

## **LA UE DECLARA COMO PROPIEDAD SALUDABLE DE LOS ALIMENTOS A LOS HIDRATOS DE CARBONO**

*Dra. Ana Carretero García*  
*Profesora Titular de Derecho Civil*  
*Centro de Estudios de Consumo*  
*Universidad de Castilla-La Mancha*

*Fecha de publicación: 20 de marzo de 2015*

El Reglamento 1924/2006, de 20 de diciembre, relativo a las declaraciones nutricionales y de propiedades saludables en los alimentos<sup>1</sup> prohíbe las declaraciones de este tipo no autorizadas por la Comisión. De acuerdo con esta norma, la Comisión adopta el Reglamento 432/2012, de 16 de mayo, por el que se establece una lista de declaraciones autorizadas de propiedades saludables de los alimentos distintas de las relativas a la reducción del riesgo de enfermedad y al desarrollo y la salud de los niños<sup>2</sup>.

Los explotadores de empresas alimentarias pueden presentar solicitudes de autorización de declaraciones de propiedades saludables a la autoridad nacional competente de un Estado miembro<sup>3</sup>. Dicha autoridad debe remitir las solicitudes a la Autoridad Europea de Seguridad Alimentaria (AESA) para que realice una evaluación científica, así como a la Comisión (que toma la decisión final sobre la autorización teniendo en cuenta el dictamen emitido) y a los Estados miembros para su información.

La AESA ha emitido un dictamen de propiedad saludable respecto a la relación entre los hidratos de carbono glucémicos y la recuperación de la función muscular normal (contracción) tras un ejercicio intenso. La AESA concluye que, a partir de los datos presentados, queda establecida una relación de causa a efecto entre el consumo de hidratos de carbono glucémicos y el efecto declarado. Considera que la declaración de propiedades saludables cumple los requisitos y que, por tanto, puede ser incluida en la lista de declaraciones autorizadas por el Reglamento 432/2012.

---

<sup>1</sup> DOUE L 404 de 30 de diciembre de 2006.

<sup>2</sup> DOUE L 136 de 25 de mayo de 2012.

<sup>3</sup> En este caso la solicitante es Aptonia, empresa que ofrece una gama de productos relacionados con la nutrición dirigida a deportistas.

Nace así el Reglamento (UE) 2015/7 de la Comisión, de 6 de enero de 2015, que autoriza una nueva declaración de propiedades saludables de los alimentos distinta de las relativas a la reducción del riesgo de enfermedad y al desarrollo y la salud de los niños y modifica el Reglamento (UE) nº 432/2012<sup>4</sup>. En el Anexo del Reglamento 432/2012 se introduce la siguiente **declaración**: “Los hidratos de carbono contribuyen a la recuperación de la función muscular normal (contracción) después de un ejercicio físico de gran intensidad o de larga duración que conduce a la fatiga muscular y al agotamiento del glucógeno almacenado en los músculos esqueléticos”.

Asimismo, se establecen las **condiciones de uso de la declaración**, ya que sólo puede utilizarse en alimentos destinados a adultos que aporten hidratos de carbono que sean metabolizados por las personas (lo que excluye a los polialcoholes<sup>5</sup>). Además, debe informarse al consumidor de que el efecto benéfico se obtiene al consumir hidratos de carbono de todas la fuentes en una ingesta total de 4 g. por kg. de peso corporal, en dosis tomadas antes de transcurridas cuatro horas (o, como máximo, seis) después de finalizar un ejercicio físico de gran intensidad o de larga duración que conduzca a la fatiga muscular y al agotamiento del glucógeno almacenado en los músculos esqueléticos.

---

<sup>4</sup> DOUE L 3 de 7 de enero de 2015.

<sup>5</sup> Los polialcoholes son químicamente carbohidratos hidrogenados utilizados por la industria alimentaria como edulcorantes en sustitución del azúcar. No elevan rápidamente la glucosa en sangre, pero no son edulcorantes sin calorías. Por otro lado, su baja absorción por el intestino delgado puede hacer que su consumo excesivo provoque algunos efectos adversos tales como molestias gastrointestinales.