

CÓMO ENTENDER EL ETIQUETADO NUTRICIONAL

18/12/2006

Fuente: MAPA, MISANCO-AESA, UCE, UNAE, CEACCU, OCU, FUCI, CECU Y FIAB

Índice

- [¿Qué es una alimentación saludable?](http://www.fiab.es/sumasalud2) <http://www.fiab.es/sumasalud2>
- [¿Qué información influyen las etiquetas?](#)
- [¿Qué es el etiquetado nutricional?](#)
- [¿Qué nutrientes debo ingerir y en qué cantidad?](#)
- [Ejemplo de información en una etiqueta: *Crema de espinacas*](#)

La Campaña Suma Salud está liderada por el Consorcio para la Información al Consumidor en Materia Alimentaria, integrado por la Federación Española de Industrias de la Alimentación y Bebidas (FIAB) y las asociaciones de consumidores UCE, UNAE, CEACCU, OCU, FUCI y CECU. Con esta campaña se pretende ofrecer información práctica sobre alimentación y actividad física, con el fin de mejorar nuestra salud y calidad de vida.

Los contenidos de este folleto han sido revisados por las Profesoras Dras. Rosa M^a Ortega y Ana M^a Requejo. Departamento de Nutrición. Universidad Complutense de Madrid.

Actividad Enmarcada en la Estrategia NAOS del Ministerio de Sanidad y Consumo. Con la colaboración y financiación del MAPA.