



Secretaría de Salud

GOBIERNO DEL ESTADO DE JALISCO



NUEVO ETIQUETADO FRONTAL

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, publicada el 5 de abril de 2010.



Instituto de Nutrición Humana



@inhu.udg



@HumanaInstituto



Instituto Nutrición Humana

¿Por qué es importante conocerlo?

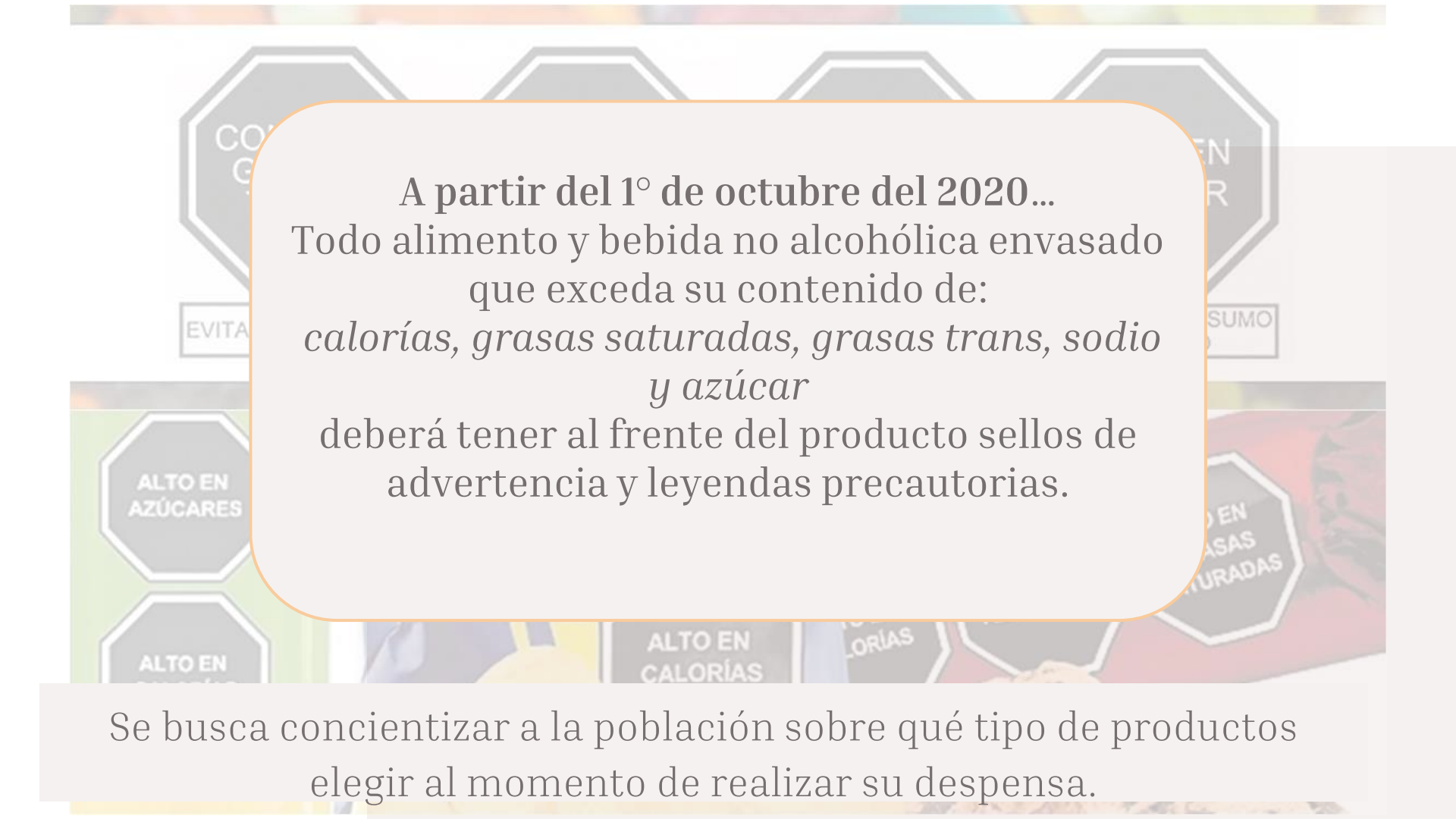
▣ *Aumento de alimentos procesados.*



Baja calidad nutricia.

En exceso propician diversas enfermedades.

▣ El objetivo es establecer un etiquetado que advierta sobre el contenido de nutrimentos e ingredientes que representan riesgos para la salud con un consumo excesivo.

The background features a collage of various food labels and warning signs. At the top, there are several octagonal signs with text like 'COMO', 'EN', and 'R'. Below these, there are rectangular signs with 'EVITA' and 'SUMO'. In the lower section, there are more octagonal signs: 'ALTO EN AZÚCARES', 'ALTO EN', 'ALTO EN CALORÍAS', 'LORÍAS', and 'EN MASAS SATURADAS'. The central text is overlaid on a white rounded rectangle with an orange border.

A partir del 1° de octubre del 2020...
Todo alimento y bebida no alcohólica envasado
que exceda su contenido de:
*calorías, grasas saturadas, grasas trans, sodio
y azúcar*
deberá tener al frente del producto sellos de
advertencia y leyendas precautorias.

Se busca concientizar a la población sobre qué tipo de productos elegir al momento de realizar su despensa.

Sellos de advertencia



Exceso de calorías

Se utiliza si en un producto...

- ❑ Sólido: tiene >275 kcal en 100 g del producto.
- ❑ Bebida: tiene >70 kcal ó >8 kcal de azúcares libres por cada 100 mL del producto.



Exceso de azúcares

Se utiliza cuando el producto contiene ≥ 10 % del total de energía proveniente de azúcares libres.



Consumo excesivo de calorías y azúcares

Se almacena en forma de tejido adiposo o “grasa”.

sobrepeso/obesidad.

Aumento de enfermedades crónicas.

Además, el exceso de azúcares también puede implicar:

- Desórdenes del comportamiento.
- Hígado graso.
- Cáncer (algunos).
- Caries dental.



(Córdova J, 2009;Cabezas et al. 2016)

Exceso de grasa saturada

Se utiliza cuando el producto contiene ≥ 10 % del total de energía proveniente de grasas saturadas.

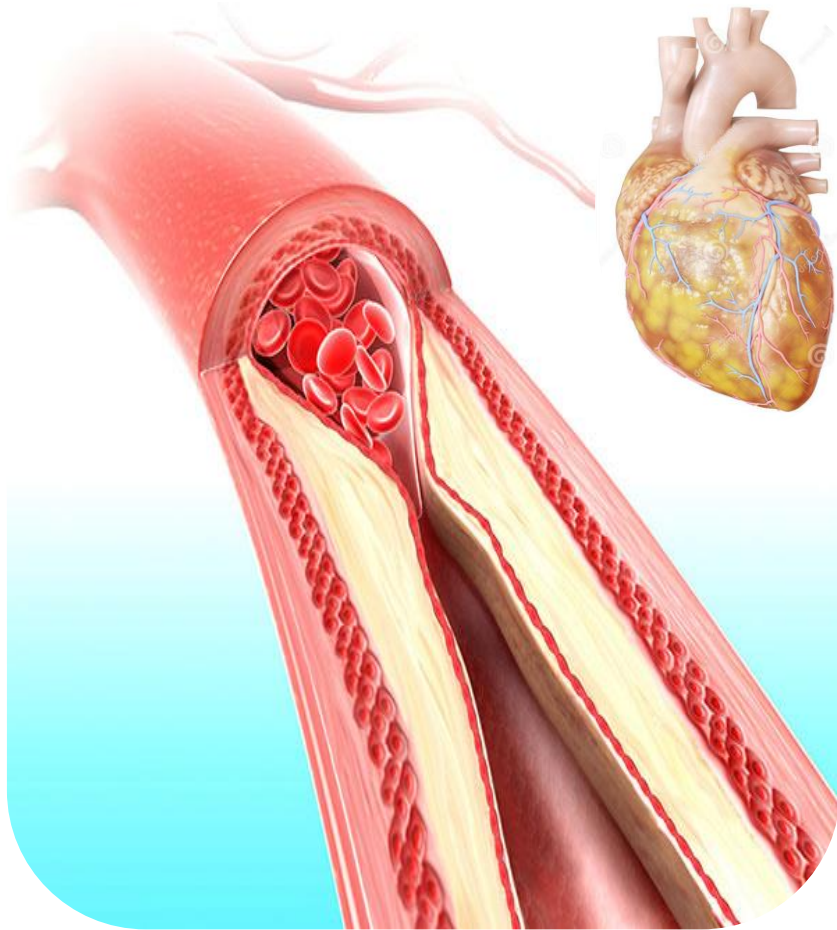


Exceso de grasa trans

Se utiliza cuando el producto contiene ≥ 1 % del total de energía proveniente de grasas trans.



Consumo excesivo de grasas saturadas y trans



↓ Colesterol HDL
(bueno), por
grasas trans.

↑ Colesterol
LDL (malo)
en sangre.

Mayor incidencia de enfermedades
cardíacas.

(Ballesteros et al. 2012)

Exceso de sodio

Este sello se utiliza cuando el producto contiene ≥ 1 mg de sodio por kcal o ≥ 300 mg. En bebidas sin calorías se utiliza si contiene ≥ 45 mg de sodio.



Consumo excesivo de sodio

Provoca retención de líquidos e incremento de peso.

Sobre esfuerzo de hígado, riñones y corazón.

Afección del sistema cardiovascular.

Sellos numéricos

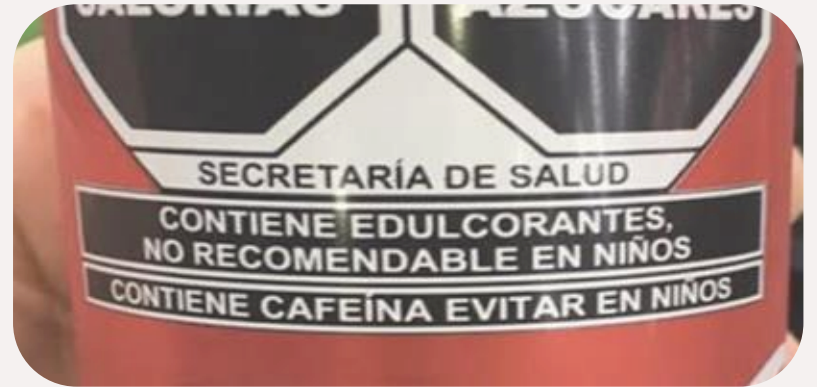


SELLOS NUMERICOS

Diseñados para los productos pequeños. Estos vienen marcados con el número de sellos que le corresponden, pero no especifica a cuales pertenecen.



Leyendas precautorias



Leyendas precautorias

Si el producto tiene edulcorantes, se coloca la siguiente leyenda precautoria:

CONTIENE EDULCORANTES, NO RECOMENDABLE EN NIÑOS

Si el producto contiene cafeína adicionada, se debe colocar la siguiente leyenda precautoria:

CONTIENE CAFEÍNA – EVITAR EN NIÑOS

Si un producto tiene algún sello de advertencia o leyenda precautoria.

No podrá contener estrategias de publicidad que atraiga la atención de los niños.

No podrá utilizar:

- Personajes infantiles
- Animaciones.
- Celebrities.
- Mascotas.
- Deportistas.

O cualquier otro elemento llamativo.



Si no contiene sellos o leyendas precautorias.

Declarar de manera escrita “**este producto no contiene sellos ni leyendas**” en formato de contenido neto.

Los sellos de recomendación y avales de asociaciones pueden agregarse sí presentan documentación adecuada y no tiene más de un sello o leyenda precautoria.



Etiquetas nutrimentales

Datos de Nutrición

Tamaño de la porción 100g

Cantidad por porción

Calorías 169 Calorías de grasa 65

% Valor Dalily

Grasa total 7g 11%

Grasa saturada 2g 11%

Grasas Trans

Colesterol 68 mg 23%

Sodio 42mg 2%

Carbohidratos totales 0g 0%

Fibra dietética 0g 0%

Azúcares 0g

Proteínas 24g

Vitamina A 6% • Vitamina C 5%

Calcio 9% • Hierro 2%

* Porcentaje de Valores diarios están en 2,000 Calorías. Sus valores diarios pueden ser mayores o menores dependiendo de sus necesidades calóricas.

Declaración nutrimental

Se deben declarar los nutrimentos de la siguiente tabla, tomando en cuenta cantidad de 100 g o 100 mL y además por porción o envase.

Declaración nutrimental	Por 100 g o 100 ml
Contenido energético*	_____ kcal (kJ)
Proteínas	_____ g
Grasas totales	_____ g
Grasas saturadas	_____ g
Grasas trans	_____ mg
Hidratos de carbono disponibles	_____ g
Azúcares	_____ g
Azúcares añadidos	_____ g
Fibra dietética	_____ g
Sodio	_____ mg
Información adicional**	_____ mg, µg o % de VNR

Declaración nutrimental

Contenido energético*

Proteínas

Grasas totales

Grasas saturadas

Grasas trans

Hidratos de carbono disponibles

Azúcares

Azúcares añadidos

Fibra dietética

Sodio

Información adicional**

Por 100 g/mL y por contenido total del envase, expresándose por Kcal (kj).

Cantidad de grasas totales, especificando la de grasas saturadas y grasas trans (excluyendo las presentes en lácteos y cárnicos de manera natural).

La cantidad de nutrimento se expresa por unidad de medida por cada 100 g.

Declaración nutrimental

Contenido energético*

Proteínas

Grasas totales

Grasas saturadas

Grasas trans

Hidratos de carbono disponibles

Azúcares

Azúcares añadidos

Fibra dietética

Sodio

Información adicional**

Cantidad de hidratos de carbono disponibles, especificando la de azúcares y a azúcares añadidos.

Cualquier otro nutrimento en la que se haga una declaración de propiedades (si se considera importante, ya sea algún tipo de hidrato de carbono o grasas y opcionalmente vitaminas y minerales).

La cantidad de nutrimento se expresa por unidad de medida por cada 100 g.

Ejemplo

Este producto es salsa de soya que cuenta con el nuevo etiquetado.



Sello de advertencia exceso de sodio.

Cantidad de nutrimentos totales y especificando en cada caso de acuerdo a la norma.

Incluye los nutrimentos mínimos que deben declararse.

Contenido energético expresado en Kcal/KJ en 100 g de producto, porción y envase.

INFORMACIÓN NUTRIMENTAL

Tamaño de porción: 5 ml Porciones por envase: 58

Composición Media	Por 100 g de producto de acuerdo a la instrucción de uso	Por porción preparada de acuerdo a la instrucción de uso
Contenido Energético		
KJ	393	446
kcal	93	105
Proteínas, g	18,8	21,32
Grasas totales, g	1,57	1,78
Grasas saturadas, g	0,54	0,61
Grasas trans, mg	0	0
Hidratos de carbono disponibles, g	0,92	1,04
Azúcares, g	0,41	0,47
Azúcares añadidos, g	0,35	0,39
Fibra dietética, g	0	0
Sodio, mg	606,36	687,61

Contenido energético por envase 25 868 kJ / 6 090 kcal

Detallado por 100g de producto y porción.

Fases de modificación de la NOM 051

Consta de 3 fases:

❖ **Fase 1:**

Medidas de información
nutrimental.

Nuevos criterios

- ❖ Constatación de azúcares añadidos.
- ❖ Separación de azúcares de calorías.
- ❖ Evaluación por separado de grasas saturadas, grasas trans, calorías y sodio.



1 de octubre 2020 - 30 de
septiembre 2023.

Fases de modificación de la NOM 051

❖ Fase 2



1 de octubre 2023 - 30 de septiembre 2025.

Reducción de la máxima cantidad de sodio que puede contener un alimento sólido y líquido.

❖ 3º fase:



1 de octubre 2025

Se tendrá la etiqueta definitiva donde se aplicará el perfil de forma íntegra (nutrimentos añadidos y no añadidos).

Si desea saber a detalle acerca de la Norma Oficial Mexicana NOM-051-SCFI/SSA1-2010, puede visitar el siguiente enlace:

https://www.dof.gob.mx/2020/SEECO/NOM_051.pdf

BIBLIOGRAFÍA

- Organización Mundial de la Salud (OMS), Organización Panamericana de la Salud (OPS). (2019). Alimentos ultraprocesados ganan más espacio en la mesa de las familias latinoamericanas. Washington, DC. Sitio web: https://www.paho.org/hq/index.php?option=com_content&view=article&id=15530:ultra-processed-foods-gain-ground-among-latin-american-and-caribbean-families&Itemid=1926&lang=es
- Córdova J.. (2009). Sobrepeso y obesidad, problemas de salud pública en México. Cir Ciruj, 77, 421-422.
- Cabezas C.,Hernández B.,Vargas M. (2016). Aceites y grasas: efectos en la salud y regulación mundial. Rev,Fc.Med, 64, 761-8.
- Ballesteros M.,Valenzuela L.,Artalejo E.,Robles A. (2012). Ácidos grasos trans: un análisis del efecto de su consumo en la salud humana, regulación del contenido en alimentos y alternativas para disminuirlos.. Nutr. Hosp, 27, 54-64.
- IMSS. (2018). Exceso de sal y azúcar puede provocar el desarrollo de enfermedades crónicas: IMSS. Noviembre 27,2020, de IMSS Sitio web: <http://www.imss.gob.mx/prensa/archivo/201808/218>



Instituto de Nutrición Humana

<http://www.cucs.udg.mx/inhu>



Instituto de Nutrición Humana



@inhu.udg



@HumanaInstituto



Instituto Nutrición Humana