



DECLARACIONES DE PROPIEDADES SALUDABLES AUTORIZADAS RELATIVAS A LA REDUCCIÓN DE RIESGO DE ENFERMEDAD (art.14.1.a)

Nutriente, sustancia, alimento o categoría de alimentos	Declaración	Condiciones de uso	Condiciones o restricciones de uso del alimento, declaración complementaria o advertencia	Referencia del dictamen de EFSA	Norma comunitaria
Fitoesteroles: esteroides extraídos de plantas, libres o esterificados con ácidos grasos para uso alimentario	Se ha demostrado que los fitoesteroides disminuyen/reducen la colesterolemia. Una tasa elevada de colesterol constituye un factor de riesgo en el desarrollo de cardiopatías coronarias.	Debe informarse al consumidor de que el efecto beneficioso se obtiene con una ingesta diaria de 1,5 a 3 g de fitoesteroides. Solo podrá hacerse referencia a la magnitud del efecto para los alimentos incluidos en las siguientes categorías: grasas amarillas para untar, productos lácteos, mayonesa y aliños para ensaladas. Cuando se haga referencia a la magnitud del efecto, deberá comunicarse al consumidor la variación “del 7 % al 10 %” para los alimentos que aporten una ingesta diaria de 1,5 a 2,4 g de fitoesteroides o la variación “del 10 % al 12,5 %” para los alimentos que aporten una ingesta diaria de 2,5 a 3 g de fitoesteroides, así como el período a partir del cual se obtiene el efecto: “de dos a tres semanas”.		Q-2008-085 Q-2009-0530 Q-2009-0718 Q-2011-01241	Reglamento (CE) N° 983/2009 de la Comisión, de 21 de octubre de 2009; Reglamento (UE) N° 376/2010 de la Comisión, de 3 de mayo de 2010; Reglamento (UE) N° 686/2014 , de 20 de junio
Ésteres de fitoestanol	Se ha demostrado que los ésteres de fitoestanol disminuyen / reducen la colesterolemia. Una tasa elevada de colesterol constituye un factor de riesgo en el desarrollo de cardiopatías coronarias.	Debe informarse al consumidor de que el efecto beneficioso se obtiene con una ingesta diaria de 1,5 a 3 g de fitoestanoles. Solo podrá hacerse referencia a la magnitud del efecto para los alimentos incluidos en las siguientes categorías: grasas amarillas para untar, productos lácteos, mayonesa y aliños para ensaladas. Cuando se haga referencia a la magnitud del efecto, deberá comunicarse al consumidor la variación “del 7 % al 10 %” para los alimentos que aporten una ingesta diaria de 1,5 a 2,4 g de fitoestanoles o la variación “del 10 % al 12,5 %” para los alimentos que aporten una ingesta diaria de 2,5 a 3 g de fitoestanoles, así como el período a partir del cual se obtiene el efecto: “de dos a tres semanas”.		Q-2008-118; Q-2009-0530; Q-2009-0718; Q-2011-00851	Reglamento (CE) N° 983/2009 de la Comisión, de 21 de octubre de 2009; Reglamento (UE) N° 376/2010 de la Comisión, de 3 de mayo de 2010; Reglamento (UE) N° 686/2014 , de 20 de junio



Nutriente, sustancia, alimento o categoría de alimentos	Declaración	Condiciones de uso	Condiciones o restricciones de uso del alimento, declaración complementaria o advertencia	Referencia del dictamen de EFSA	Norma comunitaria
Goma de mascar edulcorada con 100% de xilitol	Se ha demostrado que la goma de mascar edulcorada con 100% de xilitol reduce la placa dental. Un contenido/nivel elevado de placa dental constituye un factor de riesgo en el desarrollo de caries en los niños.	Información al consumidor de que el efecto beneficioso se obtiene con una ingesta mínima de 2-3 gramos de goma de mascar edulcorada con 100% de xilitol 3 veces al día después de las comidas.		Q-2008-321	Reglamento (CE) N° 1024/2009 de la Comisión, de 29 de octubre de 2009
Fitoesteroles/ésteres de fitoestanol	Se ha demostrado que los fitoesteroles y los ésteres de fitoestanol disminuyen/reducen el colesterol sanguíneo. Una tasa elevada de colesterol constituye un factor de riesgo en el desarrollo de cardiopatías coronarias.	Debe informarse al consumidor de que el efecto beneficioso se obtiene con una ingesta diaria de 1,5 a 3 g de fitoesteroles/fitoestanoles. Solo podrá hacerse referencia a la magnitud del efecto para los alimentos incluidos en las siguientes categorías: grasas amarillas para untar, productos lácteos, mayonesa y aliños para ensaladas. Cuando se haga referencia a la magnitud del efecto, deberá comunicarse al consumidor la variación “del 7 % al 10 %” para los alimentos que aporten una ingesta diaria de 1,5 a 2,4 g de fitoesteroles / fitoestanoles o la variación “del 10 % al 12,5 %” para los alimentos que aporten una ingesta diaria de 2,5 a 3 g de fitoesteroles/fitoestanoles, así como el período a partir del cual se obtiene el efecto: “de dos a tres semanas”.		Q-2008-779; Q-2009-00530 Q-2009-00718; Q-2011.01241	Reglamento (UE) N° 384/2010 de la Comisión de 5 de mayo; Reglamento (UE) N° 686/2014 , de 20 de junio



Nutriente, sustancia, alimento o categoría de alimentos	Declaración	Condiciones de uso	Condiciones o restricciones de uso del alimento, declaración complementaria o advertencia	Referencia del dictamen de EFSA	Norma comunitaria
Chicle sin azúcar	El chicle sin azúcar ayuda a reducir la desmineralización dental. La desmineralización dental es un factor de riesgo en el desarrollo de la caries dental.	Se informará al consumidor de que el efecto beneficioso se obtiene mascando 2-3 g de chicle sin azúcar durante veinte minutos al menos tres veces al día después de las comidas.		Q-2010-00119	Reglamento (UE) Nº 665/2011 , de la Comisión de 11 de julio,
Chicle sin azúcar	El chicle sin azúcar contribuye a neutralizar los ácidos de la placa. Los ácidos de la placa son un factor de riesgo en el desarrollo de la caries dental.	Se informará al consumidor de que el efecto beneficioso se obtiene mascando 2-3 g de chicle sin azúcar durante veinte minutos al menos tres veces al día después de las comidas.		Q-2010-00120	Reglamento (UE) Nº 665/2011 , de la Comisión de 11 de julio,
Betaglucano de avena	Se ha demostrado que el betaglucano de avena disminuye/reduce el colesterol sanguíneo. Una tasa elevada de colesterol constituye un factor de riesgo en el desarrollo de cardiopatías coronarias.	Debe informarse al consumidor de que el efecto beneficioso se obtiene con una ingesta diaria de 3 g de betaglucano de avena. La declaración puede utilizarse para alimentos que contienen al menos 1 g de betaglucano de avena por porción cuantificada.		Q-2008-681	Reglamento (UE) Nº 1160/2011 de la Comisión de 14 de noviembre,



Nutriente, sustancia, alimento o categoría de alimentos	Declaración	Condiciones de uso	Condiciones o restricciones de uso del alimento, declaración complementaria o advertencia	Referencia del dictamen de EFSA	Norma comunitaria
Betaglucano de cebada	Se ha demostrado que el betaglucano de cebada disminuye/reduce el colesterol sanguíneo. Una tasa elevada de colesterol constituye un factor de riesgo en el desarrollo de cardiopatías coronarias.	Debe informarse al consumidor de que el efecto beneficioso se obtiene con una ingesta diaria de 3 g de betaglucano de cebada. La declaración puede utilizarse para alimentos que contienen al menos 1 g de betaglucano de cebada por cada porción cuantificada.		Q-2011-798 Q-2011-799	Reglamento (UE) Nº 1048/2012 de la Comisión de 8 de noviembre de 2012
Ácido fólico	Una ingesta suplementaria de ácido fólico incrementa el nivel de folato materno. Una cantidad baja de folato materno es un factor de riesgo de defectos del tubo neural en el feto en desarrollo.	La declaración solo puede utilizarse en complementos alimenticios que aporten una ingesta diaria de al menos 400 µg de ácido fólico. Se informará al consumidor de que la población destinataria son mujeres en edad de procrear y que el efecto beneficioso se obtiene con una ingesta diaria suplementaria de ácido fólico de 400 µg durante al menos un mes antes de la concepción y hasta tres meses después de esta.		Q-2013-00265	Reglamento (UE) Nº 1135/2014 de la Comisión de 24 de octubre de 2014
Ácidos grasos Monoinsaturados y/o poliinsaturados	Se ha demostrado que la sustitución de grasas saturadas por grasas insaturadas en la dieta disminuye/reduce el colesterol en la sangre. Una tasa elevada de colesterol constituye un factor de riesgo de cardiopatías coronarias.	Esta declaración solo puede utilizarse en alimentos con alto contenido de ácidos grasos insaturados, de acuerdo con la declaración ALTO CONTENIDO DE GRASAS INSATURADAS que figura en el anexo del Reglamento (CE) no 1924/2006.	La declaración solo puede usarse en grasas y aceites.	Q-2009-00458	Reglamento (UE) Nº 1226/2014 de la Comisión de 17 de noviembre de 2014



Nutriente, sustancia, alimento o categoría de alimentos	Declaración	Condiciones de uso	Condiciones o restricciones de uso del alimento, declaración complementaria o advertencia	Referencia del dictamen de EFSA	Norma comunitaria
Calcio	El calcio contribuye a reducir la desmineralización ósea en mujeres postmenopáusicas. Una densidad mineral ósea baja es un factor de riesgo de fracturas óseas osteoporóticas.	Esta declaración solo puede utilizarse en alimentos que aporten al menos 400 mg de calcio por porción cuantificada. Se informará al consumidor de que la declaración está dirigida específicamente a las mujeres a partir de 50 años y de que el efecto beneficioso se obtiene con una ingesta diaria de al menos 1 200 mg de calcio de todas las fuentes.	Para los alimentos con calcio añadido, la declaración podrá utilizarse únicamente para aquellos destinados a las mujeres a partir de 50 años.	Q- 2008-721 Q- 2009-940	Reglamento (UE) Nº 1228/2014 de la Comisión de 17 de noviembre de 2014
Calcio y vitamina D	El calcio y la vitamina D contribuyen a reducir la desmineralización ósea en mujeres postmenopáusicas. Una densidad mineral ósea baja es un factor de riesgo de fracturas óseas osteoporóticas.	La declaración solo puede utilizarse en complementos alimenticios que aporten al menos 400 mg de calcio y 15 µg de vitamina D por porción diaria. Se informará al consumidor de que la declaración está dirigida específicamente a las mujeres a partir de 50 años y de que el efecto beneficioso se obtiene con una ingesta diaria de al menos 1 200 mg de calcio y 20 µg de vitamina D de todas las fuentes.	Para los complementos alimenticios con calcio y vitamina D añadidos, la declaración podrá utilizarse únicamente para aquellos destinados a las mujeres a partir de 50 años.	Q- 2008-721 Q- 2009-940	Reglamento (UE) Nº 1228/2014 de la Comisión de 17 de noviembre de 2014



Nutriente, sustancia, alimento o categoría de alimentos	Declaración	Condiciones de uso	Condiciones o restricciones de uso del alimento, declaración complementaria o advertencia	Referencia del dictamen de EFSA	Norma comunitaria
Vitamina D	La vitamina D contribuye a reducir el riesgo de caídas relacionado con la inestabilidad postural y con la debilidad muscular. Las caídas constituyen un factor de riesgo de fracturas óseas en hombres y mujeres a partir de 60 años.	La declaración solo puede utilizarse en complementos alimenticios que aporten al menos 15 µg de vitamina D por porción diaria. Se informará al consumidor de que el efecto beneficioso se obtiene con una ingesta diaria de 20 µg de vitamina D de todas las fuentes.	Para los complementos alimenticios con vitamina D añadida, la declaración podrá utilizarse únicamente para aquellos destinados a hombres y mujeres a partir de 60 años.	Q- 2010-01233	Reglamento (UE) N° 1228/2014 de la Comisión de 17 de noviembre de 2014