

# Etiquetado de alimentos: qué cambia con la nueva normativa de México inspirada en Chile (y qué resultados dio en el país sudamericano)

Marcos González Díaz  
Corresponsal de BBC News Mundo en México

1 octubre 2020



AFP

| Tras un largo proceso de discusión para su aprobación, el nuevo etiquetado de alimentos procesados y bebidas no alcohólicas es una realidad en México.

**En un supermercado de Ciudad de México, Brigitte observa detenidamente los artículos en la sección de productos dietéticos antes de decidirse por una de las opciones de barritas energéticas.**

"Estas nuevas etiquetas son informativas, muy buenas, pero la verdad... **es que son aterradoras**", dice riendo esta pintora mientras señala unos grandes octógones negros impresos en los envases.

Esta imagen en los alimentos y bebidas a la venta en México responde al nuevo etiquetado que entró en vigor oficialmente este jueves, 1 de octubre, y que debe advertir claramente **del exceso de calorías, azúcares, sodio y grasas**.

El gobierno pretende lograr así que los mexicanos cuenten con la información necesaria para hacer compras más saludables y, a la vez, que las empresas reformulen la elaboración de sus productos para evitar tener que incluirles estos antiestéticos sellos.



| Brigitte califica los nuevos sellos en los envases de "aterradores" pero asegura que le hicieron cambiar sus hábitos de compra.

La iniciativa no es nueva en América Latina. **México se inspiró en la experiencia de Chile**, que desde 2016 utiliza un etiquetado similar. Perú lo adoptó el año pasado y Uruguay se encuentra en fase de implementación.

Pero, probablemente, en México haya aún mayor expectativa ante sus posibles resultados para ayudar a modificar décadas de mala alimentación en el país, la cual ha sido calificada por las autoridades repetidamente como un verdadero problema para la salud pública.

- "Es que tienen mucha grasa, guácala": cómo una ley en Chile hizo que la gente reduzca el consumo de comida chatarra
- La otra epidemia que hace a México y EE.UU. especialmente vulnerables frente al coronavirus

La iniciativa, sin embargo, causó polémica entre muchas empresas productoras de bebidas y alimentos procesados.

Consideran que el etiquetado podría perjudicar a su actividad y también al consumidor, que creen va a recibir **menos información nutricional y más confusa** que la que obtenían hasta ahora. Decenas de ellas presentaron amparos ante la Justicia contra la normativa.

## Las claves del nuevo etiquetado en México

- **Cinco sellos:** mientras que en Chile se comenzó con cuatro advertencias (para azúcares, grasas saturadas, sodio y calorías añadidos), México incluye un sello para las grasas trans que irán en la parte superior frontal del empaque.
- **"Microchatarras":** al contrario que en Chile, los envases de pequeño tamaño deberán llevar advertencia. Será un solo octógono con el número de sellos que le fueron adjudicados.



| Los envases en México podrán mostrar hasta cinco sellos de advertencia.

- "Exceso de" será la frase que se incluya en cada sello en México, ya que se consideró que el "Alto en" usado en Chile podía interpretarse de manera positiva.
- **Edulcorantes y cafeína:** los envases en México también advertirán sobre la presencia de estos componentes y la recomendación de que sean evitados por niños.
- Entre 80 y 85% de los productos procesados a la venta llevarán al menos un sello, según cálculos del Instituto Nacional de Salud Pública de México (INSP).



| Los envases más pequeños también deberán llevar un sello de advertencia.

- **Multas:** aunque la norma entró en vigor este jueves, las empresas contarán con un período de adaptación de sus envases y no se contemplarán penalizaciones hasta el 1 de diciembre.
- **Dibujos y personajes animados** para atraer la atención de los niños estarán prohibidos, en este caso a partir de abril de 2021. Por ejemplo, la empresa mexicana Bimbo deberá eliminar a su clásico osito de los productos que cuenten con al menos un sello.

## Grandes expectativas

Tras estos cambios respecto a la normativa de Chile, la Organización Panamericana de la Salud (OPS) calificó el nuevo etiquetado mexicano como el mejor modelo que existe en la actualidad.

"Ha alcanzado el nivel de excelencia más alto que hoy tenemos, **México se ha vuelto un ejemplo para el mundo en esta materia**", aseguró este jueves en conferencia virtual el asesor regional en Nutrición de la OPS, **Fabio da Silva Gomes**.



| Los promotores del nuevo etiquetado en México confían en que anime a la población a optar por productos más saludables.

El gobierno mexicano tiene grandes expectativas y pronostica que el etiquetado logrará importantes resultados para mejorar la salud.

"Esperamos que con una buena campaña de educación y publicidad sobre este etiquetado, logremos reducir el consumo diario por persona en unas 37 calorías", prevé **Simón Barquera**, director del Centro de Investigación en Nutrición y Salud del INSP.

Según uno de los estudios de este centro, esto permitiría "un ahorro de US\$1.800 millones en costos de atención médica en cinco años si el efecto se sostiene, y prevenir que 1,3 millones de personas dejen de tener obesidad", le dice el experto a BBC Mundo.

## Los resultados de Chile

México basa sus predicciones en los resultados obtenidos por Chile, cuyo Ministerio de Salud presentó en 2019 algunos logros a tres años de la puesta en marcha de su etiquetado.

Si bien reconoció que aún debe transcurrir más tiempo para hacer evaluaciones sobre el impacto que tuvo en la obesidad de la población, sí que identificó cambios en sus hábitos de consumo.



| El senador chileno Guido Girardi fue uno de los principales impulsores de este tipo de etiquetado en su país.

Entre otros, se detectó **una disminución del 25% en la compra de bebidas azucaradas**, del 17% en postres envasados y del 14% en cereales para desayuno.

Además, identificó en promedio **una reducción del 25% de azúcares en la composición** de las categorías de alimentos estudiadas.

Barquera asegura que esta reformulación de los productos ya se ha visto en México incluso antes de que el nuevo etiquetado entrara en vigor oficialmente, para así evitar que se les identificara con los nuevos sellos negros.

"Ya hemos visto cereales de caja, que son muy altos en sal y la gente no lo sabe, que ya se la quitaron. **En unas semanas logramos que las empresas hicieran lo que debían haber hecho hace diez años**", afirma.



| Al igual que en Chile, los dibujos en productos con uno o más sellos de advertencia tienen los días contados en México.

Muchas empresas, sin embargo, aseguran que su responsabilidad con la reformulación hacia productos más saludables viene de antes.

La Asociación Nacional de Productores de Refrescos y Aguas Carbonatadas (Anprac), por ejemplo, se comprometió a reducir entre 2018 y 2024 un 20% de calorías en sus artículos.

"Estamos comprometidos con la salud de los mexicanos (...). Continuaremos con nuestro compromiso de reformulación que nos permite estar en constante escucha de las necesidades de los estilos de vida de nuestros consumidores", le dijo a BBC Mundo por escrito su director general, **Jorge Terrazas**.

## ¿Qué etiquetado es mejor?

Pero las empresas del sector también han tenido duras críticas hacia el nuevo etiquetado.

Una de ellas es que los sellos **no distinguen entre tamaños o porciones**, sino que son colocados cuando el porcentaje de estos componentes en el producto es superior al que el perfil de nutrientes de la OPS recomienda ingerir en la dieta de un adulto.

"Si unas galletas tienen 160 calorías, llevarán el sello de 'exceso'. Pero si una minipastilla tiene dos calorías, también. Al final no importa el contenido específico porque de cualquier manera llevará el sello", critica **Lorena Cerdán**, directora del Consejo Mexicano de la Industria de Productos de Consumo (ConMéxico).



### Perfil de nutrientes de la OPS

Criterios para indicar que un producto tiene una cantidad excesiva de:

**Sodio:** igual o mayor a 1 mg por 1 kcal.

**Azúcares libres:** igual o mayor al 10% del total de energía.

**Otros edulcorantes:** cualquier cantidad

**Total de grasas:** igual o mayor al 30% del total de energía.



**Grasas saturadas:** igual o mayor al 10% del total de energía.

**Grasas trans:** igual o mayor al 1% del total de energía.

Fuente: OPS ↗

También critican que, dado que los sellos no permiten conocer la cantidad concreta de nutrientes, **dificultarán al consumidor comparar** entre productos. "Si un producto de 50 calorías y otro de 300 tienen el mismo sello, no estoy pudiendo diferenciar", dice Cerdán.

Esta información sí se detallaba en las tablas nutricionales utilizadas hasta ahora, que también mostraban el porcentaje de los nutrientes diarios que suponían basado en una porción que no era la misma para todos los artículos.



| Los empresarios defienden que las tablas nutricionales utilizadas hasta ahora ofrecen información más clara y útil para el consumidor que el nuevo etiquetado.

En realidad, esta tabla seguirá estando presente en el nuevo etiquetado, pero ahora en la parte trasera de los envases. Eso sí, deberán mostrar la información **basada en 100 gramos o mililitros** para homogeneizar el tamaño de las porciones analizadas.

"Entonces, si el objetivo es poner al frente la información importante, ¿cuál es el espíritu de este etiquetado si tengo que dar la vuelta al envase para ver la tabla nutricional?", se pregunta Cerdán.

**"Para eso, nos habríamos quedado como estábamos** y habríamos invertido en campañas de nutrición para ayudar a la gente a entender esas tablas", le dice a BBC Mundo.

- El estado de México donde el consumo de refrescos es 30 veces superior al promedio mundial
- ¿Qué puede aprender el resto del mundo del impuesto sobre los refrescos de México?

Según Barquera, sin embargo, este tipo de tablas (conocidas como etiquetado GDA) "tienen mucha información, pero mala y engañosa que no sirve para nada".

"No se entienden y no permiten tomar una decisión rápida a la hora de comparar, además que están basadas en porciones arbitrarias. Es una de las peores estrategias **claramente interferidas por industrias con intereses comerciales**", asegura.

## El impacto económico

Otros empresarios afirman que el problema de obesidad no se solucionará con este etiquetado, ya que gran parte de la responsabilidad la tiene **la comida tradicional o garnachas** que un gran número de mexicanos consume en puestos en la calle.



GETTY IMAGES

| Expertos en salud rechazan que la comida tradicional sea la causante de la obesidad y sobrepeso entre los mexicanos.

El INSP descarta que exista evidencia que sustente esta idea, mientras que sí la hay para confirmar que los alimentos ultraprocesados -que suponen el 25% de la dieta de los mexicanos- les aportan la principal cantidad de azúcar agregado.

"Si sacamos los ultraprocesados, **la dieta mexicana tradicional queda perfecta y equilibrada** y cumple con las recomendaciones de la OMS", coincidió da Silva Gomes, asesor de la OPS.

- Los nocivos efectos de los alimentos ultraprocesados en la salud, según dos nuevos estudios
- Por qué la comida "mala" sabe tan bien

Barquera, del INSP, también descarta que el nuevo etiquetado vaya a afectar a pequeños comerciantes o acarree la pérdida de miles de trabajo en el sector, como algunos aseguran.

"En Chile no hubo afecciones económicas. **La razón es que el consumidor sigue comprando**, solo que se hace un cambio a productos más saludables. Esos son los grandes ganadores", dice.



GETTY IMAGES

México está entre los principales consumidores per cápita del mundo de bebidas azucaradas y alimentos procesados.

ConMéxico coincide en que el etiquetado en el país sudamericano no supuso un gran impacto sobre las empresas de este tipo de alimentos, aunque en su opinión se debió a otros motivos.

"Todos los productos afectados al inicio se recuperaron porque se fue perdiendo el efecto, **había tantos sellos que el consumidor empezó a ignorarlos y dejó de ser un elemento de información nutricional**", opina su directora.

## ¿Cómo reaccionaron los mexicanos?

En la calle, la opinión de los mexicanos sobre la iniciativa está dividida.

Brigitte, la joven de Ciudad de México, asegura que hay muchos artículos que ya no compra tras la colocación de los famosos sellos.

"Para mí, es positivo, me ha hecho cambiar los hábitos. Hay algunas cosas que aunque tenga algún sello, las voy a seguir consumiendo... **pero ya si tiene tres sellos, es un 'no' rotundo**", dice.

En el pasillo de al lado del mismo supermercado, la pareja formada por André y Wendy se muestra mucho más escéptica.



| Wendy y André no creen que el nuevo etiquetado vaya a cambiar los hábitos de consumo de los mexicanos.

Aunque reconocen que el método antiguo de la tabla nutricional era más complejo ("había muchos números, la gente no entiende cuántas calorías tiene, si es mucho o poco..."), no creen que los nuevos sellos vayan a marcar gran diferencia.

"Yo, realmente, no me fijo en ellos. Vamos a seguir comprando lo que nos gusta y nos interesa, no creo que en absoluto que en México vaya a hacer un cambio, **no hay manera de convencer a la gente**", dice Wendy.

Barquera responde que aunque los cambios a nivel individual son a menudo pequeños e imperceptibles para la sociedad, a nivel general son muy importantes.

"Cuando se añadió el impuesto a las bebidas azucaradas, supuso una reducción de 10 calorías diarias per cápita. La gente piensa que eso no es nada para eliminar la obesidad, pero en realidad **son miles de toneladas de azúcar que se dejaron de consumir al año en el país**", concluye.

## México, entre los tacos y la comida chatarra

En México, el país de los tacos y las sopas tradicionales más deliciosas, la población también admite sin pudor su amor por otro tipo de alimentación: la comida chatarra.

Según la OPS, el país es **el cuarto del mundo en venta per cápita anual de alimentos y bebidas ultraprocesadas**, considerados por esta agencia de Naciones Unidas como "el motor de la epidemia de obesidad".

De hecho, México cuenta junto a Estados Unidos con la mayor tasa de obesidad del mundo entre adultos, la cual aumentó en un 42% entre los años 2000 y 2018.

- [¿Es realmente México el país más obeso del mundo?](#)
- [Los países de América Latina donde más ha crecido la obesidad](#)

En términos generales, tres de cada cuatro mexicanos tiene sobrepeso y la diabetes es la segunda causa de muerte en el país.

Además, también es líder mundial en consumo de refrescos per cápita, a lo que según el INSP **se atribuyen cada año más de 40.000 muertes en el país** (un 7% del total).

Este año, Oaxaca y Tabasco se convirtieron en los dos primeros estados en prohibir la venta a menores de edad de comida chatarra y bebidas azucaradas.

Recuerda que puedes recibir notificaciones de BBC Mundo. Descarga la nueva versión de nuestra app y actívalas para no perderte nuestro mejor contenido.

- ¿Ya conoces nuestro canal de YouTube? ¡Suscríbete!

### ¿Permitir el contenido de Google YouTube?

Este artículo contiene contenido proporcionado por Google YouTube. Solicitamos tu permiso antes de que algo se cargue, ya que ese sitio puede estar usando cookies y otras tecnologías. Es posible que quieras leer [política de cookies](#) y [política de privacidad](#) de Google YouTube antes de aceptar. Para ver este contenido, selecciona 'aceptar y continuar'.

**Aceptar y continuar**

Advertencia: El contenido de sitios externos y terceras partes puede contener publicidad

### ¿Permitir el contenido de Google YouTube?

Este artículo contiene contenido proporcionado por Google YouTube. Solicitamos tu permiso antes de que algo se cargue, ya que ese sitio puede estar usando cookies y otras tecnologías. Es posible que quieras leer [política de cookies](#) y [política de privacidad](#) de Google YouTube antes de aceptar. Para ver este contenido, selecciona 'aceptar y continuar'.

**Aceptar y continuar**

Advertencia: El contenido de sitios externos y terceras partes puede contener publicidad

### ¿Permitir el contenido de Google YouTube?

Este artículo contiene contenido proporcionado por Google YouTube. Solicitamos tu permiso antes de que algo se cargue, ya que ese sitio puede estar usando cookies y otras tecnologías. Es posible que quieras leer [política de cookies](#) y [política de privacidad](#) de Google YouTube antes de aceptar. Para ver este contenido, selecciona 'aceptar y continuar'.

**Aceptar y continuar**

Advertencia: El contenido de sitios externos y terceras partes puede contener publicidad

## Temas relacionados

México    Sociedad    América Latina    Nutrición    Nutrición    Salud

## Contenido relacionado



**Refrescos en México: Chiapas, el estado de México donde el consumo de refrescos es 30 veces superior al promedio mundial**

17 agosto 2020



**Coronavirus en México y Estados Unidos: la otra epidemia que hace a estos dos países especialmente vulnerables al covid-19**

6 abril 2020



**"Es que tienen mucha grasa, guácala": cómo una ley en Chile hizo que la gente reduzca el consumo de comida chatarra**

29 junio 2018



**¿Es realmente México el país más obeso del mundo?**

7 abril 2018



**Los países de América Latina donde más ha crecido la obesidad**

14 mayo 2019



**¿Qué puede aprender el resto del mundo del impuesto sobre los refrescos de México?**

23 febrero 2017



**Comida chatarra: por qué los alimentos “malos” saben tan bien**

22 diciembre 2018



**Alimentos ultraprocesados: lo que dos estudios masivos revelan sobre sus efectos en la salud**

30 mayo 2019



**Cuáles son los alimentos ultraprocesados y cómo están relacionados con el cáncer**

16 febrero 2018

## Principales noticias

Cómo Dearborn se convirtió en la primera ciudad de mayoría árabe de EE.UU.

6 horas

"Mis hijos se aferran a mí mientras los perros desenterrran cadáveres": las aterradoras escenas que viven los palestinos en Rafah

8 mayo 2024

El tenso interrogatorio de la defensa de Trump a la ex actriz porno Stormy Daniels en el juicio al expresidente en Nueva York

8 mayo 2024

## No te lo pierdas



"En Colombia hay personas que en su misma biología esconden el alzhéimer y su cura", Francisco Lopera, el premiado neurólogo investigador de la demencia

7 mayo 2024



Entrevista de la BBC con Javier Milei: "Los motes que me ponen los fracasados que hundieron el país me tienen sin cuidado; ahora lloran por el reconocimiento internacional que tengo"

6 mayo 2024



"El caso Asunta": la niña china asesinada por sus padres adoptivos que estremeció a España

3 mayo 2024



Zendaya, Bad Bunny, Dua Lipa y otras estrellas que deslumbraron con sus extravagantes atuendos en la Met Gala 2024

7 mayo 2024



Quién es José Raúl Mulino, el presidente electo de Panamá, y cómo ganó con el apoyo de un exmandatario condenado por lavado de dinero

6 mayo 2024



Quién fue Joseph McCarthy, el "inquisidor" anticomunista que lideró la cacería de brujas más recordada del siglo XX en EE.UU.

5 mayo 2024

## Más leídas

- 1** 4 malos hábitos que afectan tu memoria a medida que envejeces y cómo corregirlos
- 2** Las razones comerciales por las que AstraZeneca retira del mercado su vacuna contra la covid
- 3** "El caso Asunta": la niña china asesinada por sus padres adoptivos que estremeció a España
- 4** El tenso interrogatorio de la defensa de Trump a la ex actriz porno Stormy Daniels en el juicio al expresidente en Nueva York
- 5** Cómo Dearborn se convirtió en la primera ciudad de mayoría árabe de EE.UU.
- 6** Las impactantes imágenes de las inundaciones en el sur de Brasil que causaron la muerte de al menos 85 personas
- 7** "La manada de Cobreloa": el caso de los 9 jugadores de fútbol chilenos detenidos y acusados de la violación grupal de una joven

8 EE.UU. afirma que detuvo el envío de bombas a Israel por temor a una gran operación en Rafah

9 "Mis hijos se aferran a mí mientras los perros desenterrran cadáveres": las aterradoras escenas que viven los palestinos en Rafah

10 Las barreras flotantes que ayudan a eliminar los plásticos en los ríos de Ecuador

Por qué puedes confiar en la BBC

---

Términos de uso

Política de privacidad

Escribe a BBC Mundo

Sobre la BBC

Cookies

Do not share or sell my info

---

© 2024 BBC. La BBC no se hace responsable del contenido de sitios externos. Lee sobre nuestra postura acerca de enlaces externos.