

**NORMA
VENEZOLANA**

**COVENIN
2952-1:1997**

**DIRECTRICES PARA
LA DECLARACIÓN DE
PROPIEDADES
NUTRICIONALES Y DE
SALUD EN EL ROTULADO
DE LOS ALIMENTOS
ENVASADOS**



PRÓLOGO

La Comisión Venezolana de Normas Industriales (COVENIN), creada en 1958, es el organismo encargado de programar y coordinar las actividades de Normalización y Calidad en el país. Para llevar a cabo el trabajo de elaboración de normas, la COVENIN constituye Comités y Comisiones Técnicas de Normalización, donde participan organizaciones gubernamentales y no-gubernamentales relacionadas con un área específica.

La presente norma fue elaborada bajo los lineamientos del Comité Técnico de Normalización **CT10 Productos Alimenticios** por el Subcomité Técnico **SC 12 Productos Diversos** y aprobada por la COVENIN en su reunión No 149 de fecha 1997/11/12.

En la elaboración de esta norma participaron las siguientes entidades: MINISTERIO DE SANIDAD Y ASISTENCIA SOCIAL, INSTITUTO NACIONAL DE NUTRICION, INSTITUTO NACIONAL DE HIGIENE, ALIVEN, CADIPRO MILKS PRODUCTS, CAVIDEA, COCA COLA, C.A.; EMPRESAS POLAR, INDUSTRIA IBERIA, ANIQUESO, CAVEPAS, PARMALAT, MAVESA, MONACA, PRODUCTOS EFE, QUACKER, S.A., KELLOGS DE VENEZUELA, ADDAM'S PRODUCTOS ALIMENTICIOS, NESTLE DE VENEZUELA, ALFONSO RIVAS & CIA, INDUSTRIA PROLACA.



NORMA VENEZOLANA
DIRECTRICES PARA LA DECLARACIÓN DE
PROPIEDADES NUTRICIONALES Y DE SALUD EN EL
ROTULADO DE LOS ALIMENTOS ENVASADOS

COVENIN
2952-1:1997

1 OBJETO

1.1 Esta Norma Venezolana establece las directrices que deben cumplirse para la declaración de propiedades nutricionales y de salud de los alimentos envasados, tanto nacionales como importados.

1.2 Quedan excluidos del ámbito de aplicación de esta norma los siguientes productos:

1.2.1 Los destinados a regímenes especiales.

1.2.2 Los destinados a la exportación que se rigen por las normas del país receptor.

1.2.3 Los destinados a envasado casual.

2 REFERENCIAS NORMATIVAS

La siguiente Norma contienen disposiciones que al ser citada en este texto, constituyen requisitos de esta Norma Venezolana. La edición indicada estaba en vigencia para el momento de esta publicación. Como toda Norma esta sujeta a revisión, se recomienda, a aquellos que realicen acuerdos en base a ella, que analicen la conveniencia de usar las ediciones más recientes de las Normas citadas

COVENIN 2952-92 Norma general para el rotulado de los alimentos envasados.

3 DEFINICIONES

Para los propósitos de esta Norma Venezolana COVENIN se aplican las siguientes definiciones:

3.1 **Etiquetado nutricional:** Es una descripción indicada en el rótulo destinada a informar al consumidor sobre las propiedades nutricionales de un alimento y está constituida por:

3.1.1 La declaración de nutriente y la

3.1.2 Información nutricional de carácter educativo.

3.2 **Declaración de propiedades nutricionales:** Cualquier representación, afirmación o sugerencia que implique que un producto alimenticio posee propiedades nutricionales específicas, en relación a su valor energético, contenido de proteínas, grasa, carbohidratos, fibra dietética, vitaminas, minerales y cualquier otro nutriente dentro de los siguientes conceptos:

3.2.1 **Declaración de propiedades relativas al contenido de nutrientes:** Es la declaración de propiedades nutritivas que utiliza una terminología

normalizada establecida para describir el nivel de un determinado nutriente contenido en un alimento.

Ejemplos: Fuente de calcio
Alto contenido de fibra y bajo en grasa

3.2.2 **Declaración de propiedades comparativas:** Es la declaración de propiedades que comparan los niveles de nutrientes de 2 o más alimentos, que deben ser versiones diferentes del mismo alimento o alimentos, o que se sustituyen recíprocamente en la dieta.

3.2.3 **Declaración de propiedades relativas a la función de los nutrientes:** Es la que se refiere a la función fisiológica de un nutriente en el organismo.

3.2.4 **Declaración de propiedades relativas a la salud:** Es cualquier representación que afirme, sugiera o implique que existe una relación entre un nutriente contenido o añadido en un alimento y una enfermedad o una condición relacionada con la salud, sin sugerir propiedades curativas ó medicamentosas.

3.2.5 **Declaración de nutrientes:** Es la enumeración del contenido de nutrientes de un alimento.

3.3 **Nutriente:** Cualquier sustancia química consumida normalmente como componente de un alimento y que indistintamente pueda:

3.3.1 Proporcionar energía,

3.3.2 Ser necesario para el crecimiento y

3.3.3 Que su déficit en el organismo produzca cambios fisiológicos característicos.

3.4 **Nutriente esencial:** Es cualquier sustancia química consumida normalmente como constituyente de un alimento, que es necesaria para el crecimiento, desarrollo, funcionamiento y mantenimiento de la vida y que no puede ser sintetizada en cantidades suficientes por el organismo.

3.5 **Nutrientes biodisponibles:** Son aquellos nutrientes que al ser ingeridos estén en condiciones de ser digeridos, absorbidos y utilizados por el organismo.

3.6 **Enriquecimiento:** Es el mejoramiento del valor nutritivo de un alimento mediante el agregado de nutrientes bajo condiciones tecnológicamente controladas. El enriquecimiento puede ser por razones

de salud pública o industriales para satisfacer las necesidades del mercado.

Para que se considere un alimento enriquecido, debe aportar mínimo un 5 % de los RID (Recomendaciones nutricionales de ingesta diaria), para los nutrientes correspondientes, salvo en aquellos productos para los cuales exista una recomendación establecida en una norma específica.

Se puede presentar bajo tres modalidades: restauración, fortificación y equiparamiento.

3.6.1 Restauración: Añadido de nutrientes perdidos durante el proceso tecnológico.

3.6.2 Fortificación: Añadido de nutrientes no naturalmente presentes en el alimento o presente en cantidades muy pequeñas.

3.6.3 Equiparación: Añadido de nutrientes para hacer un alimento nutricionalmente equivalente a otro.

Ejemplos: Alimentos análogos.

3.7 Recomendaciones nutricionales de ingesta diaria (RID): Son las recomendaciones dadas por el organismo oficial competente en referencia a las cantidades de energía y nutrientes que deben ser consumidos diariamente, a fin de satisfacer los requerimientos nutricionales de casi todos los individuos de una población sana. (Véase anexo B).

3.8 Ración: Es la cantidad de alimento recomendado a ser consumida en una comida, la cual debe ser expresada en unidades del sistema métrico decimal u otras medidas (tazas, cucharadas, rebanadas, piezas indicadas en el empaque), expresada adicionalmente en términos de su equivalente en el sistema métrico decimal.

3.9 Alimento de referencia: Para los fines de esta norma se considera alimentos de referencia los siguientes:

3.9.1 Los definidos en las Normas Venezolanas COVENIN específicas.

3.9.2 Los definidos en normas Internacionales aceptadas

3.9.3 Los alimentos de composición convencional establecidos por usos y costumbres.

3.9.4 El valor del nutriente de referencia será:

3.9.4.1 Cuando en la norma este establecido un rango, se toma como referencia el valor menor.

3.9.4.2 Cuando esté establecido un máximo o un mínimo se utiliza el correspondiente.

3.10 Alimento modificado: Es el alimento de referencia el cual ha sido sometido a un proceso tecnológico con el fin de obtener un alimento con las características nutricionales deseadas y el cual cumpla con los siguientes puntos:

3.10.1 Privarlo total o parcialmente de algunos de sus nutrientes

3.10.2 Añadir sustancias ajenas a su naturaleza

3.10.3 Reforzarlos en cualquiera de sus elementos constitutivos

3.10.4 Transformar su estructura fisicoquímica

4 PRINCIPIOS GENERALES

4.1 Declaración de nutrientes

4.1.1 No se considera una declaración de propiedades nutricionales la lista completa de ingredientes ni la declaración de algunos nutrientes.

4.1.2 Cuando existan indicaciones específicas de declaración de nutrientes en una norma individual de productos, dicha declaración se rige por lo establecido en esa norma y bajo los lineamientos prescritos en esta norma. La información nutricional debe ser suministrada por el fabricante.

4.1.3 La declaración de nutrientes en el rótulo o etiqueta es voluntaria, a menos que se señale una propiedad nutricional específica en el producto alimenticio, en cuyo caso debe ser de carácter obligatorio.

4.1.4 Para los efectos de esta norma, cuando se declare propiedades nutricionales o añadidos de nutrientes, esta debe calcularse sobre la base de 2000 Calorías, según el anexo C.

4.1.5 Cuando se trate de un alimento, que por su naturaleza posee un bajo contenido de nutriente al que se refiere la declaración de propiedades, los términos que describen el nivel del nutriente no debe formar parte del nombre del alimento, pudiendo sin embargo declararse en otro lugar del rótulo, sujeto a las condiciones fijadas en los puntos 5.2.2 al 5.2.4

4.1.6 La declaración de nutrientes debe hacerse en la forma y orden que se indica a continuación. Para tal efecto, se clasifican los alimentos en dos grupos:

Grupo N° 1

Productos alimenticios genéricos en los cuales no se han señalado propiedades nutricionales específicas.

En este caso puede declararse voluntariamente:

- a Solamente energía expresada en calorías.

b Nutriente	Unidades
Energía	Calorías
Grasas	g
Carbohidratos	g
Proteínas	g

Grupo N° 2

Productos alimenticios en los cuales se señalen propiedades nutricionales específicas.

En este caso debe declararse:

Nutrientes	Unidades
Energía	Calorías
Grasas	g
Carbohidratos	g
Proteínas	g

Y aquellos nutrientes con los cuales el alimento haya sido enriquecido o se declara alguna propiedad específica. (ejemplos véase anexo A)

NOTA: En el listado del contenido de nutriente la energía puede expresarse electivamente con los términos siguiente:

	(Cantidad en números)
Calorías	Calorías
Energía	Calorías
Valor energético	Calorías

4.2 Declaración de propiedades relacionadas con directrices dietéticas o regímenes especiales

4.2.1 Deben emplearse solamente declaraciones de propiedades relacionadas con el régimen de alimentación contenido en directrices dietéticas reconocidas oficialmente por las autoridades nacionales competentes.

4.2.2 No deben describirse los alimentos como "saludables", ni presentarlos de modo que se pueda suponer que un alimento, por sí mismo proporcione salud.

4.3 Forma en que han de declararse los nutrientes. unidades utilizadas

4.3.1 Cuando se haga declaración o referencia de propiedades de todos o algunos de los nutrientes que se señalan a continuación. Deben realizarse de la siguiente forma:

4.3.1.1 Ácidos grasos: Debe declararse los ácidos grasos poliinsaturados, monoinsaturados, saturados, colesterol a continuación de la cantidad total de grasas (g).

4.3.1.2 Carbohidratos: La presencia de carbohidrato disponible debe declararse como "carbohidrato". Cuando se declaren los tipos de carbohidratos, tal declaración debe seguir inmediatamente a la declaración del contenido total de carbohidratos en la forma siguiente:

Ejemplo: Carbohidrato total: x (g)
Almidón: x (g)
Azúcares: x (g)

4.3.1.3 Fibra dietética: Debe indicarse su cantidad y naturaleza. (g)

4.3.1.4 Proteínas: Se debe declarar su cantidad en (g)

4.3.1.5 Vitaminas y minerales: Pueden declararse las vitaminas o minerales que se hallen presentes en forma natural o adicionadas, cuando la cantidad aportada sea de un 2 % o más por ración de las recomendaciones nutricionales del Instituto Nacional de Nutrición (véase anexo B) y de otros organismos Internacionales.

Cuando la cantidad aportada sea inferior al 2 % por ración de los RID, debe indicarse la siguiente frase: "Contiene menos del 2 % de los RID para este nutriente".

4.3.2 Unidades: La declaración de nutrientes debe ser numérica y expresada en el sistema métrico decimal y pudiendo declararse por ración cuantificada, por 100 g o por 100 ml. Puede declararse también como porcentaje sobre los RID.

Cuando se exprese por ración debe señalarse el tamaño de la ración, y el número de raciones que contiene el envase.

Para aquellos alimentos que tienen una presentación individual, además de la familiar o solo una presentación individual, se debe proporcionar la información nutricional de la presentación individual de acuerdo con el contenido de esta y no por ración establecida, a menos que coincidan en cantidad la ración y la presentación individual.

4.3.2.1 Valor energético: Se debe expresar en Calorías (Cal) o Kilocalorías (Kcal). Para ello se utilizan los siguientes factores de conversión:

Nutriente	Multiplicar la cantidad en gramos del nutriente por
Proteína	4
Carbohidratos	4
Grasa	9
Alcohol	7

4.3.3 Aproximación de los valores al declarar. Para la aproximación de los valores a declarar, se realiza en la forma siguiente:

4.3.3.1 Calorías: Menor de 20 Calorías, aproximar al par más cercano. Ejemplo: 17,4 aproximar a 18
16,5 aproximar a 16

Entre 20 Cal y 50 Cal, aproximar al múltiplo de 5 más cercano. Ejemplo: 21 aproximar a 20
27 aproximar a 30

Más de 50 Calorías, aproximar al valor múltiplo de 10 más cercano. Ejemplo: 67 aproximar 70
63 aproximar 60.

4.3.3.2 Proteínas y carbohidratos: Aproximar al g más cercano. Cuando la fracción sea mayor o igual a 0,5 se a aproxima al inmediato superior.

4.3.3.3 Grasas: Cuando es menor de 0,5 g aproximar a 0.

Entre 0,5 g y 5 g aproximar al 0,5 g más cercano
Cuando es mayor de 5 g aproximar al g más cercano.

4.3.3.4 Colesterol. Cuando es menor de 2 mg aproximar a 0.

Cuando el alimento contenga entre 2 y 5 mg de colesterol se puede declarar "contiene menos de 5 mg"

Cuando es mayor de 5 mg, aproximar de 5 mg en 5 mg

4.3.3.5 Sodio y potasio: Si es menor de 140 mg, aproximar de 5 mg en 5 mg.

Si es mayor de 140 mg, aproximar de 10 mg en 10 mg.

4.3.3.6 En aquellos casos en que la aproximación de los valores de un nutriente, de acuerdo a lo establecido en esta norma, signifique la clasificación del alimento en una categoría diferente, se declara el valor sin aproximar. Ejemplo: Leche descremada: 0,85 g de grasa por 100 ml.

4.3.3.7 En caso de productos alimenticios que se consuman con otro alimento (Ejemplo: Cereal con leche) y se quiera declarar ambos, se debe tomar el valor aproximando del alimento solo y sumarle el valor exacto del alimento acompañante, luego aproximar siguiendo la guía de los puntos anteriores.

4.3.3.8 En el caso de productos alimenticios que requieran cocción (siguiendo las instrucciones del fabricante), se declara el contenido de nutriente que aporta el alimento listo para el consumo.

4.3.3.9 Porcentaje de aporte sobre los (RID): Usar el valor exacto del nutriente sin redondear para calcular el porcentaje y luego aproximar al valor porcentual.

4.3.3.9.1 Nutrientes presentes en forma natural en el alimento (No añadidos)

Menos del 10 % del RID: Aproximar al número par más cercano, a menos que el valor sea inferior al 2 %, en cuyo caso se aproxima a cero.

Entre 10 y 50 % del RID: Aproximar de 5 % en 5 %

Superior a 50 % del RID: Aproximar de 10 % en 10 %
Ejemplo: Vitamina C presente en forma natural = 9,1 %, debe aproximarse a 10 %

4.3.3.9.2 Nutrientes Añadidos: Seguir la guía del punto anterior, pero siempre se debe aproximar hacia el valor inferior y nunca hacia el superior.

Ejemplo. Vitamina C añadida = 9,1 % debe aproximarse a 8 %.

5 EXPRESIÓN DEL CONTENIDO DE NUTRIENTES EN TÉRMINOS DESCRIPTIVOS, PARA EFECTO DE ROTULADO.

5.1 Las expresiones descripta en este capítulo, cuando este asociado a un calificativo, Ejemplo: "Ligero en Sodio", dicha expresión debe aparecer en caracteres visibles sin interrupción de imagen o siglas, y en letras de uniforme tamaño, estilo, color y prominencia.

5.2 Para efectos de rotulación, se usa indistintamente las denominaciones descriptas a continuación, siempre y cuando el producto cumpla con las cantidades especificadas para cada una de ellas.

5.2.1 Libre: Sinónimos: "Cero", "Sin", "Insignificante fuente de", "Libre en", "No", "Ningún", "Fuente Nula de", y otros sinónimos aprobado por la autoridad sanitaria competente.

La ración de aquellos productos alimenticios "per se" o por proceso tecnológico que no tengan o que contengan cantidades fisiológicamente utilizables inferiores a:

Calorías	< 5
Grasa Total	< 0,5 g de grasa
Grasa Saturada	< 0,5 g de grasa saturada
Colesterol	< 2 mg y < 2 g, grasa saturada
Sodio	< 5 mg
Azúcares	< 0,5 g

5.2.1.1 En aquellos productos alimenticios elaborados que contengan aceites y grasas y tengan menos de 2 mg de colesterol y de 2 g de grasa saturada por ración, sin necesidad de procesamiento o alteración especial, en la etiqueta se puede indicar que el colesterol no está presente normalmente en ese alimento.

5.2.1.2 No se permite la declaración de ausencia de nutrientes, que naturalmente no estén contenidos en el alimento. Ejemplo: Jugo de frutas no contienen colesterol.

5.2.1.3 Se permite la frase "no contiene colesterol" en aquellos productos alimenticios elaborados, que contengan solo aceites y grasas de origen vegetal. Ejemplo: Aceites vegetales, cereales y sus derivados, etc.

5.2.2 Bajo: Sinónimos: "Poco", "Contiene bajas cantidades de", "Escaso", "Fuente baja de", "Bajo en", "Mínimo", y otros sinónimos aprobados por la autoridad sanitaria competente.

La ración de aquellos productos alimenticios que no tengan o que contengan cantidades fisiológicamente utilizables inferiores a:

Calorías	< o =	40 Cal
Grasas	< o =	3 g
Grasa Saturada	< o =	1g
	y =	15 % del total de las Calorías
Colesterol	< o =	20 mg
	< y =	2 g grasa saturada.
Sodio	< o =	140 mg

5.2.3 Alto: Sinónimos: "Rico en", "Excelente fuente de", y otros sinónimos aprobados por la autoridad competente

El producto alimenticio que contenga por ración el 20 % o más de las RID para el nutriente en cuestión.

5.2.4 Buena fuente de: Sinónimos: "Contiene", "Provee", y otros sinónimos aprobados por la autoridad competente.

Debe suplir por ración del 10 al 19 % de las RID.

5.2.5 Menos: Los alimentos que contengan por ración 25 % menos del nutriente o de Calorías que el alimento de referencia.

5.2.6 Ligero (Light, lite): Puede utilizarse el término de "Ligero", en aquellos productos nutricionalmente modificados que por ración cumplan con las siguientes condiciones:

5.2.6.1 Deben reducir las grasa en un 50 % o más en relación al alimento en referencia, cuando en este el 50 % o más de las Calorías provenga de las grasas. Ejemplo: Margarina, mayonesa.

5.2.6.2 Deben reducirse el total de las Calorías del alimento en un tercio, en comparación al alimento de referencia, cuando en este el contenido calórico proveniente de las grasas no exceda el 50 % del total de las Calorías. Ejemplo: Mermelada, jugos, bebidas gaseosas, sorbete.

5.2.6.3 Ejemplos de alimentos ligeros: Leche descremada, yoghurt descremado, bebidas gaseosas ligeras, gelatina ligera, entre otros.

5.2.6.4 No se puede hacer declaración de "ligero" (light o lite") para un alimento si el correspondiente alimento de referencia correspondiera por definición al "bajo en grasa" y "bajo en Calorías".

5.2.6.5 Referido a sodio

5.2.6.5.1 Puede utilizar el término de ligero sin calificativos, cuando el alimento contiene hasta 40 Calorías y hasta 3 g de grasa por cantidad de referencia y el contenido de nivel de sodio es reducido en un 50 % o más en relación al alimento de referencia.

5.2.6.5.2 Se debe utilizar el término "Ligero en sodio", en aquellos alimentos que contiene más de 40 Calorías o 3 g de grasa por cantidad de referencia y el contenido de sodio es reducido en un 50 % o más en relación al alimento de referencia

5.2.7 Reducido/a: El alimento nutricionalmente modificado que contenga por ración 25 % menos de Calorías o del nutriente en cuestión. No debe ser usado el término si el alimento por sí mismo ya cumple con los requerimientos para la declaración de "bajo".

5.2.8 Más: La ración que contenga "per se" por lo menos 10 % por encima del nutriente, en el alimento de referencia.

5.2.9 Enriquecido, fortificado o adicionado: Pueden ser indistintamente utilizados para indicar la adición de uno o más nutrientes a los alimentos, sujeto a lo definido en el capítulo 3.

5.2.10 Alimento "sin sal": El término "sal" se refiere a cloruro de sodio por lo que no puede ser considerado sinónimo de "sodio".

5.2.10.1 Los términos "sin sal", "sin sal añadida", "unsalted", "No contiene sal", y otros términos equivalentes, pueden ser utilizado en la etiqueta, solo en los siguientes casos:

5.2.10.1.1 No se añade sal durante el proceso

5.2.10.1.2 El alimento al cual se asemeja y por el cual es utilizado como sustituto, normalmente es procesado con sal;

5.2.10.1.3 En el caso que el alimento no es "libre de sodio", se coloca una declaración equivalente a "no libre de sodio", "no dirigido al control de sodio en la dieta", contiguo a la declaración de no contenido de sal.

5.2.11 Alimento libre de sal: El término "libre de sal" puede ser utilizado sólo en aquellos casos que el alimento puede ser considerado "libre de sodio", según lo establecido en la presente norma.

6 REQUISITO

6.1 Declaración de propiedades comparativas

Se permiten declaraciones de propiedades comparativas, con sujeción a las siguientes condiciones y basándose en el alimento tal como se ofrece a la venta, teniendo en cuenta la preparación posterior requerida para su consumo de acuerdo con las instrucciones para su uso que se indican en la etiqueta:

6.1.1 Los alimentos comparados deben ser versiones diferentes de un mismo alimento o alimentos similares. Los alimentos que se comparan deben ser identificados claramente.

6.1.2 Se deben indicar la cuantía de la diferencia en el valor energético o el contenido de nutrientes. La información siguiente debe figurar cerca de la declaración comparativa:

6.1.2.1 La cuantía de la diferencia relativa a la misma cantidad, expresada en porcentaje, en fracción o en una cantidad absoluta. Se debe incluir detalles completos de la declaración establecida.

6.1.2.2 La identidad del alimento o alimento con los cuales se compara el alimento en cuestión. El alimento o alimentos deben describirse de modo que el consumidor pueda identificarlos fácilmente.

6.1.3 La comparación debe basarse en una diferencia relativa de al menos 25 % en el valor energético o contenido de nutrientes entre los alimentos comparados.

6.1.4 Para los micronutrientes para los cuales se acepta una diferencia en el valor de referencias de nutrientes (RID) del 10 %, y una diferencia absoluta mínima en el valor energético o contenido de nutrientes equivalentes a la cifra que se define como "de bajo contenido" o "fuente de" indicados en los puntos 5.1.2 y 5.1.4 respectivamente.

Ejemplos: "Menos que" "Más que"

6.2 Declaración de propiedades relativas a la función de los nutrientes

6.2.1 La declaración debe referirse a una acción o un efecto de un nutriente generalmente reconocidos y aceptados.

6.2.2 La declaración debe contener por objeto indicar que el nutriente es un factor o una ayuda en el mantenimiento de la estructura y funciones del organismo necesarias para su crecimiento y desarrollo normales, y para conservar la buena salud y la actividad. (Véase anexo D)

6.3 Declaración de propiedades relativas de la salud

Se permiten declaraciones de esta naturaleza en los siguientes casos:

6.3.1 Donde la norma correspondiente prevea dicha declaración

6.3.2 Aquellos productos alimenticios donde su condición intrínseca permitan esta declaración, la cuál debe estar respaldada por evidencias científicas validas, públicamente disponibles; donde la forma de declaración esta sujeta a la información suministrada en estas evidencias científicas (Véase anexo E)

BIBLIOGRAFÍA

Code of Federal Regulations (FDA) 21 Parts 100 to 169. Revised as of April 1, 1995.

Comisión del Codex Alimentarius. Programa conjunto FAO/OMS de Normas Alimentarias. Comité del Codex sobre etiquetado de alimentos. Vigésima tercera sesión. Ottawa, Canadá, 14 - 17 de mayo 1996.

Instituto Nacional de Nutrición - Fundación Cavendes. Necesidades de energía y nutrientes. Recomendaciones para la población Venezolana. Publicación N° 48, 1993.

Participaron en la elaboración de esta norma: Alberto Ramírez, Alicia Salazar, Angel Michelangeli, Ana Cristina Torrealba, Armando Granadillo, Betsy Bastardo, Cira García, Efreim Figueira, Héctor Mora, Héctor Benavente, Ingrid Esaa, Irma de Toni, Jesús Montero, José Félix Chávez, Leopoldo Rodríguez, Liané Mora, Lucas Suárez, Malín Alcalá, María Cristina Polanco, María Julia Alvarez, Manuel Cols Páez, Miriam Gutiérrez, Mireya Contreras, Nelly Delgado, Ramón Méndez, Zaida Ramírez.

Anexo B
(Informativo)

RECOMENDACIÓN DE ENERGÍA Y DE NUTRIENTES PARA LA POBLACIÓN VENEZOLANA. REVISIÓN 1993

Grupos de edad años	Energía Kcal	Proteína g (1)	Vitamina A Ret. equiv. µg	Vitamina C mg	Folatos µg	Tiamina mg	Riboflavina mg	Niacina Equiv. mg (3)	Hierro mg (4)	Calcio mg	Yodo µg	Zinc mg
0,0 - 0,5	600	20	350	20	20	0,20	0,30	4	10	500	40	4
0,5 - 1,0	880	22	350	20	35	0,35	0,45	5,5	10	500	50	6
1 - 3	1.200	23	400	20	40	0,5	0,60	8	12	400	70	8
4 - 6	1.600	29	400	25	50	0,6	0,80	11	14	400	90	10
7 - 9	1.900	46	700	45	100	0,8	1,10	13	8	450	120	10
Hombres												
10 - 12	2.100	50	1.000	60	150	0,8	1,30	15	8	650	150	15
13 - 15	2.500	67	1.000	60	150	1,00	1,50	19	12	650	150	15
16 - 17	2.800	71	1.000	60	200	1,10	1,70	19	8	550	150	15
18 - 29	2.900	64	1.000	60	200	1,10	1,70	19	8	450	150	15
30 - 59	2.800	64	1.000	60	200	1,10	1,70	19	8	450	150	15
60 - más	2.300	64	1.000	60	200	0,90	1,40	15	8	450	150	15
Mujeres												
10 - 12	1.900	52	800	60	150	0,80	1,20	15	8	650	150	12
13 - 15	2.200	62	800	60	180	0,80	1,30	15	14	650	150	12
16 - 17	2.300	58	800	60	180	0,80	1,30	15	14	550	150	12
18 - 29	2.000	50	800	60	180	0,80	1,30	15	14	450	150	12
30 - 59	2.100	50	800	60	180	0,80	1,10	13	14	450	150	12
60 - más	1.800	50	800	60	180	0,70	1,10	13	6	450	150	12
Embarazo	+200	+8	+100	+10	+220 (2)	+0,10	+0,30	+2	+2 (5)	+750	+25	+3
Lactancia	+500	+23	*180	+30	+100 (2)	+0,20	+0,30	+4	+3 (5)	+750	+50	+7
Promedio Ponderado x persona x día 2200		50	800	55	160	0,85	1,30	15	11	530	140	13

(1) Calculados en base a una dieta mixta, con digestibilidad de 80 % a 85 % y una calidad aminoacídica en relación a la leche o huevo, con ajuste adicional de 20 % para menores de 9 años.

(2) Las cantidades recomendadas para las embarazadas y lactantes no puede ser, por lo general, suministradas por la dieta; por lo tanto es necesaria la suplementación durante dichos períodos.

(3) La niacina equivalente es la suma de los valores de niacina propiamente dichas más la proveniente del triptofano: 1 mg de niacina equivale a 60 mg de triptofano.

(4) Estas cantidades fueron estimadas para prevenir anemia en poblaciones con dietas de biodisponibilidad intermedia de hierro. (5) Estas cantidades se adicionan cuando la mujer ha cumplido los requerimientos recomendados antes del embarazo y la lactancia, en caso contrario se recomienda la suplementación con 30 a 60 mg/día, según sea la cantidad.

Tomado de las necesidades de energía y nutrientes. Recomendaciones para la población venezolana. Publicación N° 48 INN-Fundación CA VENDES. 1.993.

ANEXO C^A
(Informativo)

TABLA DE REFERENCIA PARA EL ETIQUETADO NUTRICIONAL SOBRE LA BASE DE 2.000 CALORÍAS

Parámetros	Unidades	Aporte Energético			
		Energía (Kcal)	Total (%)	Limite (%)	
				Min	Max
Proteínas	45	180	9	9	14
Carbohidratos Totales	310	1240	62	50	62
Grasa total	18	--	-	-	-
Fibra dietética	64	580	29	20	29
Grasa saturada	20	180	9	6	9
Grasa monoinsaturada	22	200	10	7	10
Grasa poliinsaturada	22	200	10	7	10

NOTA: En el caso de los grupos etarios se debe consultar la Tabla de recomendaciones y de nutrientes para la población venezolana (véase Anexo B)

**ANEXO D
(Informativo)**

TABLA DE REFERENCIA PARA EL ESTUADADO NUTRICIONAL SOBRE LA BASE DE 1000 CALORIAS

Ejemplos de la declaración de propiedades relativas a las funciones de los nutrientes. Estas pueden presentarse de la siguiente manera:

- El calcio favorece el desarrollo de los huesos y dientes.
- Las proteínas ayudan a reparar y formar los tejidos orgánicos.

- El hierro es un factor de producción de glóbulos rojos.

- La vitamina E protege la oxidación de las grasas en los tejidos.
- Los azúcares constituyen una fuente generadora de pronta energía para el organismo.

Componente	Unidades	Total (g)	Límite (%)
Grasas totales	g	50	30
Fibra dietética	g	10	5
Grasas saturadas	g	10	10
Grasas monoinsaturadas	g	10	10
Grasas poliinsaturadas	g	10	10

**ANEXO E
(Informativo)**

Ejemplos de la declaración de propiedades nutricionales relativas a la salud, estas pueden presentarse bajo alguna de las siguientes modalidades:

a. Efectos relacionados con la salud del organismo atribuidos directamente a un nutriente contenido a añadido al alimento.

- El aceite de hígado de pescado X contribuye a reducir los triglicéridos en la sangre y aumenta el tiempo de coagulación.
- El salvado X favorece la reducción del nivel de colesterol en la sangre.
- El aceite vegetal X tiene un bajo contenido de grasa saturada y favorece la reducción del colesterol en la sangre.

b.- Prevención de enfermedades atribuidas a nutrientes o sustancias contenidas en un alimento

- X contiene fibras solubles que reducen el riesgo de cardiopatías.
- X tiene un bajo contenido de grasa saturadas lo que contribuye a reducir el riesgo de cardiopatías.

c. Prevención de enfermedades o efectos relacionados con salud derivados de la alimentación.

- Una alimentación con bajo contenido de grasa contribuye a reducir el riesgo de algunos tipos de cáncer, X es un alimento con un bajo contenido de grasas.
- Las grasas saturadas generalmente aumenta el nivel de colesterol en la sangre. Una alimentación con un bajo contenido de grasas saturadas contribuye a reducir el nivel de colesterol en la sangre y el riesgo de enfermedades cardiovasculares. X tiene bajo contenido de grasa saturada.

El sorbitol. Es un polialcohol que se absorbe más lentamente que el azúcar y reduce la reducción insulínica.

COVENIN
2952-1:1997

CATEGORÍA
C

COMISIÓN VENEZOLANA DE NORMAS INDUSTRIALES
Av. Andrés Bello Edif. Torre Fondo Común Pisos 11 y 12
Telf. 575.41.11 Fax: 574.13.12
CARACAS

publicación de:



I.C.S: 55.200

ISBN: 980-06-1945-3

RESERVADOS TODOS LOS DERECHOS
Prohibida la reproducción total o parcial, por cualquier medio.

Descriptor: Propiedad nutricional, etiquetado, producto alimenticio, salud, envasado, rótulo.