



## DECLARACIONES NUTRICIONALES RELATIVAS AL CONTENIDO EN una SUSTANCIA o NUTRIENTE

El **contenido en una sustancia o un nutriente** en un alimento, puede ser resaltado siempre y cuando se haya demostrado que posee un efecto nutricional o fisiológico. Por lo que respecta a las vitaminas y minerales, se aplican las mismas condiciones que para la declaración “Fuente de”.

Lo que entendemos hoy en día por alimentación ha variado sustancialmente a partir de la segunda mitad del siglo XX. Del propósito primario de satisfacer el hambre o las necesidades básicas del organismo, hemos pasado a entender la alimentación como un aporte al organismo de alimentos con determinados nutrientes necesarios e indispensables, todo dentro de un balance adecuado y entendiendo la alimentación equilibrada como un medio para alcanzar una vida saludable.

La industria alimentaria, en términos generales, no pretende crear alimentos nuevos, sino potenciar los nutrientes presentes en el alimento. Mediante la declaración “contiene” en el etiquetado de un alimento, el consumidor puede visualizar rápidamente la presencia de una sustancia o nutriente en un alimento.

No se ha incluido una ficha ejemplo de la declaración “**mayor contenido de ...**”, dado que en la actualidad no es una declaración muy presente en los etiquetados de los alimentos que podemos encontrar en los lineales de los supermercados. Esta declaración se puede realizar si se ha aumentado el contenido en uno o varios nutrientes (distinto de las vitaminas y minerales), el producto cumple con las condiciones previstas para la declaración “fuente de”, y además el incremento es como mínimo del 30 % en comparación con un producto similar



**“Contiene...” o “Mayor  
contenido de ...”**  
(nutriente o sustancia)