

# Alérgenos y Etiquetas de Alimentos

*Las alergias alimenticias y las hipersensibilidades alimentarias afectan a millones de estadounidenses y sus familias. Las regulaciones ayudan a proteger a estas personas exigiendo que los alimentos y bebidas envasados tengan una etiqueta que contenga ingredientes.*

## Alérgenos

Son nueve alérgenos alimenticios que se deben de declarar principalmente en el etiquetado de la comida. Se debe usar el nombre común o usual. También, tienen que especificar el tipo de fruto seco, pescado, o mariscos crustáceos.

### 9 Alérgenos Alimentarios Principales



**Peanuts/  
Cacahuates**



**Crustacean Shellfish/  
Mariscos Crustáceos**



**Eggs/  
Huevos**



**Tree Nuts/  
Frutos Secos**



**Wheat/Trigo**



**Fish/Pescado**



**Milk/Leche**



**Soy/Soya**



**Sesame/Sésamo**

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

- enlistar la fuente de alimento en paréntesis después del nombre [i.e. whey (milk), miso (soy)] o;
- incluir una declaración de "Contains" (e.g. milk, wheat, soy) 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 TODOS los alérgenos están listados en la declaración de ingredientes en una forma reconocible (e.g. milk, wheat, soy)

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

- Soy lecithin (soy)
- Worcestershire Sauce (soy and/or anchovies)
- Sodium caseinate, whey, lactalbumin (milk)
- Omega 3 fatty acids (fish oil source or nut source)
- Spelt, semolina (wheat)
- Flour (e.g. wheat, almond, macadamia)

**No se requiere una declaración que diga "May Contain" alérgenos procesados en la misma instalación. Si están presentes, no exige a la empresa de las Buenas Prácticas de Manufactura para evitar la contaminación cruzada.**

## Ejemplo de etiqueta de alimentos (muestra el frente y atrás de una etiqueta)

\*\*\*\*La etiqueta puede estar en diferentes idiomas siempre y cuando contenga la información 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>	* No es necesario poner en negrita los alérgenos en la lista de ingredientes. En el ejemplo de abajo, el alérgeno está en negrita para mostrar que hay un alérgeno en la lista de ingredientes.
Contenido neto-en sistema anglosajón de unidades (e.g. onza, pinta, etc.) y medida métrica (e.g. miligramo, litro, etc.)	<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>
Lista de ingredientes por nombre común o usual en orden decreciente por peso neto		Nombre y dirección del fabricante

Existen varios ingredientes alimenticios que pueden causar reacciones de hipersensibilidad en ciertos individuos y deben declararse en el etiquetado de los ingredientes. Éstos incluyen:

### Sulfites

- Utilizados como conservadores. Debe declararse si el alimento contiene  $\geq 10$  partes por millón en total.
- Otros Nombres:
  - Potassium bisulphite
  - Potassium metabisulphite
  - Sodium bisulphite
  - Sodium dithionite
  - Sodium metabisulphite
  - Sodium sulphite
  - Sulphur dioxide
  - Sulphurous acid

### Color Additives

- FD&C Yellow No. 5
- FD&C Red No. 40
- Colorantes a base de cochineal extract and carmine

### Gluten

- Describe un grupo de proteínas que se encuentran en ciertos granos. Por ejemplo:
  - Wheat
  - Barley
  - Rye

### Nitrates/Nitrites

- Carnes curadas o procesadas — tocino, salchichas, y jamón, así como embutidos como pollo, pavo, roast beef, y salami — a menudo contienen nitratos (nitratos) y nitrites (nitritos) añadidos.
- Estos compuestos previenen el crecimiento de bacterias dañinas, agrega un sabor salado y hace que la carne se vea roja o rosada.

Para obtener más información sobre los requisitos de etiquetado visita los siguientes enlaces:

- [fda.gov/regulatory-information/search-fda-guidance-documents/guidance-industry-food-labeling-guide](https://www.fda.gov/regulatory-information/search-fda-guidance-documents/guidance-industry-food-labeling-guide)
- [dshs.texas.gov/food-manufacturers-wholesalers-warehouses/labeling-food-manufacturers-wholesalers-warehouses](https://www.dshs.texas.gov/food-manufacturers-wholesalers-warehouses/labeling-food-manufacturers-wholesalers-warehouses)

Para Preguntas Adicionales (se habla español)

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

- **Retail Food Safety Unit**  
[foodestablishments@dshs.texas.gov](mailto:foodestablishments@dshs.texas.gov), 512-834-675
- **Drugs and Medical Devices Unit**  
[DMD.regulatory@dshs.texas.gov](mailto:DMD.regulatory@dshs.texas.gov), 512-834-6755



## HECHOS RÁPIDOS

Las reacciones alérgicas o hipersensibilidades a estos ingredientes no están limitadas a los productos alimenticios, estos ingredientes también están presentes en otros tipos de productos consumibles. Estos productos incluyen: Productos de cáñamo consumibles (CHP), cosméticos y medicamentos de venta libre (OTC) sin receta. El etiquetado correcto es importante para garantizar que todos los ingredientes, incluyendo a los alérgenos, son revelados al consumidor.

Para más información visita los siguientes enlaces:

- [dshs.texas.gov/consumable-hemp-program](https://www.dshs.texas.gov/consumable-hemp-program)
- [fda.gov/drugs/information-consumers-and-patients-drugs/otc-drug-facts-label](https://www.fda.gov/drugs/information-consumers-and-patients-drugs/otc-drug-facts-label)
- [fda.gov/drugs/understanding-over-counter-medicines/educational-resources-understanding-over-counter-medicine](https://www.fda.gov/drugs/understanding-over-counter-medicines/educational-resources-understanding-over-counter-medicine)