



Escuela de Nutrición

El etiquetado frontal nutricional favorece la toma de decisiones alimentarias

La Escuela de Nutrición de la UCR comunica que el etiquetado frontal de los productos importados y preenvasados no incumple con el Reglamento Técnico de Alimentos y, por lo tanto, no es necesario ocultar sus etiquetas

9 AGO 2023 Salud

La Escuela de Nutrición (ENU) de la Universidad de Costa Rica (UCR) es clara: el etiquetado frontal que presentan los productos preenvasados e importados no incumple con lo establecido en el Reglamento Técnico de Alimento (RTCA) y, por lo tanto, **no es necesario ocultar sus etiquetas.**

De esta manera lo informó la Escuela en su más reciente comunicado [divulgado el 7 de agosto del 2023](#), mismo que nace a raíz de la circular emitida por la Unidad de Registros de la Dirección de Regulación de Productos de Interés Sanitario del Ministerio de Salud (**MS-DRPIS-UR-1588-2023**) y la cual habla sobre el etiquetado frontal de alimentos.

De acuerdo con la ENU-UCR, si bien los sellos de advertencia con los que ingresan los productos elaborados en otros países a Costa Rica responden a legislaciones distintas, es importante que las personas **tengan información nutricional complementaria** sobre lo que van a consumir.

Dicha información es clave para la toma de decisiones en pro de la salud y se vuelve especialmente necesaria ante el contexto actual que presenta el país. Según señala el comunicado, el país registra una cantidad considerable de personas que, desde edades muy tempranas, **tienen enfermedades o condiciones relacionadas con una inadecuada alimentación.**

Tan solo en el Primer Censo Escolar Peso-Talla Costa Rica (2016), por ejemplo, se identificó un problema de exceso de peso cercano al **34 % en la población** entre los 6 y los 12 años. Para la población preescolar (menor de 5 años), la prevalencia fue de **7,4 % y 2,3 % de sobrepeso y obesidad**, en ese orden, indicó la Encuesta de Mujeres, Niñez y Adolescencia del 2018.

La Encuesta Colegial de Vigilancia Nutricional y Actividad Física del 2018 no se aparta de ese panorama. La indagación dio a conocer que **el 30,9 % de la población adolescente** en Costa Rica tiene exceso de peso. En personas mayores de 18 años, por su parte, la prevalencia de sobrepeso y obesidad para población en general fue de **39,5 % y de 31,2 %**, respectivamente.

Ante esa situación, y desde el criterio de la ENU-UCR, es fundamental facilitar al consumidor **la comprensión de la información relacionada con el valor nutritivo del producto.** Si una persona posee una alimentación con exceso de energía y de algunos nutrientes críticos tales como el sodio, los azúcares añadidos y las grasas saturadas, entre otros, se contribuye de manera importante al desarrollo de enfermedades vinculadas con el sobrepeso y la obesidad. ¿Una de las más conocidas? La hipertensión.

“En Costa Rica, para el año 2021 se notificaron **19 507 nuevos casos con hipertensión arterial**, lo que nos da un promedio de 53 personas diagnosticadas diariamente con esta enfermedad. La hipertensión arterial aumenta considerablemente el riesgo de padecer enfermedades renales y cerebrales. Además, es el principal factor de riesgo para padecer enfermedades cardiovasculares que, a su vez, se encuentran entre las principales causas de muerte a nivel mundial”, se cita en el comunicado con base en información del Ministerio de Salud.

[La docente Cindy Hidalgo Víquez, de la Escuela de Nutrición, explica más al respecto](#)

Duración:



Para la Escuela de Nutrición, el etiquetado frontal trae una serie de beneficios. Primero señala **los excesos en algunos nutrientes críticos para la salud de las personas**, incluso, si responden a otra legislación internacional.

Segundo, **permite la libre elección de los productos basada en información presentada** de diferentes formas que facilita una decisión informada. Uruguay, país que ya posee esta política incorporada, mostró un efecto positivo inmediato.

“Se ha identificado que en Costa Rica existe una amplia oferta de productos alimenticios preenvasados, muchos de los cuales contienen cantidades excesivas de estos nutrientes críticos que se relacionan con problemas para la salud cuando su consumo no es el adecuado. (...) Si bien los países tienen diferentes parámetros para establecer los sellos, **ninguno de estos parámetros va en detrimento de la salud de las personas, todo lo contrario, están establecidos considerando el bienestar de la población**”, se explica.

La ENU-UCR **está anuente a colaborar con iniciativas a favor de la salud de los costarricenses** y se pone a disposición de las autoridades para aportar desde la investigación, la evidencia técnica y científica. Si desea conocer el comunicado completo

puede leer https://www.ucr.ac.cr/medios/documentos/2023/comunicado-enu-etiquetado-frontal_docx-1-64d2d45bd5b15.pdf.



[Comunicado ENU-UCR sobre etiquetado frontal](#)



[Jennifer Jiménez Córdoba](#)
Periodista Oficina de Comunicación Institucional
Área de cobertura: ciencias de la salud
jennifer.jimenezcordoba@ucr.ac.cr

Etiquetas: [nutricion](#), [etiquetado](#), [salud](#), [enu-ucr](#).