



## Etiquetado de alimentos

Sepa qué información nutricional debe ir en los envases de los alimentos y las normas sobre venta y publicidad de la comida “chatarra”.

La señora Ximena está en el supermercado algo aporreada haciendo su compra del mes. Una amiga le dijo que con la ley de etiquetado de alimentos ahora se podrá saber qué productos son sanos.

### ◦ ¿Qué tipo de información deben tener los alimentos?

Los envases o etiquetas de los alimentos destinados al consumo humano deben indicar todos los ingredientes que contienen, incluyendo todos sus aditivos y su información nutricional.

Todo producto elaborado o comercializado que contenga entre sus ingredientes o haya utilizado en su elaboración soya, leche, maní, huevo, mariscos, pescado, trigo o frutos secos, debe indicarlo en su envase.

Asimismo, deberán informar en sus envases o etiquetas la calidad de “libre de gluten” de los alimentos que lo sean.

### ◦ ¿Quién es el responsable de dar esa información?

Los fabricantes, productores, distribuidores e importadores de alimentos deben encargarse o velar por que la información esté contenida en los envases.

### ◦ ¿La “comida chatarra” debe ir identificada como tal?

Según lo consigna en el Reglamento Sanitario de los Alimentos, este tipo de alimentos se deberá rotular como “alto en azúcares”, “alto en grasas saturadas”, “alto en sodio” o con otra denominación equivalente, según el caso. Los valores considerados altos están fijados en el citado reglamento.

La información en el rótulo deberá estar en idioma castellano, aunque se puede repetir en otro idioma. Los datos deberán señalarse en los envases o etiquetas de manera clara.

### ◦ ¿Habrá alguna indicación para los alimentos sin gluten?

Los alimentos procesados que no contengan gluten se etiquetarán mediante la expresión “libre de gluten”, acompañada de un logo o símbolo de una espiga tachada.

### ◦ ¿Es verdad que no se podrá vender comida “chatarra” en los colegios?

Estará prohibido que los alimentos con altos índices en calorías, grasas, grasas saturadas, azúcar y sal sean expendidos, comercializados, promocionados y publicitados dentro de establecimientos de educación parvularia, básica y media.

### ◦ ¿Es cierto que en los establecimientos educacionales deben enseñar hábitos de comida sana?

Los establecimientos de educación parvularia, básica y media del país deberán incluir, en todos sus niveles actividades didácticas y físicas que contribuyan a desarrollar hábitos de una alimentación saludable.

Los establecimientos educacionales deberán informar y advertir a los estudiantes, padres, madres y apoderados, sobre la existencia de las diversas patologías relacionadas con intolerancias alimentarias, enfermedad celíaca y alergias alimentarias.

### ◦ ¿Es cierto que habrá restricciones a la publicidad de la “comida chatarra”?

Está prohibido hacer publicidad dirigida a menores de 14 años de los alimentos con altos índices en grasas, grasas saturadas, azúcares, sodio y otros ingredientes que la autoridad sanitaria considere nocivos. Tampoco se podrá aprovechar la credulidad de los menores para ofrecerles dichos alimentos gratis como promoción. También estará prohibido utilizar, en su venta, “ganchos” promocionales como regalos, concursos, juegos, adhesivos, juguetes, etc. Toda publicidad de alimentos, en general, efectuada por medios de comunicación masivos debe llevar un mensaje, cuyas características determina el Ministerio de Salud a favor de la comida sana.