

DECLARACIÓN DE PROPIEDADES SALUDABLES

“Declaraciones relativas a la TENSIÓN ARTERIAL”

Actualmente existen dos declaraciones RELATIVAS A LA TENSIÓN ARTERIAL (mayo 2017).

- “El DHA-EPA / Potasio contribuyen a mantener una tensión arterial normal”.
- “Un menor consumo sodio contribuye a mantener la tensión arterial normal”.

En la siguiente tabla se indica la declaración de propiedades saludables autorizada relativa a la tensión arterial específica para cada nutriente o alimento, 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
Alimentos con un contenido bajo o reducido de sodio	“Un menor consumo sodio contribuye a mantener la tensión arterial normal”	Bajo contenido de sodio/sal o Contenido reducido de sodio/sal	Cereales integrales, fruta, frutos secos, legumbres, verduras
DHA - EPA	“El DHA-EPA contribuyen a mantener una tensión arterial normal”.	Alimentos que aporten una ingesta diaria de 3 g de EPA y DHA. Deberá informarse al consumidor de que el efecto beneficioso se obtiene con una ingesta diaria de 3 g de EPA y DHA. Cuando la declaración se haga sobre complementos alimenticios y/o alimentos	Pescados y mariscos

	enriquecidos, también deberá informarse al consumidor de que no debe superar una ingesta diaria suplementaria de 5 g de EPA y DHA combinados.	
Potasio (K)	“El Potasio contribuye a mantener una tensión arterial normal”. Fuente de Potasio	Carne, cereales integrales, verduras, frutos secos, legumbres

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 2017.
- [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 536/2013](#) DE LA COMISIÓN de 11 de junio de 2013 que modifica el Reglamento (UE) No 432/2012, 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.
- “Tablas de composición de alimentos”. Nutricia.

