



VII FORO FIBRA DIETARIA
11 de diciembre de 2009
FANUS, Bolsa de cereales, ciudad Bs.As.

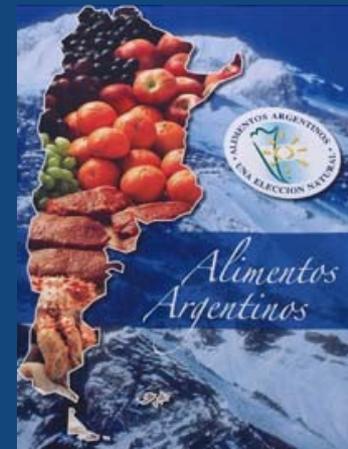
“Estado actual de la definición”

Lic. Elizabeth Kleiman

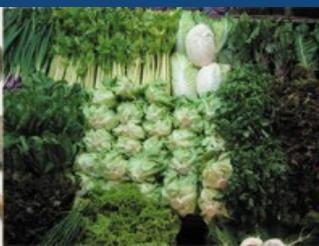
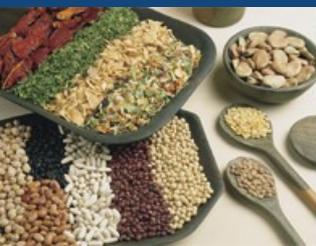
Objetivo principal

Generar e implementar herramientas que contribuyan a diferenciar la producción agroalimentaria argentina

- ✓ Mejorar las capacidades de gestión empresarial
- ✓ Crear y armonizar normas
- ✓ Intensificar la relación y la comunicación con los sectores
- ✓ Incentivar la generación de valor agregado
- ✓ Generar y difundir información productiva, tecnológica y comercial sobre agroindustria.



Es el conjunto de atributos *organolépticos*,
funcionales, *nutricionales*, *comerciales*,
culturales, *históricos*, *religiosos*, de *inocuidad* y
seguridad alimentaria que confieren a un
alimento la capacidad de satisfacer a los
clientes / consumidores = personas



TENDENCIAS ...

- ✓ Nueva percepción de calidad por parte de los consumidores.
- ✓ Mayor demanda de información de los consumidores.
- ✓ Nuevas tecnologías de procesamiento y producción de alimentos.
- ✓ Nuevos materiales de envasado.
- ✓ Nuevas normas de rotulado.



¿QUÉ ES LA FIBRA DIETÉTICA?



Trowell 1976: “un conjunto de macromoléculas de origen vegetal no digeribles por las enzimas digestivas del hombre”. Más tarde afirmo que “son los polisacáridos y la lignina de las plantas que no pueden ser digeridos por las enzimas humanas”.

Dr. Cummings: “El citoesqueleto de los vegetales es lo que podemos denominar fibra vegetal o dietética; una sustancia aparentemente inerte que puede ser fermentada por algunas bacterias, pero no desdoblada por las enzimas digestivas, por lo que resulta inabsorbible. Tiene unas características muy dispares según la especie vegetal de procedencia y, dentro de ella, según la variedad”.

Es la porción comestible de las plantas, y carbohidratos resistentes a la digestión y absorción en el intestino delgado, total o parcialmente fermentados. Incluye polisacáridos, oligosacáridos, lignina y sustancias asociadas.

Fibra dietaria, promueve efectos fisiológicos beneficiosos como laxante, y disminuir la glucosa y el colesterol plasmático.

¿QUÉ ES LA FIBRA DIETÉTICA?



- ✓ “parte de las plantas comestibles que resiste la digestión y absorción en el intestino delgado humano y que experimenta una fermentación parcial o total en el intestino grueso.”
- ✓ Está formada por un conjunto de compuestos químicos de naturaleza heterogénea polisacáridos, oligosacáridos, lignina y otras sustancias análogas.
- ✓ Desempeña funciones fisiológicas como estimular el peristaltismo intestinal. Las enzimas de la flora bacteriana fermentan parcialmente la fibra y la descomponen en diversos compuestos químicos: gases (hidrógeno, dióxido de carbono y metano) y ácidos grasos de cadena corta (acetato, propionato y butirato).
- ✓ se encuentra en alimentos de origen vegetal poco procesados tecnológicamente, como los cereales, frutas, verduras y legumbres.

Alimentos seguros

Comercio
transparente



REGLAMENTO TÉCNICO MERCOSUR SOBRE EL ROTULADO NUTRICIONAL DE ALIMENTOS ENVASADOS

Azúcares: Son todos los monosacáridos y disacáridos presentes en un alimento, que son digeridos, absorbidos y metabolizados por el ser humano.

Fibra alimentaria: Es cualquier material comestible que no sea hidrolizado por las enzimas endógenas del tracto digestivo humano.



Art 1385 - (R. Conj. 95/2008 y 358/2008) - Se entiende por **Fibra Alimentaria** a cualquier material comestible que no sea hidrolizado por las enzimas endógenas del tracto digestivo humano.

Incluye polisacáridos no almidón, pectinas, almidón resistente, inulina, oligofructosa, polidextrosa, maltodextrinas resistentes, fructooligosacáridos (FOS), galactooligosacáridos (GOS), transgalactooligosacáridos (TOS), y todos los que en el futuro incorpore la Autoridad Sanitaria Nacional.

Valor calórico: 0 kcal / g

Art 1386 - (Res. Conj. 95/2008 SPReI Y 358/2008 SAGPyA) - Se entiende por **alimentos modificados en fibra a aquellos productos a los que se les han agregado fibras contempladas en el presente Código y las que en el futuro incorpore la Autoridad Sanitaria Nacional. Deberán contener como mínimo de fibra alimentaria:**

3 g /100 g para sólidos

1 g /100 ml para líquidos

No deberán presentar una disminución, con respecto a los alimentos corrientes, de los contenidos de nutrientes, los cuales deberán incorporarse en la cantidad que corresponda, a tales efectos.

- Los productos modificados en fibra que naturalmente la/s contuviere/n en su composición se denominarán '**X fortificado con ...**' (donde X significa denominación específica del alimento) llenando el espacio en blanco con la/s fibra/s que se adicione/n, con letras de igual tamaño, realce y visibilidad.
- Los productos modificados en fibra que naturalmente no la/s contuviere/n en su composición se denominarán '**X adicionado con...**' (donde X significa denominación específica del alimento) llenando el espacio en blanco con la/s fibra/s que se adicione/n, con letras de igual tamaño, realce y visibilidad."



QUE ES ROTULO?



Ministerio de Agricultura,
Ganadería y Pesca
Presidencia de la Nación

❖ *Toda inscripción, leyenda, imagen o material descriptiva o grafica que se haya escrito, impreso, estarcido, marcado, marcado en relieve o huecograbado o adherido al envase del alimento, destinada a informar al consumidor sobre las características del mismo.*

QUE FUNCIÓN CUMPLE?

❖ *Brinda al consumidor las características particulares del alimento, su forma de preparación, manipulación y conservación, sus propiedades nutricionales y su contenido.*



Res. 26/03

- ✓ Denominación de venta
- ✓ Lista de ingredientes
- ✓ Contenidos netos
- ✓ Identificación del origen
- ✓ Identificación del Lote
- ✓ Fecha de duración
- ✓ Preparación e instrucciones de uso (cuando corresponda)

Res. 44/03

- ✓ Información Nutricional





Res. 46/03

El Rotulado Nutricional comprende:

- ✓ Declaración de valor energético y nutrientes
- ✓ Declaración de propiedades nutricionales (información nutricional complementaria)



INFORMACIÓN NUTRICIONAL		
Porción ... g o ml (medida casera)		
Cantidad por porción		% VD (*)
Valor energético	kcal = ... kJ	
Carbohidratos	g	
Proteínas	g	
Grasas totales	g	
Grasas saturadas	g	
Grasas trans	g	(No declarar)
Fibra alimentaria	g	
Sodio	mg	

(*) % Valores Diarios con base a una dieta de 2.000 kcal u 8.400 kJ. Sus valores diarios pueden ser mayores o menores dependiendo de sus necesidades energéticas



VALORES DIARIOS DE REFERENCIA

VALOR ENERGETICO	2000 Kcal - 8400 kJ
CARBOHIDRATOS	300 gramos
PROTEINAS	75 gramos
GRASAS TOTALES	55 gramos
GRASAS SATURADAS	22 gramos
FIBRA ALIMENTARIA	25 gramos
SODIO	2400 miligramos

Res. Conjunta SPRyRS 40/2004 y SAGPyA 298/2004

FIBRA ALIMENTARIA

ATRIBUTO

CONDICIONES DEL PRODUCTO LISTO PARA EL CONSUMO

Fuente

Mínimo de 3,0 g de fibras / 100 g
(sólidos)

Mínimo de 1,5 g de fibras / 100 ml
(líquidos)

Alto Contenido

Mínimo de 6 g fibras / 100 g (sólidos)

Mínimo de 3 g fibras / 100 ml (líquidos)

Aumentado

Aumento mínimo de 25% del contenido
de fibras alimentarias
y diferencia mayor que
3 g / 100g para sólidos
1,5 g / 100 ml para líquidos

NACIONAL

- ❖ *ACTUALIZACIÓN DEL CAPÍTULO XVII: “ALIMENTOS DIETÉTICOS”*
- ❖ *INCLUSIÓN DE ALIMENTOS FUNCIONALES*
- ❖ *INCLUSIÓN DE CLAIMS SALUDABLES*

REGIONAL

- ❖ *ARMONIZACIÓN DE CLAIMS NUTRICIONALES*



DIRECTRICES PARA EL USO DE DECLARACIONES DE PROPIEDADES NUTRICIONALES: TABLA DE CONDICIONES PARA LOS CONTENIDOS DE NUTRIENTES (PARTE B) FIBRA DIETÉTICA (Trámite 8) 2008

Se entenderá por fibra dietética los polímeros de hidratos de carbono₁ con diez o más unidades monoméricas₂, que no son hidrolizados por las enzimas endógenas del intestino delgado humano y que pertenecen a las categorías siguientes:

- polímeros de carbohidratos comestibles que se encuentran naturalmente en los alimentos en la forma en que se consumen;
- polímeros de carbohidratos obtenidos de materia prima alimentaria por medios físicos, enzimáticos o químicos, y que se haya demostrado que tienen un efecto fisiológico beneficioso para la salud mediante pruebas científicas generalmente aceptadas aportadas a las autoridades competentes;
- polímeros de carbohidratos sintéticos que se haya demostrado que tienen un efecto fisiológico beneficioso para la salud mediante pruebas científicas generalmente aceptadas a las autoridades competentes.





Se entenderá por “fibra alimentaria” los polímeros de hidratos de carbono con tres o más unidades monoméricas, que no son digeridos ni absorbidos en el intestino delgado humano y que pertenecen a las categorías siguientes:

- polímeros de hidratos de carbono comestibles presentes de modo natural en los alimentos tal como se consumen,
- polímeros de hidratos de carbono comestibles que se han obtenido a partir de materia prima alimenticia por medios físicos, enzimáticos o químicos y que tienen un efecto fisiológico beneficioso demostrado mediante pruebas científicas generalmente aceptadas.
- polímeros de hidratos de carbono comestibles sintéticos que tienen un efecto fisiológico beneficioso demostrado mediante pruebas científicas generalmente aceptadas.



En el informe de un taller técnico de la FAO titulado *Food energy - methods of analysis and conversion factors* se indica que se considera fermentable el 70 % de la fibra alimentaria en alimentos tradicionales.

Por consiguiente, es conveniente que el valor energético medio para la fibra alimentaria sea de 8 kJ/g (2 kcal/g).





Alimentos

Nutrición

Salud

Procesos implicados

Alimentación

Metabolismo

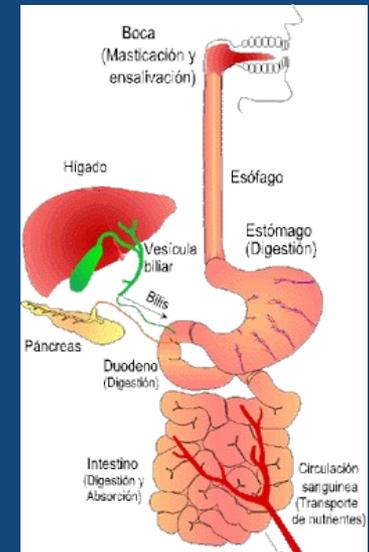
Eliminación

Acciones

Previas a la ingesta (Externas)

1. Selección de los alimentos.
2. Compra y adquisición.
3. Formas de preparación.
4. Distribución y formas de consumo.

Post-ingesta (Internas) Digestión y Absorción.



Resultado de un conjunto de prácticas:

- ✓ Qué es considerado alimento.
- ✓ Selección: cantidad y calidad.
- ✓ Métodos de preparación.
- ✓ Formas de Consumo

Cuándo: horario, ocasión.

Cómo: dist, servicio, combinación.

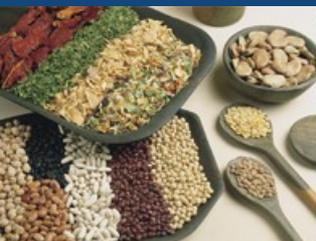


“Desarrollar en las **cadenas agroalimentarias** el concepto de mejora continua de la **calidad** y la **productividad**, para lograr una mayor **competitividad**, inserción y posicionamiento de nuestros productos en los **mercados**”.





- *“Se come como se vive”*
- *“Somos lo que comemos”*
- *“Los hábitos alimentarios se aprenden y forman parte de la educación para la vida.”*
- *Como tomar la decisión EN 30 SEGUNDOS?*



HERRAMIENTAS...



Ministerio de Agricultura,
Ganadería y Pesca
Presidencia de la Nación



- leer, **comprender**, decidir, volver a leer, preguntar...
- *Planificar conjunto de elecciones de la alimentación diaria, semanal*
- *No tomar alimentos por el packaging, sino por el contenido nutricional. (F&V)*
- *Comer light vs. Vivir ligeramente*
- *Compromiso y responsabilidad*
- **CONOCIMIENTO + ACTITUD + REFLEXIÓN + PRÁCTICA**

PARA RECORDAR...



Ministerio de Agricultura,
Ganadería y Pesca
Presidencia de la Nación

La información es para el consumidor.
Debe ser una herramienta que facilite
la lectura e interpretación
para la selección de alimentos
en pos de una alimentación saludable.



Dirección  <http://www.alimentosargentinos.gov.ar/>  Ir [Vínculos](#)

 **Ministerio de Agricultura,
Ganadería y Pesca**
Presidencia de la Nación

SAGPyA | Agricultura | Ganadería | Pesca y Acuicultura | Forestación





AGROINDUSTRIA Dirección Nacional de Agroindustria

Revista
Alimentos Argentinos



última ed
N° 46
Sept - 20

- Cadenas Alimentarias
- Valor Agregado
- Marco Regulatorio
- Agroenergía
- Capacitación
- Foros Virtuales

[Noticias](#) [Actualidad Foros](#) [Informes](#) [Cursos, eventos y seminarios](#)

19 de Octubre
CONSULTORES PARA EL DESARROLLO DE INVESTIGACIONES AGROINDUSTRIALES: SE EXTIENDE UNA CONVOCATORIA
El Ministerio de Agricultura, Ganadería y Pesca de la Nación, informa que ha

 **Novedades**
Suscribase a nuestro canal

RSS

Observatorio Virtual
Actualidad Agroalimentaria





Muchas gracias por su atención.

Lic. Elizabeth Kleiman

www.alimentosargentinos.gov.ar

ekleim@minagri.gob.ar

PROYECTO FAO “DESARROLLO DE BASES DE DATOS Y TABLAS DE COMPOSICIÓN DE ALIMENTOS”

OBJETIVO GENERAL Actualizar o elaborar las bases de datos y tablas nacionales de composición de alimentos de Argentina, Chile y Paraguay, a partir de las cuales se actualizará la base de datos regional y de alimentos de América Latina.



**Integrar los datos sobre composición de alimentos para brindar información y hacerla disponible para todas las aplicaciones;
COMO UNA BASE DE DATOS NACIONAL,
ACTUALIZADA.**

BENEFICIOS DE UNA BASE NACIONAL DE DATOS

- Reducción de costos de generación, manejo y uso de los datos
- Precisión de datos alcanzada por las diversas instituciones por separado y al mismo tiempo
- Facilitación del comercio y formulación de políticas alimentarias
- Disponibilidad de datos confiables para la investigación en nutrición, salud y agricultura

¿ CONTINUIDAD Y SOSTENIBILIDAD ?