



## ANÁLISIS DE LOS NIVELES DE GRASAS TRANS EN LOS ALIMENTOS INDUSTRIALIZADOS EN ARGENTINA

### ACERCA DE LA FUNDACIÓN INTERAMERICANA DEL CORAZÓN - ARGENTINA

LA FUNDACIÓN INTERAMERICANA DEL CORAZÓN - ARGENTINA (FIC ARGENTINA) ES UNA ORGANIZACIÓN SIN FINES DE LUCRO CREADA EN 2008 CON LA MISIÓN DE PROMOVER POLÍTICAS PÚBLICAS Y CAMBIOS SOCIALES QUE GARANTICEN LA PROTECCIÓN DEL DERECHO A LA SALUD A TRAVÉS DE LA REDUCCIÓN DE LAS ENFERMEDADES CRÓNICAS NO TRANSMISIBLES, ESPECIALMENTE LAS CARDIOVASCULARES Y CEREBROVASCULARES. ESTE TIPO DE ENFERMEDADES SON PREVENIBLES CON HÁBITOS SALUDABLES Y LA MANERA MÁS EFICAZ DE PROMOVERLOS ES A TRAVÉS DE POLÍTICAS PÚBLICAS. POR ESTE MOTIVO, FIC ARGENTINA DESARROLLA TRES LÍNEAS DE TRABAJO: REDUCCIÓN DEL CONSUMO DE TABACO Y EXPOSICIÓN AL HUMO DE TABACO AJENO, PROMOCIÓN DE ALIMENTACIÓN SALUDABLE Y FOMENTO DE LA ACTIVIDAD FÍSICA. FIC ARGENTINA ES UNA ONG AUTOFINANCIADA Y FORMALMENTE CONSTITUIDA EN ARGENTINA, AFILIADA A LA INTERAMERICAN HEART FOUNDATION (IAHF), UNA ORGANIZACIÓN CREADA EN ESTADOS UNIDOS, CON QUIEN COMPARTE LA MISIÓN. TAMBIÉN FORMA PARTE DE LA COALICIÓN LATINOAMÉRICA SALUDABLE (CLAS), FRAMEWORK CONVENTION ALLIANCE (FCA), ALIANZA LIBRE DE HUMO DE TABACO ARGENTINA (ALIAR), WORLD ACTION ON SALT AND HEALTH (WASH), INTERNATIONAL NETWORK OF WOMEN AGAINST TOBACCO (INWAT), GLOBAL PHYSICAL ACTIVITY NETWORK (GLOBALPANET) Y OTRAS REDES DE LA SOCIEDAD CIVIL.

AÑO 2015



## 1 INTRODUCCIÓN

La Fundación Interamericana del Corazón Argentina (FIC Argentina) desarrolló una investigación para conocer el contenido de sodio de los alimentos procesados de Argentina. Dicha investigación integra una iniciativa colaborativa internacional liderada por The George Institute, Australia<sup>12</sup> para monitorear el contenido nutricional de los alimentos procesados en todo el mundo. El objetivo principal de esta investigación es evaluar el contenido de grasas trans en el tiempo y monitorear las políticas para eliminar su contenido en la oferta de alimentos industrializados de nuestro país.

La recolección de datos fue realizada en dos etapas en un total de tres grandes cadenas de supermercados de la provincia de Buenos Aires. La primera etapa se realizó entre Diciembre 2012 y Marzo 2013 en dos cadenas de supermercados y la segunda etapa en Febrero 2014 en una tercer cadena.

Este informe presenta los resultados de la segunda etapa realizada en Febrero 2014 utilizando la misma metodología: ([http://www.ficargentina.org/images/stories/Documentos/informe\\_grasas\\_trans\\_02\\_10\\_2014.pdf](http://www.ficargentina.org/images/stories/Documentos/informe_grasas_trans_02_10_2014.pdf))

En el actual contexto legislativo dado por la Ley N° 18284, Artículo 155 tris del Código Alimentario Argentino (CAA) que restringe el contenido de grasas trans en los alimentos industrializados, la presente investigación constituye una medición basal que representa el punto de partida de un monitoreo longitudinal en el tiempo para evaluar el contenido de grasas trans en los alimentos procesados en Argentina y el cumplimiento de la legislación vigente. El CAA establece que: “El contenido de ácidos grasos trans de producción industrial en los alimentos no debe ser mayor a 2% del total de grasas en aceites vegetales y margarinas destinadas al consumo directo y a 5% del total de grasas en el resto de los alimentos” (Ley N° 18284, Capítulo III- Artículo 155 tris. Código Alimentario Argentino). La fecha límite para que las industrias cumplan con esta restricción venció en el 2012 para los aceites y margarinas y en diciembre del 2014 para el resto de los alimentos.

## RESULTADOS

A los fines del presente estudio, se seleccionaron las categorías de alimentos que presentan contenidos de grasas trans de origen industrial tales como tostadas (n=25), galletitas (n=117), barras de cereal (n=9), productos de panadería (n=45), cereales de desayuno (n=46), pastas (n=56), tapas de pascualina (n=8), tapas de empanadas (n=7), sopas (n=13), pizzas (n=18), platos listos (n=7), platos precocidos (n=31), margarinas(n=7), snacks (n=85), alfajores (n=22), baños de repostería (n=1), chocolates cobertura (n=2), barras de chocolate (n=26) y chocolate en polvo (n=3). La muestra final quedó conformada con un total de 528 productos.

---

<sup>1</sup>Dunford E, Webster J, Metzler AB, Czernichow S, Mhurchu CN, Wolmarans P, et al. International Collaborative Project to Compare and Monitor the Nutritional Composition of Processed Foods. *European Journal of Cardiovascular Prevention & Rehabilitation*. Eur J PrevCardiol. 2012 Dec;19(6):1326-32

<sup>2</sup> The Food Monitoring G. Progress with a Global Branded Food Composition Database. *FoodChemistry*. 2013;140(3):451-5



Tabla 1: Cantidad de productos con AGT dentro de cada categoría (n= 528) según lo declarado en el rótulo nutricional. Febrero 2014.

Categorías	Número total de muestra	Productos con AGT	
		Número	%
ALFAJORES	22	8	36,4
BAÑOS DE REPOSTERIA	1	1	100
BARRAS DE CEREAL	9	3	33,3
BARRAS DE CHOCOLATE	26	5	19,2
CEREALES DESAYUNO	46	2	4,3
CHOCOLATE COBERTURA	2	0	0
CHOCOLATE EN POLVO	3	0	0
GALLETITAS	117	52	44,4
MARGARINA	7	0	0
PASTAS	56	5	8,9
PIZZAS	18	10	55,6
PLATOS LISTOS	7	0	0
PLATOS PRE COCIDOS	31	12	38,7
PRODUCTOS DE PANADERIA	45	19	42,2
SNACKS	85	12	14,1
SOPAS	13	0	0
TAPAS DE EMPANADA	7	3	42,9
TAPAS DE PASCUALINA	8	2	25
TOSTADAS	25	1	4
<b>TOTAL</b>	<b>528</b>	<b>127</b>	<b>24,1</b>

Fuente: Elaboración propia

Del total de productos relevados y analizados, se encontraron 127 (24,1%) presentaban contenido de AGT según lo declarado en el rótulo nutricional. Los resultados muestran que los todos los baños de repostería, 3 de 9 pizzas (55,6%), 52 de 117 galletitas (44,4%), 3 de 7 tapas de empanadas (42,9%), 19 de 45 productos de panadería (42,2%), 12 de 31 platos precocidos (38,7%), 8 de 22 alfajores (36,4%) y 3 de 9 barras de cereal (33,3%) son las categorías con mayor cantidad de productos con contenido de AGT. En el otro extremo se encuentran las sopas, los platos listos, las margarinas, los chocolates cobertura y los chocolates en polvo que no tienen AGT declarados en el rótulo nutricional (Tabla 1).

En una segunda instancia, se realizó el análisis del listado de ingredientes para determinar el origen de las grasas trans y de este modo detectar aquellos productos con AGT de origen industrial que superan el límite máximo establecido en el CAA.



Tabla 2: Cantidad de productos con AGT de origen industrial dentro de cada categoría (n= 528) según lo declarado en el rótulo nutricional y en la lista de ingredientes. Febrero 2014.

Categorías	Número total de muestra	Productos con AGT de origen industrial		Productos con AGT de origen industrial que superan el CAA	
		Número	%	Número	%
ALFAJORES	22	3	13,6	1	5
BAÑOS DE REPOSTERIA	1	1	100	1	100
BARRAS DE CEREAL	9	3	33,3	3	33,3
BARRAS DE CHOCOLATE	26	1	3,8	0	0
CEREALES DESAYUNO	46	1	2,2	1	2,2
CHOCOLATE COBERTURA	2	0	0	0	0
CHOCOLATE EN POLVO	3	0	0	0	0
GALLETITAS	117	13	11,1	7	5,9
MARGARINA	7	0	0	0	0
PASTAS	56	1	1,8	1	1,8
PIZZAS	18	0	0	0	0
PLATOS LISTOS	7	0	0	0	0
PLATOS PRE COCIDOS	31	2	6,5	2	6,5
PRODUCTOS DE PANADERIA	45	5	11,1	4	10
SNACKS	85	2	2,4	2	2,4
SOPAS	13	0	0	0	0
TAPAS DE EMPANADA	7	0	0	0	0
TAPAS DE PASCUALINA	8	0	0	0	0
TOSTADAS	25	0	0	0	0
<b>TOTAL</b>	<b>528</b>	<b>32</b>	<b>6,1</b>	<b>22</b>	<b>4,2</b>

Fuente: Elaboración propia

Del total de la muestra (n=528) se detectó que el 6,1% (n=32) de los productos contienen AGT de origen industrial según la lista de ingredientes. Las categorías que presentan productos con contenido de AGT de origen industrial son todos los baños de repostería, 3 de 9 barras de cereal (33,3%), 3 de 22 los alfajores (13,6%), 5 de 45 productos de panadería (11,1%), 13 de 117 galletitas (11,1%), 2 de 31 platos precocidos (6,5%), 1 de 26 barras de chocolate (3,8%), 2 de 85 snacks (2,4%), 1 de 46 cereales de desayuno (2,2%) y 1 de 56 pastas frescas (1,8%) (Tabla 2).

En todas las categorías con productos con AGT de origen industrial se encontraron productos que superan el límite máximo establecido por el CAA. Estos productos representan el 4,2% (n=22) del total de la muestra (n=528) e incluyen los siguientes productos: 7 de 117 galletitas (5,9%), 4 de 45 productos de panadería (10%), 3 de 9 barras de cereal (33%), 2 de 31 platos precocidos (6,5%), 2 de 85 snacks (2,4%), 1 de 1 baño de repostería (100%), 1 de 22 alfajores (5%), 1 de 46 cereales de desayuno (2,2%) y 1 de 56 pastas (1,8%)(Tabla 2).

## COMENTARIOS FINALES

Argentina es un país pionero en políticas de eliminación de AGT. Nuestro estudio detectó que en Febrero del año 2014, antes de la entrada en vigencia de la política "Argentina libre de



grasas trans 2014" (diciembre 2014), el 4,2% (n=22) de los productos superaban el límite máximo establecido por el CAA. Esto muestra el importante avance que se ha alcanzado en nuestro país hacia la eliminación de grasas trans de origen industrial de los alimentos industrializados ya que la gran mayoría de productos ya ha logrado reducir el contenido de grasas trans de origen industrial.

Igualmente es importante que se continúen realizando esfuerzos para encontrar reemplazos accesibles y saludables para reducir el contenido de AGT, sin que implique un cambio en las características organolépticas del producto. Según nuestro estudio los productos que contienen AGT de origen industrial superiores al límite establecido por CAA corresponden a: galletitas, productos de panadería, barras de cereal, platos precocidos, snacks, baños de repostería, alfajores, cereales de desayuno y pastas frescas. Para que la política sea realmente efectiva será importante garantizar reemplazos para toda la oferta de productos del mercado argentino.

Este estudio es una herramienta valiosa para evaluar futuros cambios en el contenido de grasas trans de los alimentos procesados y monitorear de forma independiente las políticas de eliminación de grasas trans de Argentina. Se continuará con la publicación periódica de los resultados obtenidos en futuras mediciones.