

Boletín para Profesionales

Administración Nacional de Medicamentos, Alimentos y Tecnología Médica Administración Nacional de Medicamentos, Alimentos y Tecnología Médica Administración Nacional de Medicamentos, Alimentos y Tecnología Médica Administración Nacional de Medicamentos, Alimentos y Tecnología Médica Administración Nacional de Medicamentos, Alimentos y Tecnología Médica Administración Nacional de Medicamentos, Alimentos y Tecnología Médica Administración Nacional de Medicamentos, Alimentos y Tecnología Médica Administración Nacional de Medicamentos, Alimentos y Tecnología Médica Administración Nacional de Medicamentos, Alimentos y Tecnología Médica Administración Nacional de Medicamentos, Alimentos y Tecnología Médica Administración Nacional de Medicamentos, Alimentos y Tecnología Médica Administración Nacional de Medicamentos, Alimentos y Tecnología Médica Administración Nacional de Medicamentos, Alimentos y Tecnología Médica Administración Nacional de Medicamentos, Alimentos y Tecnología Médica Administración Nacional de Medicamentos, Alimentos y Tecnología Médica Administración Nacional de Medicamentos, Alimentos y Tecnología Médica Administración Nacional de Medicamentos, Alimentos y Tecnología Médica Administración Nacional de Medicamentos, Alimentos y Tecnología Médica Administración Nacional de Medicamentos, Alimentos y Tecnología Médica Administración Nacional de Medicamentos, Alimentos y Tecnología Médica

ÍNDICE

ARTÍCULOS

Nuevo Rotulado Nutricional	35
La enfermedad celíaca: consideraciones generales y normativa vigente	43
Nueva vacuna contra el Virus del Papiloma Humano	46

Nuevo Rotulado Nutricional

A partir del 1° de Agosto de 2006 han entrado en vigencia las Resoluciones Conjuntas 149/2005 y 150/2005, de la Secretaría de Políticas, Regulación y Relaciones Sanitarias y la Secretaría de Agricultura, Ganadería, Pesca y Alimentos (1). Estas normas incorporan al Código Alimentario Argentino las Resoluciones del Grupo Mercado Común N° 26/2003 ("Reglamento Técnico MERCOSUR para Rotulación de Alimentos Envasados"), N° 46/2003 ("Reglamento Técnico MERCOSUR sobre Rotulado Nutricional de Alimentos Envasados"), N° 47/2003 ("Reglamento Técnico Mercosur de Porciones de Alimentos Envasados a los Fines del Rotulado Nutricional"). Antes de describir los nuevos cambios, brindamos algunos conceptos básicos que deben tenerse en cuenta para una mejor comprensión del tema.

¿Qué es un rótulo?

Es toda inscripción, leyenda o imagen adherida al envase del alimento. Su función es brindar al consumidor información sobre las características particulares de los alimentos. Está prohibida toda información o mensaje que aparezca en las etiquetas de los alimentos que no sea adecuada y veraz o que induzca a engaño o error al consumidor.

¿Qué es un alimento?

Es toda sustancia que se ingiere en estado natural, semielaborada o elaborada, se destina al consumo humano y aporta al organismo los materiales y/o la energía necesarios para el desarrollo de los procesos biológicos. Esta definición incluye a las sustancias o mezclas de sustancias que se ingieren por hábito, costumbres o como coadyuvantes, tengan o no valor nutritivo.

¿Qué es un ingrediente?

Es toda sustancia, incluidos los aditivos alimentarios, que se emplee en la fabricación o preparación de alimentos y que esté presente en el producto final en su forma original o modificada.

¿Qué son los nutrientes?

Son sustancias presentes en un alimento, indispensables para el crecimiento, desarrollo y mantenimiento de la salud.

¿Cuáles son?

- Hidratos de Carbono
- Proteínas
- Grasas
- Minerales (ej. calcio, hierro, sodio, magnesio, potasio, etc.).
- Vitaminas (Ej. Vit. C, A, D, etc.).
- Agua

Los nutrientes se dividen en dos clases: macronutrientes y micronutrientes. Los macronutrientes, que incluyen proteínas, grasas, hidratos de carbono y algunos minerales, se requieren diariamente en grandes cantidades. Constituyen la mayor parte de la dieta y suministran la energía y los componentes necesarios para el crecimiento, el mantenimiento y la actividad.

Los micronutrientes se requieren en pequeñas cantidades que varían de miligramos (una milésima de gramo) a microgramos (una millonésima de gramo). Las vitaminas y los minerales favorecen la utilización de los macronutrientes.

Más adelante detallaremos las funciones de los nutrientes, que deben declararse en forma obligatoria en las etiquetas.

El agua, en tanto, proporciona el medio donde se desarrollan todas las funciones bioquímicas en las células y tejidos.

1. Los números citados de las Resoluciones corresponden a la secretaría de Políticas, Regulación y Relaciones Sanitarias. Con respecto a la secretaría de Agricultura, Ganadería, Pesca y Alimentos, dichas normas llevan los números 683/2005 y 684/2005.

¿Qué es un aditivo alimentario?

Es cualquier ingrediente agregado a los alimentos intencionalmente, sin el propósito de nutrir, con el objeto de modificar sus características. Ej. espesantes, conservantes, colorantes.

Información obligatoria

Los rótulos de los alimentos que se ofrecen al consumidor deberán contener obligatoriamente la siguiente información:

1. Denominación de venta del alimento: deberá aparecer en la cara principal del envase del alimento, junto con la marca o logo del producto. Es el nombre específico que indica las características del alimento.

2. Lista de ingredientes: se declaran de mayor a menor, según la cantidad presente en el alimento. Los aditivos alimentarios deberán declararse a continuación de los ingredientes.

3. Contenidos netos: la cantidad de alimento contenida en el envase.

4. Identificación del origen:

- Nombre o razón social del elaborador, fabricante, productor, fraccionador, titular (propietario) de la marca:

- Domicilio de la razón social.

- País de origen y localidad.

- Número de registro o código de identificación del establecimiento elaborador ante el organismo competente.

Para identificar el origen deberá utilizarse una de las siguientes expresiones:

"fabricado en..."; "producto ..."; "industria..."

5. Nombre o razón social y dirección del importador (para alimentos importados).

6. Identificación del lote.

7. Fecha de duración o fecha de vencimiento: es el lapso de tiempo durante el cual el alimento es

apto para el consumo.

8. Preparación e instrucciones de uso del alimento, cuando corresponda.

9. Información nutricional: permite al consumidor conocer con más detalle las características nutricionales de cada alimento. Esta información se refiere a una porción determinada, expresada en una medida casera de consumo habitual, por lo que resultará de suma utilidad a la hora de comparar los alimentos.

Rotulado Nutricional

Se entiende por rotulado nutricional a toda descripción destinada a informar al consumidor sobre las propiedades de un alimento. La información nutricional y la protección al consumidor ha sido en los últimos tiempos el fundamento de las regulaciones en materia de etiquetado de los productos alimenticios.

Todas las personas tienen derecho a disponer de alimentos inocuos y nutritivos para satisfacer sus necesidades nutricionales y sus preferencias alimentarias, con la finalidad de llevar una vida activa y sana.

La nutrición y un correcto hábito alimentario constituyen una de las principales fuentes de salud.

Cada vez más, los comportamientos nutricionales se están asociando con la seguridad alimentaria. Sin embargo, para poder llevar una dieta sana, es necesario que los rótulos sean claros y contengan todos los datos necesarios, de manera que el consumidor pueda realizar una adecuada elección.

En este contexto, la información que acompaña a los alimentos juega un papel fundamental.

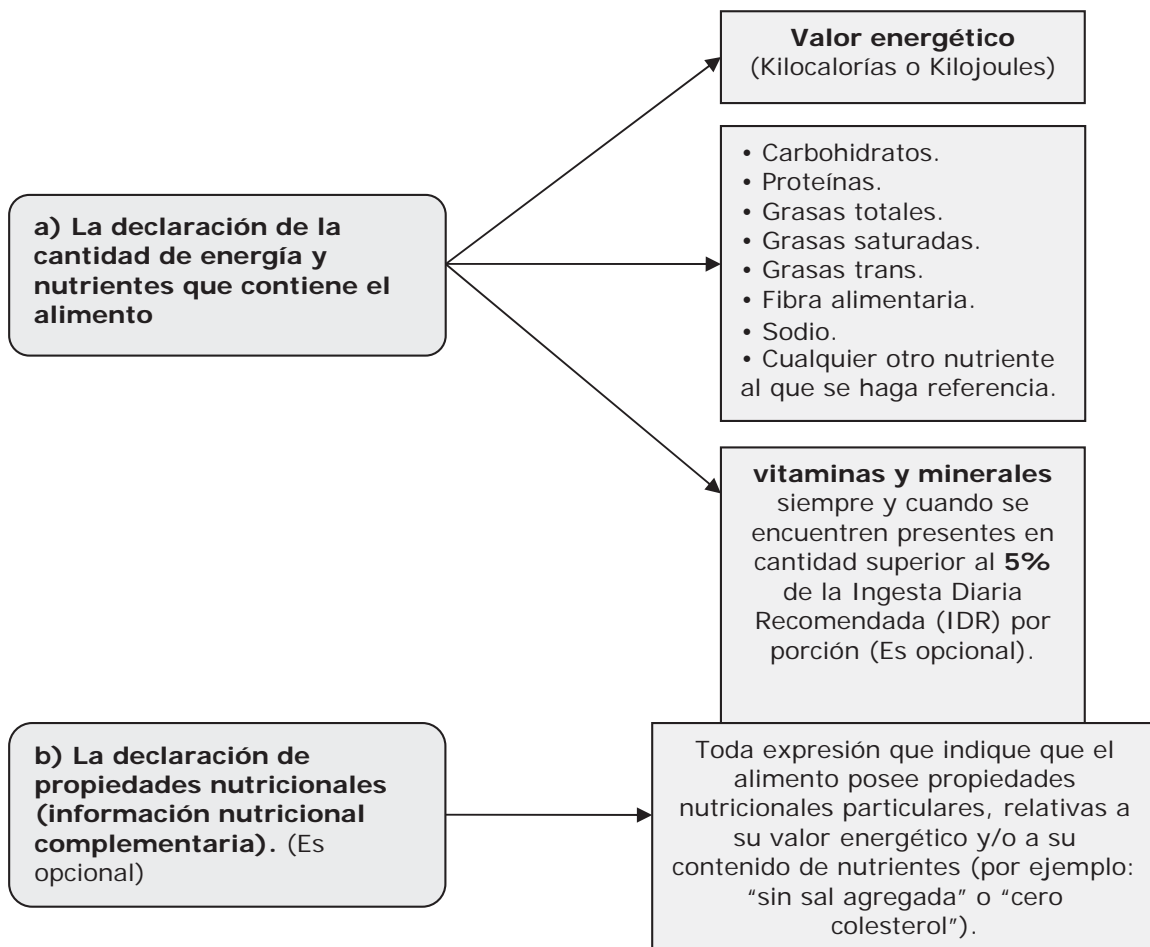
Por ello, como ya lo mencionáramos, a partir del 1º de agosto el Rotulado Nutricional pasa a ser obligatorio para todos los alimentos envasados, con algunas excepciones especificadas en la legislación. Al definirse la información que debe

aparecer en los rótulos de los alimentos, y la forma en que debe estar presentada, el consumidor podrá conocer mejor las propiedades nutricionales del producto, compararlo con otros y realizar una mejor elección de acuerdo a sus necesidades.



¿Qué debe contener el rotulado nutricional?

El rotulado nutricional comprende:



¿Cómo aparecerá la información nutricional en los rótulos? ¿Cómo interpretarla?

1- La información nutricional estará expresada por PORCIÓN, indicando su cantidad en gramos o ml. y su equivalencia en unidades o una medida casera.

4- El Valor Diario es la ingesta diaria recomendada de un nutriente para mantener una alimentación saludable.

2- Es la energía que aporta el alimento, por porción.

4- El % del Valor Diario es el porcentaje de la ingesta diaria recomendada de un nutriente que se cubre con una porción del alimento.

3- Nutrientes que deben ser declarados en forma obligatoria.

INFORMACION NUTRICIONAL		
Porción 30g (6 GALLETITAS)		
	Cantidad por porción	% VD (*)
Valor energético	121 kcal = 508 kJ.	6
Carbohidratos	19 g.	6
Proteínas	3,2 g.	4
Grasas totales	3,8 g.	7
Grasas saturadas	0,3 g.	1
Grasas trans	0,4 g.	-----
Fibra alimentaria	1,6 g.	6
Sodio	228 mg.	10

(*) Valores diarios con base a una dieta de 2000 kcal u 8400 kJ. Sus valores diarios pueden ser mayores o menores, dependiendo de sus necesidades energéticas

5- Las necesidades nutricionales pueden variar según la edad, el peso, el momento de la vida (ej. embarazo, lactancia), la actividad física y el estado de salud de cada persona.

Para cada nutriente tenemos un valor diario diferente:

¡Para mantener un peso saludable, evitar pasar el 100% del VD!

¡Disminuir su consumo!

VALORES DIARIOS DE REFERENCIA DE NUTRIENTES (VDR) DE DECLARACION OBLIGATORIA	
Valor Energético	2000 kcal – 8400 kJ
Carbohidratos	300 gramos
Proteínas	75 gramos
Grasas Totales	55 gramos
Grasas Saturadas	22 gramos
Grasas Trans	Queda excluida la declaración del VD
Fibra Alimentaria	25 gramos
Sodio	2400 miligramos

1- ¿Qué es una porción?

Es la cantidad promedio del alimento, que normalmente debería ser consumida en una ingesta, por personas sanas, mayores de 3 años, con la finalidad de promover una alimentación saludable.

Los tamaños de las porciones fueron establecidos en la normativa, y deben expresarse con su equivalente en medidas caseras.

Ejemplos:

Producto	Porción	
	(g/ml)	Medidas caseras
Arroz crudo	50	1/4 de taza
Panes envasados, feteados o no, con o sin relleno	50	X unidades/fetas que correspondan
Galletitas saladas, integrales y grisines	30	X unidades que correspondan
Leche fluida	200	1 vaso
Aceites vegetales, todos los tipos	13	1 cuchara de sopa

Para mantener un peso saludable es recomendable controlar las porciones de cada alimento, especialmente los que aporten mayor cantidad de azúcar y grasas

2- ¿Qué es el valor energético?

El valor energético representa la cantidad de energía que obtenemos al consumir una porción del alimento en cuestión. Se calcula a partir de la energía aportada por los carbohidratos, proteínas, grasas y otros compuestos como el alcohol. Se expresa en unidades de Kilocalorías (kcal) y Kilojoules (kJ):
Por ejemplo:

1 gramo de carbohidratos	=4 Kcal. - 17 kJ.
1 gramo de proteínas	=4 Kcal. - 17 kJ.
1 gramo de grasas	=9 Kcal. - 37 kJ.
1 gramos de alcohol	=7 Kcal. - 29 kJ.

3- Cantidades

Es obligatorio declarar la cantidad de carbohidratos, proteínas, fibra alimentaria, grasas (totales, saturadas y trans) y sodio, además de todo otro nutriente al que se haga referencia.

¿Qué son los carbohidratos o hidratos de carbono o glúcidos?

Para mantener un peso saludable es recomendable controlar las porciones de cada alimento, especialmente los que aporten mayor cantidad de azúcar y grasas. Estos nutrientes aportan fundamentalmente energía y son el combustible para realizar las funciones vitales del organismo. Se clasifican en dos grupos:

a) los carbohidratos simples o azúcares como la glucosa, la fructosa y sacarosa (azúcar común), que son fuente de energía de rápida utilización en el organismo. Se encuentran en el azúcar de mesa, los caramelos, golosinas, jugos artificiales azucarados, etc.

b) los carbohidratos complejos como la fécula o almidón se encuentran en el pan, las papas, la pasta, el choclo, el arroz y las legumbres.

Conviene consumir carbohidratos complejos y moderar el consumo de azúcares simples

¿Qué son las proteínas?

Son nutrientes necesarios para el crecimiento, mantenimiento y reparación de los órganos, tejidos, músculos, células, etc. Su origen puede ser animal o vegetal. Las proteínas de origen animal se encuentran en carnes, huevos y lácteos, y son las de mayor valor nutritivo; las de origen vegetal se encuentran en nueces, almendras, legumbres. En una dieta saludable conviene mezclar proporciones de ambos grupos.

¿Qué es la fibra alimentaria?

Es cualquier material comestible que no sea digerido en el tracto digestivo humano. La fibra contribuye a regularizar el tránsito intestinal. Se encuentra en cereales integrales, legumbres, frutas, verduras y semillas.

Se sugiere consumir 25g. de fibra al día

Grasas o lípidos:

La grasa es la principal reserva energética del cuerpo humano y es la fuente de energía más concentrada de la dieta, pues 1 gramo de grasa aporta 9 Kcal. (37kJ.). Es esencial en el organismo, ya que forma parte de estructuras del organismo y a partir de ella pueden aprovecharse algunas vitaminas. Son compuestos que no se disuelven en el agua. Puede ser de origen vegetal o animal. Todas las grasas están formadas por una combinación de ácidos grasos saturados, monoinsaturados y poliinsaturados, pero generalmente predomina uno de ellos.

- Las grasas saturadas están presentes en los lácteos enteros, manteca, grasas refinadas y algunas carnes. Elevan el colesterol total de la sangre y el colesterol "malo", por lo que conviene reducir al mínimo su ingesta.

- Las grasas monoinsaturadas incluyen a los ácidos grasos conocidos como Omega 9, presentes en las aceitunas, paltas, frutas secas, aceite de oliva y otros.

- Las grasas poliinsaturadas se agrupan en dos tipos: ácidos grasos Omega-3, presentes en el pescado, los aceites de pescado y vegetales como el aceite de soja, y los ácidos grasos Omega-6, que se encuentran en los aceites vegetales (maíz, girasol) al igual que los Omega 9.

Los ácidos grasos insaturados (mono y poliinsaturados) ayudan a reducir los niveles de colesterol en sangre.

- Las grasas "trans" se forman en el proceso industrial de hidrogenación de los aceites vegetales. Las empresas los utilizan para mejorar la consistencia y durabilidad de los productos; por ejemplo, en margarina, alimentos panificados, galletitas, golosinas y snacks. Son las grasas menos recomendables, ya que aumentan el colesterol "malo" y disminuyen el colesterol "bueno".

- El colesterol es una sustancia grasa que está presente de forma natural en todos los tejidos animales, incluido el cuerpo humano. El organismo fabrica colesterol en el hígado y además lo obtiene a través de los alimentos. Es necesario para la formación de hormonas y es parte de la estructura de las células del organismo, pero su exceso en la sangre aumenta el riesgo de padecer enfermedades del corazón. Los alimentos que contienen colesterol y grasas saturadas son la manteca, lácteos enteros, crema de leche, carnes, yema de huevo, embutidos, hígado y vísceras (riñón, seso, mollejas, etc). El colesterol no está presente en los alimentos de origen vegetal (ej. aceites).

Es conveniente disminuir el consumo de ácidos grasos trans, grasas saturadas y colesterol y preferir las grasas insaturadas

Sodio

El sodio es un mineral que, en pequeñas cantidades, tiene un papel importante para el buen funcionamiento del organismo, pero su consumo en exceso está relacionado con la hipertensión arterial. Se encuentra presente en forma natural en muchos alimentos. La sal de mesa (cloruro de sodio) aporta grandes cantidades de sodio. Un sobrecito de sal de 2 gramos (una cucharadita tipo café) aporta 800 mg. de sodio (33% del VD).

Se recomienda no consumir más de 2400mg (2,4 g.) de sodio por día.
Tener en cuenta el sodio proveniente de los alimentos y de la sal de mesa.

Otros nutrientes

Para los alimentos "comunes" la inclusión (de las vitaminas y minerales) en la información nutricional es optativa, aunque deben encontrarse en no menos del 5 % de la IDR por porción.

En cambio, los alimentos "especiales", que son especialmente preparados para satisfacer las necesidades particulares de nutrición y alimentación de determinados grupos poblacionales (ej: alimentos para lactantes) deben obligatoriamente declarar el contenido de micronutrientes.

Valores de ingesta diaria recomendada de vitaminas y minerales:

Vitamina A	600 µg.	Calcio	1000 mg.
Vitamina D	5 µg.	Hierro (2) (*)	14 µg.
Vitamina C	45 mg.	Magnesio (2)	260 mg.
Vitamina E	10 mg.	Zinc (2) (**)	7 mg.
Tiamina	1,2 mg.	Yodo	130 µg.
Riboflavina	1,3 mg.	Fósforo (3)	700 mg.
Niacina	16 mg.	Flúor (3)	4 mg.
Vitamina B 6	1,3 mg.	Cobre (3)	900 µg.
Ácido fólico	400 µg.	Selenio (2)	34 µg.
Vitamina B 12	2,4 µg.	Molibdeno (3)	45 µg.
Biotina	30 µg.	Cromo (3)	35 µg.
Ácido pantoténico	5 mg.	Manganeso (3)	2,3 mg.
Vitamina K (2)	65 µg.	Colina (3)	550 mg.

4- ¿Cómo se interpreta el porcentaje de valor diario?

Veamos un ejemplo en la tabla que presentamos mas arriba: seis galletitas nos aportan 3,8 g de grasas totales. Si nos fijamos en el correspondiente %VD, sabremos que esta cantidad equivale al 7% del total de grasas que se recomienda consumir por día (55gramos = 100% VD). Nos quedará un 93% restante para incorporar con el resto de los alimentos que consumiremos en el día.

5- ¿Por qué pueden variar los valores diarios recomendados para diferentes personas?

Varios son los factores como la edad, el sexo, el peso, la condición fisiológica (ej. : embarazo) y el nivel de actividad física que influyen en las necesidades nutricionales de cada persona, modificando la cantidad de energía y de nutrientes necesarios. Entonces, cada persona requiere una cantidad específica de calorías por día. Sin embargo, para los fines del rotulado nutricional se tomó como referencia una dieta promedio de 2000 kcal. (8400 kJ.). Si tiene dudas acerca de sus necesidades nutricionales particulares, se sugiere consultar con un médico o nutricionista.

LA ENFERMEDAD CELÍACA: CONSIDERACIONES GENERALES Y NORMATIVA VIGENTE

Alimentarse es una necesidad básica y primordial para mantener la vida, un modo de disfrutar y de dar marco al encuentro familiar y social. La posibilidad de elegir los alimentos a consumir y distribuirlos en las diferentes comidas del día es propio de cada individuo, pero no todos pueden hacerlo libremente.

Una gran cantidad de personas sufre reacciones adversas a determinados alimentos, causadas por múltiples mecanismos. Según la patología que se padezca en cada caso, los afectados deben evitar la ingesta de dichos productos, ya que de lo contrario su organismo podría sufrir consecuencias negativas.

Este tipo de patologías modifican los hábitos alimentarios de los pacientes y también los de sus familias. La preocupación y atención que deben sostener cotidianamente se acentúan en el momento de comer fuera de casa o de comprar alimentos envasados, por desconocer cómo fueron preparados.

Entre las reacciones adversas a los alimentos se encuentra la enfermedad celíaca. Por su incidencia en la población, es la intolerancia alimentaria de origen genético más frecuente de la especie humana. La única conducta saludable para quien padece esta enfermedad es la exclusión de la dieta de los alimentos que contienen trigo, avena, cebada y centeno.

Características de la enfermedad y su incidencia en la población

La enfermedad celíaca es la intolerancia total y permanente a las proteínas contenidas en el gluten (1) de trigo, avena, cebada y centeno, cereales muy comunes en la dieta de los argentinos. Se trata de una enfermedad gastrointestinal crónica con cierta predisposición genética a padecerla.

Esta dolencia produce una atrofia de las vellosidades del intestino delgado, que se traduce en una mala absorción de los nutrientes. Ante la ausencia

o incumplimiento de la dieta requerida, esta situación puede derivar en desnutrición y, en los casos más graves, llegar incluso hasta la muerte.

En las mujeres embarazadas, la enfermedad no tratada puede provocar abortos espontáneos. La sintomatología clínica puede ser variable y a veces poco llamativa, por lo que es común que el diagnóstico, que se realiza mediante biopsia intestinal, sea tardío o no llegue a efectuarse. En consecuencia, la falta de síntomas no significa ausencia de lesión en el intestino.

Con respecto a la incidencia de la enfermedad en la población, ésta es muy alta. Un estudio realizado por la unidad de Soporte Nutricional y Enfermedades Malabsortivas del "Hospital San Martín", de La Plata, permitió diagnosticar la celiaquía en una de cada 167 personas sanas; el 70 por ciento de ellas no presentaba ningún tipo de síntomas (2). Además, otros estudios indican que la celiaquía es hereditaria: entre el 10% y el 15% de los familiares directos del afectado padece también la enfermedad (3).

Necesidad de una dieta sin gluten

Con el fin de recuperar la funcionalidad intestinal y evitar las complicaciones a largo plazo, derivadas del consumo de proteínas que resultan tóxicas para su organismo, la única alternativa con la que cuenta el celíaco es realizar una dieta estricta durante toda su vida. Ésta consiste en eliminar totalmente el gluten de la dieta; es decir, ingerir alimentos "sin TACC" (sin trigo, avena, cebada y centeno). Si el paciente respeta la dieta apropiada se convierte en un individuo capaz de alcanzar los niveles nutricionales perdidos antes de haberse adaptado a la dieta y de completar su desarrollo físico y neurológico.

Si bien hasta el momento no existe consenso internacional sobre los niveles de gluten máximos tolerables por un paciente celíaco, hay acuerdo en que su consumo en pequeñas cantidades puede producir lesión de la mucosa intestinal. De esto se deduce la importancia que tiene tomar los recaudos suficientes para asegurarse que el alimento a consumir esté totalmente exento de gluten, sin

trazas. El gluten puede aparecer de manera no intencional en alimentos considerados aptos para los enfermos celíacos, por producirse una contaminación cruzada en algún eslabón de la cadena agroalimentaria. Esto puede ocurrir en numerosos productos, como por ejemplo harinas de maíz, mandioca, arroz, o copos de arroz o de maíz. Es posible que dicha contaminación ocurra cuando se procesan en un mismo molino harinas con y sin gluten, cuando se utilizan las mismas máquinas en el proceso de elaboración -sin limpiarlas adecuadamente-, o cuando en el lugar de almacenamiento quedan restos de harinas con gluten que se mezclan con los productos naturalmente libres de esa proteína.

También debe tenerse en cuenta que numerosos productos alimenticios no destinados a enfermos celíacos contienen gluten como aditivo, ya sea para mejorar la textura, la estabilidad o para lograr una determinada consistencia (ver cuadro) (4). De hecho, el Código Alimentario Argentino (CAA), permite el agregado de hasta un 10 % de materias amiláceas (harina, almidón, féculas).

Por lo tanto se recomienda al celíaco que no consuma alimentos elaborados artesanalmente o a granel que no presenten la declaración de ingredientes y la información nutricional correspondiente. Además, es sumamente importante que la

dieta "sin TACC" a la que debe atenerse el paciente celíaco sea una dieta variada, completa y equilibrada. Ello implica que no deben eliminarse ninguno de los grupos de alimentos que constituyen la alimentación básica, como legumbres, hortalizas, frutas, leche y derivados, carnes, huevos y aceites y grasas "saludables" en proporciones adecuadas.

También resulta útil conocer que el trigo, avena, cebada y centeno pueden ser sustituidos por otros cereales, tales como harina de mandioca (tubérculo), de soja, de arroz, de maíz, de garbanzos, de quinoa, etc. La gastronomía y la ciencia y tecnología alimentaria ofrecen la posibilidad de elaborar comidas y alimentos envasados apetitosos, atractivos y nutritivos en base a estos sustitutos.

En cuanto al papel del elaborador, éste debe comprometerse a desarrollar un sistema de control de sus materias primas, a fin de verificar que cada lote que recibe se encuentre libre de gluten, evitando cualquier tipo de contaminación cruzada desde la recepción de las materias primas hasta el transporte y comercialización de su producto final. La implementación de las Buenas Prácticas de Manufactura, y de procedimientos de limpieza y control de puntos críticos, permite asegurar la ausencia de gluten en el producto final.

Cuadro Nº1: presencia de cereales TACC como aditivos en productos de consumo habitual.

Productos que pueden contener cereales TACC como aditivos	Función que cumple el aditivo TACC
Yogures, quesos, postres de leche y flanes comerciales	Gelificante o espesante
Fiambres, embutidos y patés	Logro de productos homogéneos como medio de unión de los ingredientes
Mayonesa, ketchup y mostaza	Espesante
Chucles, caramelos, confites, chocolates, turrone	Gelificante como medio de unión de los ingredientes
Dulce de leche y otros dulces y mermeladas	Gelificante
Hojas de té, yerba mate y otras hierbas aromáticas (orégano, perejil, etc.)	Aceleración del proceso de secado
Helados	Estabilizante y/o gelificante
Jugos de fruta	Espesante y estabilizante

Productos enlatados en puré (tomate, choclo y otros)	Espesante y gelificante (5)
Pasta dental	Espesante
Leche en polvo y otros productos con similar presentación	Adulterante, a fin de aumentar el peso del producto agregando un elemento de bajo costo

Importancia de la lectura de los rótulos

Los rótulos de los alimentos envasados deben brindar información completa y correcta sobre su composición cuali-cuantitativa. En consecuencia, es conveniente que el celíaco o quienes convivan con él lean siempre la etiqueta del producto, aunque ya lo hayan adquirido en otras oportunidades.

No deben comprarse productos en cuyo rótulo aparezca alguno de los siguientes términos, ya que si bien éstos mencionan el componente, no indican el cereal del que proceden:

- Almidón;
- Almidones modificados (E-1404, E-1410, E-1412, E-1413, E-1414, E-1420, E-1422, E1440, E-1442, E-1450);
- Amiláceos;
- Cereales;
- Espesantes;
- Fécula;
- Gluten;
- Harina;
- Proteína;
- Proteína vegetal
- Hidrolizado de proteína;
- Sémola-cereales;
- Fibra;
- Espesantes;
- Sémola;
- Extracto de malta;
- Levadura;
- Extracto de levadura;
- Especies y aromas.

Vale la pena insistir, como recomendación, que deben eliminarse de la dieta todos los productos a granel, los alimentos elaborados artesanalmente y los productos envasados que no lleven la leyenda "sin TACC".

Normativa vigente

En el año 2004, se incorporó al Código Alimentario Argentino (CAA) la definición de alimentos "libres de gluten" (art. 1382 bis, en el Capítulo XVII del CAA). Éstos son definidos en la norma como aquellos "que están preparados únicamente con ingredientes que, por su origen natural y por la aplicación de buenas prácticas de elaboración -que impiden la contaminación cruzada- no contienen prolaminas procedentes del trigo, de todas las especies de Triticum..., de trigo duro, centeno, cebada, avena ni de sus variedades cruzadas".

Además, la normativa establece que, para comprobar la condición de alimento libre de gluten, deberán utilizarse aquellas técnicas que la autoridad sanitaria nacional evalúe y acepte. Al respecto, el INAL-ANMAT ha establecido y comunicado a las 24 jurisdicciones bromatológicas provinciales que la determinación del contenido de gluten en los alimentos se basará en un método por enzimo-inmunoensayo (ELISA). El anticuerpo que se utilice deberá reaccionar con los cereales que son tóxicos para las personas sensibles al gluten, sin que se produzca reacción cruzada con los otros cereales o constituyentes de los alimentos.

Con respecto al rotulado, se ha determinado que los productos destinados a pacientes que padecen enfermedad celíaca se rotularán con la denominación del producto que se trate, seguido de la indicación "libre de gluten". También debe incluirse, en las proximidades de la denominación, la leyenda "sin TACC" con caracteres de buen realce, tamaño y visibilidad (artículo 1382).

A los efectos de la inclusión de la leyenda "sin TACC", los elaboradores e importadores que soliciten la aprobación del producto están obligados a presentar, ante la autoridad sanitaria de la jurisdic-

ción que corresponda en cada caso, los siguientes requisitos (art. 1383):

*Análisis que avalen la condición de "libre de gluten", extendido por un organismo oficial o entidad conreconocimiento oficial;

*Un programa de buenas prácticas de fabricación, con el fin de asegurar la no contaminación con derivados de trigo, avena, cebada y centeno en los procesos, desde la recepción de las materias primas hasta la comercialización del producto final. El INAL-ANMAT, como referente nacional, realiza monitoreos y seguimientos para conocer el estado de situación de los productos libres de gluten que se encuentran en el mercado y verificar así el cumplimiento de la normativa vigente.

Cabe destacar que se encuentra disponible para consulta el "Listado de Alimentos Libres de Gluten", confeccionado y actualizado con los datos aportados por las distintas jurisdicciones bromatológicas.

Este listado puede consultarse ingresando a la página web de la ANMAT (www.anmat.gov.ar), clickeando en "Servicios". Allí se desplegará un menú, dentro del cual debe seleccionarse el ítem "Consultas" y, a continuación, debe elegirse la opción "Consulta a la Base de Datos de Alimentos Libres de Gluten".

Notas

- (1) El gluten es un conjunto de proteínas denominadas prolaminas.
- (2) Prensa, Difusión y Relaciones Institucionales del Ministerio de Salud del Gobierno de la Provincia de Buenos Aires. Enfermedad Celíaca: el desafío de aprender a comer sin gluten.
- (3) Asociación Celíaca de Argentina. La Celiaquía. Otras enfermedades. ¿Qué es ser celíaco?.
- (4) Carolina Henning, Lic. Fabiana Echevarría. El gluten oculto.
- (5) Carolina Henning, Lic. Fabiana Echevarría, op. cit.

Nueva vacuna contra el virus del Papiloma Humano

Días atrás, la ANMAT autorizó una nueva vacuna destinada a prevenir la infección por virus de papiloma humano (HPV) de los tipos específicos 6, 11, 16 y 18, los cuales causan el 70% de los casos de cáncer de cuello de útero, adenocarcinoma in situ, neoplasia intraepitelial cervical de grados 2 y 3, y cánceres vulvares y vaginales relacionados con el HPV.

También son causantes de entre el 35 y el 50% de los casos de CIN 1, VIN 1 y VaIN 1, y del 90% de los eventos de verrugas genitales y papilomatosis respiratoria recurrente. La vacuna aprobada se obtiene por tecnología recombinante, y su indicación autorizada es la prevención de la displasia cervical de alto grado (CIN 2/3), del carcinoma cervical, de las lesiones displásicas vulvares de alto grado (VIN 2/3) y de las verrugas genitales externas relacionadas causalmente con los tipos mencionados del HPV.

Dicha indicación se basa en la demostración de su eficacia en mujeres adultas de 16 a 26 años y de su inmunogenicidad en niños y adolescentes de 9 a 15. Su aplicación es de tres dosis, que deben ser administradas en un período de 6 meses.

La vacuna estará disponible en el mercado cuando se haya procedido al cumplimiento de liberación del primer lote, hecho que requiere aún de la inspección a la planta de producción del laboratorio elaborador, de acuerdo a lo establecido por la Disp. ANMAT Nº 6897/2000. Debe tenerse en cuenta que el uso de la vacuna no reemplaza los controles médicos habituales y no es terapéutica, por lo que no brinda protección a las mujeres que ya se encuentran infectadas con el HPV. Asimismo, es necesario destacar que su eficacia protectora en hombres aún no ha sido evaluada.



PARA COMUNICARSE CON NOSOTROS

4340-0800/0900 • <http://www.anmat.gov.ar>

EDIFICIO CENTRAL

Av. de Mayo 869, (1084) Capital Federal

INAME - Instituto Nacional de Medicamentos

Av. Caseros 2161, (1264) Capital Federal

INAL - Instituto Nacional de Alimentos
Estados Unidos 25, (1101) Capital Federal

ANMAT Responde

0800-333-1234 • responde@anmat.gov.ar