingredientes o coadyuvantes en el alimento que proceden de un único alérgeno, entonces el etiquetado tiene que destacar claramente cada ingrediente o coadyuvante afectado. Por ejemplo: “**leche** desnatada en polvo, suero de **leche**...”

Excepciones para el comercio minorista

Para los alimentos envasados por el comercio minorista para la venta inmediata en los establecimientos de su propiedad, el Real Decreto permite informar sobre los alérgenos mediante medios alternativos al uso de etiquetas, siempre que esté disponible antes de finalizar el acto de compra y no suponga un coste añadido para el consumidor final. La información podrá figurar:

- directamente en carteles colocados donde los alimentos se presenten para su venta, siempre que la venta se realice con vendedor
- indicando mediante un cartel el lugar del establecimiento donde el consumidor puede obtener la información (ubicado en cada sección del establecimiento), ya

sea:

- de forma oral, proporcionada por personal del establecimiento (siempre que la información esté recogida de forma escrita o en formato electrónico en el establecimiento, y sea fácilmente accesible tanto para el personal como para las autoridades de control y los consumidores que la soliciten).

- de forma escrita, disponiendo de fichas técnicas de producto, recetarios, etc.

No obstante, en el caso de frutas, hortalizas, tubérculos o frutos secos contenidos en envases que permitan la identificación del producto a simple vista (p.e. bolsas transparentes), no será necesario facilitar la información sobre los alérgenos.



Uso de menciones del tipo “contiene”

Con la nueva norma no se contempla el uso de menciones del tipo “contiene: leche y almendras”. Toda la información sobre alérgenos debe estar en un único sitio, que es la lista de ingredientes.

Sin embargo, cuando se trata de alimentos envasados que están exceptuados de incluir la lista de ingredientes en la etiqueta, como por ejemplo el vino, para indicar los ingredientes alergénicos, se pueden utilizar expresiones del tipo “Contiene sulfitos” si éstos han sido añadidos al producto. Este es el caso también de los envases o recipientes cuya superficie mayor sea inferior a 10 cm², donde puede omitirse la lista de ingredientes.

Venta a distancia

En la venta a distancia, como por ejemplo la efectuada mediante pedido telefónico a un establecimiento de comida para llevar, la información sobre alérgenos se debe proporcionar siempre sin coste adicional:

- antes de que se realice la compra, por ejemplo, por teléfono o en la página web.
- y de forma escrita en el momento de la entrega del alimento.

En el caso de las máquinas expendedoras de alimentos o de vending, no es obligatorio facilitar la información previamente a realizar la compra.



Contaminaciones cruzadas

A veces aparecen trazas (pequeñas cantidades) de alérgenos de forma no intencionada durante el proceso de fabricación o el transporte o almacenamiento. Esto se denomina “contaminación cruzada”.

Las empresas alimentarias deben evitar que suceda (consulte el apartado “cómo puede evitarse la contaminación cruzada de alérgenos”), pero a veces eso no es posible. En este caso, algunos fabricantes deciden indicar en la etiqueta que cierto alimento de carácter alergénico puede aparecer de forma no intencionada en el producto. Esto se conoce como etiquetado de advertencia, y se realiza mediante menciones del tipo “puede contener”. El reglamento lo contempla como información voluntaria, pero mientras no se publique un reglamento de ejecución, las empresas deciden cómo hacerlo.

Etiquetado de advertencia sobre alergias

Si una empresa alimentaria considera que hay un riesgo real de contaminación cruzada del producto con un alérgeno, puede utilizar frases del tipo:

- “puede contener X”
- “no adecuado para personas con alergia a X”

IMPORTANTE

El etiquetado de advertencia solo debe utilizarse tras considerar los riesgos inevitables de contaminación cruzada por alérgenos en la empresa después de aplicar medidas preventivas. Si una empresa considera que existe ese peligro, puede informar de la posible presencia en la forma que considere adecuada.

Cómo evitar las contaminaciones cruzadas de alérgenos

La contaminación cruzada se produce de varias formas, pero muchas de ellas pueden evitarse aplicando medidas preventivas. A continuación se dan algunas pautas que pueden ser útiles para las empresas:

Formación del personal

Todo el personal involucrado en el manejo de ingredientes, equipos, utensilios, envases y productos alimenticios debe conocer las situaciones en las cuales se puede producir la contaminación cruzada.

Diseño de instalaciones

El método ideal para prevenir la contaminación cruzada por alérgenos es utilizar instalaciones diferentes para productos específicos. Si esto no es posible, se puede optar por elaborar los alimentos en momentos diferentes de la jornada: al principio o al final de la misma, o bien elaborarlos un día específico. En cualquier caso, deberá realizarse una limpieza meticulosa de la zona de trabajo previamente a la elaboración del alimento que no contiene alérgenos.

Almacenamiento de alimentos

Los alérgenos deben almacenarse separados del resto de ingredientes y estar claramente identificados. Una forma de hacerlo es mantenerlos en envases de plástico cerrados que estén claramente identificados o que sean de un color diferente al utilizado para otros ingredientes.



Proveedores de alimentos

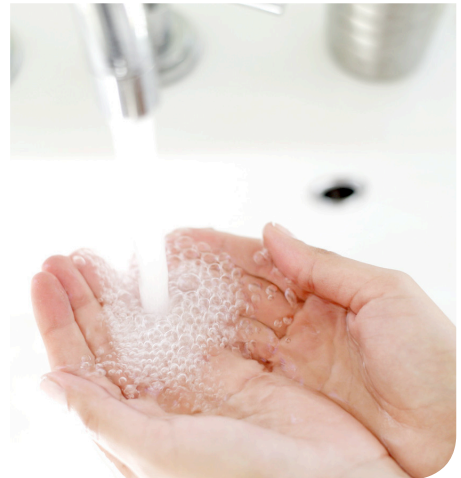
La empresa alimentaria tiene que conocer los alérgenos presentes en los ingredientes que utiliza. Cualquier cambio de proveedor requiere nuevas comprobaciones. Es posible controlar el riesgo de contaminaciones cruzadas modificando un ingrediente particular que lo contiene o sustituyendo al proveedor.

Limpeza de instalaciones y equipos

Una cantidad muy pequeña de un alérgeno, por ejemplo de frutos secos, puede causar reacciones alérgicas severas en personas sensibles. Por eso es muy importante limpiar meticulosamente las instalaciones y equipos de forma que se reduzca el riesgo de contaminaciones cruzadas.

Hay situaciones en las que el equipo tiene que ser desmontado y limpiado a mano para garantizar que las áreas más problemáticas están libres de residuos de alérgenos. Incluso la contaminación con polvo de algunos alérgenos puede causar una reacción adversa.

El desarrollo e implantación de un plan de limpieza adecuado reduce el riesgo de contaminación cruzada por alérgenos y previene una potencial retirada de producto del mercado por este motivo.



Envasado y etiquetado de alimentos

Un envasado y/o etiquetado incorrecto originan a menudo la activación de una alerta alimentaria y la retirada o recuperación de productos del mercado.

Es fundamental asegurar que el etiquetado sea correcto y que se coloca en el envase y el embalaje. Esto debe ser comprobado con regularidad para que la información sobre alérgenos que se facilita al consumidor sea correcta.

Los envases no utilizados y cualquier material que quede en la máquina de envasado al final del ciclo de producción deben retirarse. De esta forma se evita que se emplee el envase o etiqueta en otro producto por error al comenzar a envasar un producto diferente.

Desarrollo de nuevos productos o modificación de los existentes

Al comenzar a elaborar un nuevo producto o modificar uno ya existente, éste podría contener un ingrediente alergénico que no se había utilizado anteriormente. Esto podría derivar en contaminaciones cruzadas de otros productos elaborados en las mismas instalaciones. Por ello debe evaluar el riesgo y decidir si aplica el etiquetado de advertencia tanto para el nuevo producto como para los existentes.



Etiquetado “sin”, “libre de”...

Algunos fabricantes y minoristas comercializan líneas de productos que no contienen ciertos alérgenos como leche, huevo o cereales con gluten.

Estos fabricantes pueden decidir excluir algunos alérgenos de sus instalaciones. Si va a incluir la mención del tipo “sin leche” o “elaborado en una fábrica libre de cacahuetes”, ésta debe estar basada en controles específicos y rigurosos.

Ello incluye comprobar que todos los ingredientes y todo lo que entra en contacto con el alimento (como los envases) no contienen el alérgeno concreto.

Hay legislación específica sobre la composición y etiquetado de alimentos que se etiquetan como “muy bajos en gluten” y “sin gluten”.



Más información

- INFORMACIÓN SOBRE ALÉRGENOS EN ALIMENTOS SIN ENVASAR: Guía para establecimientos del comercio minorista de la alimentación y del sector de la restauración colectiva sobre el nuevo reglamento de información al consumidor
- Guía de la comisión europea sobre el reglamento de información al consumidor
- Reglamento (UE) Nº 1169/2011 del Parlamento Europeo y del Consejo de 25 de octubre de 2011 sobre la información alimentaria facilitada al consumidor (DO L 304 de 22.11.2011, corrección de errores DO L 247, 13.9.2012)
- Reglamento Delegado (UE) Nº 1155/2013 de la Comisión de 21 de agosto de 2013 por el que se modifica el Reglamento (UE) n o 1169/2011 del Parlamento Europeo y del Consejo, sobre la información alimentaria facilitada al consumidor, en lo referente a la información sobre la ausencia o la presencia reducida de gluten en los alimentos (DO L 306, 16.11.2013)
- Reglamento Delegado (UE) Nº 78/2014 de la Comisión, de 22 de noviembre de 2013, por el que se modifica el Reglamento (UE) n o 1169/2011 del Parlamento Europeo y del Consejo, sobre la información alimentaria facilitada al consumidor, en lo que se refiere a determinados cereales que causan alergias e intolerancias y alimentos con fitosteroles, ésteres de fitosterol, fitostanoles o ésteres de fitostanol añadidos (DO L 27, 30.1.2014)
- Reglamento (UE) Nº 178/2002 del Parlamento Europeo y del Consejo de 28 de enero de 2002 por el que se establecen los principios y los requisitos generales de la legislación alimentaria, se crea la Autoridad Europea de Seguridad Alimentaria y se fijan procedimientos relativos a la seguridad alimentaria (DO L 31 de 1.2.2002)
- Reglamento (UE) Nº 41/2009 de la Comisión, de 20 de enero de 2009, sobre la composición y etiquetado de productos alimenticios apropiados para personas con intolerancia al gluten (DO L 16 de 21.1.2009)
- Reglamento de Ejecución (UE) Nº 828/2014 de la Comisión de 30 de julio de 2014 relativo a los requisitos para la transmisión de información a los consumidores sobre la ausencia o la presencia reducida de gluten en los alimentos (DO L 228, 31.7.2014)
- Real Decreto 126/2015 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 y de los envasados en los lugares de venta, a petición del comprador y de los envasados por los titulares del comercio al por menor (BOE 54, 4.03.2015, corrección de errores BOE 87,11.04.2015)



madrid
+salud

Protegemos
tu salud



Comunidad
de Madrid

Dirección General de Salud Pública
CONSEJERÍA SANIDAD

