



Etiquetado de alergenicos en los alimentos procesados.

Javier Aldaz
INSTITUTO DE SALUD
PÚBLICA DE NAVARRA

Norma actualizada de etiquetado de alergen

Real Decreto 1245/2008, de 18 de julio, por el que se modifica la norma general de etiquetado, presentación y publicidad de los productos alimenticios, aprobada por el Real Decreto 1334/1999, de 31 de julio.

Ingredientes alergénicos que deben incluirse en el etiquetado

- Cereales que contengan gluten (es decir, trigo, centeno, cebada, avena, espelta, kamut o sus variedades híbridas) y productos derivados
 - ↳ Bajo contenido en gluten < 100 mg/kg
 - ↳ Exento de gluten < 20 mg/kg
- Crustáceos y productos a base de crustáceos
- Huevos y productos a base de huevo

Ingredientes alergénicos que deben incluirse en el etiquetado

- Pescado y productos a base de pescado
- Cacahuetes y productos a base de cacahuetes
- Soja y productos a base de soja
- Leche y sus derivados (incluida la lactosa)
- Apio y productos derivados
- Mostaza y productos derivados

Ingredientes alergénicos que deben incluirse en el etiquetado

- Frutos de cáscara, es decir, almendras (*Amygdalus communis* L.), avellanas (*Corylus avellana*), nueces (de nogal) (*Juglans regia*), anacardos (*Anacardium occidentale*), pacanas [*Carya illinoensis* (Wangenh.) K. Koch], castañas de Pará (*Bertholletia excelsa*), pistachos (*Pistacia vera*), nueces macadamia y nueces de Australia (*Macadamia ternifolia*), y productos derivados

Ingredientes alergénicos que deben incluirse en el etiquetado

- Granos de sésamo y productos a base de granos de sésamo
- Anhídrido sulfuroso y sulfitos en concentraciones superiores a 10 mg/kg o 10 mg/litro expresado como SO₂».

Alimentos en los que es mas frecuente la presencia de gluten oculto

- Leche en polvo, yogurt, postres de leche (almidón espesante)
- Fiambres, embutidos y patés (almidón homogeneizante)
- Mayonesas, ketchup y mostaza (almidón espesante)
- Golosinas, chicles, caramelos y turrone (almidón gelificante)
- Leches, dulces, helados y mermeladas (almidón gelificante)
- Fritos y alimentos fritos en aceite usado (restos de harina y pan rallado)
- Té, hierbas aromáticas (acelerador del secado)

Alimentos en los que es mas frecuente la presencia de alergenoc ocultos

- Lactoproteinas: Fiambres (caseína o lactoglobulina como aglutinante), latas de pescado
- Queso, con frecuencia se filetea en máquinas que quedan contaminadas.
- Pescado: En muchas salsas con anchoas u otros pescados
- Huevo: En pastas, pastelería, bollería
- Frutos secos: Los frutos secos aparecen con mucha frecuencia con presencia accidental de otros frutos. Etiqueta en pasta de cacao, contiene avellana y aparece nuez .
- Anhídrido sulfuroso o sulfitos utilizados como aditivos con límite más elevado que como alergenoc.