

PREGUNTES I RESPOSTES SOBRE LES DECLARACIONS NUTRICIONALS I DE SALUT

Què són les declaracions nutricionals i de salut?

"Declaració nutricional" és qualsevol declaració que afirmi, suggereixi o doni a entendre que un aliment té propietats nutricionals beneficioses específiques per a l'aportació energètica que proporciona en grau reduït o incrementat i/o dels nutrients o altres substàncies que conté, en proporcions reduïdes o augmentades.

"Declaració saludable" és qualsevol declaració que afirmi, suggereixi o doni a entendre que existeix una relació entre una categoria d'aliments, un aliment o un dels seus constituents, i la salut.

Quines declaracions nutricionals estan autoritzades?

Només les declaracions nutricionals recollides a l'annex del Reglament 1924/2006, estan autoritzades, amb les condicions d'ús que s'hi recullen.

A la taula següent es resumeixen les condicions per fer una declaració d'acord amb el Reglament (CE) núm. 1924/2006, de 20 de desembre de 2006.

CONCEPTE	DECLARACIÓ ⁽¹⁾		
	Baix contingut	Contingut reduït	Sense
Valor Energètic	$\leq 40\text{kcal}$ (170kj)/100g) o $\leq 20\text{kcal}$ (80kj)/100ml)	Al menys inferior al 30% de l'original	$\leq 4\text{kcal}$ (17kj)/100ml ⁽²⁾
	Baix contingut	Sense	
Greixos	$\leq 3\text{g}/100\text{g}$ o $\leq 1,5/100\text{ml}$ (1,8g/100ml per a la llet semidesnatada)	$\leq 0.5 \text{ g}/100\text{g}$ o $\leq 0.5\text{g}/100\text{ml}$ ⁽³⁾	
Greixos saturats	Suma de greixos saturats més greixos trans és $\leq 1.5\text{g}/100\text{g}$	Suma de greixos saturats més greixos trans és $\leq 0.1\text{g}/100\text{g}$ o	



	$o \leq 0.75\text{g}/100\text{ml}$ i sempre que no aportin més del 10% de l'energia	$\leq 0.1\text{g}/100\text{ml}$	
Sucres	$\leq 5\text{g}/100\text{g}$ o $\leq 2.5\text{g}/100\text{ml}$	$\leq 0.5\text{g}/100\text{g}$ o $\leq 0.5\text{g}/100\text{ml}^{(4)}$	
	Baix contingut	Molt baix contingut	Sense
Sodi /Sal ^(5,6)	$\leq 0.12\text{g}$ de sodi/100g o 100ml, o el seu equivalent en sal	$\leq 0.04\text{g}$ de sodi/100g o 100ml, o el seu equivalent en sal	$\leq 0.005\text{g}$ de sodi/100g, o el seu equivalent en sal
	Font de		Alt contingut
Fibra	$\geq 3\text{g}/100\text{g}$ o $\geq 1.5\text{g}/100\text{kcal}$	$\geq 6\text{g}/100\text{g}$ o $\geq 3\text{g}/100\text{kcal}$	
Proteïnes	$\geq 12\%$ del total d'energia	$\geq 20\%$ del total d'energia	
	Font de		Alt en
Vitamines i minerals	$\geq 15\%$ de la CDR		$\geq 30\%$ de la CDR
Omega 3	$\geq 0.3\text{g}$ ac. alfa-linoleic/100g i 100kcal o $\geq 40\text{mg}$ ac. eicosopentanoic+ac. docosohexanoic/100g i 100kcal		≥ 0.6 g ac. alfa-linoleic/100g i 100kcal o $\geq 80\text{mg}$ ac. eicosopentanoic+ac. docosohexanoic/100g i 100kcal
	Conté ⁽⁷⁾	Major contingut	Contingut reduït
Nutrients	Només quan compleix amb tot el disposat al Reglament. En vitamines i minerals ha d'arribar al nivell de "font de"	Per a aquesta menció s'ha d'arribar al nivell de "font de" i l'increment representar més del 30% comparat amb productes similars	La reducció ha de ser de al menys el 30% comparat amb productes similars ⁽⁸⁾



	Alt en
Greixos monoinsaturats	≥ 45% dels greixos deriven de greixos monoinsaturats i aporten més del 20% de l'energia
Greixos poliinsaturats	≥ 45% dels greixos deriven de greixos poliinsaturats i aporten més del 20% de l'energia
Greixos no saturats	≥ 70% dels greixos deriven de greixos poliinsaturats i aporten més del 20% de l'energia
	Light / Lite
Energia nutrients	Està subjecte a les mateixes condicions que la declaració "reduït". Pot acompanyar-se d'una indicació de la característica que fa que l'aliment sigui "light" o "lite".

(1) Quan sigui pertinent es permet l'ús del terme "naturalment/natural" usat com a prefix de l'al·legació.

(2) Per als edulcorants de taula 0.4 kcal/ porció equivalent a 6g de sacarosa.

(3) Està prohibida l'expressió "X% sense greixos".

(4) L'expressió "sense sucres afegits" només podrà utilitzar-se quan al producte no se li hagin afegit monosacàrids, disacàrids ni cap altre aliment utilitzat per endolcir. Si els sucres estan presents de manera natural ha d'indicar-se sempre "conté sucres naturalment presents"

(5) En aigües minerals els valors de referència són diferents.

(6) L'expressió "sense sodi/sal afegida" només es podrà utilitzar quan al producte no se li han afegit sal i/o sodi directament o a través dels ingredients i sempre que el producte compleixi les condicions de "baix contingut en sal".

(7) La menció "conté" pot aplicar-se també als components no nutritius que compleixin amb totes les especificacions del Reglament.

(8) Hi ha excepcions per a alguns micronutrients en els que és suficient una reducció del 10% i per al sodi en què és suficient una reducció del 25%.

En el cas dels greixos saturats, sols es podrà declarar "contingut reduït de greixos saturats" quan la suma de greixos saturats i greixos trans és com a mínim inferior a un 30% en comparació amb un producte similar i la quantitat de trans sigui igual o inferior a la d'un producte similar.

En el cas dels sucres, sols es podrà declarar "contingut reduït de sucres" quan l'aport energètic sigui igual o inferior a la d'un producte similar.

On puc trobar informació clara sobre les declaracions saludables permeses?

La llista de declaracions de propietats saludables està publicada mitjançant el Reglament 432/2012 de la Comissió, de 16 de maig de 2012. Per facilitar la consulta, la Comissió Europea posa a disposició de la ciutadania un registre amb la llista de declaracions de propietats saludables permeses així com de les no autoritzades. El Registre s'anirà actualitzant amb totes les peticions fins que es completi el procés d'autorització.

El Registre de la Unió es troba disponible a la pàgina web de la Comissió Europea:

<http://ec.europa.eu/nuhclaims/>



El Reglament 432/2012 va entrar en vigor el 14 de desembre de 2012. Els productes comercialitzats amb anterioritat que contenen declaracions de propietats saludables no incloses en el Reglament, poden seguir en el mercat?

La postura d'alguns estats membres, entre ells Espanya, és la de permetre la comercialització dels productes ja posats en el mercat fins l'esgotament d'existències, sempre i quan els productes no representin un risc per a la salut dels consumidors.

Totes les declaracions no incloses en la llista de declaracions permeses han estat rebutjades perquè no eren veritat?

Aquest no és necessàriament el cas. El primer requisit era una avaluació científica, seguida del compliment d'altres requisits inclosos al Reglament. En la seva avaluació, l'EFSA va analitzar tres elements:

- Si l'efecte declarat es pot definir prou com per realitzar una avaluació científica.
- Si l'efecte que es persegueix és sens dubte beneficiós per a la salut.
- Si els estudis que es considerin pertinents per l'EFSA podrien permetre l'establiment d'una relació de causa i efecte entre l'aliment i l'efecte declarat.

Una opinió desfavorable de l'EFSA podria estar vinculada a qualsevol d'aquests elements.

Com es podran utilitzar les declaracions de propietats saludables acceptades?

Qualsevol operador podrà utilitzar les declaracions de propietats saludables permeses en la llista sempre que compleixin les condicions d'ús previstes en l'autorització. Les condicions d'ús han d'assegurar que l'efecte que s'al·lega s'aconsegueix. És a dir, les declaracions de propietats saludables autoritzades no podran utilitzar-se tret que el seu ús satisfaci plenament els requisits establerts en l'autorització.

Lles condicions es poden consultar a:

[Registre Europeu de declaracions nutricionals i de salut](#)



Quina informació addicional és obligatòria en l'etiquetatge quan s'usa una declaració de propietats saludables permesa?

- a. Una declaració en la qual s'indiqui la importància d'una dieta variada i equilibrada.
- b. La quantitat d'aliment i el patró de consum requerits per obtenir l'efecte benèfic declarat.
- c. Si escau, una declaració dirigida a les persones que haurien d'evitar el consum de l'aliment.
- d. Un advertiment adequat en relació amb els productes que puguin suposar un risc per a la salut si es consumeixen en excés.

Aquesta informació figurarà en l'etiquetatge del producte o, de no existir, en la presentació i publicitat (veure directrius per a l'aplicació de les condicions específiques establertes en l'article 10, recollides en la decisió de la Comissió de 24 de gener de 2013).

S'han d'utilitzar les al·legacions de la llista exactament com estan redactades, fins i tot si el llenguatge utilitzat és molt científic?

Pot ocórrer que les declaracions de propietats saludables permeses hagin de ser expressades de forma diferent a causa de diferències lingüístiques o culturals. Per aquesta raó, la llista de declaracions de propietats saludables permeses permet als operadors d'empreses alimentàries certa flexibilitat, sempre que les esmentades declaracions modificades tinguin el mateix significat per als consumidors que el de la declaració de propietats saludables permesa. La clau rau a no redactar-les de manera que puguin induir a error.

Poden figurar en l'etiquetatge recomanacions de professionals de la salut?

D'acord amb el que estableix el Reial decret 1907/1996, sobre publicitat i promoció comercial de productes, activitats o serveis amb pretesa finalitat sanitària, no es permet en l'etiquetatge aportar testimonis de professionals sanitaris, de persones famoses o conegudes pel públic o de pacients reals o suposats com a mitjà d'inducció al consum.



És possible fer declaracions de salut en complementos alimentaris?

Es podran utilitzar les declaracions de propietats saludables permeses en la llista també als complementos alimentaris, sempre que compleixin les condicions d'ús previstes en l'autorització. Les condicions d'ús han d'assegurar que s'aconsegueix l'efecte que s'al·lega.

Més informació

[European Commission. Questions and Answers on the list of permitted Health Claims on food products. 16/05/2012](#)

[Decisió d'execució 2013/63/UE](#) de la Comissió, de 24 de gener de 2013, per la qual s'adopten directrius per a l'aplicació de les condicions específiques relatives a les declaracions de propietats saludables establertes a l'article 10 del Reglament (CE) núm. 1924/2006 del Parlament Europeu i del Consell

[Registre Europeu de declaracions nutricionals i de salut](#)

[Reglament \(CE\) núm 1924/2006](#) del Parlament Europeu i del Consell, de 20 de desembre de 2006, relatiu a les declaracions nutricionals i de propietats saludables als aliments.

[Reglament \(CE\) núm. 116/2010](#) de la Comissió, de 9 de febrer de 2010, pel qual es modifica el Reglament 1924/2006, en allò relatiu a la llista de declaracions nutricionals.

[Reglament \(UE\) núm. 432/2012](#) de la Comissió, de 16 de maig de 2012, pel qual s'estableix una llista de declaracions autoritzades de propietats saludables dels aliments diferents de les relatives a la reducció del risc de malaltia i al desenvolupament i la salut dels nens.

[Reglament \(UE\) núm. 1047/2012](#) de la Comissió de 8 de novembre de 2012, pel qual es modifica el reglament 1924/2006 en relació a la llista de declaracions nutricionals

[Reial decret 1907/1996](#), de 2 d'agost, sobre publicitat i promoció comercial de productes, activitats o serveis amb pretesa finalitat sanitària.

[Consultes sobre l'etiquetatge](#). ACSA

Actualització 25 d'abril de 2013