

## EEUU: NUEVO DISEÑO PARA EL ETIQUETADO NUTRICIONAL

<http://www.fda.gov/Food/GuidanceRegulation/GuidanceDocumentsRegulatoryInformation/LabelingNutrition/ucm385663.htm>

**ETIQUETA NUEVA / QUÉ ES DIFERENTE**

Porciones: letra más grande y más notoria

Nuevo: azúcares añadidas

Cambio de nutrientes requeridos

<b>Nutrition Facts</b>	
8 servings per container	
<b>Serving size</b>	<b>2/3 cup (55g)</b>
<b>Amount per serving</b>	
<b>Calories</b>	<b>230</b>
<b>% Daily Value*</b>	
<b>Total Fat</b> 8g	<b>10%</b>
Saturated Fat 1g	<b>5%</b>
Trans Fat 0g	
<b>Cholesterol</b> 0mg	<b>0%</b>
<b>Sodium</b> 160mg	<b>7%</b>
<b>Total Carbohydrate</b> 37g	<b>13%</b>
Dietary Fiber 4g	<b>14%</b>
Total Sugars 12g	
Includes 10g Added Sugars	<b>20%</b>
<b>Protein</b> 3g	
Vitamin D 2mcg	10%
Calcium 260mg	20%
Iron 8mg	45%
Potassium 235mg	6%

Tamaños de las porciones actualizados

Calorías: tipografía más grande

Valores diarios actualizados

Cantidades reales declaradas

Nueva nota de pie

**FDA**

**PLAZOS PARA EL CUMPLIMIENTO: 26 de Julio de 2018.**

Aquellos fabricantes cuyas **ventas sean inferiores a 10 millones de dólares anuales** tendrán un año adicional (2019) para cumplir con este requisito.

El 20 de mayo de 2016, La Administración de Alimentos y Medicamentos de los Estados Unidos (FDA, por sus siglas en inglés) anunció el nuevo look definitivo para el formato de la etiqueta de información nutricional en los alimentos envasados. Este nuevo diseño busca reflejar los datos científicos más recientes y hará que sea más fácil para los consumidores tomar decisiones mejor fundadas sobre su alimentación.

FDA publicó en el Registro Federal el pasado 27 de mayo de 2016 la versión final de la norma. Los textos completos y su presentación los puede consultar en los siguientes enlaces:

- [Final Rule: Revision of the Nutrition and Supplement Facts Labels](#)
- [Final Rule: Serving Sizes of Foods That Can Reasonably Be Consumed At One Eating Occasion; Dual-Column Labeling; Updating, Modifying, and Establishing Certain Reference Amounts Customarily Consumed; Serving Size for Breath Mints; and Technical Amendments](#)
- [The Nutrition Fact Label Presentation PDF \(580KB\)](#)
- [Press Release: FDA modernizes Nutrition Facts label for packaged foods](#)
- [At a Glance: Highlights of the Final Nutrition Facts Label PDF \(233KB\)](#)

## COMPARACIÓN PARALELA

Etiqueta Original	Nueva Etiqueta																																																																																							
<p><b>Nutrition Facts</b> Serving Size 2/3 cup (55g) Servings Per Container About 8</p> <table border="1"> <tr> <td colspan="2"><b>Amount Per Serving</b></td> </tr> <tr> <td><b>Calories</b> 230</td> <td>Calories from Fat 72</td> </tr> <tr> <td colspan="2" style="text-align: right;"><b>% Daily Value*</b></td> </tr> <tr> <td><b>Total Fat</b> 8g</td> <td><b>12%</b></td> </tr> <tr> <td>Saturated Fat 1g</td> <td><b>5%</b></td> </tr> <tr> <td>Trans Fat 0g</td> <td></td> </tr> <tr> <td><b>Cholesterol</b> 0mg</td> <td><b>0%</b></td> </tr> <tr> <td><b>Sodium</b> 160mg</td> <td><b>7%</b></td> </tr> <tr> <td><b>Total Carbohydrate</b> 37g</td> <td><b>12%</b></td> </tr> <tr> <td>Dietary Fiber 4g</td> <td><b>16%</b></td> </tr> <tr> <td>Sugars 1g</td> <td></td> </tr> <tr> <td><b>Protein</b> 3g</td> <td></td> </tr> <tr> <td>Vitamin A</td> <td>10%</td> </tr> <tr> <td>Vitamin C</td> <td>8%</td> </tr> <tr> <td>Calcium</td> <td>20%</td> </tr> <tr> <td>Iron</td> <td>45%</td> </tr> </table> <p><small>* Percent Daily Values are based on a 2,000 calorie diet. Your daily value may be higher or lower depending on your calorie needs.</small></p> <table border="1"> <tr> <td>Calories:</td> <td>2,000</td> <td>2,500</td> </tr> <tr> <td>Total Fat</td> <td>Less than 65g</td> <td>80g</td> </tr> <tr> <td>Sat Fat</td> <td>Less than 20g</td> <td>25g</td> </tr> <tr> <td>Cholesterol</td> <td>Less than 300mg</td> <td>300mg</td> </tr> <tr> <td>Sodium</td> <td>Less than 2,400mg</td> <td>2,400mg</td> </tr> <tr> <td>Total Carbohydrate</td> <td>300g</td> <td>375g</td> </tr> <tr> <td>Dietary Fiber</td> <td>25g</td> <td>30g</td> </tr> </table>	<b>Amount Per Serving</b>		<b>Calories</b> 230	Calories from Fat 72	<b>% Daily Value*</b>		<b>Total Fat</b> 8g	<b>12%</b>	Saturated Fat 1g	<b>5%</b>	Trans Fat 0g		<b>Cholesterol</b> 0mg	<b>0%</b>	<b>Sodium</b> 160mg	<b>7%</b>	<b>Total Carbohydrate</b> 37g	<b>12%</b>	Dietary Fiber 4g	<b>16%</b>	Sugars 1g		<b>Protein</b> 3g		Vitamin A	10%	Vitamin C	8%	Calcium	20%	Iron	45%	Calories:	2,000	2,500	Total Fat	Less than 65g	80g	Sat Fat	Less than 20g	25g	Cholesterol	Less than 300mg	300mg	Sodium	Less than 2,400mg	2,400mg	Total Carbohydrate	300g	375g	Dietary Fiber	25g	30g	<p><b>Nutrition Facts</b> 8 servings per container Serving size <b>2/3 cup (55g)</b></p> <table border="1"> <tr> <td colspan="2"><b>Amount per serving</b></td> </tr> <tr> <td><b>Calories</b> 230</td> <td></td> </tr> <tr> <td colspan="2" style="text-align: right;"><b>% Daily Value*</b></td> </tr> <tr> <td><b>Total Fat</b> 8g</td> <td><b>10%</b></td> </tr> <tr> <td>Saturated Fat 1g</td> <td><b>5%</b></td> </tr> <tr> <td>Trans Fat 0g</td> <td></td> </tr> <tr> <td><b>Cholesterol</b> 0mg</td> <td><b>0%</b></td> </tr> <tr> <td><b>Sodium</b> 160mg</td> <td><b>7%</b></td> </tr> <tr> <td><b>Total Carbohydrate</b> 37g</td> <td><b>13%</b></td> </tr> <tr> <td>Dietary Fiber 4g</td> <td><b>14%</b></td> </tr> <tr> <td>Total Sugars 12g</td> <td></td> </tr> <tr> <td>Includes 10g Added Sugars</td> <td><b>20%</b></td> </tr> <tr> <td><b>Protein</b> 3g</td> <td></td> </tr> <tr> <td>Vitamin D 2mcg</td> <td>10%</td> </tr> <tr> <td>Calcium 260mg</td> <td>20%</td> </tr> <tr> <td>Iron 8mg</td> <td>45%</td> </tr> <tr> <td>Potassium 235mg</td> <td>6%</td> </tr> </table> <p><small>* The % Daily Value (DV) tells you how much a nutrient in a serving of food contributes to a daily diet. 2,000 calories a day is used for general nutrition advice.</small></p>	<b>Amount per serving</b>		<b>Calories</b> 230		<b>% Daily Value*</b>		<b>Total Fat</b> 8g	<b>10%</b>	Saturated Fat 1g	<b>5%</b>	Trans Fat 0g		<b>Cholesterol</b> 0mg	<b>0%</b>	<b>Sodium</b> 160mg	<b>7%</b>	<b>Total Carbohydrate</b> 37g	<b>13%</b>	Dietary Fiber 4g	<b>14%</b>	Total Sugars 12g		Includes 10g Added Sugars	<b>20%</b>	<b>Protein</b> 3g		Vitamin D 2mcg	10%	Calcium 260mg	20%	Iron 8mg	45%	Potassium 235mg	6%
<b>Amount Per Serving</b>																																																																																								
<b>Calories</b> 230	Calories from Fat 72																																																																																							
<b>% Daily Value*</b>																																																																																								
<b>Total Fat</b> 8g	<b>12%</b>																																																																																							
Saturated Fat 1g	<b>5%</b>																																																																																							
Trans Fat 0g																																																																																								
<b>Cholesterol</b> 0mg	<b>0%</b>																																																																																							
<b>Sodium</b> 160mg	<b>7%</b>																																																																																							
<b>Total Carbohydrate</b> 37g	<b>12%</b>																																																																																							
Dietary Fiber 4g	<b>16%</b>																																																																																							
Sugars 1g																																																																																								
<b>Protein</b> 3g																																																																																								
Vitamin A	10%																																																																																							
Vitamin C	8%																																																																																							
Calcium	20%																																																																																							
Iron	45%																																																																																							
Calories:	2,000	2,500																																																																																						
Total Fat	Less than 65g	80g																																																																																						
Sat Fat	Less than 20g	25g																																																																																						
Cholesterol	Less than 300mg	300mg																																																																																						
Sodium	Less than 2,400mg	2,400mg																																																																																						
Total Carbohydrate	300g	375g																																																																																						
Dietary Fiber	25g	30g																																																																																						
<b>Amount per serving</b>																																																																																								
<b>Calories</b> 230																																																																																								
<b>% Daily Value*</b>																																																																																								
<b>Total Fat</b> 8g	<b>10%</b>																																																																																							
Saturated Fat 1g	<b>5%</b>																																																																																							
Trans Fat 0g																																																																																								
<b>Cholesterol</b> 0mg	<b>0%</b>																																																																																							
<b>Sodium</b> 160mg	<b>7%</b>																																																																																							
<b>Total Carbohydrate</b> 37g	<b>13%</b>																																																																																							
Dietary Fiber 4g	<b>14%</b>																																																																																							
Total Sugars 12g																																																																																								
Includes 10g Added Sugars	<b>20%</b>																																																																																							
<b>Protein</b> 3g																																																																																								
Vitamin D 2mcg	10%																																																																																							
Calcium 260mg	20%																																																																																							
Iron 8mg	45%																																																																																							
Potassium 235mg	6%																																																																																							

### EL TAMAÑO DE LAS PORCIONES DE LOS ALIMENTOS ES MÁS REAL

#### Cambios en el tamaño de las porciones

Lo que se consideraba una sola porción ha cambiado en las últimas décadas desde que la etiqueta de información nutricional original fue creada. Ahora, los tamaños de las porciones serán más realistas para reflejar como mucha gente usualmente come en una sola ocasión.

#### TAMAÑO DE PORCIÓN ACTUAL



#### TAMAÑO DE PORCIÓN NUEVO



#### El envase tiene un efecto en la porción

El tamaño del envase influye cuánto una persona come y bebe. Ahora, por ejemplo, ambas botellas de 12 y 20 onzas equivaldrán a una porción, ya que por lo regular la gente bebe ambas porciones de una vez o en una sentada.



1 PORCIÓN POR BOTELLA EN AMBOS TAMAÑOS DE BOTELLA

## LA NUEVA IMAGEN CUENTA CON UN DISEÑO RENOVADO:

Aunque la “emblemática” imagen de la etiqueta se preserva, la FDA hizo mejoras importantes a fin de asegurarse de que los consumidores tengan acceso a la información que necesitan para tomar decisiones bien fundadas sobre los alimentos que consumen.

Estos cambios incluyeron:

- **aumentar el tamaño de la letra** para las declaraciones de “Calorías”, “Porciones por envase”, y “Tamaño de la porción”, y
- **cambiar a negrita** el número de calorías y la declaración de “Tamaño de la porción” para destacar esta información.

Además:

- Los fabricantes deben **declarar la cantidad real, además del porcentaje del valor nutricional diario de vitamina D, calcio, hierro y potasio**. También pueden declarar la cantidad en gramos de otras vitaminas y minerales de manera voluntaria.
- La **nota** que aparece **al pie** de la etiqueta ha cambiado para explicar mejor lo que significa “porcentaje del valor nutricional diario”. Ahora dice:

***The % Daily Value tells you how much a nutrient in a serving of food contributes to a daily diet. 2,000 calories a day is used for general nutrition advice***

## LA NUEVA ETIQUETA REFLEJA INFORMACIÓN ACTUALIZADA SOBRE LA CIENCIA DE LA NUTRICIÓN:

- Se incluyen en la etiqueta los “**Azúcares añadidos**”, en gramos y como porcentaje del valor nutricional diario.

Los datos científicos demuestran que es difícil satisfacer las necesidades nutricionales y mantenerse dentro de los límites calóricos si más del 10 por ciento de las calorías diarias totales que uno consume provienen de azúcares añadidas, y esto coincide con la Guía de Alimentación para los Estadounidenses de 2015-2020.

- La lista de nutrientes que está permitido o es obligatorio declarar se ha actualizado. **La vitamina D y el potasio son obligatorios en la etiqueta, y el calcio y el hierro seguirán siéndolo**. Las vitaminas A y C ya no son obligatorias, pero pueden incluirse de forma voluntaria.

- Aunque sigue exigiéndose el contenido de “Grasa total,” “Grasa saturada” y “Grasa trans” en la etiqueta, el valor de las **“Calorías de la grasa” se eliminó** porque las investigaciones indican que el tipo de grasa es más importante que la cantidad.
- Los valores diarios de nutrientes tales como sodio, fibra y vitamina D se han actualizado con base a las pruebas científicas más recientes del Instituto de Medicina y de otros informes, tales como el de la Comisión Consultiva sobre Guías Alimentarias de 2015, el cual se usó para elaborar la Guía de Alimentación para los Estadounidenses de 2015-2020. Los valores diarios son las cantidades de referencia para los nutrientes que hay que consumir o no exceder, y se usan para calcular el porcentaje del valor nutricional diario (%VD) que los fabricantes incluyen en la etiqueta. El %VD ayuda a los consumidores a entender la información nutricional dentro del marco de una dieta diaria completa.

### ACTUALIZA EL TAMAÑO DE LAS PORCIONES Y LOS REQUISITOS DE ETIQUETADO PARA LOS ENVASES DE CIERTOS TAMAÑOS

- Por ley, las porciones deben basarse en las cantidades de alimentos y bebidas que la gente consume en realidad y no en las que debería de consumir. Cuánto come y bebe la gente es algo que ha cambiado desde que los requisitos previos de tamaño de la porción fueran publicados en 1993. Por ejemplo, la cantidad de referencia empleada para definir una porción de helado o mantecado antes era de  $\frac{1}{2}$  taza, pero está cambiando a  $\frac{2}{3}$  de taza. La cantidad de referencia empleada para definir una porción de refresco también está cambiando, de 8 onzas (237 ml) a 12 onzas (355 ml).
- El tamaño del envase afecta a lo que la gente consume. Así que, para los envases de una a dos porciones, tales como un refresco de 20 onzas (591 ml) o una lata de sopa de 15 onzas (444 ml), será obligatorio indicar las calorías y otros nutrientes en la etiqueta como una sola porción, ya que las personas por lo general los consumen de una sola vez.
- Para ciertos productos de más de una porción, pero que podrían consumirse en una sola o en varias raciones servidas, los fabricantes deberán incluir etiquetas con “columnas paralelas” para indicar la cantidad de calorías y nutrientes tanto “por porción” como “por envase”/“por unidad”. Algunos ejemplos serían una botella de refresco de 24 onzas (710 ml), o una pinta de helado. Con la disponibilidad de etiquetas con columnas paralelas, las personas podrán saber con facilidad cuántas calorías y nutrientes estarán ingiriendo si comen o beben el envase entero de una sola vez.

Modelo de etiqueta con columnas paralelas para productos de más de una porción, que se pueden consumir en una sola o en varias raciones servidas:

<b>Nutrition Facts</b>				
2 servings per container				
<b>Serving size</b>		<b>1 cup (255g)</b>		
<b>Calories</b>	<b>Per serving</b>		<b>Per container</b>	
	<b>220</b>		<b>440</b>	
	<b>% DV*</b>		<b>% DV*</b>	
<b>Total Fat</b>	5g	<b>6%</b>	10g	<b>13%</b>
Saturated Fat	2g	<b>10%</b>	4g	<b>20%</b>
Trans Fat	0g		0g	
<b>Cholesterol</b>	15mg	<b>5%</b>	30mg	<b>10%</b>
<b>Sodium</b>	240mg	<b>10%</b>	480mg	<b>21%</b>
<b>Total Carb.</b>	35g	<b>13%</b>	70g	<b>25%</b>
Dietary Fiber	6g	<b>21%</b>	12g	<b>43%</b>
Total Sugars	7g		14g	
Incl. Added Sugars	4g	<b>8%</b>	8g	<b>16%</b>
<b>Protein</b>	9g		18g	
Vitamin D	5mcg	25%	10mcg	50%
Calcium	200mg	15%	400mg	30%
Iron	1mg	6%	2mg	10%
Potassium	470mg	10%	940mg	20%

\* The % Daily Value (DV) tells you how much a nutrient in a serving of food contributes to a daily diet. 2,000 calories a day is used for general nutrition advice.

Atentamente  
  
**AUTOMATISMOS**  
**TEINCO S.L.**  
 Amado Caride Castro  
 Director de Procesos  
 14/07/2016