



# Norma de Alimentos Azucarados: Un Imperativo de Salud Pública

La regulación de alimentos azucarados es esencial para enfrentar la alarmante tendencia de obesidad y diabetes en América Latina. Esta región lidera el consumo mundial de alimentos ultraprocesados, con costos de salud que superan los 400 mil millones de dólares anuales. Entender esta norma es clave para mejorar la salud pública y reducir enfermedades crónicas asociadas.



## Contexto y Urgencia de la Regulación

El consumo excesivo de azúcares libres está directamente ligado al aumento de obesidad, diabetes y enfermedades cardiovasculares. La OMS recomienda que menos del 10% de las calorías diarias provengan de azúcares libres, pero el adulto promedio en Latinoamérica consume de 2 a 3 veces más. Países como México y Chile muestran tasas alarmantes de sobrepeso y obesidad que superan el 70%. Esta realidad impulsa la necesidad urgente de una regulación efectiva.

# Alcance de la Norma: Productos Clave

La norma regula productos con alto contenido de azúcares, como mermeladas y jaleas (50-65g/100g), mieles naturales (80g/100g), caramelos y dulces (50-80g/100g), cajeta (60-70g/100g) y jugos y néctares (10-15g/100ml). Enfoca especialmente en la regulación de azúcares añadidos y la obligatoriedad del etiquetado frontal, para orientar mejor al consumidor y reducir el consumo en estas categorías populares.





## Pilares de la Regulación: Etiquetado y Límites

Se establecen sellos de advertencia octagonales en el etiquetado frontal, que han demostrado permitir decisiones más informadas, como en Chile (2016) y México (2020). Además, se fijan límites máximos de azúcares añadidos por tipo de producto, fomentando una reducción progresiva que promueve el uso de ingredientes naturales y edulcorantes alternativos, apoyando tanto a consumidores como a productores en el cambio.



# Impacto en la Industria Alimentaria

La industria ha respondido con inversión en I+D para reformular productos y reducir azúcares, incluyendo adaptaciones en recetas tradicionales como la cajeta. Esto implica mayores costos para nuevos ingredientes, procesos y empaques, afectando más a pymes que a grandes corporaciones. Sin embargo, también representa una oportunidad para impulsar productos “sin azúcares añadidos” y captar consumidores conscientes sin comprometer sabor ni aceptación.

# Beneficios Tangibles para el Consumidor

El etiquetado frontal simplifica la elección saludable, habiéndose observado una reducción del 25% en la compra de bebidas azucaradas en Chile tras su implementación. La norma fomenta mejores hábitos alimenticios, incentivando el consumo de alimentos frescos y naturales. A largo plazo esto puede traducirse en una significativa reducción de enfermedades crónicas, además de ahorro en gastos médicos para familias y sistemas de salud.





## Desafíos y Perspectivas Futuras

La regulación enfrenta resistencia por parte de la industria, con campañas de desinformación y lobby. Es vital implementar una fiscalización rigurosa para asegurar cumplimiento. La educación al consumidor debe acompañar la norma para maximizar su efectividad. Además, la región avanza hacia impuestos al azúcar, como en México y Chile, con la meta de armonizar regulaciones para facilitar el comercio y proteger la salud pública regionalmente.



# Conclusión: Un Paso Firme Hacia la Salud

La norma de alimentos azucarados es una herramienta vital para proteger a millones de personas de enfermedades relacionadas con la dieta. Impacta positivamente la innovación industrial y fomenta la responsabilidad social. Este compromiso regulatorio y educativo es clave para construir un futuro más saludable en América Latina, donde la prevención y el control de enfermedades crónicas son prioridades esenciales.