



## Rotulado de alérgenos en alimentos envasados en Argentina

# Cuando leer una etiqueta es una cuestión de salud

**Equipo de investigación: Fabiana Guglielmone, Nancy Toribio, Paola Aldegani, Carolina Motto, Emily Tiscornia y Agustina Izquierdo**

El etiquetado como una herramienta central de inocuidad alimentaria. El proyecto desarrollado en el marco de las Becas ISALUD 2024 se propuso analizar el nivel de conocimiento y la capacidad de interpretación del rotulado de alimentos, por parte de los consumidores y el cumplimiento de su normativa. Los avances en la Argentina

**E**n los últimos años, las alergias alimentarias dejaron de ser consideradas un problema poco frecuente para convertirse en una preocupación creciente de salud pública. En Argentina se estima que 1 de cada 12 niños menores de 5 años presenta alguna alergia alimentaria, y casi la mitad

de ellos es alérgico a más de un alimento. Para estas familias, una mínima exposición puede desencadenar reacciones que van desde síntomas leves hasta anafilaxia.

En este contexto, la única estrategia eficaz es la exclusión estricta del alérgeno. Y esa decisión se

toma, muchas veces, frente a la góndola: leer el rótulo, interpretar la lista de ingredientes y decidir si un producto es seguro. El etiquetado deja de ser un dato secundario para transformarse en una herramienta central de inocuidad alimentaria.

En nuestro país, el Código Alimentario Argentino incorporó en 2017 la obligatoriedad de declarar alérgenos en alimentos envasados y reguló el uso de la frase precautoria “PUEDE CONTENER” como única expresión admitida para advertir sobre posible contacto cruzado. Sin embargo, hasta ahora no se había analizado de manera integrada si las familias comprenden esa información y si los productos del mercado cumplen efectivamente con la normativa.

El proyecto desarrollado en el marco de las Becas ISALUD 2024 se propuso justamente estudiar ambas dimensiones.

## ¿Qué nos propusimos investigar?

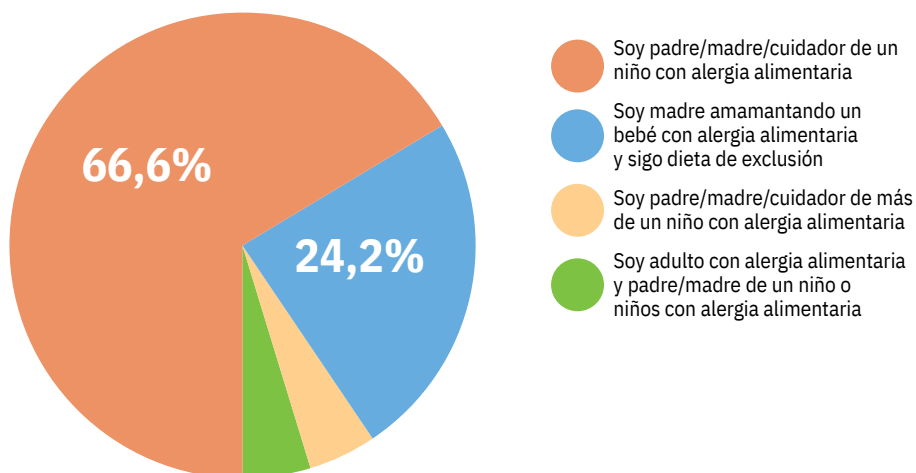
El objetivo general fue describir el nivel de conocimiento y la capacidad de interpretación del rotulado de alimentos por parte de consumidores con alergias alimentarias y su entorno familiar al momento de adquirir productos envasados en Argentina.

Se definieron cuatro ejes de trabajo:

- Evaluar el grado de comprensión de la información sobre alérgenos.
- Analizar la influencia del etiquetado en las decisiones de compra y en las reacciones accidentales.
- Identificar brechas entre la normativa vigente y las estrategias de comunicación de la industria.
- Formular recomendaciones para mejorar la regulación y la comunicación del riesgo.

### Gráfico 1 ¿Cuál es su relación con la alergia alimentaria en su familia?

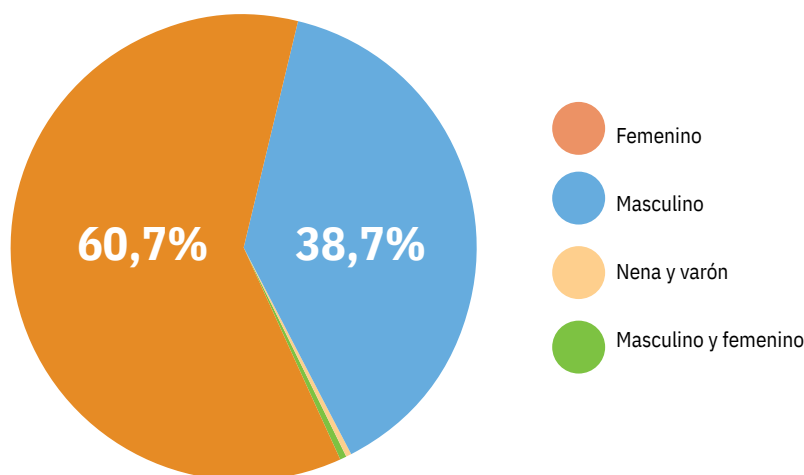
326 respuestas



Fuente: elaboración propia

### Gráfico 2 ¿El niño con alergia alimentaria para quién está respondiendo es...?

326 respuestas



Fuente: elaboración propia

## Un enfoque metodológico mixto

El estudio se realizó en 2025 en 18 provincias y combinó tres componentes complementarios.

### 1. Entrevistas a profesionales de la salud

Se entrevistó a pediatras especialistas en gastroenterología, alergia e inmunología infantil de centros públicos y privados. Sus experiencias clínicas permitieron identificar situaciones frecuentes de exposición accidental, dificultades habituales en la lec-

tura de etiquetas y ejemplos concretos de rotulado confuso asociado a reacciones alérgicas.

Estas entrevistas sirvieron de base para el diseño de la encuesta dirigida a familias.

### 2. Encuestas a familias de niños con alergias alimentarias

Se encuestó a 326 familias de lactantes, niños y adolescentes con diagnóstico confirmado.

La distribución del vínculo con la alergia se presenta en el Gráfico 1.

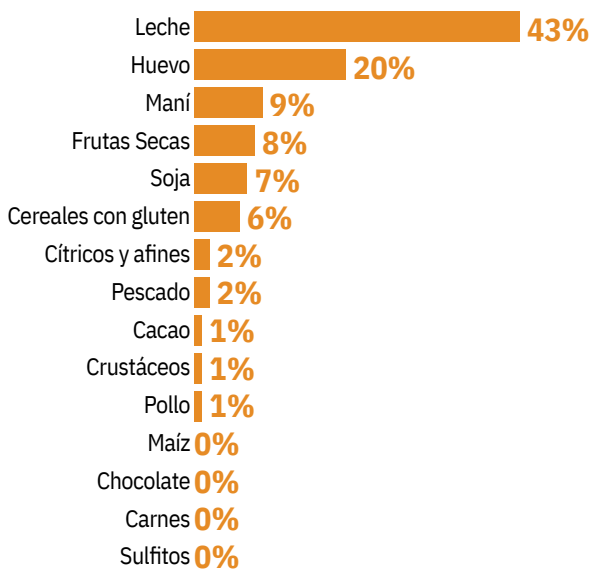
La mayoría de las personas encuestadas se identificó como madre o padre de un niño con alergia alimentaria, seguidas por madres que amamantan a un bebé alérgico y realizan dieta de exclusión, y por padres de más de un niño con alergia.

La población pediátrica estuvo compuesta mayoritariamente por varones (60,7 %), como se observa en el Gráfico 2.

En cuanto a la edad, predominan los menores de 1 año y el grupo de 1 a 3 años, en concordancia con la epidemiología de inicio temprano de estas patologías.

La distribución de los alimentos implicados puede verse en el Gráfico 3: la leche es el alérgeno más frecuente (81,3 %), seguida de huevo, maní, frutas secas y soja. Las alergias múltiples alcanzan al 45 % de los casos, lo que configura un escenario de manejo dietario particularmente complejo.

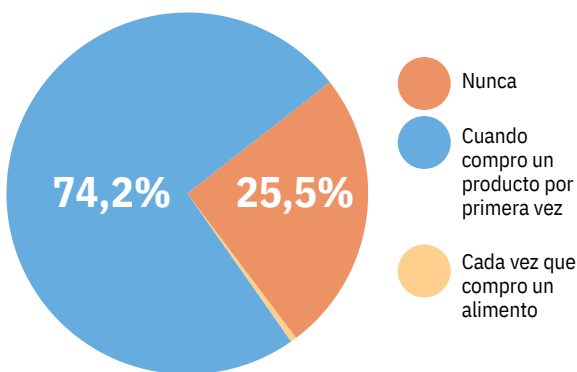
**Gráfico 3. Distribución de los alérgenos**



Fuente: elaboración propia

**Gráfico 4. ¿Con qué frecuencia lee las etiquetas de los alimentos antes de comprarlos?**

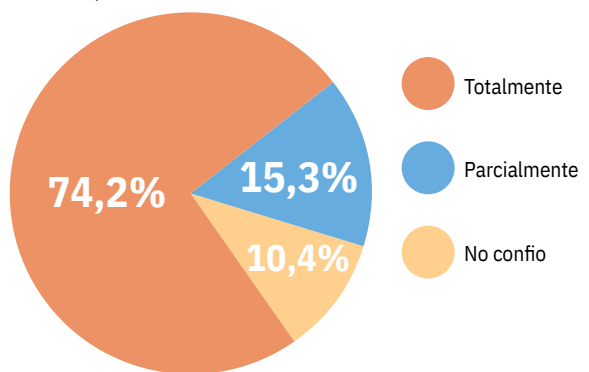
326 respuestas



Fuente: elaboración propia

**Gráfico 5. ¿Confía en la exactitud de la información sobre alérgenos proporcionada en las etiquetas de los alimentos?**

326 respuestas



Fuente: elaboración propia

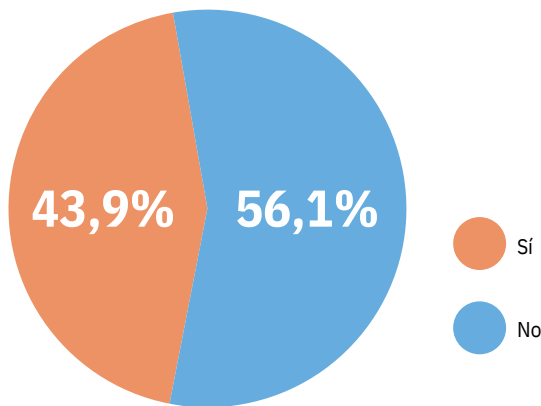
### 3. Relevamiento de rótulos en el mercado

En paralelo, se analizaron 113 productos en supermercados y dietéticas, priorizando alimentos de consumo habitual en la infancia.

Se evaluó la presencia de lista de ingredientes, la declaración obligatoria de alérgenos, la concordancia entre ambos elementos, el uso de las expresiones “CONTIENE” y “PUEDE CONTENER”, así como aspectos de legibilidad e idioma.

#### Gráfico 6. ¿Alguna vez su hijo ha tenido una reacción alérgica debido a información poco clara o incorrecta en una etiqueta?

326 respuestas



Fuente: elaboración propia

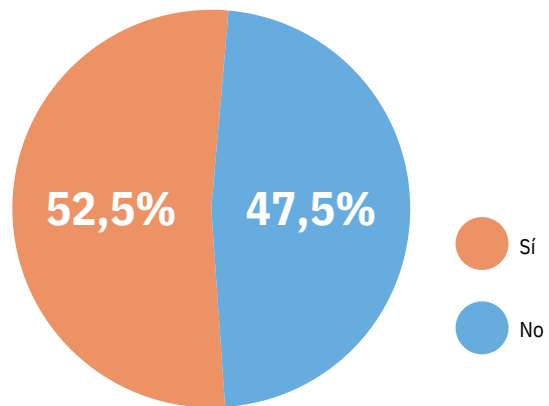
### Lo que nos dijeron las familias

El Gráfico 4 muestra que el 74,2 % de los padres lee los rótulos en cada compra, mientras que el 25,5 % lo hace solo en la primera adquisición del producto. Esta práctica es levemente menos frecuente en familias diagnosticadas hace menos de un año.

En relación con la confianza, el Gráfico 5 revela un dato crítico: el 89,5 % de los encuestados declara

#### Gráfico 7. ¿Alguna vez ha encontrado información sobre alérgenos en las etiquetas que no entiende o le genera dudas?

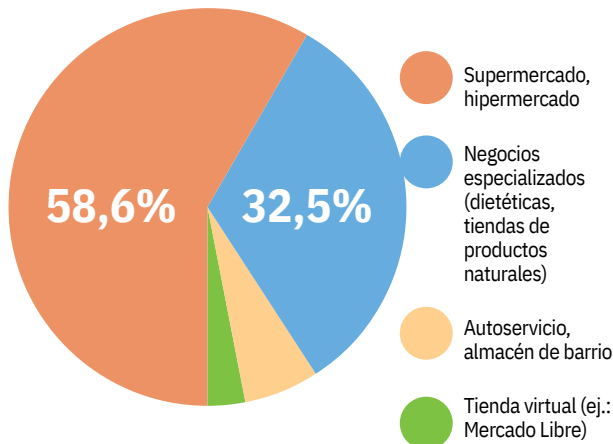
326 respuestas



Fuente: elaboración propia

#### Gráfico 8. ¿Dónde compra generalmente los alimentos para el niño con alergia para quien está respondiendo?

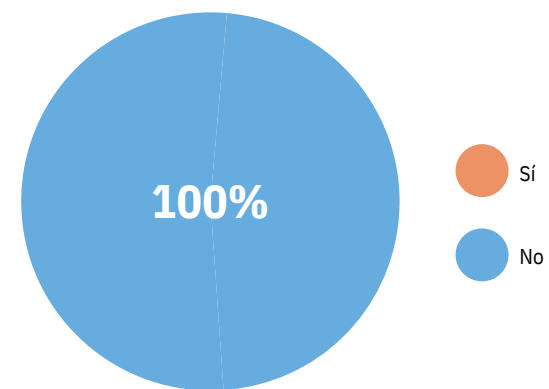
326 respuestas



Fuente: elaboración propia

#### Gráfico 9. Se menciona alguna de las siguientes advertencias “Puede contener trazas”, “Elaborado en un equipo que también elabora ‘X’ alérgeno”

112 respuestas



Fuente: elaboración propia

no confiar plenamente en la información sobre alérgenos que figura en los envases.

Esta desconfianza aumenta al 98 % entre quienes reportaron al menos una reacción asociada a etiquetado poco claro o incorrecto, como se observa en el Gráfico 6.

El Gráfico 7 muestra que el 52,5 % de las familias encontró alguna vez información que no comprendió o que le generó dudas. Es decir, más de la mitad experimentó incertidumbre al interpretar el rotulado.

Las respuestas abiertas permitieron identificar seis fuentes principales de confusión:

- Ambigüedad en expresiones como “puede contener”.
- Problemas de legibilidad (tamaño de letra, contraste, ubicación).
- Terminología técnica poco accesible.
- Inconsistencias dentro de una misma marca.
- Confusión ante la coexistencia de “apto vegano” o “libre de” con advertencias sobre posible presencia de leche o huevo.
- Información redundante o formulada de manera diferente en un mismo envase.

En cuanto a los lugares de compra, el Gráfico 8 muestra que el 58,6 % adquiere productos en supermercados o hipermercados, el 32,5 % en dietéticas y un porcentaje muy bajo en plataformas virtuales.

## ¿Qué encontramos en las góndolas?

El relevamiento técnico mostró que el 97,3 % de los productos presenta lista de ingredientes, mientras que el 84,1 % declara los alérgenos en correspondencia con dicha lista. Se identificaron 5 productos (4 % sin declaración obligatoria).

El Gráfico 9 confirma que no se detectaron expresiones no permitidas como “trazas de” o formulaciones alternativas a la frase reglamentaria “PUEDE CONTENER”, lo que indica un buen alineamiento formal con la normativa. En términos generales, el cumplimiento técnico es alto.

## La brecha entre norma y experiencia

La comparación entre encuestas y relevamiento técnico evidencia una brecha significativa. Mien-



Atendiendo a las nuevas necesidades de la Comunidad, Fecliba propone espacios de formación continua con tecnología de punta a través del Campus Virtual ISS (Instituto Superior en Salud), generando posibilidades de capacitación profesional, independientemente de la localización geográfica y la administración del tiempo de los participantes implicados.

Además, Fecliba invita a los interesados en ampliar su oferta de formación profesional en el ámbito de la Salud, sumándose a esta nueva forma de educación en línea. Como beneficio se brindará asesoramiento y seguimiento continuo, garantizando una prestación de excelencia y calidad.



Visite nuestro Campus virtual y conozca nuestros servicios:

[cursos.fecliba.org.ar](https://cursos.fecliba.org.ar)

tras la industria muestra elevada adecuación formal, más de la mitad de las familias reporta dificultades de comprensión, cerca del 44 % sufrió reacciones asociadas a etiquetado poco claro y casi el 90 % expresa desconfianza.

Un elemento clave es que la evaluación de claridad fue realizada por futuras licenciadas en Nutrición, familiarizadas con la terminología técnica. Para ellas, más del 80 % de los rótulos resulta claro; para las familias, la lectura implica una carga cognitiva y emocional considerable.

Además, como se observa en el Gráfico 4, una de cada cuatro familias solo lee el rótulo en la primera compra. Si la formulación cambia sin aviso destacado, el riesgo de exposición inadvertida aumenta.

Finalmente, la baja proporción de compras virtuales (Gráfico 8) sugiere que el entorno digital aún no ofrece información sobre alérgenos con el mismo nivel de detalle y visibilidad que el espacio físico.

Recomendaciones para avanzar hacia rótulos más claros y seguros

A partir de los hallazgos del proyecto, se identificaron líneas de acción que involucran tanto a la industria alimentaria como a las autoridades sanitarias.

## Para la industria alimentaria

Profundizar el cumplimiento estricto de la normativa vigente, prestando especial atención a los casos en que aún no se declaran los alérgenos obligatorios (4 % de los productos relevados).

Mejorar la legibilidad de las advertencias, mediante tamaños de letra adecuados, alto contraste y ubicaciones previsibles en el envase, más allá del mínimo normativo.

Comunicar de manera activa los cambios de formulación o de contenido de alérgenos, incorporando avisos destacados en el frente del envase o en los puntos de venta, físicos y virtuales.

Revisar y simplificar la terminología técnica vinculada a ingredientes derivados, incorporando aclaraciones breves cuando sea necesario.

Asegurar que la información sobre alérgenos esté disponible de forma completa y visible en las plataformas de comercio electrónico, incluyendo imágenes ampliables del listado de ingredientes y advertencias.

## Para las autoridades sanitarias

Revisar y fortalecer la normativa de declaraciones de alérgenos, armonizando criterios de uso de la frase “PUEDE CONTENER” con guías internacionales basadas en análisis de riesgo.

Revisar los requisitos mínimos de legibilidad, evaluando si el tamaño de fuente y el contraste actuales son suficientes para las necesidades reales de las familias con alergias.

Exigir información completa en plataformas digitales, de modo que la decisión de compra pueda tomarse con el mismo nivel de información que en la góndola física.

Desarrollar campañas públicas de educación en interpretación de rótulos, dirigidas a familias, equipos de salud, industria y comercio minorista, para fortalecer la cultura de la inocuidad.

## Mirando hacia adelante

Las familias de niños con alergias alimentarias realizan, a diario, un esfuerzo silencioso para proteger la salud de sus hijos. Cada compra implica leer, interpretar y decidir en un contexto donde el error puede tener consecuencias graves.

Los resultados de este proyecto muestran que Argentina ha avanzado de manera importante en la regulación del rotulado de alérgenos, pero también que persisten desafíos para que esa normativa se traduzca en información verdaderamente útil y confiable para quienes más la necesitan. Acortar la distancia entre el cumplimiento formal y la comprensión efectiva del etiquetado no solo es una cuestión técnica. Es, sobre todo, una decisión de política pública orientada a cuidar la salud, reducir la carga emocional que soportan las familias y consolidar una cultura de inocuidad alimentaria basada en la transparencia y la confianza. 