

El curso de etiquetado nutricional de alimentos se encuentra dirigido a todo aquel que desee adquirir los conocimientos, destrezas y actitudes necesarias, que le capacite para cumplir con el reglamento sobre la información alimentaria facilitada al consumidor. Tiene como objetivo principal, dar seguridad en relación a la ingesta de alimentos, a través del conocimiento de las necesidades nutricionales y la composición de los alimentos que se hacen visibles en el etiquetado como información suministrada al consumidor.

Al finalizar el curso, el alumno será capaz de:

Identificar el reglamento básico sobre la información alimentaria facilitada al consumidor.

Describir los distintos tipos de alimentos atendiendo a su función, descomposición y nutrientes, para así conocer su valor nutritivo y composición.

Explicar en qué consisten las tablas de composición de alimentos y conocer alguna de las más importantes.

Actuar de manera correcta atendiendo a las responsabilidades y obligaciones que tiene el empresario y operadores de la empresa en relación con el etiquetado de los alimentos.

Valorar los parámetros nutricionales y recomendaciones diarias (RDA).

Conocer las características y tipos de deterioro de los principales microorganismos.

Reconocer los diferentes tipos de envasados de los alimentos.

Identificar los métodos de conservación de los alimentos.

Tener presente cuáles son los elementos obligatorios que deben facilitarse en el etiquetado de los alimentos.

Leer e interpretar las etiquetas de los productos.

## UNIDAD 1. LEGISLACIÓN Y NORMATIVA APLICABLE EN MATERIA DE ETIQUETADO E INFORMACIÓN ALIMENTARIA

### 1.1. Normativa básica en materia de etiquetado e información alimentaria

#### 1.1.1. Disposiciones comunitarias de directa aplicación

#### 1.1.2. Disposiciones nacionales

### 1.2. Reglamento (UE) N° 1169/2011 sobre la información facilitada al consumidor. RIAC

#### 1.2.1. Novedades del Reglamento

#### 1.2.2. Ámbito de aplicación y exclusiones

#### 1.2.3. Responsabilidades

### 1.3. Real Decreto 126/2015, de 27 de febrero

#### 1.3.1. Ámbito de aplicación

#### 1.3.2. Novedades del Real Decreto 126/2015

#### 1.3.3. Responsabilidades y obligaciones

## UNIDAD 2. LOS ALIMENTOS

### 2.1. Conceptos relacionados con la alimentación

### 2.2. Clasificación de los alimentos

#### 2.2.1. Según su función nutritiva

#### 2.2.2. Según su descripción

#### 2.2.3. Según su origen

#### 2.2.4. Alimentos funcionales (AF)

#### 2.2.5. Archivo multimedia: "Criterios de clasificación de alimentos"

### 2.3. Perfil calórico y recomendaciones dietéticas

### 2.4. Los nutrientes y su clasificación

#### 2.4.1. Macronutrientes

#### 2.4.2. Micronutrientes

## UNIDAD 3. TABLAS DE COMPOSICIÓN DE LOS ALIMENTOS

- 3.1. Qué son las tablas de composición de alimentos
  - 3.1.1. Información que aportan las tablas de composición de alimentos
  - 3.1.2. Cálculo de la porción comestible
  - 3.1.3. Parámetros nutricionales
- 3.2. Base de Datos Española de Composición de Alimentos: BEDCA
  - 3.2.1. Otras bases de datos
- 3.3. Principales tablas por grupos de alimentos
  - 3.3.1. Tablas y buscadores de la composición de los alimentos
- 3.4. Recomendaciones diarias (RDA)
  - 3.4.1. Cálculo del valor energético y nutricional de los alimentos
  - 3.4.2. Tablas RDA

## UNIDAD 4. ENVASADO Y CONSERVACIÓN DE LOS ALIMENTOS

- 4.1 . Alteración de los alimentos: principales causantes
- 4.2. Sistemas de envasado
  - 4.2.1 Tipos de envasado: primario, secundario y terciario
  - 4.2.2. Materiales usados para embalaje
- 4.3. Los métodos de conservación de los alimentos
  - 4.3.1. Métodos de conservación físicos (frío y calor)
  - 4.3.2. Métodos de conservación químicos (salazón, ahumado, acidificación, escabechado, adición de azúcar)
  - 4.3.3. Otros: deshidratación, liofilización, desecación, irradiación, envasado al vacío
- 4.4. Aditivos alimentarios

## UNIDAD 5. EL ETIQUETADO: INFORMACIÓN SUMINISTRADA AL CONSUMIDOR

- 5.1. Generalidades
  - 5.1.1. Alimentos envasados
    - 5.1.1.1. Archivo multimedia: "Definición de alimentos envasados y su etiquetado"
  - 5.1.2. Venta a distancia
    - 5.1.2.1. Venta a distancia de alimentos envasados
    - 5.1.2.2. Venta a distancia de alimentos sin envasar
  - 5.1.3. Alimentos que se presentan sin envasar para la venta al consumidor final y a las colectividades
    - 5.1.3.1. Información que obligatoriamente debe facilitarse
    - 5.1.3.2. Presentación de la información
- 5.2. Información nutricional obligatoria
  - 5.2.1. Información sobre sustancias y/o productos que causan alergias y/o intolerancias
  - 5.2.2. Otras indicaciones obligatorias
- 5.3. Información nutricional de carácter voluntario
- 5.4. Información nutricional de alimentos no envasados
- 5.5. Identificación del lugar de procedencia de los productos envasados

## UNIDAD 6. LA ETIQUETA: PRESENTACIÓN DE LA INFORMACIÓN AL CONSUMIDOR

- 6.1. Novedades del Reglamento (UE) nº 1169/2011
- 6.2. Presentación de la información nutricional
  - 6.2.1. Generalidades
  - 6.2.2. Modalidades de presentación
  - 6.2.3. Estructura de la información alimentaria obligatoria
  - 6.2.4. Legibilidad de la etiqueta
  - 6.2.5. Requisitos en relación al idioma
- 6.3. Cómo leer e interpretar correctamente la etiqueta nutricional
  - 6.3.1. La importancia de leer correctamente la etiqueta nutricional
  - 6.3.2. Qué información aporta la etiqueta nutricional
  - 6.3.3. Cómo leer e interpretar lo que dicen las etiquetas
    - 6.3.3.1. Qué leer en la etiqueta
    - 6.3.3.2. ¿Qué es el porcentaje del valor diario nutricional o %VD?
    - 6.3.3.3. Otros datos a tener en cuenta en la etiqueta
    - 6.3.3.4. Interpretar la etiqueta. Casos especiales