

DECLARACIÓN DE PROPIEDADES SALUDABLES

“Declaraciones relativas a la COAGULACIÓN SANGUÍNEA”

De esta forma existe actualmente una declaración RELATIVA A LA COAGULACIÓN SANGUÍNEA (mayo 2019).

- “El Calcio / Vitamina K contribuyen a la coagulación sanguínea normal”.

En la siguiente tabla se indica la declaración de propiedades saludables autorizada relativa a la coagulación sanguínea específica para cada nutriente, las condiciones de uso y los alimentos naturales más característicos que la cumplen. Para más detalles ver los textos individuales correspondientes pinchando en los enlaces.

NUTRIENTE	DECLARACIÓN AUTORIZADA	CONDICIÓN	ALIMENTOS
Calcio (Ca)	“El calcio contribuye a la coagulación sanguínea normal”	Fuente de Calcio	Leche, yogur, almendras, avellanas, castañas, garbanzos, alubias.
Vitamina K	“La vitamina K contribuye a la coagulación sanguínea normal”	Fuente de Vitamina K	Kiwi, aguacate, moras, arándanos, granada, uvas, anacardos, avellanas, soja, verduras verdes (general).



NOTA.- La ingesta excesiva de vitaminas y minerales puede tener efectos perjudiciales para la salud. Por esta razón la Autoridad Europea de Seguridad Alimentaria (EFSA) ha establecido ingestas máximas tolerables para algunas vitaminas y minerales (ver referencias). Un consumo de alguna de estas por encima de esos valores podría tener efectos adversos para la salud. Es difícil superar estas ingestas máximas con alimentos naturales, puede sí pueden conseguirse con suplementos o incluso alimentos fortificados.

Referencias

- [Reglamento \(CE\) No 1924/2006](#) del Parlamento Europeo y del Consejo de 20 de diciembre de 2006 relativo a las declaraciones nutricionales y de propiedades saludables en los alimentos.
- [EU Register of nutrition and health claims made on foods](#). Comisión Europea. Consultado en mayo de 2019.
- [Reglamento \(UE\) No 432/2012](#) DE LA COMISIÓN de 16 de mayo de 2012 por el que se establece una lista de declaraciones autorizadas de propiedades saludables de los alimentos distintas de las relativas a la reducción del riesgo de enfermedad y al desarrollo y la salud de los niños
- [Reglamento \(UE\) No 1169/2011](#) de 25 de octubre de 2011 sobre la información alimentaria facilitada al consumidor.
- [Reglamento \(CE\) No 1925/2006](#) del Parlamento Europeo y del Consejo de 20 de diciembre de 2006 sobre la adición de vitaminas, minerales y otras sustancias determinadas a los alimentos.
- [BEDCA](#) - Base de datos española de composición de alimentos.
- "Tabla de composición de los alimentos". Fco. J. Mataix Verdú. Universidad, Instituto de Nutrición y Tecnología de los Alimentos. 2003/2011.
- "USDA Food Composition Databases". Departamento de Agricultura de Estados Unidos. Disponible en: <https://ndb.nal.usda.gov/ndb/search/list?home=true>

