

# Legalidad de los alimentos con vitaminas

JUAN RAMÓN HIDALGO MOYA

**La Unión Europea acaba de regular recientemente la adición de vitaminas, minerales y otras sustancias a los alimentos.**

El pasado 19 de enero entró en vigor el Reglamento (CE) 1925/2006, de 20 de diciembre de 2006, sobre la adición de vitaminas, minerales y otras sustancias a los alimentos. La nueva normativa comunitaria, que será aplicable a partir del 1 de julio de 2007, pone fin a la falta de una regulación armonizada de ámbito comunitario. La situación imperante hasta la fecha dejaba en manos de los Estados miembros su regulación a través de normas estatales, que no hacían más que impedir u obstaculizar la libre circulación de estos productos, incidiendo de forma perjudicial en el funcionamiento del mercado interior. La situación presenta particularidades muy diferenciadas: en algunos Estados, y por razones de salud pública, obligan a añadir vitaminas y minerales en ciertos tipos alimentos.

Con la entrada en vigor del nuevo Reglamento el legislador comunitario pone orden en la UE a la producción de alimentos en los que los productores utilizan como ingredientes una amplia gama de nutrientes y otros ingredientes como las vitaminas, los minerales, incluidos los oligoelementos, los aminoácidos, los ácidos grasos esenciales, las fibras y diversas plantas y extractos de hierbas, entre otros. Una situación que, de hecho, y de forma progresiva, ha venido dándose en los últimos años creándose un cierto descontrol en cuanto a la legalidad de las cantidades presentes en el alimento final, el etiquetado y la publicidad que de los mismos se hacía y la permisión o no de las sustancias añadidas.

La norma trata de impedir que tales sustancias superen con mucho las cantidades razonablemente previsibles en las condiciones normales de consumo de una dieta equilibrada y variada o que representen por otros motivos un riesgo potencial para el consumidor, a quien se le pretende proteger de cualquier situación de error o engaño en la comercialización de este tipo de alimentos.

## **Déficit de nutrientes**

El legislador comunitario es consciente de que los productores añaden de forma voluntaria vitaminas y minerales a los alimentos con diversas finalidades, entre ellas para restituir su contenido cuando ha quedado mermado durante el proceso de fabricación, almacenamiento o manipulación, o para darles un valor nutricional

semejante al de los alimentos de los que pretenden ser alternativas. Otras veces pueden añadirse con fines tecnológicos, como aditivos, colorantes o aromas, o con otros fines similares, incluidas las prácticas y los procesos enológicos autorizados que contemple la legislación comunitaria de aplicación. En algunas ocasiones, su incorporación como sustancias nutritivas puede ser obligatoria en virtud de legislación comunitaria específica.

Lo que ha quedado acreditado para las autoridades comunitarias es que los alimentos con vitaminas y minerales añadidos cumplen una función importante, pues parecen aportar una contribución apreciable a la ingesta de todos los nutrientes necesarios para el normal desarrollo y mantenimiento de un organismo sano. Si bien es cierto que una dieta adecuada y variada puede proporcionar dicha ingesta, los estudios a los que hace referencia el Reglamento demuestran que esta situación ideal no se da en la práctica para todas las vitaminas y minerales.

Las razones de que determinados estudios hayan detectado deficiencias de nutrientes, aunque no muy frecuentes, tienen su origen en los cambios de la situación socioeconómica imperante en la Comunidad y de los estilos de vida de diversos grupos de población, y que según sugieren, han dado lugar a necesidades nutricionales diferentes y a modificaciones de los hábitos alimenticios. A su vez han provocado modificaciones de las necesidades calóricas y de nutrientes de diversos grupos de población e ingestas de algunas vitaminas y minerales por aquellos grupos que son inferiores a las recomendadas en distintos Estados miembros.

## **Seguridad y biodisponibilidad**

El Reglamento comunitario únicamente va a permitir la adición a los alimentos de vitaminas y minerales que formen normalmente parte de la dieta y se consuman en ella, y que se consideren nutrientes esenciales. Como requisito fundamental se exige que las sustancias químicas utilizadas como fuentes de vitaminas y minerales que se pueden añadir a los alimentos sean seguras y biodisponibles, es decir, susceptibles de ser utilizadas por el organismo humano.

Atendiendo a los criterios de seguridad y biodisponibilidad, el Comité Científico de la alimentación humana emitió el 12 de mayo de 1999 un dictamen por el que aprobaba una lista de sustancias que pueden utilizarse en la fabricación de alimentos destinados a lactantes y a niños de corta edad, de otros alimentos destinados a una alimentación especial o de complementos alimenticios.

La norma aprobada establece en su Anexo I y II, respectivamente,

una lista positiva de vitaminas y minerales, así como otra de las fórmulas vitamínicas y sustancias minerales bajo las que pueden añadirse a los alimentos. Y aunque en la misma no aparece el cloruro sódico (sal común), el legislador permite que siga utilizándose como ingrediente en la preparación de alimentos.

En ciertos casos, y según un procedimiento establecido en la disposición reglamentaria, deberán instaurarse cantidades máximas cuando se añadan a los alimentos, ya que la ingesta excesiva de vitaminas y minerales puede tener efectos perjudiciales para la salud. Las cantidades establecidas deberán garantizar que la utilización normal de los alimentos, siguiendo las instrucciones proporcionadas por el fabricante, resultará segura para los consumidores en el contexto de una dieta diversificada. El establecimiento de los niveles máximos de seguridad se llevará a cabo mediante una evaluación científica del riesgo basada en datos científicos generalmente reconocidos y su posible ingesta a partir de otros alimentos. También deberá tenerse en cuenta la ingesta de referencia de vitaminas y minerales para la población. El tiempo límite para que la Comisión pueda presentar propuestas con vistas a establecer las cantidades máximas finaliza el 19 de enero de 2009.

Los consumidores, a través de la publicidad, no pueden percibir estos productos vitaminados o mineralizados como productos con ventajas nutricionales, fisiológicas o de otro tipo para la salud en relación con otros productos similares o distintos a los que no se han añadido esos nutrientes, dado que puede inducir al consumidor a tomar decisiones que resulten inconvenientes. En este sentido, la norma impone ciertas restricciones.

No podrán añadirse vitaminas ni minerales a los alimentos no transformados, como frutas, hortalizas, carne, carne de ave o pescado; así como tampoco a bebidas con un volumen alcohólico superior a 1,2%, salvo algunas excepciones, y siempre que no se atribuya a los productos ninguna alegación nutricional ni de propiedades saludables. Por otro lado, y dada la importancia nutricional de los productos a los que se han añadido vitaminas y minerales y su posible incidencia en los hábitos alimenticios y la ingesta total de nutrientes, la norma comunitaria considera que es importante que el consumidor esté en condiciones de evaluar su calidad nutricional global, por lo que ha impuesto el etiquetado nutricional obligatorio para estos casos.

Como norma general, el etiquetado, la presentación y la publicidad de los alimentos a los que se hayan añadido vitaminas y minerales no incluirán ninguna indicación que declare o sugiera que una dieta

equilibrada y variada no puede aportar las cantidades apropiadas de nutrientes. En ningún caso inducirán a error ni engañarán al consumidor con respecto a las ventajas nutritivas resultantes de la adición de estos nutrientes. El etiquetado de los productos a los que se han añadido vitaminas y minerales puede llevar una declaración que indique dicha adición en virtud de las condiciones establecidas en el Reglamento 1924/2006 relativo a las declaraciones nutricionales y de propiedades saludables en los alimentos.

## **Bibliografía**

### Normativa

Reglamento (CE) número 1925/2006 del Parlamento Europeo y del Consejo, de 20 de diciembre de 2006, sobre la adición de vitaminas, minerales y otras sustancias determinadas a los alimentos. Diario Oficial de la Unión Europea número L 404 de 30 de diciembre de 2006.