



Dirección General de Ordenación e Inspección  
CONSEJERÍA DE SANIDAD

**Comunidad de Madrid**



madrid  salud

# INFORMACIÓN SOBRE ALÉRGENOS EN ALIMENTOS SIN ENVASAR

Noviembre 2014

Guía para establecimientos del comercio minorista de la alimentación y del sector de la restauración colectiva sobre el nuevo reglamento de información al consumidor.



# ÍNDICE

|   |    |
|---|----|
| Presentación .....                                | 3  |
| Introducción .....                                | 4  |
| Nuevas normas para alimentos sin envasar .....    | 6  |
| Los 14 alérgenos .....                            | 8  |
| Cómo facilitar la información .....               | 12 |
| Puntos clave en la información de alérgenos ..... | 15 |

## PRESENTACIÓN

Esta publicación es un extracto del documento **Información sobre alérgenos en alimentos sin envasar**, elaborado por la Consejería de Sanidad y Madrid Salud, en base al Reglamento (UE) nº 1169/2011 que entró en vigor el pasado día 13 de diciembre de 2014.

Se trata de una Guía para establecimientos del comercio minorista de la alimentación y del sector de la restauración colectiva sobre el nuevo reglamento de información al consumidor.

En dicho reglamento cuando se habla de alimentos sin envasar, se hace referencia a “colectividades”, es decir cualquier establecimiento (incluidos un vehículo o puesto fijo o móvil) como restaurantes, comedores, centros de enseñanza, hospitales y empresas de suministro de comidas preparadas, en los que, como actividad empresarial, se preparan alimentos listos para el consumo por el consumidor final, artículo 2 d)

Para más información se puede consultar:

*El documento completo de la presente publicación:*

[http://www.madridsalud.es/temas/ALERGENOS\\_ALIMENTOS\\_SIN\\_ENVASAR.pdf](http://www.madridsalud.es/temas/ALERGENOS_ALIMENTOS_SIN_ENVASAR.pdf)

*El Reglamento (UE) nº 1169/2011 sobre la información alimentaria facilitada al consumidor*

<http://www.boe.es/doue/2011/304/L00018-00063.pdf>

*Reglamento (CE) nº 41/2009 sobre la composición y etiquetado de productos alimenticios apropiados para personas con intolerancia al gluten.*

<http://www.boe.es/doue/2009/016/L00003-00005.pdf>

*Documento de preguntas y respuestas para la aplicación del reglamento 1169/2011*

[http://ec.europa.eu/food/food/labellingnutrition/foodlabelling/docs/qanda\\_application\\_reg1169-2011\\_es.pdf](http://ec.europa.eu/food/food/labellingnutrition/foodlabelling/docs/qanda_application_reg1169-2011_es.pdf)

# Introducción

A partir del 13 de diciembre de 2014 entra en vigor el Reglamento de la UE de información al consumidor, que ha introducido cambios importantes en la información que deben proporcionar los operadores alimentarios a sus clientes.

## ¿A quién se dirige esta información?

Esta información afecta a los establecimientos que:

- sirven comidas como bares, cafeterías, restaurantes o similares
- venden alimentos sin envasar o envasados a petición del consumidor, como por ejemplo fiambres, panes, sándwiches, tartas, comidas preparadas u otros alimentos a granel

- venden o suministran alimentos sin envasar a otros establecimientos como escuelas, hospitales, residencias de mayores, restaurantes, etc.

Durante la preparación de alimentos sin envasar se han podido emplear alimentos envasados como ingredientes de la receta. Los ingredientes alergénicos de estos últimos estarán destacados en la lista de ingredientes.



Alergias e intolerancias alimentarias: antes de realizar su pedido, consulte al personal

## Importancia de las alergias alimentarias

El comercio minorista de la alimentación y del sector de la restauración colectiva debe concienciarse de la importancia de las alergias. Cuando entre en vigor el reglamento, las empresas alimentarias serán responsables legalmente de proporcionar la información correcta sobre alérgenos, referente a los alimentos que elaboran o sirven a sus clientes.



### IMPORTANTE

#### Definición de alimento sin envasar

Los alimentos sin envasar son aquellos que se presentan al consumidor final sin un envase o embalaje para su venta directa o consumo inmediato. Se incluyen dentro de esta definición los productos que se envasan en el momento de la compra a petición del consumidor final, así como los productos alimenticios que se sirven en bares, cafeterías y restaurantes.

También se incluyen los alimentos que se suministran sin envasar a colectividades y los que se venden a granel al consumidor final.

Nota: A efectos de esta guía utilizaremos el término “alimentos sin envasar” para todos estos casos.

# Nuevas normas para alimentos sin envasar

La Unión Europea ha elaborado una lista de 14 alérgenos que deben identificarse cuando se utilicen como ingredientes de un plato o alimento.

Esto significa que a partir del 13 de diciembre de 2014 todas las empresas alimentarias tienen la obligación de facilitar la información sobre ingredientes alergénicos empleados en los alimentos vendidos o suministrados por ella.

Estos requisitos también son aplicables a los establecimientos que venden alimentos a granel, como supermercados, restaurantes, establecimientos que venden comida para llevar, etc.

Como empresa alimentaria que sirve alimentos sin envasar, deberá proporcionar la información de todos los productos que contengan como ingrediente cualquiera de los 14 alérgenos.

## Cómo facilitar esta información

La información sobre alérgenos debe estar clara, legible y disponible de forma escrita en soportes como:

- un menú o carta
- una pizarra o cartel próximo al alimento

Otra opción es utilizar carteles fácilmente visibles y accesibles que indiquen dónde se puede obtener esa información, ya sea de forma escrita u oral.



Se permite proporcionar la información de forma oral, siempre que:

- pueda suministrarse fácilmente antes de finalizar el acto de compra, ya sea por parte del personal del establecimiento o a través de medios alternativos que no supongan un coste adicional para el consumidor, y
- la información esté recogida de forma escrita o en formato electrónico en el establecimiento y sea fácilmente accesible tanto para el personal del mismo como para las autoridades de control y los consumidores que la soliciten



## IMPORTANTE

### El desconocimiento no es una excusa

El cambio en la legislación implica que a partir del 13 de diciembre de 2014 no puede decirse que se desconocen los alérgenos presentes en los alimentos que se suministran. Tampoco estará permitido decir de forma genérica que los alimentos podrían contener algunos de los ingredientes alergénicos.

## Venta a distancia

En la venta a distancia, como por ejemplo la efectuada mediante pedido telefónico a un establecimiento de comida para llevar, la información sobre alérgenos se debe proporcionar siempre sin coste adicional:

- antes de que se realice la compra, por ejemplo, por teléfono o en la página web
- y de forma escrita en el momento de la entrega del alimento

## Los 14 alérgenos

Hay 14 alérgenos que deben declararse cuando se utilizan como ingredientes. La siguiente lista incluye estos alérgenos y algunos ejemplos de alimentos en los que se pueden encontrar:

Altramuces:



Además de en las semillas y harinas, se puede encontrar en algunos tipos de pan, pasteles y pasta, etc.

Apio:



Incluye los tallos, hojas, semillas y raíces. Además se puede encontrar en sal de apio, ensaladas, algunos productos cárnicos, sopas o salsas, etc.

Cacahuetes:



Además de en las semillas, pastas (mantecas), aceites y harinas, se puede encontrar en galletas, chocolates, currys, postres, salsas, etc.

Cereales que contienen gluten:



Incluye el trigo (también la espelta, el Kamut), el centeno, la cebada y la avena. Además se puede encontrar en alimentos elaborados con harina, como la levadura para hornear, masas, pan, pan rallado, tartas, couscous, productos cárnicos, pasta, pastelería, salsas, sopas y alimentos enharinados. Debe declararse el cereal. Es voluntario indicar la presencia de gluten junto al nombre del cereal.

### Crustáceos:



Incluye cangrejos, langostas, gambas, langostinos, carabineros, cigalas, etc. Además se puede encontrar en cremas, salsas, platos preparados, etc.

---

### Frutos de cáscara:



Incluye las almendras, avellanas, nueces, anacardos, pacanas, nueces de Brasil, de macadamia, etc. Además se puede encontrar en panes, galletas, postres, helados, mazapán, salsas o aceites de nueces, etc.. En muchos platos asiáticos como currys se utilizan almendras picadas.

---

### Granos de sésamo:



Además de en las semillas (granos), pastas (tahine o pasta de sésamo), aceites y harinas, se puede encontrar en panes, colines, humus, etc.

---

### Huevos:



Además de en el huevo y derivados (productos a base de huevo), se puede encontrar en tartas, algunos productos cárnicos, mayonesa, mousses, pasta, quiches, platos preparados, salsas y alimentos decorados con huevo, etc.

---

### Leche:



Además de en la leche y sus derivados como la mantequilla, queso, nata, leche en polvo, yogures, etc, se puede encontrar en alimentos glaseados con leche, sopas en polvo y salsas, etc.

### Moluscos:



Incluye los mejillones, almejas, caracoles de tierra, ostras, bígamos, chirlas, berberechos, etc. Además se puede encontrar en cremas, salsas (Ej: salsa de ostras), platos preparados o como ingrediente en los guisos de pescado, etc.

---

### Mostaza:



Además de en semillas, en polvo o en forma líquida, se puede encontrar en algunos panes, currys, marinados, productos cárnicos, aliños de ensaladas, salsas y sopas, etc.

---

### Pescado:



Además de en el pescado y derivados (productos a base de pescado), se puede encontrar en salsas de pescado, pizzas, aliños para ensaladas, cubos de sopa, etc.

---

### Soja:



Además de en las semillas (habas), salsas (salsa de soja), pastas, aceites y harinas, se puede encontrar en el tofu, pasta miso, postres, helados, productos cárnicos, salsas y productos para vegetarianos, etc .

---

### Sulfitos/ dióxido de azufre:



Se utilizan como conservantes en crustáceos, frutas desecadas, productos cárnicos, refrescos, vegetales, vino y cerveza.

## Registrar la información sobre alérgenos

Al elaborar un alimento o un plato es preciso tener en cuenta los ingredientes que se utilizan en la receta y anotarlos con precisión.

Claves para identificar qué platos contienen alérgenos:

- asegúrese de que su personal utilice siempre la misma receta (tenga una ficha de cada producto o cada plato)
  - guarde una copia de la información sobre los ingredientes de alimentos envasados, como salsas o postres
  - en la medida de lo posible, mantenga los ingredientes en sus recipientes originales o guarde una copia de la información del etiquetado (en papel o formato electrónico)
  - verifique que los recipientes estén claramente etiquetados para aquellos ingredientes que se reciben en grandes cantidades y luego se cambian a envases más pequeños
- asegúrese de que el personal conoce dónde y cómo se guarda la información
  - asegúrese de que la información de alérgenos se actualiza (por ejemplo, al modificar recetas o sustituir ingredientes)
  - compruebe siempre, al recibir la mercancía, que se corresponde con el pedido y que le proporcionan la información relevante sobre alérgenos
  - compruebe que los productos son de la marca utilizada habitualmente, ya que marcas diferentes pueden tener ingredientes diferentes
  - archive diariamente la documentación (albaranes, etiquetas) para conocer la trazabilidad (origen del producto)

## Cómo facilitar la información

Hay varias formas para facilitar la información a los consumidores. Las empresas tienen que escoger el método más adecuado para su negocio y el tipo de alimentos que sirve.

### Mantenga al personal formado e informado

Las empresas deben garantizar que, como mínimo, todos los empleados conocen los procedimientos de la empresa sobre la información en materia de alérgenos. Todo el personal, antes de empezar a trabajar, debería recibir formación sobre cómo informar a los consumidores sobre la presencia de alérgenos.

Es responsabilidad de las empresas conocer qué ingredientes alergénicos están presentes en los alimentos que vende. Debe asegurarse que todo el personal tiene acceso a la información sobre alérgenos y que ésta se encuentra actualizada. Si se utilizan ingredientes semielaborados, deben estar claramente etiquetados y es necesario conocer qué ingredientes contienen.



Además, hay que tener en cuenta el peligro de las contaminaciones cruzadas, con alimentos que contengan alérgenos o con las superficies y utensilios empleados.

## Información escrita sobre alérgenos

Puede facilitarse en las cartas de los menús, en los carteles próximos a los alimentos, pizarras, o en las páginas web cuando se venden por internet. Por ejemplo:

- tarta de zanahoria: contiene leche, huevo, trigo y nueces
- ensalada de la casa: contiene leche, sésamo y huevo



## Carteles indicando dónde se puede obtener la información sobre alérgenos

Si no figura claramente toda la información de alérgenos próximo al alimento, se deberá señalar en un cartel, pantalla o similar, dónde y cómo pueden obtener la información los consumidores.

Los carteles, que serán visibles y legibles, se situarán próximos a donde se venden los alimentos, como en mostradores, zonas de autoservicio, etc...

## Documentación sobre alérgenos para informar al consumidor cuando lo solicita

Las empresas pueden elaborar folletos o dossiers para consulta o entrega al consumidor con información del tipo:

- Fichas de productos.
- Etiquetas de ingredientes.
- Recetas de los platos elaborados.

Ejemplo de un cuadro de platos con el contenido de alérgenos

| plato             | Cereales con gluten | crustáceos  | huevos | pescado      | cacahuetes | leche | apio | mostaza | sulfitos | sésamo | moluscos        | soja | frutos secos | altramuces |
|-------------------|---------------------|-------------|--------|--------------|------------|-------|------|---------|----------|--------|-----------------|------|--------------|------------|
| Risoto de pescado |                     | ✓<br>gambas |        | ✓<br>merluza | ✓          | ✓     |      |         |          |        | ✓<br>mejillones |      |              |            |
| Tarta de limón    | ✓<br>trigo          |             | ✓      |              |            | ✓     |      |         |          |        |                 |      |              |            |
|                   |                     |             |        |              |            |       |      |         |          |        |                 |      |              |            |

## Información oral sobre alérgenos

También se puede informar a los consumidores verbalmente utilizando cualquiera de los medios citados anteriormente. Puede emplear otros sistemas siempre que garanticen que la información sea correcta.

### IMPORTANTE

Los consumidores también tienen su papel de responsabilidad. Si un establecimiento alimentario indica en un cartel que se puede obtener la información sobre alérgenos preguntando al personal, el consumidor tiene la responsabilidad de solicitar la información y detallar sus requisitos dietéticos a la persona que le informa.

## Información sobre el gluten

La presencia de gluten está regulada específicamente. Si se declara que es “sin gluten” no puede contener más de 20 mg/kg de gluten, si declara que es “muy bajo en gluten” no puede superar los 100 mg/kg.

Si efectúa este tipo de declaración tiene que tener procesos de elaboración y manipulación implantados que eviten la contaminación cruzada.

## Puntos clave en la información de alérgenos:

1. Si alguien pregunta si un alimento contiene un ingrediente concreto, compruébelo siempre antes, no haga suposiciones.
2. Si vende un alimento que contiene uno o más alérgenos, inclúyalos en una tarjeta, etiqueta, cartel o menú y asegúrese de que la información se actualiza y es exacta.
3. Mantenga al día la información de ingredientes de los alimentos preparados que emplea (por ejemplo, salsas, relleno para sándwich). Los ingredientes figuran en la etiqueta o en la ficha del producto.
4. Al preparar alimentos, mantenga un registro de todos los ingredientes, incluyendo, aliños, coberturas, salsas, guarniciones y los aceites de cocina.
5. Si cambia los ingredientes de un alimento, asegúrese de actualizar la información sobre ingredientes y de avisar a todo el personal sobre el cambio.
6. Si alguien solicita que le prepare un alimento que no contenga un ingrediente concreto, no diga que sí a menos que pueda estar absolutamente seguro de que ese ingrediente no estará en el alimento
7. Si elabora un alimento destinado a una persona con alergia, asegúrese de que todas las superficies de trabajo y de equipos y útiles han sido adecuadamente limpiadas. Lave sus manos meticulosamente antes de preparar ese alimento. Controle los riesgos.





C/ Lanuza, 19 Bajo - 28028 Madrid - Tel.: 917 130 147 - Fax: 917 258 059  
[www.celiacosmadrid.org](http://www.celiacosmadrid.org)