**Curso Alergia Alimentaria**

**Unidad 4. Tratamiento de la Alergia Alimentaria**

# **Etiquetado de alimentos**

Carlos Macouzet Sánchez

Alejandra Macías Weinmann

**Etiquetado de alimentos**

La Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura —FAO, por sus siglas en inglés— promueve el etiquetado de los alimentos como una herramienta eficaz para proteger la salud de los consumidores en materia de inocuidad alimentaria y nutrición. El etiquetado aporta información sobre la identidad y contenido del producto, cómo manipularlo, prepararlo y consumirlo de manera inocua.

La definición internacionalmente aceptada de etiqueta alimentaria incluye cualquier marbete, rótulo, marca, imagen u otro material descriptivo o gráfico, ya sea escrito, impreso, estarcido, marcado, en relieve, en huecograbado o adherido al envase de un alimento o producto alimentario.

El **Comité del Codex sobre Etiquetado de los Alimentos** —CCFL, por sus siglas en inglés— es el órgano subsidiario del códex encargado de establecer las normas y directrices sobre el etiquetado para todos los alimentos y la norma general para el etiquetado de los alimentos preenvasados CXS 1-1985 es el instrumento clave del códex para proporcionar al consumidor información sobre los alimentos. Los países utilizan esta norma del códex como referencia para efectos de armonización y como base para nuevas políticas de etiquetado de los alimentos.

A nivel internacional, existen variaciones en la información obligatoria sobre alergias alimentarias que debe incluirse en las etiquetas. Por ello, es fundamental revisar detenidamente las etiquetas y, en caso de duda, consultar directamente al fabricante. El etiquetado de los alimentos debe cumplir con las regulaciones del país donde se comercializa, independientemente del lugar de fabricación.

El **etiquetado precautorio de alérgenos** —por ejemplo, “puede contener…”, “fabricado en una planta que utiliza…”, “trazas de…”— es una declaración voluntaria de los fabricantes sobre el riesgo de presencia no intencional de un alérgeno; sin embargo, este etiquetado no debe basarse únicamente en esta terminología para evaluar el riesgo de exposición, ya que su aplicación no está regulada y puede ser inconsistente.

En el caso de pacientes con alergia alimentaria mediada por inmunoglobulina E (IgE), la decisión de evitar alimentos con etiquetado precautorio debe ser individualizada; no obstante, se deben considerar alimentos con alto riesgo de contaminación cruzada, como el chocolate que puede contener leche de vaca o frutos secos. Las guías internacionales sobre el síndrome de enterocolitis inducida por proteínas alimentarias no recomiendan evitar de forma rutinaria alimentos con etiquetado precautorio. Por su parte, el grupo de trabajo de la Academia Americana de Alergia, Asma e Inmunología (AAAAI) señala que no existe evidencia suficiente para recomendar que pacientes con esofagitis eosinofílica eviten estos alimentos. En el caso de la proctocolitis alérgica inducida por proteínas alimentarias, no hay estudios específicos sobre el consumo de alimentos con etiquetado precautorio, por lo que cada caso debe evaluarse de manera individual.

De acuerdo con el numeral 4.2.2.2.3 de la modificación a la Norma Oficial Mexicana **NOM-051-SCFI/SSA1-2010**, se deben declarar todos aquellos ingredientes o aditivos que pueden causar hipersensibilidad, intolerancia o alergia, tales como:

Dar tratamiento a esquema con imágenes

Fuente de las imágenes

Insertar en esquema imágenes: gluten\_u4, derivados\_u4, crustáceos\_u4, pescado\_u4, moluscos\_u4, cacahuate\_u4, soya\_u4, helado\_u4, nueces\_u4, sulfitos\_u4

Vie Studio. (2021). *Gluten* [fotografía]. Tomada de https://www.pexels.com/es-es/foto/comida-granos-alubias-judias-7420515/

Nielsen, K. (2020). *Derivados del huevo* [fotografía]. Tomada de <https://www.pexels.com/es-es/foto/comida-sano-mujer-mano-6294143/>.

Guntis Gailums. (2022). *Cangrejos* [fotografía]. Tomada de https://www.pexels.com/es-es/foto/cangrejos-14831348/

Electra Studio. (2025). *Dos filetes de salmón con tomillo en una sartén con hielo* [fotografía]. Tomada de <https://www.pexels.com/es-es/foto/dos-filetes-de-salmon-con-tomillo-en-una-sarten-con-hielo-30910193/>

Makafood. (2021). *Moluscos* [fotografía]. Tomada de <https://www.pexels.com/es-es/foto/crudo-bandeja-servido-platos-8953622/>

Fatih

[Doğrul. (2024).](Doğrul. (2024). Cacahuate [fotografía]. Tomada de https://www.pexels.com/es-es/foto/pan-arandanos-azules-rebanada-rodaja-24377001/) *[Cacahuate](Doğrul. (2024). Cacahuate [fotografía]. Tomada de https://www.pexels.com/es-es/foto/pan-arandanos-azules-rebanada-rodaja-24377001/)* [[fotografía]. Tomada de https://www.pexels.com/es-es/foto/pan-arandanos-azules-rebanada-rodaja-24377001/](Doğrul. (2024). Cacahuate [fotografía]. Tomada de https://www.pexels.com/es-es/foto/pan-arandanos-azules-rebanada-rodaja-24377001/)

Cottonbro studio. (2021). *Derivados de la soya* [fotografía]. Tomada de https://www.pexels.com/es-es/foto/sano-vegetariano-carne-vegano-6805052/

Lucas. (2018). *Helados de varios sabores* [fotografía]. Tomada de https://www.pexels.com/es-es/foto/helados-de-varios-sabores-1352296/

Marta Branco. (2018). *Variedad de nueces* [fotografía]. Tomada de <https://www.pexels.com/es-es/foto/variedad-de-nueces-marrones-sobre-panel-de-madera-marron-foto-de-alto-angulo-1295572/>

Pixabay. (2017). *Jamón y salchichas* [fotografía]. Tomada de <https://www.pexels.com/es-es/foto/hotdog-y-jamon-en-un-plato-357576/>

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Declaración de alérgenos** |  | **Declaración de aditivos** |
| Los alérgenos deben declararse en **negritas** y anteponiendo la palabra “**Contiene**”al final de la lista de ingredientes. Si el ingrediente es un derivado que contiene albúmina, caseína o gluten puede rotularse indicando su origen, por ejemplo, “Contiene caseína —leche—” o “caseína de leche”. Si existe la posibilidad de contaminación cruzada durante el proceso de producción, elaboración o envasado, el fabricante debe incluir al final de la lista de ingredientes la frase **“Puede contener…”**. |  | Los aditivos deben declararse con su nombre común o, en su defecto, alguno de los sinónimos establecidos en el “Acuerdo por el que se determinan los aditivos y coadyuvantes en alimentos, bebidas y suplementos alimenticios, su uso y disposiciones sanitarias”. Las enzimas y los saborizantes —saboreadores o aromatizantes— pueden declararse con denominaciones genéricas, **excepto la cafeína**, que debe declararse de forma específica. |

**Fuentes de información**

*Documentos electrónicos*

Gobierno de México. (2020). *Manual de la modificación a la Norma Oficial Mexicana NOM-051-SCFI/SSA1-2010: especificaciones generales de etiquetado para alimentos y bebidas no alcohólicas preenvasados-Información comercial y sanitaria*. Autor. <https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/654130/MANUAL_DE_LA_MODIFICACION_NOM-051_.pdf>

Groetch, M., Venter, C., Skypala, I., Vlieg-Boerstra, B., Grimshaw, K., Durban, R., Cassin, A., Henry, M., Kliewer, K., Kabbash, L., Atkins, D., Nowak-Wegrzyn, A., Holbreich, M. y Chehade, M. (2017, marzo-abril). Dietary therapy and nutrition management of eosinophilic esophagitis: a work group report of the American Academy of Allergy, Asthma, and Immunology. *The Journal of Allergy and Clinical Immunology*, *5*(2), 312-324. <https://doi.org/10.1016/j.jaip.2016.12.026>

Nowak-Węgrzyn, A., Chehade, M., Groetch, M. E., Spergel, J. M., Wood, R. A., Allen, K., Atkins, D., Bahna, S., Barad, A. V., Berin, C., Brown, T., Wesley, A., Caubet, J. C., Cianferoni, A., Conte, M., Davis, C., Fiocchi, A., Grimshaw, K., Gupta, R., …Greenhawt, M. (2017, abril). International consensus guidelines for the diagnosis and management of food protein-induced enterocolitis syndrome: Executive summary-Workgroup Report of the Adverse Reactions to Foods Committee, American Academy of Allergy, Asthma and Immunology. *The Journal of Allergy and Clinical Immunology*, *139*(4), 1111-1126. <https://doi.org/10.1016/j.jaci.2016.12.966>

Venter, C., Roth-Walter, F., Vassilopoulos, E. y Hicks, A. (2024, 11 de febrero). Dietary management of IgE and non-IgE-mediated food allergies in pediatric patients. *Pediatric Allergy and Immunology*, *35*(3). <https://doi.org/10.1111/pai.14100>

*Sitio electrónico*

*Codex Alimentarius. International Food Standards*. (2025). <https://www.fao.org/fao-who-codexalimentarius/committees/committee-detail/es/?committee=CCFL>

# **Cómo citar este documento**

Macouzet, C. y Macías, A. (2025). Etiquetado de alimentos. *Alergia Alimentaria*. Facultad de Medicina-UNAM. [Vínculo]

**Etiquetado de alimentos**

Material del curso a distancia

**Alergia Alimentaria**

Secretaría de Universidad Abierta y Educación a Distancia

de la Facultad de Medicina, UNAM

© Primera edición, 2025

**Derechos reservados**

Universidad Nacional Autónoma de México

Facultad de Medicina

Ciudad Universitaria, Coyoacán

C. P. 04510, Ciudad de México, México

Registro de derechos de autor:

Prohibida su reproducción total o parcial por cualquier medio sin la autorización escrita del titular de los derechos patrimoniales.

Hecho en México