



# Alérgenos y Etiquetas de Alimentos

*Las alergias alimentarias y otros tipos de hipersensibilidad alimentaria afectan a millones de estadounidenses y a sus familias. Las regulaciones protegen a las personas con alergias alimentarias y otras hipersensibilidades alimentarias. Estas regulaciones requieren que la industria declare los ingredientes en los alimentos y bebidas empaquetadas.*

## Alérgenos

Se deben declarar nueve alérgenos alimentarios principales en el etiquetado de los alimentos empaquetados. Deben utilizar el común o usual nombre del alérgeno.

### 9 Alérgenos Alimentarios Principales



Cacahuates



Crustáceos



Huevos



Frutos Secos



Trigo



Pescado



Leche



Soya



Sésamo

Es posible que el consumidor no reconozca el nombre común o habitual de un alimento (e.g. suero, caseína) como fuente alérgica, por lo que las etiquetas de ingredientes que contengan estos ingredientes deben:

- enumerar la fuente de alimento entre paréntesis después del nombre [i.e. suero (leche), miso (soya)] o;
- incluir una declaración de declaración "Contains" impresa inmediatamente después o junto a la lista de ingredientes en un tamaño de letra razonable pero no menos de 1/16"
- la declaración "Contains..." no se requiere si el alérgeno está listado en la declaración de ingredientes en una forma reconocible (e.g. leche, trigo, soya)

### Ejemplos de alérgenos que pueden no ser fácilmente reconocibles:

- Lecitina de soya (soya)
- Salsa Worcestershire (proteína de soya hidrolizada y/o anchoas)
- Caseinato de sodio, suero de leche, lactoalbúmina (leche)
- Ácidos grasos omega 3 (fuente de aceite de pescado o fuente de frutos secos)
- Espelta, sémola (trigo)
- Harina (trigo, almendra, macadamia)

**No se requiere una declaración de "May Contain" que enumere los alérgenos procesados en la misma instalación, pero si está presente, no exime a una empresa de las Buenas Prácticas de Manufactura para evitar la contaminación cruzada.**

## Ejemplo de etiquetado de alimentos (muestra el anverso y el reverso de una etiqueta)

\*La etiqueta de los alimentos tiene que estar en inglés. Puede estar en dos idiomas siempre y cuando la etiqueta de los alimentos también esté en inglés.

Nombre común o usual del producto	<p style="text-align: center;"><b>Flour Tortillas</b></p> <p style="text-align: center;">Net Wt. 30 oz (850 g)</p>		<p>* No necesita poner en negro oscuro los alérgenos en la lista de ingredientes. En el siguiente ejemplo, el alérgeno está en negro oscuro para mostrar que hay un alérgeno en la lista de ingredientes. Si se usa una declaración "Contains," todos los alérgenos deben incluirse incluso si se declaran en una forma reconocible en la declaración de ingredientes.</p>
Cantidad neta de contenido			
Lista de ingredientes por nombre común o usual en orden decreciente por peso neto	<p>Ingredients: ENRICHED BLEACH FLOUR (<b>WHEAT</b> FLOUR, NIACIN, REDUCED IRON, THIAMINE MONONITRATE, RIBOFLAVIN, FOLIC ACID), WATER, VEGETABLE SHORTENING (INTERESTERIFIED AND HYDROGENATED SOYBEAN OILS), CONTAINS 2% OR LESS OF: SALT BAKING SODA, SODIUM ACID PYROPHOSPHATE, DISTILLED MONOGLYCERIDES, ENZYMES, FUMERIC ACID, AND CALCIUM PROPIONATE AND SORBIC ACID (TO MAINTAIN FRESHNESS).</p> <p style="text-align: center;">Store 1234567 Company 1234 Store Dr. Store, TX 99999</p>	<p>Ingredients: ENRICHED BLEACH FLOUR (<b>WHEAT</b> FLOUR, NIACIN, REDUCED IRON, THIAMINE MONONITRATE, RIBOFLAVIN, FOLIC ACID), WATER, VEGETABLE SHORTENING (INTERESTERIFIED AND HYDROGENATED SOYBEAN OILS), CONTAINS 2% OR LESS OF: SALT BAKING SODA, SODIUM ACID PYROPHOSPHATE, DISTILLED MONOGLYCERIDES, ENZYMES, FUMERIC ACID, CALCIUM PROPIONATE AND SORBIC ACID (TO MAINTAIN FRESHNESS). <b>Contains: WHEAT</b></p> <p style="text-align: center;">Store 1234567 Company 1234 Store Dr. Store, TX 99999</p>	
Nombre y dirección del fabricante			

También hay varios ingredientes alimentarios que causan reacciones de hipersensibilidad no alérgica en personas sensibles que deben declararse en el etiquetado de ingredientes alimentarios. Éstos incluyen:

### Sulfitos

- Utilizados como conservantes. Debe declararse si el alimento contiene  $\geq 10$  partes por millón en total sulfitos.
- Otros Nombres:
  - Bisulfito de potasio
  - Metabisulfito de potasio
  - Bisulfito de sodio
  - Ditionito de sodio
  - Metabisulfito sódico
  - Sulfito de sodio
  - Dióxido de azufre
  - Ácido sulfuroso

### Aditivos de Color

- FD&C Yellow No. 5
- FD&C Red No. 40
- Aditivos colorantes a base de extracto de cochinilla y carmín

### Gluten

- Describe un grupo de proteínas que se encuentran en ciertos granos. Por ejemplo:
  - trigo
  - cebada
  - centeno

### Nitratos/Nitritos

- Carnes curadas o procesadas — tocino, salchichas, perritos calientes y jamón, así como embutidos como pollo, pavo, rosbif, y salami, a menudo contienen nitratos y nitritos añadidos.
- Estos compuestos previenen el crecimiento de bacterias dañinas, agregue un sabor salado y haga que la carne se vea roja o rosada

### Información Adicional Sobre los Requisitos de Etiquetado



FDA  
Guía de  
Etiquetado



Texas Department of  
State Health Services Guía  
de Etiquetado

### Para Preguntas Adicionales:

- **DSHS Hemp Program**  
DSHSHempProgram@dshs.texas.gov
- **Milk and Dairy Unit**  
Milk.regulatory@dshs.texas.gov, 512-834-6758
- **Manufactured Foods Operations**  
foods.regulatory@dshs.texas.gov, 512-834-6670

- **Retail Food Safety Unit**  
foodestablishments@dshs.texas.gov,  
512-834-675
- **Drugs and Medical Devices Unit**  
DMD.regulatory@dshs.texas.gov, 512-834-6755



## HECHOS RÁPIDOS

Los consumidores también pueden tener reacciones alérgicas al consumir o usar otros productos. Estos productos incluyen: productos de cáñamo consumibles, cosméticos y medicamentos sin receta de venta libre (OTC, por sus siglas en inglés). El etiquetado adecuado es importante para que los consumidores sepan qué alérgenos o ingredientes están presentes en estos productos.

Para más información visita los siguientes enlaces:



Texas Department of  
State Health Services  
información Sobre  
cáñamo



Etiqueta de  
información  
OTC



Comprensión  
de la  
Medicina de  
Venta Libre