

The incredible shrinking portion

This is 175 grams of potato chips. The GDA says it is 11% of a person's daily maximum of fat.

fat 75g 11%

That is not so bad!

But in fact the package contains 53 grams of fat which is 75% of the daily maximum, not 11%.

fat 53g 75%

What happened?

The food industry agreed – all on their own – to label the chips based on very small portions of 25 grams only. This makes the chips look less fattening.

This portion trick is also used on sweets, soft drinks, biscuits and other unhealthy products. But honestly, these products do not get any healthier!

This is 25 grams. How much do you eat?

Visit stopGDA.eu to join the campaign and to get more information

Not supporting healthy eating

Here are GDA labels for two products. The one on the right looks healthier, with no calories and sugar. But it is not!

Here is another example. They look very much the same. But they are not!

100% Orange Juice

GDA is focused on fats, sugar and salt. Natural and healthy foods such as vegetables, fruits, whole grains, milk, fish and meats contain much more than that. Think of:

Flaxseed oil	Flaxseed oil	Flaxseed oil	Tomato
Flaxseed oil	Flaxseed oil	Flaxseed oil	Broccoli
Flaxseed oil	Flaxseed oil	Flaxseed oil	Spinach
Flaxseed oil	Flaxseed oil	Flaxseed oil	Salmon
Flaxseed oil	Flaxseed oil	Flaxseed oil	Almonds
Flaxseed oil	Flaxseed oil	Flaxseed oil	Apples
Flaxseed oil	Flaxseed oil	Flaxseed oil	Bananas
Flaxseed oil	Flaxseed oil	Flaxseed oil	Carrots
Flaxseed oil	Flaxseed oil	Flaxseed oil	Oranges

GDA does not give natural foods any credit for these vital nutrients.

The food industry argues that consumers already know to choose milk instead of soda, but consistent nutrition labelling **can** differentiate between healthier and unhealthy foods, and support official nutrition recommendations.

Visit stopGDA.eu to join the campaign and to get more information

La GDA se centra en grasas, azúcares y sal. Los alimentos saludables y naturales, tales como las frutas y hortalizas, granos de frutos secos, leche, pescados y carnes, contienen muchos más nutrientes que esos

Hay mensajes publicitarios, como algunos que se pueden leer debajo de etiquetados de alimentos que cumplen con las GDA, que son un presagio y un "riesgo de saturación e incredulidad entre los consumidores". Se está repitiendo "el fenómeno de los bios y de los productos saludables"

El código en el cual dice basarse la GDA es que los mensajes sean "constatables", y lo cierto es que con este tipo de legislación se pueden publicar un montón de alimen-

tos como bajos en calorías, pero en una tienda, no se atreven a decirlo de una lechuga. ¿Quién aprueba estas directrices en la UE? ¿Porqué las asociaciones de productores de frutas y hortalizas no defienden mejores prácticas para informar a los consumidores en los puntos de venta sobre las propiedades nutricionales de estos alimentos, sobre su origen y de sus diferencias varietales, etc.?

Nota del redactor:

Esta información, de forma parecida a como se hizo con los anuncios, "esto es la leche" publicados en las primeras Guías de frutas y hortalizas de esta editorial, pretende llamar la atención sobre la capacidad de confundir a los consumidores en las informaciones sobre alimentos que hay en los supermercados y lo contradictorio que significa que las frutas y hortalizas sigan comercializándose en graneles con el argumento que lo principal es el precio, al mismo tiempo que se pretende garantizar una trazabilidad, exigida férreamente a la producción. Precios bajos, dicen los anuncios de las tiendas, acompañándolos con una imagen de frutas o de aceite de oliva.

Declaraciones nutricionales y etiquetado

Dos iniciativas legislativas que brindan oportunidades al sector de las frutas y hortalizas frescas



Raquel Izquierdo de Santiago

Asesora en política de alimentos de Freshfel Europe
www.freshfel.org

Freshfel Europe es el foro europeo de frutas y hortalizas frescas. Como tal, uno de los principales objetivos de Freshfel es promocionar su consumo entre la población y restablecerlo en aquellos casos donde se encuentre estancado o disminuido, tendencia observada actualmente en toda Europa.

El bajo consumo de productos frescos, las dietas inadecuadas basadas en azúcares, sales y grasas y la falta de una actividad física, son factores que predisponen a la obesidad, uno de los principales problemas de salud a los que actualmente se enfrenta Europa.

Las frutas y hortalizas contienen compuestos benéficos que actuando juntos protegen al organismo de enfermedades crónicas, particularmente las cardiovasculares, una de las posibles secuelas de la obesidad. Sin embargo, su consumo se encuentra "estancado" en toda Europa; en la mayoría de los casos está por debajo de los niveles mínimos establecidos por la OMS y la FAO. Estas organizaciones recomiendan consumir como mínimo 400 gramos de frutas y hortalizas al día, aunque muchos expertos señalan que se deberían consumir menos 700 gramos. En consecuencia, y pese a las grandes ventajas de los productos frescos en materia de salud y nutrición, las frutas y hortalizas no son atractivas para la población y su nivel de consumo necesita ser estimulado urgentemente.

Según las conclusiones del "Monitor de Consumo 2008" de Freshfel (que analiza las tendencias en producción, comercio, abastecimiento y con-

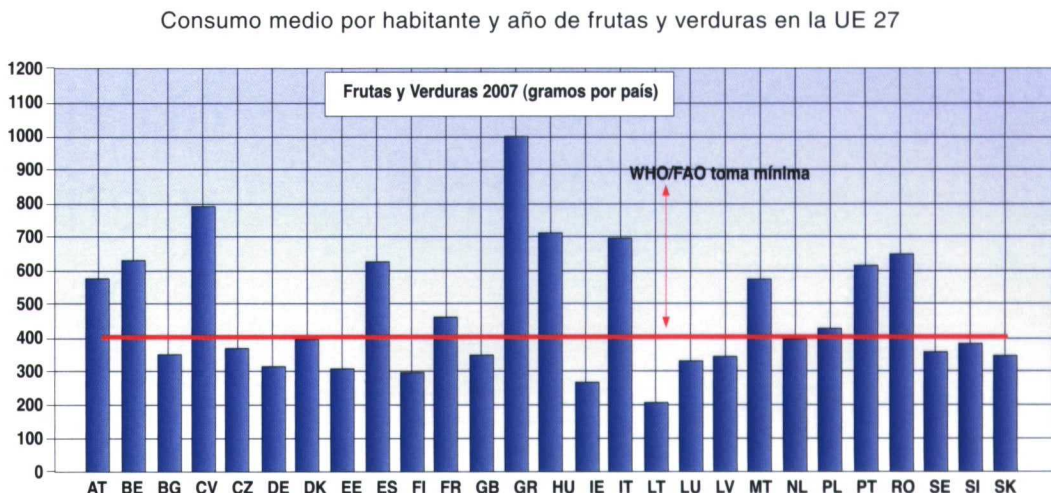
Las frutas y hortalizas no están obligadas a etiquetar su contenido nutricional

sumo per cápita de frutas y hortalizas frescas en los 27 países de la Unión Europea), durante el año 2007 la cantidad total de la oferta de frutas per cápita se situó en 91 kg y el de las hortalizas en 104 kg, lo que representa una disminución del 5% para las frutas y del 15% para las hortalizas, en comparación con la media de los últimos cinco años.

El reglamento sobre declaraciones nutricionales y de propiedades saludables y la propuesta sobre etiquetado de las propiedades nutritivas de los alimentos, son dos novedades legislativas recientes a nivel europeo que afectan al sector de las frutas y hortalizas frescas, planteando algunos desafíos pero también ofreciendo buenas oportunidades para defender la imagen y promoción de este alimento altamente nutritivo. Freshfel Europe está siguiendo de cerca estos desarrollos legislativos con miras a representar los intereses de este sector.

Declaraciones nutricionales y de propiedades saludables

La normativa comunitaria 1924/2006 sobre declaraciones nutricionales y de propiedades saludables de los alimentos se publicó en el Diario Oficial de 18 de enero de 2007 y entró en vigor (aunque no completamente) a partir del 1 de julio de 2007. Dicha normativa es-



tablece las condiciones para la utilización de declaraciones nutricionales (tales como “bajo en grasa”) y de propiedades saludables (como “ayuda a bajar el colesterol”) basadas en los perfiles nutricionales.

1. La normativa (artículo 2.2.1) define a las declaraciones como “cualquier mensaje o representación (...) pictórica, gráfica o simbólica, que afirme o sugiera que un alimento posee características específicas.” Esta definición podría proteger a las frutas y hortalizas frescas del uso (o abuso) de su imagen positiva en productos procesados. A partir de ahora, el producto alimenticio que se venda con imágenes de frutas y hortalizas será considerado como alimento que hace una declaración, y por lo tanto tendrá que estar constituido (al menos hasta cierto punto) de frutas y hortalizas.

Solamente se autorizará el uso de declaraciones nutricionales y de propiedades saludables si cabe esperar que el consumidor medio comprenda los efectos benéficos tal como se expresan en la declaración, y si esta se fundamenta en información científica previamente aceptada.

2. Perfil de los nutrientes - Las declaraciones sólo podrán hacerse si el producto cumple con un determinado perfil, es decir, las proporciones adecuadas de sal, grasa y azúcar. Si una de estas proporciones excede el límite del perfil, la declaración puede seguir elaborándose, siempre y cuando dicho exceso se manifieste claramente en la etiqueta. En las declaraciones de propiedades saludables, en cambio, no puede fallar ningún criterio. Se tendrán en cuenta las recomendaciones nacionales sobre la ingesta de alimentos (como por ejemplo, las elaboradas por la iniciativa “5 al día”).

Para determinados alimentos o categorías de alimentos, según su función e importancia en la dieta de la población, se prevén exoneraciones a la obligación de respetar los perfiles nutricionales. Una exoneración prácticamente segura

Las bebidas añaden más información de la necesaria en sus envases para disimular los aspectos más relevantes

será: “las frutas y hortalizas y sus productos, presentados en estado fresco, congelado, seco o bajo cualquier otra forma, en la medida que no contengan azúcares añadidos, sal o grasa”. Esto significa que las frutas, aún con alto contenido de azúcares naturales, pueden hacer una declaración nutricional, sin necesidad de indicar el contenido de azúcar, y una declaración de propiedades saludables, si así se justifica.

Categorías de alimentos, condiciones específicas y umbrales: La Comisión Europea propone una categoría de “Frutas, verduras, nueces y sus productos”, con la condición que los productos finales tengan un mínimo de 50 g por cada 100 g de frutas, hortalizas o nueces. Los siguientes umbrales se aplicarán también: un máximo de 400 mg de sodio, 5 g de saturados y 15 g de azúcares por cada 100 g.

La industria de la alimentación, contradiciendo a la OMS ignora la diferencia entre el azúcar añadido (las calorías vacías) y el azúcar natural. Esto hace que la cantidad de azúcar añadido aparezca inferior. El truco del azúcar de referencia hace que un preparado de Kellogg’s aparezca como más sano que una manzana

Según el artículo 4.1 del reglamento, los perfiles nutricionales se deberían haber desarrollado antes del 19 de enero de 2009, basados en una opinión de la Autoridad Europea de Seguridad Alimentaria (EFSA, del inglés European Food Safety Authority). La Comisión Europea no ha respetado esta fecha límite y de momento no es posible determinar cuándo serán fijados.

3. Una "declaración nutricional" es cualquier declaración que afirme, sugiera o implique que un alimento posee propiedades nutricionales benéficas específicas con motivo de su aporte energético, sus nutrientes u otras sustancias. Una lista de las declaraciones nutricionales autorizadas y las condiciones para su uso está publicada en el Anexo del Re-

glamento. Las declaraciones comparativas sólo podrán realizarse entre alimentos de la misma categoría, tomando en consideración una serie de alimentos de dicha categoría.

4. Una "declaración de salud" se refiere a cualquier declaración que afirme, sugiera o implique que existe una relación entre una categoría de alimentos, un alimento o uno de sus componentes, y la salud. Las declaraciones funcionales (artículo 13 de la normativa) (como "el calcio es bueno para los huesos") se incluirán en una lista positiva que la

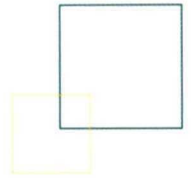
Comisión Europea debe elaborar antes del 31 de enero de 2010, basada en dictámenes científicos de la EFSA. Estas declaraciones no incluyen las relativas al desarrollo y la salud de los niños, o la reducción del riesgo de enfermedades (artículo 14). Las declaraciones sobre reducción del riesgo de enfermedad (definidas como cualquier declaración que afirme, sugiera o implique que el consumo de cierta categoría de alimentos, un alimento o uno de sus componentes, reduce significativamente un factor de riesgo en el

desarrollo de una enfermedad) y las relativas al desarrollo y a la salud de los niños, requieren de una autorización en todos los casos y la presentación de un expediente científico de la EFSA.

Información a los consumidores - Etiquetado Nutricional

La Comisión Europea adoptó a comienzos del 2008 una propuesta para el suministro de información alimentaria facilitada al consumidor (etiquetado nutricional). Esta propuesta combina la Directiva 2000/13/CE del Parlamento Europeo y del Consejo, concerniente al etiquetado, presentación y publicidad de los productos alimenticios, y la Directiva 90/496/CE, correspondiente al etiquetado sobre

En la información de las etiquetas la industria alimentaria muestra resultados de análisis de porciones más pequeñas de lo normal



**PORQUE CREEMOS EN LA AGRICULTURA
INNOVACIÓN ESPECÍFICA PARA AGRICULTURA**



TRADECORP
NUTRI-PERFORMANCE

C/ Alcalá 498, 2ª Planta - 28027 Madrid (España) - Tel. +34 913 273 200
global@tradecorp.sapec.pt - www.tradecorp.com.es

propiedades nutritivas de los productos alimenticios.

Los productos no transformados que contengan un único ingrediente o categoría de ingredientes, están exentos de la exigencia de una declaración nutricional obligatoria. Por lo tanto, las frutas y hortalizas frescas no están obligadas a etiquetar su contenido nutricional; pero en caso de querer hacerlo, tendrían que cumplir las mismas normas que las demás categorías de alimentos.

La propuesta define claramente en qué casos la información es obligatoria y en cuáles es voluntaria. Es obligatorio colocar el etiquetado nutricional en la parte frontal del envase. Allí debe señalarse la información sobre energía, grasas, grasas saturadas, carbohidratos, azúcares y conte-

nido de sal del producto, expresada en términos de 100 ml/100 g o por cada porción. Así mismo se debe incluir la Guía de las Cantidades Diarias (del inglés GDA, Guideline Daily Amounts).

Es precisamente la introducción del sistema de GDAs, uno de los aspectos de la propuesta más polémicos para nuestro sector. Hay quienes en Europa creen que las GDAs engañan a los consumidores, enfocándose únicamente en el contenido en grasas, azúcares y sal, y no en nutrientes vita-

les de alimentos naturales y saludables como son las frutas y hortalizas. El sistema además no tiene en cuenta la diferencia entre el contenido de azúcar añadido (calorías vacías) y el azúcar natural (que se produce en muchos alimentos saludables, especialmente frutas, y siempre acompañada de otros nutrientes vitales), por lo que la cantidad de azúcar añadida parece menos significativa.

La propuesta está aún bajo el escrutinio del Parlamento Europeo, cuyos miembros ya

han presentado más de 1.000 enmiendas al texto de la Comisión. Sin embargo, la votación ha quedado postpuesta hasta después de las elecciones de junio de 2009, lo que hace difícil prever cuándo estará listo el documento que finalmente entrará en vigor.

Traducción del texto Claims and Labelling Two legislative initiatives bringing opportunities for the fresh produce sector, realizada por Jorge L. Alonso G. (jalonso@ediho.es)

Las frutas, aún con alto contenido en azúcares naturales, pueden hacer una declaración nutricional y de propiedades saludables, si así se justifica



Freshfel Europe, la Asociación Europea de las frutas y hortalizas frescas, Avenida de Broqueville 272/4, 1200 Bruselas, Bélgica; Tel: +32 2 777 15 80; Fax: +32 2 777 15 81; e-mail: info@freshfel.org; www.freshfel.org

Programas informáticos para la horticultura



- > Costes de producción por parcela, variedad, planta
- > Trazabilidad, Producción Integrada, EurepGAP
- > Control de almacén: compras, consumos, stocks
- > GPS: medición de finca y trabajo con planos
- > Contabilidad y facturación
- > Agri-Pocket: recogida y consulta de datos in situ



REMITIR A :
ISAGRI - C/ESPINOSA, 8 - 410
46008 VALENCIA
Tfno: 902 170 570. fax: 902 170 569.
E-mail : isagri@isagri.es
Internet : www.isagri.es

Deseo recibir información sobre las soluciones ISAGRI de :

- Horticultura
- Otros

Empresa :

Nombre :

Dirección :

.....

.....

C.P :

Localidad :

Tfno :

Móvil :

ISAGRI
Informática y servicios para el sector agropecuario

ISAGRI
Informática y servicios para el sector agropecuario