

# ANÁLISIS DE LA INFORMACIÓN DISPONIBLE EN LOS ENVASES DE YOGURES DE INDUSTRIA URUGUAYA, APLICANDO EL PROGRAMA FLIP-LAC

Gisela Avalo, Maria Laitano, Lara Martinez, Luisa Urioste, Agustina Villegas.

Tutora: Laura Ma. Raggio Aonso\*

<sup>1</sup> Departamento de Alimentos· Escuela de Nutrición· Universidad de la República· Montevideo· Uruguay

\*E-mail: [lraggio@nutricion.edu.uy](mailto:lraggio@nutricion.edu.uy)

## INTRODUCCIÓN

El yogur es un alimento lácteo fermentado que integra el patrón alimentario de la población uruguaya recomendado para el alcanzar aporte diario de nutrientes específicos como lo son el calcio y las proteínas.

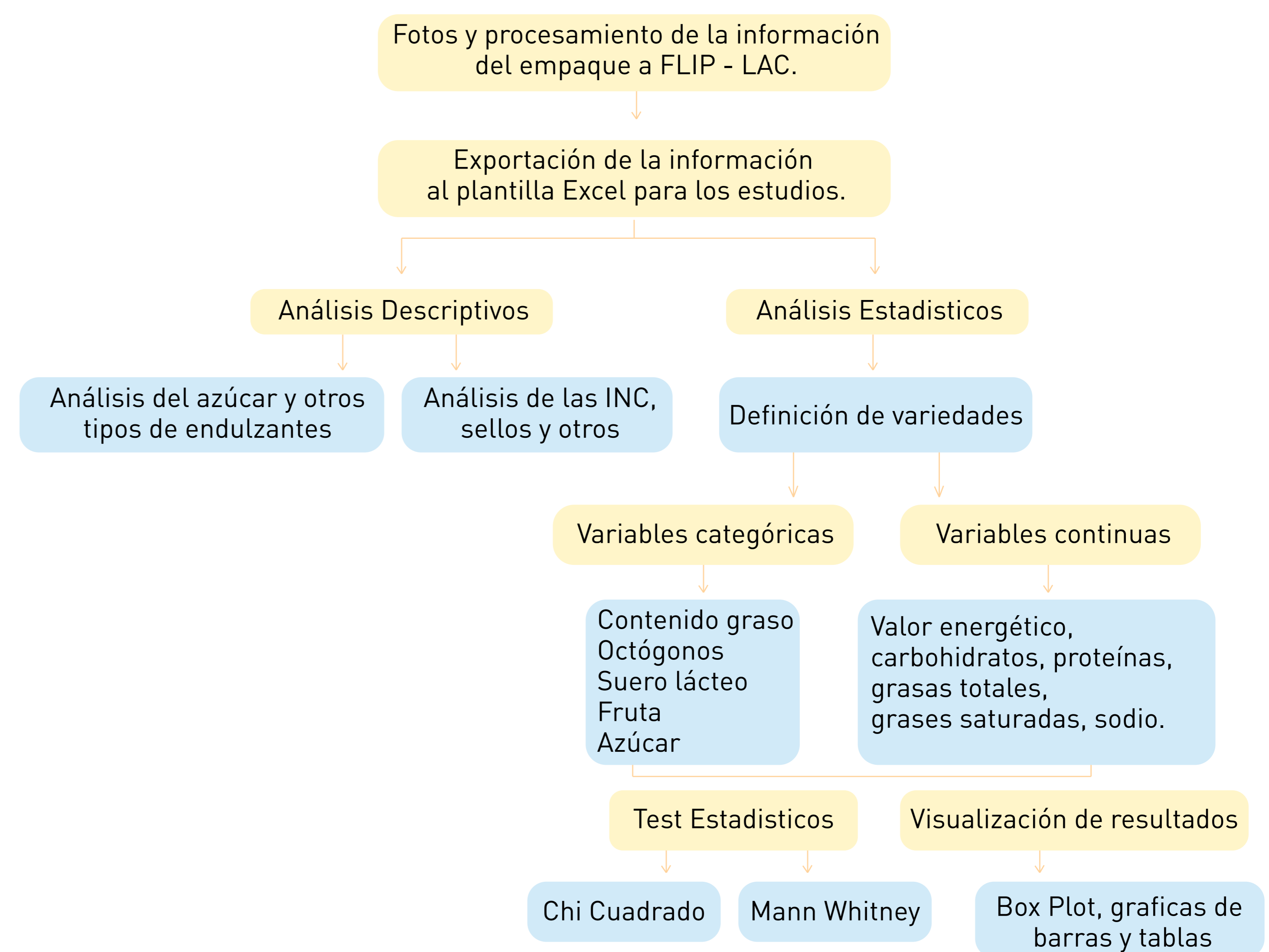
Si bien a nivel nacional se ha implementado el etiquetado general y nutricional de alimentos envasados, algunos trabajos científicos evidencian el esfuerzo cognitivo y el tiempo para procesar mentalmente el contenido de la información de dichas etiquetas.

El presente estudio analiza la información que se le presenta al consumidor a través del etiquetado en los envases de yogures, y dado su impacto en la salud de la población es importante tener en cuenta una cuidadosa selección de los mismos.

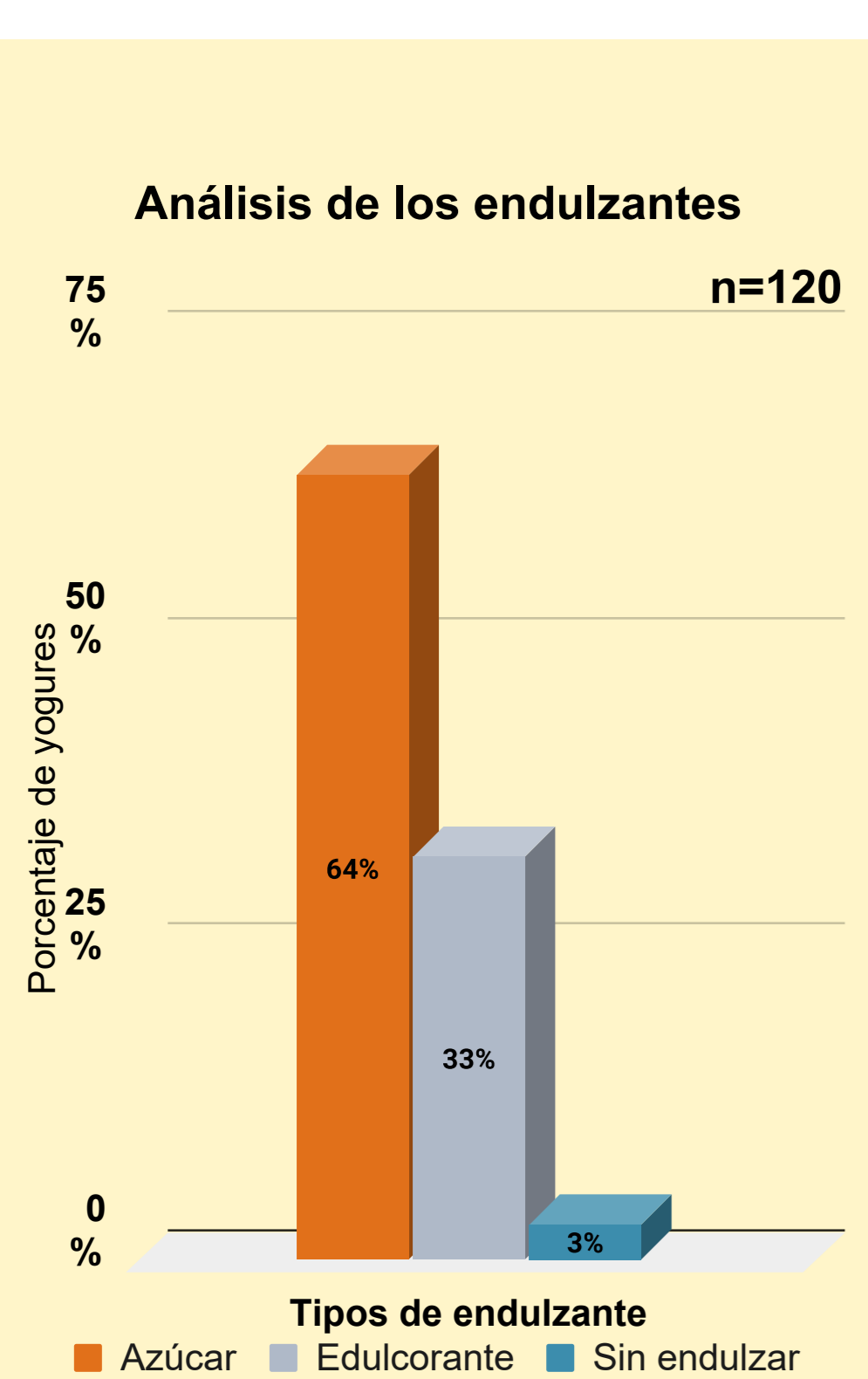
## OBJETIVO

Evaluar la información nutricional, información nutricional complementaria y sellos de certificación en los envases de yogures de la industria láctea nacional en el año 2021 en cuatro departamentos de Uruguay (Montevideo, Florida, Rocha y Tacuarembó).

## METODOLOGÍA



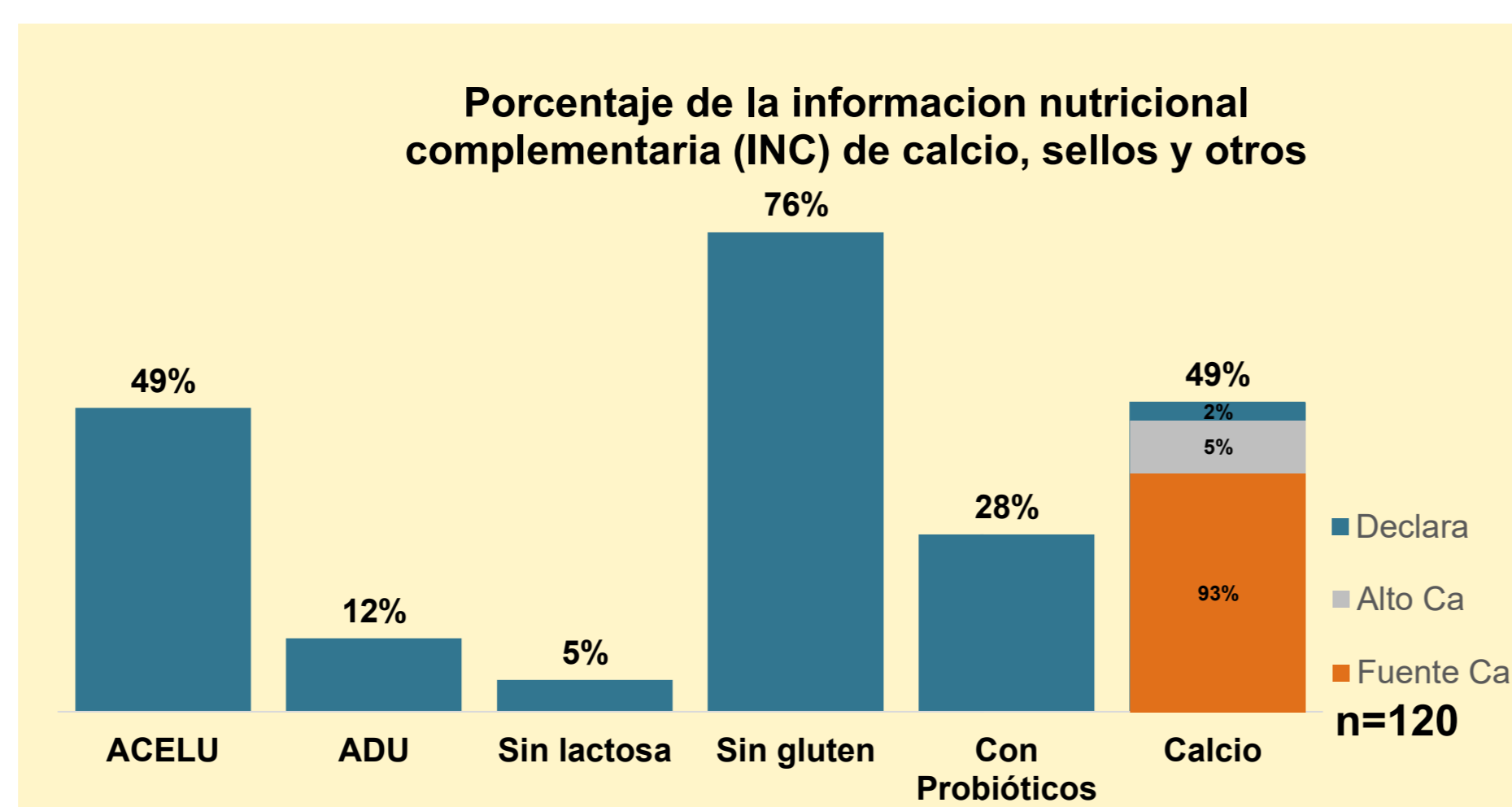
## RESULTADOS



El 97% de los productos analizados son endulzados, siendo el azúcar el que está presente en el 64%, y en su mayoría se encuentra como segundo y tercer ingrediente.

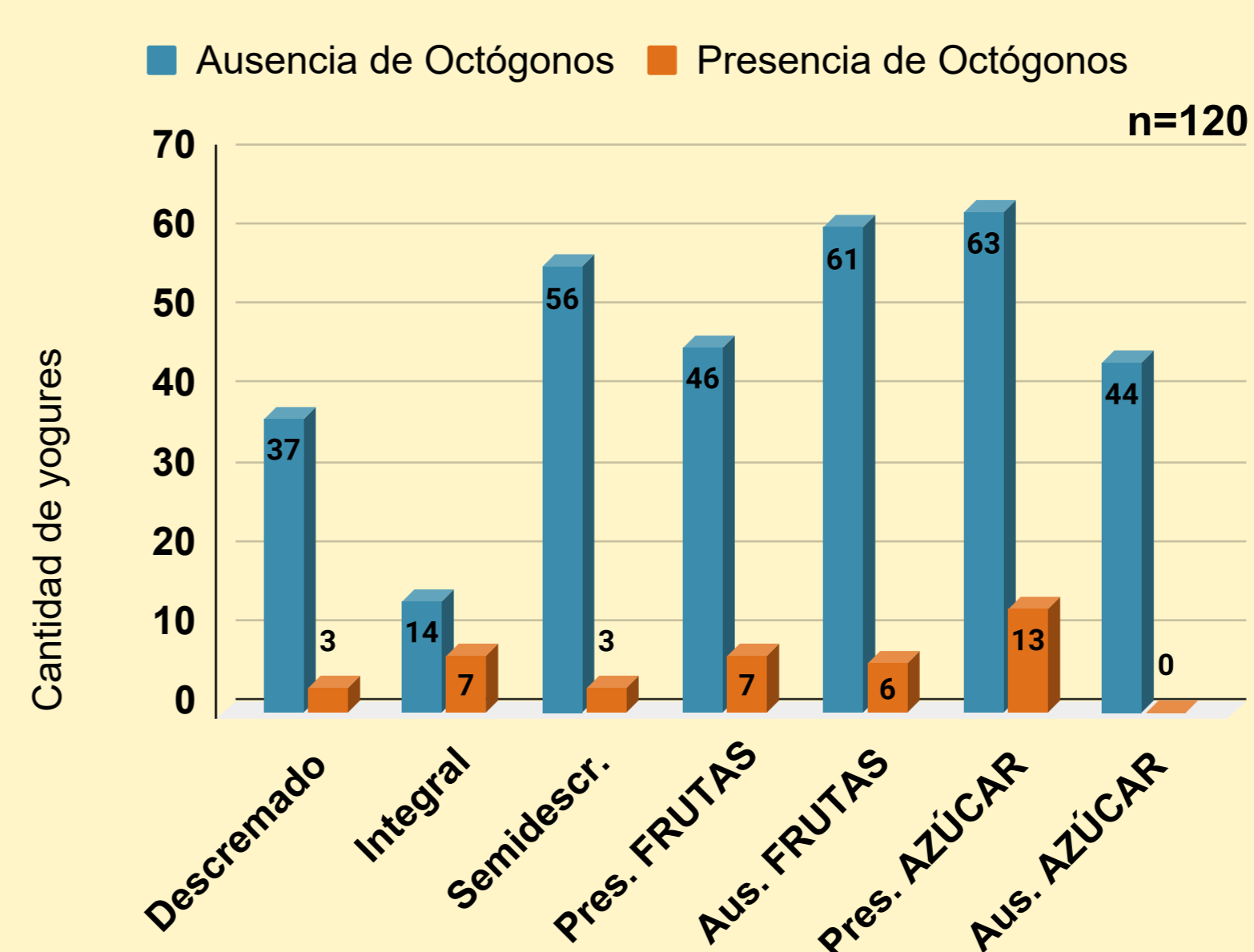


Se encontró la presencia de octógonos con exceso de azúcares en un 10% del total de los yogures.



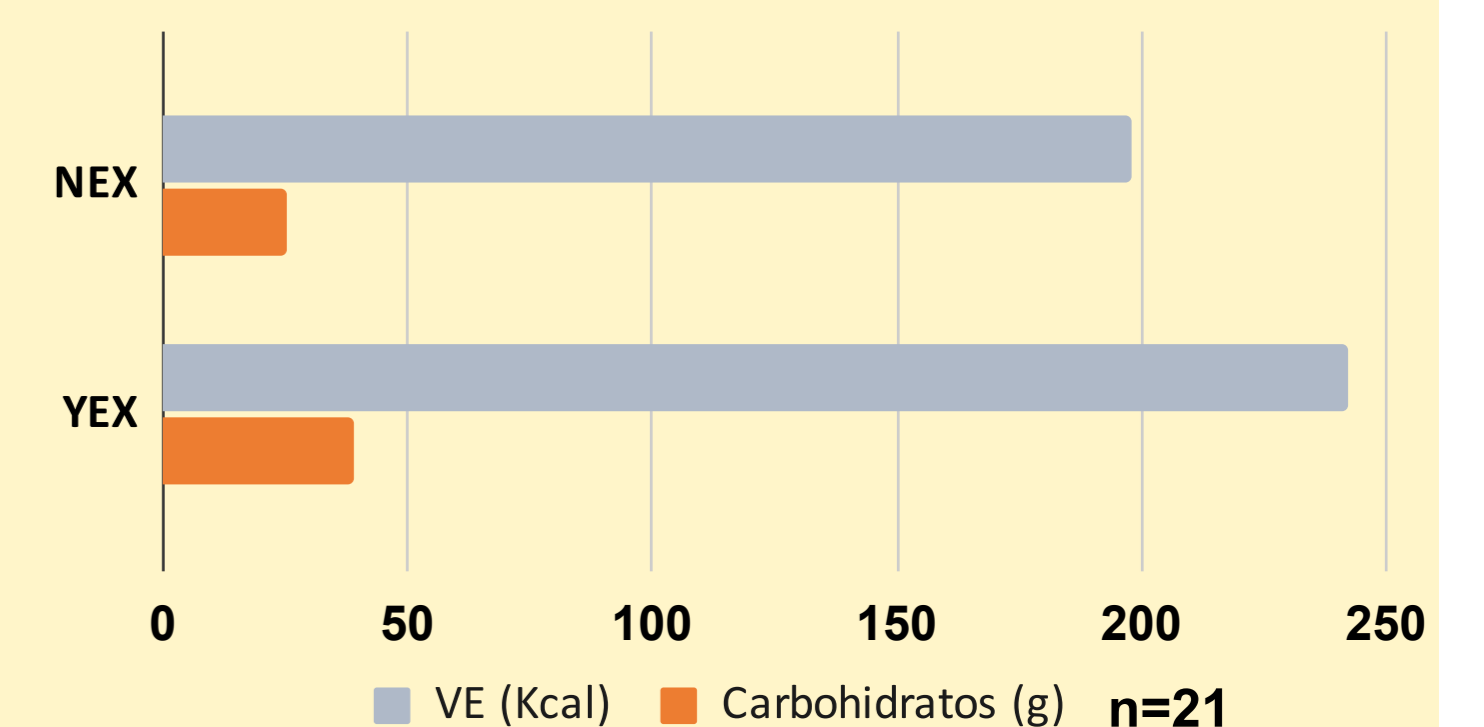
De la información recabada en los envases de yogures, la declaración "sin gluten" es la más utilizada, alcanzando un 76%.

**Tipo de yogur, fruta y azúcar en los 3 prim ingred.** n=120

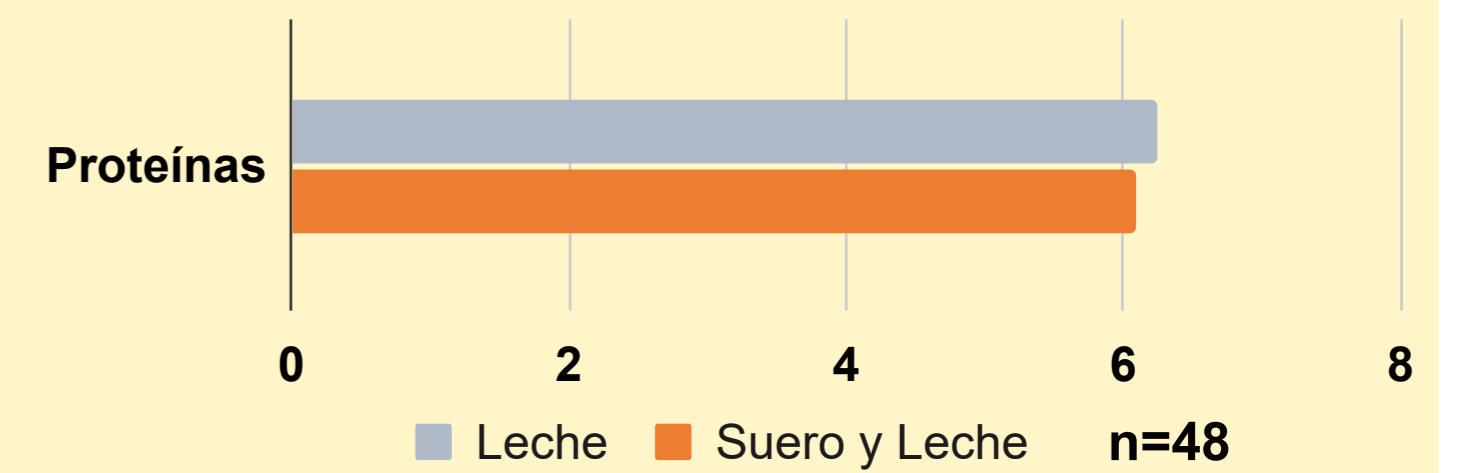


De los tipos de yogur según contenido graso, los integrales presentan una mayor proporción de productos con exceso de azúcares. Es más probable encontrar el azúcar dentro de los tres primeros ingredientes en aquellos yogures que presentan mayor contenido de materia grasa.

**Comparación entre submuestras**



**Yogures con diferentes valores proteicos**



Se observaron diferencias significativas en valor energético y carbohidratos para el cruce de las variables porcentaje de materia grasa (integral) y la presencia o ausencia de octógonos de exceso de azúcares.

## CONCLUSIONES

Se logró evaluar la información presente en los envases de yogures de la industria láctea en la cual se refleja la funcionalidad de este alimento y la posibilidad de adaptarlo de manera selectiva a distintas necesidades de los consumidores. Sin embargo se detectó el azúcar como uno de los ingredientes más utilizados en su elaboración, sin que sea obligatoria su declaración en el etiquetado nutricional, aunque sí es obligatorio el octógono de exceso de azúcar si supera el límite establecido.

Se considera imprescindible orientar a la población para mejorar conductas y hábitos alimentarios, hacer énfasis en la educación alimentaria-nutricional desde las primeras etapas de la vida es clave para determinar conductas alimentarias apropiadas, así como también contar con la participación y el compromiso de actores vinculados con la salud y la industria.