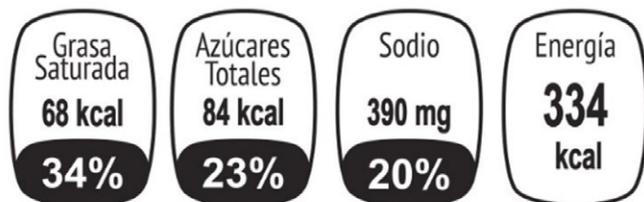


¿Qué sabes del etiquetado nutrimental?



MÉXICO

Este envase aporta:



% de nutrimentos diarios

www.etiquetadosclaros.org

alianza por la salud alimentaria

México cuenta con el sistema de etiquetado Guideline Daily Amount (GDA), el cual presenta muchas dificultades para su interpretación, ya que se requiere hacer algunos cálculos para poder entender el contenido del producto.

Lo que dificulta a los consumidores comprender si el artículo elegido es bueno o contiene ingredientes poco saludables.

Como parte de las estrategias del Gobierno Mexicano para combatir las enfermedades no transmisibles, el 1 de octubre del 2020 entro en vigor el etiquetado frontal para productos de alimentos y bebidas no alcohólicas preenvasadas. Esta herramienta permitirá conocer si el contenido, en términos de calorías, azúcares, grasas saturadas, grasas trans y sodio, rebasan los niveles adecuados para mantener la salud.

¿Quiénes participaron en su creación?

Comisión Federal para la Protección contra Riesgos Sanitarios (Cofepris),

organismo de quien depende la NOM 051.

Subsecretaría de Industria, Comercio y Competitividad

de la Secretaría de Economía que coordinó su proceso.

Grupo Intersecretarial de Salud, Alimentación, Medio Ambiente y Competitividad (Gisamac).

Instituto Nacional Salud Pública (INSP), el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (Unicef) y el Fondo de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO).

¿Cómo los leo?

En este etiquetado este compuesto integra por 5 sellos de advertencia en forma de octágono, que, de manera clara, sencilla y visible indican cuando un producto contiene exceso de nutrimentos e ingredientes críticos como: calorías, grasas saturadas, grasas trans, azúcar y sodio.



También incluye 2 leyendas precautorias sobre contenido de cafeína y edulcorantes, no recomendables para consumo en niños.

CONTIENE EDULCORANTES, NO RECOMENDABLE EN NIÑOS

CONTIENE CAFEÍNA EVITAR EN NIÑOS

Los productos pequeños cuyo tamaño sea menor o igual a 40 cm² se presentan como “mini-sellos” que indican el número de ingredientes críticos que contienen y afectan la salud.



Beneficios del nuevo etiquetado

- Ayuda a tomar una decisión de si es sano o no consumir un producto en específico.
- Informa de manera fácil, rápida y verídica sobre los nutrimentos
- Advierte de ingredientes dañinos para la salud

El etiquetado tiene un fin muy claro, sin embargo, cada persona tiene una cultura alimentaria diferente, la conciencia esta en cada uno de nosotros para alimentarnos correctamente y enseñar hábitos saludables.

Elige siempre la mejor opción, si tienes dudas consulta con un profesional de la salud.





LOCKTON[®]

UNCOMMONLY INDEPENDENT