

# ETIQUETAS EN LA PARTE DEL FRENTE DEL ENVASE O PAQUETE



## ¿Qué es una etiqueta en la parte frontal del envase?

Son los iconos o etiquetas que se encuentran en la parte del frente del envase para ayudarle a hacer selecciones rápidas y bien informadas.

## ¿Reemplaza una etiqueta en la parte frontal del paquete el Panel de Información de Nutrición?

Mientras que las etiquetas en la parte frontal del envase pueden ayudarle, el Panel de Información de Nutrición sigue siendo la mejor fuente de información nutricional detallada. Use el Panel de Información de Nutrición para buscar otros nutrientes que le interesen (por ejemplo, fibra) o para comparar dos productos que tengan un icono en la parte del frente del envase.

## ¿Qué alimentos tienen una etiqueta frontal o un icono en el envase o paquete?

Hay una variedad de alimentos que pueden tener una etiqueta frontal o icono. Algunos ejemplos son: alimentos frescos, congelados y enlatados; comidas congeladas, bocadillos y granos enteros.

## ¿Qué tipos de etiquetas puedo encontrar en la parte frontal del envase?

La siguiente tabla muestra algunos tipos de etiquetas en la parte del frente del envase. Vea nuestras sugerencias sobre cómo usar cada una.

### Etiqueta específica de la tienda o supermercado



Walmart

- ✓ Identifica los alimentos que satisfacen ciertos niveles del total de grasa, grasa trans y saturada, azúcar y sodio por porción.
- ✓ Pregunte al encargado si la tienda tiene un programa de etiquetas frontales para los productos con la marca de la tienda.

### Etiqueta del Programa Certificado de la Asociación



Saludable para el corazón

- ✓ Satisface requisitos específicos de nutrientes del programa y el producto ha sido aprobado para tener la etiqueta.
- ✓ Visite la página web para mayor información acerca de las reglas del programa de etiquetas.

### Etiqueta de "Puntos destacados" del Panel de Información de Nutrición



Datos al frente

- ✓ Muestran componentes claves de nutrición, tales como calorías, grasa saturada, sodio y azúcar por porción.
- ✓ Para mayor información nutricional, revise el Panel de Información de Nutrición en la parte de atrás del envase.

**¿SABÍA QUÉ...** LA ADMINISTRACIÓN DE ALIMENTOS Y MEDICAMENTOS (FDA) CREA Y MONITOREA EL PANEL DE DATOS DE NUTRICIÓN? RECIENTEMENTE LA FDA PROPUSO ACTUALIZAR EL PANEL DE DATOS DE NUTRICIÓN ACTUAL PARA QUE LOS CONSUMIDORES LO PUEDAN ENTENDER MÁS FÁCILMENTE. ¡MANTÉNGASE ATENTO A FUTUROS CAMBIOS! PARA MAYOR INFORMACIÓN, VISITE [FDA.GOV](http://FDA.GOV).

Proporcionado en colaboración con

