



Santiago, Septiembre del 2010.

## LOS CEREALES QUE NUESTROS NIÑOS CONSUMEN NO SON SALUDABLES

**Todas las marcas de cereales analizadas por ODECU fueron identificadas como alimentos “No Saludables”, según aplicación del “sistema semáforo” establecido en la Norma de Rotulado de la Agencia Nacional de Alimentos de Inglaterra. Algo similar sucedió con el estudio de Barras de Cereales: una muestra fue considerada “No Saludable” y las restantes “Medianamente Saludables”.**

Un estudio realizado por la Organización de Consumidores y Usuarios, ODECU, reveló graves problemas de los cereales que se venden en el mercado nacional al ser analizados tanto en su composición nutricional como en los valores rotulados en sus envases.

El Estudio Comparativo de Cereales para el Desayuno y Barras de Cereales -productos principalmente dirigidos a niños- se realizó entre los meses de abril y julio en base a un sondeo en las principales cadenas de supermercados, siendo escogidas aquellas marcas que explícitamente son dirigidas al público infantil y adolescente. Los productos fueron sometidos a diversos análisis entre ellos los principales fueron sodio, azúcar y grasas.

Los resultados obtenidos en estos análisis y aplicando el sistema inglés de semáforos en cuanto a los cereales para el desayuno muestran que todas las muestras se clasifican como **NO SALUDABLES**, pues contienen altos índices de AZÚCAR y SODIO, lo que es extremadamente preocupante, pues son productos que se promueven como saludables y su público es objetivamente infantil. En el caso de las barras de cereales los resultados las clasifican como **MEDIANAMENTE SALUDABLES**, y en el caso de la muestra de **Quaker**, ésta presentó un alto nivel de AZÚCAR, lo que es clasificado como **NO SALUDABLE** y no recomendable para una colación.

Este estudio está antecedido por tres investigaciones realizadas por ODECU en el 2005, 2007 y en el 2008 con coordinación de Consumers Internacional, en donde ya se habían detectado problemas en los índices de azúcar, grasa y sal.

“Los fabricantes de cereales siguen desobedeciendo las normas de valores nutricionales, repitiendo errores ya detectados en estudios anteriores. Además, muchos de estos productos incurren en publicidad engañosa dirigida a los niños, al insistir que son una opción saludable cuando en verdad no lo son. Esto pone de manifiesto un grave problema, sobre todo si pensamos en el incremento de niños con sobrepeso y obesidad desde preescolares hasta jóvenes estudiantes que son engañados por la publicidad y la rotulación existente en estos cereales” señaló Stefan Larenas, presidente de ODECU.

Respecto a los alimentos clasificados como NO SALUDABLES, ODECU recomienda que NO sean consumidos, principalmente por los niños. Además, ODECU rechaza tajantemente las estrategias de marketing utilizadas para promover estos alimentos.

Los cereales para el desayuno estudiados fueron Pillows Chocolate (Cola Cao), Balls & Rolls, Yogu & Flakes (ambos de Costa), ChocoKrispis (Kellogg’s), Astritos, BoliChips Chocolate (ambos de Natur), Chocapic Duo y Trix (ambos de Nestlé). En tanto, las barras de cereales analizadas correspondieron a las marcas Cereal Mix (Arcor), Gran Cereal (Costa) y Quaker.

## El estudio

Con el objetivo de verificar los valores rotulados en las tablas nutricionales de los envases de cereales para el desayuno y barras de cereales, las muestras fueron sometidas a análisis en laboratorio para obtener contenido de humedad, grasa, proteínas, cenizas e hidratos de carbono totales. Para la interpretación de estos resultados, se utilizó como límite de tolerancia lo dispuesto en el artículo 115 del Reglamento Sanitario de los Alimentos para alimentos saludables.

Además, se cuantificó el sodio, perfil de azúcares y perfil de edulcorantes.

La interpretación de resultados de azúcares totales, grasa total y sodio se basó en la metodología del “*Sistema Semáforo*”, establecido en la “Norma de Rotulado de la Agencia Nacional de Alimentos de Inglaterra”.

## Principales Resultados

Las muestras de cereales **Astritos/Natur, Balls & Rolls/Costa, Chocapic Duo/Nestlé y Pillows Chocolate/ColaCao** y la muestra de barras **Gran Cereal/Costa**, no cumplen con el límite de tolerancia establecido para **Proteínas**, ya que su contenido es menor que el rotulado.

En relación al contenido de **Grasa**, las muestras de cereales que contienen más grasa de la que rotulan, en orden decreciente, son: **BoliChips Chocolate/Natur, Trix/Nestlé, Chocapic Duo/Nestlé, ChocoKrispis/Kellogg’s, Astritos/Natur**. En las muestras de barras, son **Cereal Mix/Arcor y Quaker**, las que no cumplen.

Respecto al contenido de **Hidratos de Carbono Disponibles**, ninguna de las muestras de cereales para el desayuno cumple con el límite de tolerancia establecido, ya que rotulan menor contenido. Estas diferencias van desde 0,5 a 14%.

En el caso de las barras, ninguna de las muestras cumple tampoco. Aquí, las diferencias van desde un 3 a 12%.

Con relación al contenido de **Sodio**, la muestra de cereales **Balls & Rolls/Costa**, contiene un 25% más que el valor rotulado. Con relación al resto de las marcas de cereales estudiadas, es bastante llamativo que rotulen valores superiores a los detectados en laboratorio, puesto que no les favorece la información para la elección al momento de la compra.

Con relación a la aplicación del sistema semáforo, se obtuvieron los siguientes resultados:

Cereales para el Desayuno: Todas las muestras se clasifican, con base al valor alcanzado en laboratorio, como **NO SALUDABLES**, pues contienen altos índices de AZÚCAR y SODIO, lo que es extremadamente preocupante, pues son productos que se promueven como saludables y su público es objetivamente infantil.

Barras de Cereales: Las muestras se clasifican, con base al valor alcanzado en laboratorio, como **MEDIANAMENTE SALUDABLES**, ya que sólo la muestra de **Quaker** presentó un alto nivel de AZUCAR, lo que es clasificado como **NO SALUDABLE** y no recomendable para una colación.

Finalmente se detectó la presencia de **Gluten**, contenido en **todas** las muestras sin que se especifique en la rotulación de la mayoría. Sólo en los casos de los cereales **ChocoKrispis de Kellogg's**, **Astritos** y **BoliChips Chocolate de Natur** y de la barra **Cereal Mix de Arcor** se muestra la advertencia, la cual aún no es exigida por el Reglamento Sanitario de los Alimentos de Chile.<sup>1</sup>

## Metodología

Se utilizó el sistema de la Agencia Nacional de Alimentos de Inglaterra (*Food Standards Agency Board FSAB*) para dar a conocer la composición nutricional de los cereales analizados, con el objetivo de facilitar la comprensión de los consumidores en la selección de una alimentación saludable. Se utilizó el sistema llamado **Semáforo**<sup>2</sup> en la determinación de los niveles de azúcares, grasas, sal y sodio.

Las escalas utilizadas fueron:

---

<sup>1</sup> Durante el periodo de 23 de julio a 23 de octubre de 2009, el Ministerio de la Salud, mantuvo en Consulta Pública una propuesta de modificación al Reglamento Sanitario de los Alimentos para la rotulación de alérgenos en productos alimenticios. Esta propuesta se consolidó en una resolución exenta que aún no fue publicada en el Diario Oficial. Una vez publicada los fabricantes tendrán 18 meses para la adecuación de sus productos. Es decir, la gran cantidad de personas que tienen problemas e intolerancias a determinadas sustancias tendrán que seguir esperando por una normativa legal que las ampare, en el sentido del acceso a la información adecuada y exacta.

<sup>2</sup> Sistema de “semáforo nutricional” para informar el contenido de grasas, sal y azúcar de los alimentos en el Reino Unido: Agencia de Normas Alimentarias (Food Standards Agency), Reino Unido. Frente del envase Etiquetado mediante semáforo. Orientación técnica, Número 2, noviembre 2007. <http://www.food.gov.uk/multimedia/pdfs/frontofpackguidance2.pdf>

Nutriente	Bajo (Verde)	Mediano (Amarillo)	Alto (Rojo)
<b>Grasas</b>	≤ 3,0 g/100g	> 3,0 a ≤ 20,0 g/100g	> 20,0 g/100g
<b>Azúcares</b>	≤ 5,0 g/100g	> 5,0 a ≤ 12,5 g/100g	> 12,5 g/100g
<b>Sal</b>	≤ 0,30 g/100g	> 0,30 a ≤ 1,50 g/100g	> 1,50 g/100g
<b>Sodio</b>	≥ 120,0 mg/100g	> 120,0 a ≤ 600,0 mg/100g	> 600 mg/100g

Cantidades establecidas por 100 grs. de producto.

La clasificación del alimento/producto se determina con relación a la cantidad de colores que se le atribuye a cada uno de sus nutrientes. Finalmente, el producto es clasificado de acuerdo a la siguiente categoría:

<b>Saludable</b>	Todos los elementos en verdes
<b>Medianamente Saludable</b>	Al menos un nutriente verde (saludable) y ninguno rojo (no saludable)
<b>No Saludable</b>	Al menos un nutriente rojo (No saludable)

Los análisis químicos fueron desarrollados por el **Laboratorio Bioquality S.A.**, de acuerdo a las metodologías establecidas por la reglamentación nacional vigente para los parámetros de humedad, grasa, proteínas y cenizas. Los hidratos de carbono totales fueron obtenidos por diferencia del resto de los componentes cuantificables; y para los perfiles de azúcares y edulcorantes se aplicaron metodologías internas del laboratorio.

