




CONOCE mejor
los **ALIMENTOS**
a través de su
ETIQUETADO

Los envases de los alimentos contienen mucha información.

Hay una información que es obligatoria y en muchas ocasiones va acompañada de una serie de datos y menciones que el fabricante voluntariamente añade para mayor conocimiento de los alimentos.

 **GOBIERNO
DE ARAGON**

Departamento de Sanidad,
Bienestar Social y Familia



CONOCE mejor
los **ALIMENTOS**
a través de su
ETIQUETADO

Octubre 2013



La Ley de protección y defensa de los consumidores y usuarios de Aragón ampara como derecho básico de los consumidores la información veraz, suficiente, comprensible, inequívoca y racional de productos y servicios.

La mejor manera de informarse es tomar parte activa, un consumidor informado podrá hacer valer y exigir sus derechos. Los fabricantes, distribuidores y vendedores tienen la obligación de facilitar los datos al consumidor, sobre todo si se trata de información que pueda afectar a su nutrición, economía o salud.

En este marco, el Departamento de Sanidad, Bienestar Social y Familia desarrolla múltiples iniciativas a efectos de contribuir a una mejor capacitación y desenvolvimiento del consumidor en el mercado, y, especialmente, en el alimentario, ya que una alimentación informada, saludable, equilibrada y ajustada a nuestros cánones de estilo de vida mediterráneo, va a coadyuvar en una mayor calidad de vida.

El etiquetado es el escalón más importante para un consumo responsable, sostenible y solidario de alimentos; recordemos que la información precontractual en consumo es esencial y en un sector tan importante como el de la alimentación más aún si cabe.

La normativa alimentaria es prolija y compleja, por ello hemos considerado oportuno compilar en esta guía práctica las cuestiones fundamentales y cotidianas que debe conocer el consumidor a la hora de hacer la compra cotidiana como son los alimentos envasados. Es nuestro objetivo el llegar a todos los colectivos, especialmente a los más vulnerables, y esperamos lograrlo con este material didáctico de fácil lectura, comprensible, manejable y de amplia difusión entre la sociedad; gracias, lector, por ayudarnos a conseguirlo.

Sergio Larraga Martínez
Director General de Consumo

El etiquetado de alimentos nos permite...

El etiquetado es el principal medio del fabricante o productor de alimentos para comunicar al consumidor diversa información sobre el alimento, permitiéndole tomar una decisión adecuada según sus preferencias y economía, así como llevar a cabo una dieta más correcta, equilibrada y saludable. Por tanto la información del etiquetado tiene como objetivos:

1º. Mejorar nuestros hábitos alimentarios

Conocer con seguridad los ingredientes que contienen los alimentos.

Conocer las características nutricionales de los alimentos.

2º. Mejorar la seguridad alimentaria

Conocer la fecha de duración mínima o caducidad del producto a consumir.

Saber las condiciones de conservación y utilización del alimento.

Detectar algún ingrediente en personas alérgicas o intolerantes

Detectar sustancias o productos que puedan afectar la salud.

3º. Facilitar la toma de decisiones

Valorar económicamente la relación entre el precio y la calidad del alimento.

PRINCIPIOS GENERALES DE LA NORMA DE ETIQUETADO:

El etiquetado no deberá inducir a error al comprador, especialmente:

- Sobre las características del producto alimenticio y, en particular, sobre su naturaleza, identidad, cualidades, composición, cantidad, duración, origen o procedencia y modo de fabricación o de obtención.
- Atribuyendo al producto alimenticio efectos o propiedades que no posea.
- Sugiriendo que el producto alimenticio posee características particulares, cuando todos los productos similares posean estas mismas características.
- Atribuyendo a un producto alimenticio propiedades preventivas, terapéuticas o curativas de una enfermedad humana. (*)

(*) Algunos alimentos o productos alimenticios sí podrán llevar declaraciones saludables o de reducción de riesgo de enfermedad siempre que estén autorizadas y cumplan lo establecido legalmente sobre declaraciones nutricionales y saludables de los alimentos.



Las indicaciones obligatorias del etiquetado de los productos alimenticios que se comercialicen en España se expresarán necesariamente al menos en castellano, salvo cuando se trate de productos tradicionales elaborados y distribuidos exclusivamente en el ámbito de una Comunidad Autónoma con lengua oficial propia.

Información obligatoria en el etiquetado de alimentos envasados

- a** la denominación del alimento
- b** la lista de ingredientes, incluido todo ingrediente o coadyuvante tecnológico que cause alergias o intolerancias y se utilice en la fabricación o la elaboración de un alimento y siga estando presente en el producto acabado, aunque sea en una forma modificada
- c** la cantidad de determinados ingredientes o de determinadas categorías de ingredientes
- d** la cantidad neta del alimento envasado
- e** la fecha de duración mínima o la fecha de caducidad
- f** las condiciones especiales de conservación y/o las condiciones de utilización
- g** el nombre o la razón social y la dirección del fabricante u operador o, en su caso, importador en la UE
- h** el país de origen o lugar de procedencia cuando su omisión pueda inducir a error al consumidor
- i** el modo de empleo en caso de que, en ausencia de esta información, fuera difícil hacer un uso adecuado del alimento
- j** y en su caso será obligatorio:
- i** respecto a las bebidas que tengan más de un 1,2 % en volumen de alcohol, se especificará el grado alcohólico volumétrico adquirido
- k** el lote

Naturaleza y composición del alimento

DENOMINACIÓN DEL ALIMENTO

Es el nombre del alimento y nos permite conocer su naturaleza, incluyendo, en su caso, mención del tratamiento al que ha sido sometido (ej.: *sardinias en tomate, lomo de salmón ahumado, crema de calabaza, puré de patatas, etc.*).

LISTA DE INGREDIENTES

Permite conocer las sustancias que contiene (permite comparar con otros alimentos similares).

Se ordenan de mayor a menor peso.

Si se destaca especialmente algún ingrediente, hay que indicar la cantidad en % sobre el total del peso.

CANTIDAD NETA O CONTENIDO NETO

Es la cantidad de alimento (en peso o volumen) contenido en el envase. Se expresa en litros, centilitros o mililitros (L, cl, ml) en alimentos líquidos y en kilogramos o gramos (Kg, g) en los alimentos sólidos.

PESO ESCURRIDO

Es el peso del alimento sólido descontando el líquido de cobertura (en alimentos con bastante cobertura líquida).

GRADO ALCOHÓLICO

Es el contenido de alcohol expresado en volumen.

Es obligatorio indicarlo en las bebidas que tengan más de un 1,2 %.

INGREDIENTES TRANSGÉNICOS (OMG)

Si alguno de los ingredientes es una sustancia obtenida con técnicas de modificación genética, la mención del ingrediente debe completarse con la siguiente información:

Texto: "Modificado genéticamente" o, "Producido a partir de [nombre del ingrediente] modificado genéticamente".

La citada leyenda debe aparecer, bien en la lista de ingredientes, entre paréntesis e inmediatamente después del ingrediente afectado, o bien en una nota a pie de la lista de ingredientes, siempre que el tamaño de la letra sea al menos el mismo que el de los ingredientes de la lista.

Ejemplos:

En el producto "Cereales de desayuno", uno de cuyos ingredientes sea maíz modificado genéticamente, la indicación en la lista de ingredientes debería ser la siguiente: "...harina de maíz (producida a partir de maíz modificado genéticamente)".

Otra opción es: "harina de maíz (*)", y al pie de la lista de ingredientes, deberá indicarse: "(*) producida a partir de maíz modificado genéticamente".

LOTE

se utiliza para asignar a un conjunto de artículos un código común que los identifica, normalmente porque comparten proceso de fabricación, materia prima, proceso de envasado. Es un dato en la trazabilidad de los alimentos.



sabías que...

El código de barras es un dato comercial, no es un dato obligatorio en la norma de etiquetado.

Información para alérgicos, celíacos y otras menciones

Las etiquetas de los alimentos preenvasados deben indicar claramente la presencia de los ingredientes clasificados como posibles alérgenos.

La mayoría de las personas pueden comer una gran variedad de alimentos sin problemas, pero para un pequeño porcentaje de la población hay determinados alimentos o productos de los mismos que pueden provocar una alergia o una intolerancia alimentaria.

ALERGIA ALIMENTARIA: el sistema inmunitario reacciona contra ciertas sustancias presentes en los alimentos que se denominan alérgenos.

INTOLERANCIA ALIMENTARIA: cuando la persona no puede digerir correctamente un alimento o uno de sus componentes.

Deben declararse siempre los siguientes alimentos, así como sus derivados e ingredientes hechos a base de ellos:

- Cereales que contengan gluten (trigo, centeno, cebada, avena, espelta, kamut o sus variedades híbridas)
- Crustáceos
- Huevos
- Pescado
- Cacahuetes
- Soja
- Leche
- Frutos secos de cáscara
- Apio
- Mostaza
- Sésamo
- Dióxido de azufre y sulfitos
- Moluscos
- Altramuces

"PUEDE CONTENER.....": esta advertencia se incluye cuando existe un riesgo de presencia accidental de algún alérgeno.

Todos **los productos alimenticios destinados a personas intolerantes al gluten, CELÍACOS**, constituidos por uno o más ingredientes procedentes del trigo, el centeno, la avena y la cebada o sus variedades híbridas, que se hayan tratado para eliminar el gluten, no contendrán un nivel de gluten que supere los 100 mg/kg en los alimentos que se venden al consumidor.



El etiquetado, la publicidad y la presentación de estos productos llevarán la mención:

alimentos con un nivel entre 20 y 100 mg/kg	"Muy bajo en gluten":
alimentos con un nivel inferior a 20mg/kg	"Sin gluten":  Símbolo Internacional "Sin Gluten" Este símbolo no garantiza al celíaco la ausencia total de gluten

Otras menciones obligatorias en el etiquetado de alimentos envasados:

Con uno o varios edulcorantes	*Con edulcorante(s)**
Con uno o varios edulcorantes y uno o varios azúcares	*Con azúcar (es) y edulcorante(s)**
Con polioles > 10%	*un consumo excesivo puede tener efectos laxantes*
Utilización gases envasados	*Envasado en atmósfera protectora*
Tratados con radiación ionizante	*Irradiado* o *Tratado con radiación ionizante*
Bebidas con quinina o cafeína >150mg/L (excepto café y té)	*Contenido elevado en cafeína: x mg/100ml*
Con ácido glicirrínico o su sal amónica	Si ≥100mg/kg o 10 mg/L *contiene regaliz* al final lista ingredientes
Con aspartamo	*Contiene una fuente de Fenilalanina*

Condiciones de conservación y utilización

FECHA DE DURACIÓN MÍNIMA:

Es la fecha hasta la cual el fabricante prevé que se mantendrán las características de calidad del alimento y se expresa en función de su vida útil de la forma siguiente:

"consumir preferentemente antes del... (DIA Y MES)", para duración inferior a 3 meses

"consumir preferentemente antes del fin de... (MES Y AÑO)", para duración entre 3 y 18 meses:

"consumir preferentemente antes del fin de... (AÑO)", para duración superior a 18 meses.

Desde el 30 de marzo del 2013, los envases de yogurt indicarán la fecha de consumo preferente y no la fecha de caducidad.

FECHA DE CADUCIDAD

Preceptiva en alimentos microbiológicamente muy perecederos, es la fecha hasta la cual mantiene la calidad sanitaria y sensorial, siempre y cuando se haya conservado correctamente siguiendo las instrucciones indicadas por el fabricante. Se indicará:

"Fecha de caducidad": día, mes y, eventualmente, año.



Hay algunos alimentos y bebidas que no requieren fecha de consumo: vinagre, sal de cocina, azúcares en estado sólido ...

CONSERVACIÓN

Es necesario respetar las condiciones de conservación para asegurar que el producto mantenga las características sanitarias y sensoriales, hasta la fecha de caducidad o de consumo preferente indicada.

Deberán figurar en:

- Productos microbiológicamente perecederos
- Productos que requieren unas condiciones especiales como "conservar en frigorífico una vez abierto"

INSTRUCCIONES DE USO

Permiten un uso apropiado del alimento como, por ejemplo: "disolver en agua templada antes de la cocción", "calentar al baño María".

Etiquetado nutricional

El etiquetado nutricional sirve para informar al consumidor sobre las propiedades nutritivas de un alimento.

Es la información que aparece en la etiqueta en relación con el valor energético y los nutrientes como proteínas, hidratos de carbono, grasas, fibra, sodio, ciertas vitaminas y sales minerales.

Con esta información el consumidor podrá comparar los alimentos antes de comprarlos, lo que ayudará a diseñar su dieta de acuerdo con sus gustos y necesidades personales.

El etiquetado nutricional es voluntario (será obligatorio a partir del 13 de diciembre de 2016).

Es obligatorio si en el etiquetado se menciona que el alimento posee propiedades nutritivas.

Algunos productos están obligados a llevar siempre etiquetado nutricional, como, por ejemplo, *los productos dietéticos*.

Hay 2 modelos de etiquetado nutricional:

MODELO BASICO (1)		MODELO DETALLADO (2)	
Valor energético	kilojulios(kj) y kilocalorías(kcal)	Valor energético	kilojulios(kj) y Kilocalorías(kcal)
Proteínas	gramos (g)	Proteínas	gramos (g)
Hidratos de carbono	gramos (g)	Hidratos de carbono de los cuales azúcares	gramos (g)
Grasas	gramos (g)	Grasas de las cuales grasas saturadas	gramos (g)
		Fibra alimentaria	gramos (g)
		Sodio	gramos (g)

Se expresa **por 100 g o por 100 ml** del producto alimenticio. También puede darse por **unidad o por porción**, siempre y cuando se indique el número de porciones contenidas en el envase.

Cuando se haga una declaración de propiedades nutritivas sobre azúcares, ácidos grasos saturados, fibra alimentaria o sodio, la información que habrá de facilitarse corresponderá a la del modelo 2.



Valor energético: es la cantidad de energía que proporcionan todos los componentes del alimento. Se expresa en kilocalorías (kcal o Cal) y en kilojulios (kj).

Proteínas: las fuentes principales son la carne, el pescado, los huevos, la leche y sus derivados y las legumbres.



Hidratos de carbono: también llamados glúcidos o azúcares, tienen como principal función aportar energía al organismo de manera inmediata. Son de dos tipos: Los sencillos (*miel, azúcar, etc.*) y los complejos como el almidón (*pan, pasta, arroz, patata, etc.*)



Grasas: también llamados lípidos, son los nutrientes que más calorías aportan. Los dos grandes grupos son:

1. Grasas saturadas: grasa animal (*tocino, manteca, lácteos enteros, mantequilla, etc.*) y aceites vegetales (*coco, palma*) y sus derivados (*muy utilizados en repostería, bollería, etc.*)

2. Grasas insaturadas: distinguiendo:

- **monoinsaturadas:** el más conocido es el aceite de oliva, aunque también se encuentra en otros alimentos como el aguacate y frutos secos.
- **poliinsaturadas:** los conocidos como los aceites omega 3 y omega 6, presentes en el pescado azul, las legumbres como la soja, los frutos secos, las semillas oleaginosas.



Fibra alimentaria: favorece el buen funcionamiento del tránsito intestinal. Los alimentos pueden contener dos tipos de fibra: soluble e insoluble.

Las fuentes principales son: cereales integrales, legumbres, frutas, hortalizas y verduras.



Sodio: El cuerpo utiliza el sodio para controlar la presión arterial y el volumen sanguíneo. El sodio también se necesita para

el buen funcionamiento del impulso nervioso en la contracción muscular. El consumo de sal no debe superar los 5 g al día.

La principal fuente de sodio es la sal común (2,5 g contiene 1 g de sodio), pero además, el sodio se presenta de manera natural en la mayoría de los alimentos.



Vitaminas: Se necesitan en cantidades muy pequeñas y actúan principalmente como reguladores de variados procesos metabólicos del organismo.

Las vitaminas se pueden clasificar según su solubilidad: en agua, HIDROSOLUBLES, y en grasas o lípidos, LIPOSOLUBLES.

Si se facilita información sobre vitaminas y sales minerales también deberá expresarse como porcentaje de las cantidades diarias recomendadas (CDR).

La información debe aparecer agrupada en un mismo lugar, estructurada en forma tabular y, si el espacio lo permite, con las cifras en columna. Si no hubiera suficiente espacio, se puede utilizar la forma lineal.

Vitaminas y Sales Minerales que pueden declararse y sus Cantidades Diarias Recomendadas (CDR):

Vitamina A (Retinol)	800 µg
Vitamina D (Ergocalciferol o Colecalciferol)	5 µg
Vitamina E (Tocoferol)	10 mg
Vitamina C (Ácido ascórbico)	80 mg
Vitamina B1 (Tiamina)	1,4 mg
Vitamina B2 (Riboflavina)	1,6 mg
Vitamina B3 (Niacina)	18 mg
Vitamina B4 (Piridoxina o Piridoxal o Piridoxamina)	2 mg
Vitamina B5 (Ácido fólico o folato)	200 µg
Vitamina B12 (Cianocobalamina)	1 µg
Biotina	1 µg
Ácido pantotámico	0,15 mg
Calcio	6 mg
Hierro	800 µg
Magnesio	14 mg
Zinc	300 µg
Yodo	150 µg

Etiquetado de declaraciones nutricionales



Declaración nutricional: declaración que afirme, sugiera o dé a entender que un alimento posee propiedades nutricionales benéficas específicas con motivo de:

a) el aporte energético (valor calórico), que proporciona o no, o bien en un grado reducido o incrementado:

{ Ejemplos: "Bajo valor energético", "Light", "Sin grasa"

b) los nutrientes y/o otras sustancias, que contiene o no, o bien en cantidades reducidas o incrementadas:

{ Ejemplos: "Enriquecida en calcio", "Fuente de Vitamina D", "Sin azúcar"

Las principales declaraciones nutricionales autorizadas son:

- Bajo valor energético
- Valor energético reducido
- Sin aporte energético
- Bajo contenido de grasa
- Sin grasa
- Bajo contenido de grasas saturadas
- Sin grasas saturadas
- Bajo contenido de azúcares
- Sin azúcares
- Sin azúcares añadidos
- Bajo contenido de sodio / sal
- Muy bajo contenido de sodio / sal
- Sin sodio o sin sal
- Fuente de fibra
- Alto contenido de fibra
- Fuente de proteínas
- Alto contenido de proteínas
- Fuente de [nombre de las vitaminas] y/o [nombre de los minerales]
- Alto contenido de [nombre de las vitaminas] y/o [nombre de los minerales]
- Contiene [nombre del nutriente u otra sustancia]
- Mayor contenido de [nombre del nutriente]
- Contenido reducido de [nombre del nutriente]
- Light / lite (ligero)
- Naturalmente / Natural

(pueden utilizarse también con cualquier otra declaración que pueda tener el mismo significado)

Ejemplos:

{ **SIN GRASA:** si el producto no contiene más de 0,5 g de grasa por 100 g ó 100 ml. No obstante, se prohibirán las declaraciones expresadas como «X % sin grasa».

{ **SIN AZÚCARES:** si el producto no contiene más de 0,5 g de azúcares por 100 g ó 100 ml.

{ **SIN SODIO o SIN SAL:** si el producto no contiene más de 0,005 g de sodio, o el valor equivalente de sal, por 100 g.

{ **FUENTE DE FIBRA:** Si el producto contiene como mínimo 3 g de fibra por 100 g o, como mínimo, 1,5 g de fibra por 100 kcal.

{ **LIGHT/LITE (LIGERO):** Es aquél cuyo aporte energético, es al menos un 30% más bajo que el de su alimento de referencia.



Etiquetado de propiedades saludables

Declaración de propiedades saludables: Declaración que afirme, sugiera o dé a entender que existe una relación entre una categoría de alimentos, un alimento o alguno de sus componentes y la salud.

Esto es muy frecuente en lo que conocemos como **Alimentos Funcionales**, que son aquellos alimentos elaborados no sólo por sus características nutricionales, sino también para cumplir una función específica, como puede ser mejorar la salud y reducir el riesgo de contraer enfermedades, siempre en el contexto de un estilo de vida sana y una dieta saludable y equilibrada.

Se trata de **alimentos convencionales o de uso diario**. No son comprimidos, ni cápsulas, ni ninguna otra forma de suplemento alimenticio.

Hay varias categorías de declaraciones saludables:

1. Declaraciones saludables **basadas en pruebas generalmente aceptadas y que sean bien comprendidas por el consumidor medio:**

Ejemplos: "El calcio contribuye al funcionamiento normal de los músculos", "La vitamina A contribuye al mantenimiento de las mucosas en condiciones normales".

Estas declaraciones deben aludir al mantenimiento o la mejora de la salud pero sin hacer referencia a la disminución del riesgo, curación o tratamiento de ninguna enfermedad.

Se podrán realizar tal como están redactadas y según las condiciones de uso incluidas en una **LISTA** de declaraciones autorizadas de propiedades saludables de los alimentos de la UE.

2. Declaraciones **basadas en pruebas científicas** recientemente obtenidas y/o que incluyan una solicitud de protección de datos **sujetos a derecho de propiedad industrial.**

Ejemplo: "El concentrado de tomate soluble en agua I y II contribuye a mantener normal la agregación de plaquetas".

Están sujetas a un procedimiento de estudio y evaluación "caso a caso" y posterior autorización o no y su inclusión en un registro.

3. Declaraciones **relativas a reducción del riesgo de enfermedad:** afirme, sugiera o dé a entender la reducción de un factor de riesgo de aparición de enfermedad.

Ejemplo: "Reduce los niveles de colesterol", "El colesterol alto es un factor de riesgo en el desarrollo de la enfermedad coronaria".

Están sujetas a un procedimiento de estudio y evaluación "caso a caso" y posterior autorización o no y su inclusión en un registro.

4. Declaraciones **relativas al desarrollo y la salud de los niños:** las que se basen en pruebas científicas especialmente dirigidas a los niños.

Ejemplo: "El calcio es necesario para el crecimiento y el desarrollo normal de los huesos en los niños", "El hierro contribuye al desarrollo cognitivo normal de los niños".

Están sujetas a un procedimiento de estudio y evaluación "caso a caso" y posterior autorización o no y su inclusión en un registro.

recuerda que...

Sólo pueden utilizarse declaraciones relacionadas con las propiedades saludables de un alimento o alguno de sus constituyentes que estén autorizadas o que hayan sido aprobadas específicamente por las Autoridades Europeas.

Distintivos de origen y calidad agroalimentaria

Son una herramienta útil para proporcionar información y garantías adicionales sobre los productos alimenticios. Informan sobre el origen geográfico concreto en el que han sido elaborados, de acuerdo con una norma, así

como los métodos de elaboración tradicionales.

Permiten una rápida información y garantizan que los productos han sido elaborados de acuerdo con unas condiciones especiales.

1) El etiquetado ecológico



Productos ecológicos son aquellos alimentos agrícolas o ganaderos que han sido producidos sin utilización de productos químicos tales

como fertilizantes, plaguicidas, antibióticos, etc. El etiquetado de este tipo de productos permite que el consumidor pueda distinguirlos y además acreditar que cumplen con una serie de garantías.

Etiqueta comunitaria con carácter obligatorio para los productos ecológicos de los estados miembros. De este modo, llevarán este distintivo aquellos alimentos comunitarios que cumplan con los presupuestos de la norma y que, al menos un 95% de sus ingredientes, deben haber sido producidos de manera ecológica.

Las menciones “Ecológico”, “ECO”, “BIO” y “Orgánico”, significan lo mismo y están reservados en exclusiva a los alimentos obtenidos de la agricultura ecológica.

2) DOP Denominación de Origen Protegida



Hace indicación a productos agrícolas o alimentos cuya calidad diferenciada se debe fundamental o exclusivamente al medio geográfico en el que se produce, transforma y elabora.

- Calatayud
- Campo de Borja
- Cariñena
- Somontano
- Ayles
- Cava
- Aceite del Bajo Aragón
- Aceite Sierra del Moncayo
- Cebolla Fuentes de Ebro
- Jamón de Teruel
- Melocotón de Calanda

2) IGP Indicación Geográfica Protegida



Señala los productos agrícolas o alimenticios que poseen un origen geográfico determinado y cuya calidad o reputación se debe a dicho lugar de origen.

Ejemplos: Ternasco de Aragón, Vinos de la tierra, Espárrago de Navarra, Carne de Ávila.



4) C'ALIAL

Es una marca de garantía creada por el Gobierno de Aragón para identificar a los productos de la Comunidad, naturales o transformados, que se distinguen por sus especiales cualidades, tanto gastronómicas como nutricionales.



Cárnicos, Hortofrutícolas, Miel, Ovolácteos, Pastas Alimenticias, Repostería, Vinagre de Vino, Pan de Cañada y Pan de Pintera.

5) ETG

Especialidades Tradicionales Garantizadas

Son los productos que cuentan con rasgos específicos diferenciadores de otros alimentos de su misma categoría. Además, estos productos agrícolas o alimenticios deben producirse a partir de materias primas tradicionales, o bien presentar una composición, modo de producción o transformación tradicional.



6) Artesanía Alimentaria

La Artesanía Alimentaria es una de las señas de identidad de la gastronomía aragonesa y, por supuesto, una innegable muestra de calidad alimentaria. Los productos artesanos se caracterizan por estar elaborados en empresas pequeñas, de no más de diez empleados y ser de factura preferentemente manual e individualizada, distinta de la propiamente industrial. Al frente del proceso siempre deberá haber un artesano, reconocido oficialmente como tal.



En Aragón están reconocidos los siguientes elaborados artesanales: derivados cárnicos (salazones, ahumados y adobados; tocinos, embutidos, charcutería y fiambres); derivados de la pesca y la acuicultura (salados, ahumados, desecados); derivados de la leche; aceite de oliva virgen; productos de panadería; pastas alimenticias; legumbres secas; frutas y hortalizas transformadas; miel; productos de confitería; chocolates y derivados; helados; bebidas alcohólicas, vinagres; manipulación de azafrán, hierbas aromáticas y medicinales, y sus elaborados.

7) Producción integrada

La Producción Integrada se define como el "sistema de producción sostenible de alimentos de alta calidad mediante métodos respetuosos con el medio ambiente.

Se pueden encontrar con este aval todas las frutas dulces de Aragón: manzanas, peras, melocotones, ciruelas, nectarinas.



**PRÓXIMAS
NOVEDADES**

en la **INFORMACIÓN
ALIMENTARIA
al CONSUMIDOR**

ETIQUETADO NUTRICIONAL

(a partir del 13 de diciembre de 2016). El etiquetado nutricional será obligatorio debiendo detallar el valor energético, grasas, ácidos grasos saturados, hidratos de carbono, azúcares, proteínas, y sal (en vez de sodio) por 100 g/100 ml y adicionalmente por porción.

Ingestas de referencia del valor energético y los nutrientes para adultos:

Valor energético o nutriente	Ingesta de referencia
Valor energético	8 400 kJ/2 000 kcal
Grasa total	70 g
Ácidos grasos saturados	20 g
Hidratos de carbono	260 g
Azúcares	90 g
Proteínas	50 g
Sal	6 g

El valor energético y las cantidades de nutrientes de indicación obligatoria, así como los que pueden repetirse de forma voluntaria, podrán expresarse como un porcentaje de las ingestas de referencia.

ALÉRGENOS (a partir del 13 de diciembre de 2014). Se han de indicar en la lista de ingredientes, debiendo destacarse mediante una composición tipográfica que la diferencie claramente del resto de la lista de ingredientes (por ejemplo, mediante el tipo de letra, estilo o color de fondo).

En ausencia de una lista de ingredientes, deberá incluir la mención: "contiene", seguida de la sustancia o producto causante de la alergia o intolerancia.

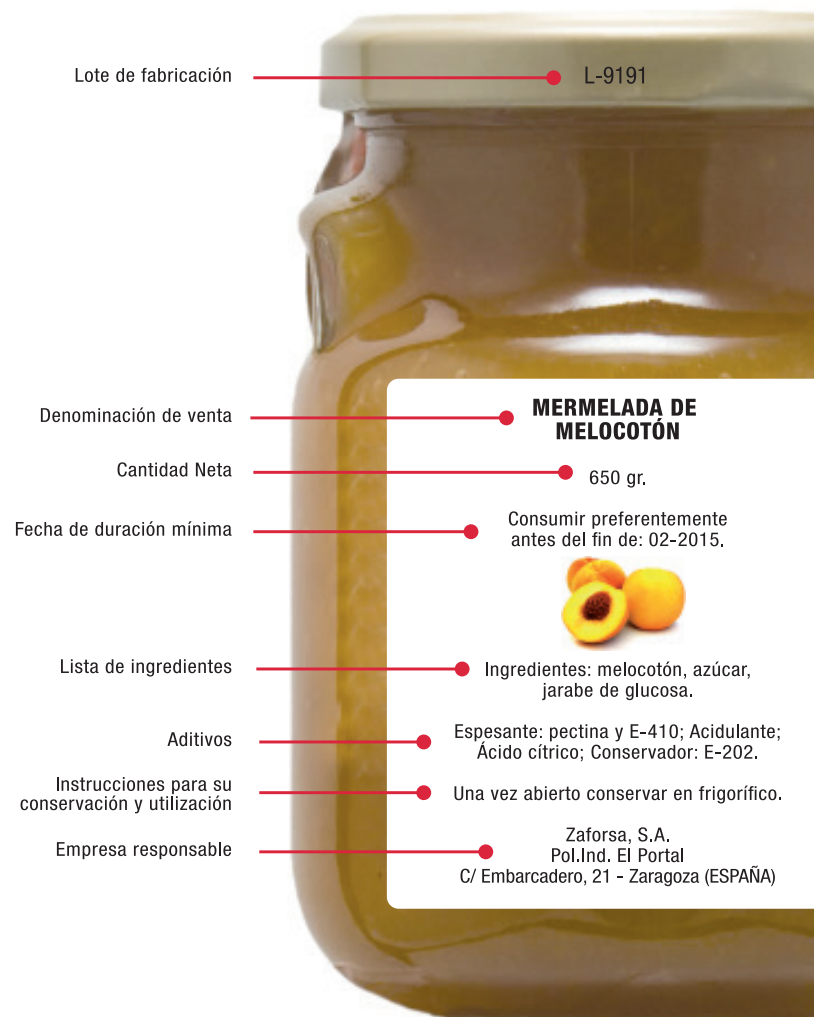
Los alérgenos deberán ser indicados en los alimentos no envasados que se vendan al consumidor final

LEGIBILIDAD (a partir del 13 de diciembre de 2014)

Tamaño mínimo de letra para la información obligatoria:

1,2 mm para envases cuya superficie máxima sea > 80 cm²

0,9 mm para envases cuya superficie máxima sea < 80 cm²



Lote de fabricación L-9191

Denominación de venta **MERMELADA DE MELOCOTÓN**

Cantidad Neta 650 gr.

Fecha de duración mínima Consumir preferentemente antes del fin de: 02-2015.



Lista de ingredientes Ingredientes: melocotón, azúcar, jarabe de glucosa.

Aditivos Espesante: pectina y E-410; Acidulante: Ácido cítrico; Conservador: E-202.

Instrucciones para su conservación y utilización Una vez abierto conservar en frigorífico.

Empresa responsable Zaforsa, S.A. Pol.Ind. El Portal C/ Embarcadero, 21 - Zaragoza (ESPAÑA)

www.aragon.es/consumo

**SERVICIOS PROVINCIALES DE SANIDAD,
BIENESTAR SOCIAL Y FAMILIA**

HUESCA

C/ San Jorge, 65
T. 974 24 72 34

TERUEL

C/ 3 de abril, 1
T. 978 65 40 10

ZARAGOZA

P. María Agustín, 16
T. 976 71 52 43 / 976 71 52 42

**DIRECCIÓN GENERAL
DE CONSUMO**

Vía Universitat, 36, 6ª planta. 50017 Zaragoza

**ATENCIÓN AL CONSUMIDOR
900 12 13 14**



@consumoaragon



Consumo Aragón



**GOBIERNO
DE ARAGON**

Departamento de Sanidad,
Bienestar Social y Familia