Averigua si la marca que compras cumple con el contenido mínimo de grasa para poder denominarse crema. **El Laboratorio Nacional de Protección al Consumidor** analizó 21 presentaciones, te informamos cuáles se ostentan como cremas y no cumplen con los requerimientos de la norma.

CRE MAS comestibles

FICHA TÉCNICA

Periodo del estudio:
27 de agosto al 11 de octubre de 2019.
Periodo de muestreo:
27 de agosto al 9 de octubre de 2019.
Marcas analizadas:
21
Pruebas realizadas:
5,183

La crema es un alimento con distintos usos en la cocina, añadir crema a un plato supone enriquecer su sabor. Es un producto con apariencia consistente y de tonalidad blanca o amarillenta, rica en materia grasa; las hay de grasa vegetal y de leche.

CREMA DE LECHE

La Norma Oficial Mexicana *"Crema-Denominaciones, Especificaciones, Información Comercial y Métodos de prueba"* (NOM-193-SCFI-2014), define a la crema como el alimento en el que se ha reunido una fracción determinada de la grasa de la leche y establece las denominaciones comerciales, puede ser **acidificada** (obtenida de agregar agentes acidulantes) o **cultivada** (cuando su acidez proviene de cultivos lácticos).

Se clasifican por su contenido de grasa como: Crema, Crema premium, Crema extra grasa, Media crema, Crema ligera y deben cumplir las siguientes especificaciones:

Denominación de crema	% de grasa de leche (butírica)	% de proteína
Crema	25 a 29.9	1.8
Crema premium	30 a 34.9	1.8
Media crema	18 a 24.9	2.0
Crema extra grasa	>35.0	1.4
Crema ligera	10 a 17.9	2.5

CREMA VEGETAL

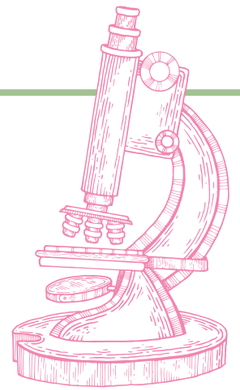
Puede estar elaborada a partir de crema o por la recombinación de grasa de leche y sólidos lácteos, y con la adición de otros ingredientes, incluyendo grasa vegetal, según lo señalado en la norma mexicana "Sistema Producto Leche- Alimentos-Lácteos Crema y Crema con Grasa vegetal- Denominaciones" (NMX-F-731 - COFOCALEC- 2017).

Estos productos deben advertir en su etiqueta los porcentajes de proteína y grasa vegetal, así como la grasa de la leche, si están en mezcla, o bien, el porcentaje de grasa vegetal, si el producto solo contiene ésta.

Hoy por hoy, la norma NOM-193-SCFI-2014 permite en la elaboración de las cremas que se agreguen varios aditivos como espesantes, emulsionantes, colorantes, aromatizantes y derivados de celulosa.

El estudio

INFORMACIÓN AL CONSUMIDOR
Se verificó que los productos estuvieran debidamente etiquetados y que ostentaran claramente su denominación como crema, y cuando usaban grasa diferente a la de la leche, que ostentaran ser cremas con grasa vegetal. También debían declarar su contenido neto y los contenidos de grasa, así como su marca, lote y fecha de caducidad, razón social, nombre y domicilio del fabricante o comercializador. Se revisó que la información fuera veraz y no confundiera al consumidor.



CALIDAD SANITARIA
Dado que sus nutrientes son un medio favorable para el crecimiento de microorganismos que alteran estos productos y pueden afectar la salud del consumidor, la NOM-193-SCFI-2014, establece que la crema debe ser sometida a un proceso que asegure su inocuidad (pasteurización, ultrapasteurización o esterilización), por lo que se determinó la ausencia de microorganismos patógenos, así como también de microorganismos indicadores de un manejo sanitario deficiente.

COSTOS
Por fines comparativos y para ayudarte a decidir mejor, incluimos el costo por cada 100 g de producto.

Evaluamos 21 marcas de cremas comestibles:

18 se ostentan como "cremas".

3 se denominan "cremas vegetales".

Contenido de nutrimentos

PROTEÍNA
Medimos cuánta contienen pues desempeña un papel fundamental en el organismo, es esencial para el crecimiento y mantenimiento de diversos tejidos.

GRASAS
Dan al cuerpo energía y ayudan a absorber las vitaminas A, D, E y K, llamadas vitaminas liposolubles y averiguamos si son elaboradas con grasa de leche (butírica) o grasa vegetal.

SODIO
Proveniente de la adición de sal y otros aditivos como los conservadores.

NORMATIVIDAD

- **NOM-002-SCFI-2011.** Contenido Neto. Tolerancias y Métodos de Verificación.
- **NOM-051-SCFI/SSA1-2010.** Especificaciones generales de etiquetado para alimentos y bebidas no alcohólicas preenvasados-Información comercial y sanitaria.
- **NOM-193-SCFI-2014**, Crema-Denominaciones, Especificaciones, Información Comercial y Métodos de prueba
- **NOM-086-SSA1- 1994,** Bienes y servicios. Alimentos y bebidas no alcohólicas con modificaciones en su composición. Especificaciones Nutrimentales
- **Reglamento de Control Sanitario de Productos y Servicios.**
- **NOM-243-SSA1-2010,** Productos y servicios. Leche, fórmula láctea, producto lácteo combinado y derivados lácteos. Disposiciones y especificaciones sanitarias. Métodos de prueba
- **NMX-F-731-COFOCALEC-2017,** Sistema Producto Leche – Alimentos- Lácteos, Crema y Crema con grasa vegetal – Denominaciones, especificaciones y métodos de prueba.

CREMAS

AGUASCALIENTES Crema pasteurizada de leche de vaca / México/ 240g	
Información al consumidor	Completa
Grasa Especificación por norma: 25.0 - 29.9 %	28.76%
Proteína (%) Especificación por norma: 1,8 % mínimo	2.13%
Sodio (mg/ 100g)	211
Costo por 100 g	$6.07

Al-Día Crema pasteurizada / México/ 4 kg	
Información al consumidor	Completa
Grasa Especificación por norma: 25.0 - 29.9 %	22.72%*
Proteína (%) Especificación por norma: 1,8 % mínimo	2.40%
Sodio (mg/ 100g)	106
Costo por 100 g	$3.88

* Se encontró producto que incumple el contenido mínimo de grasa, conforme a la norma.

alpura Crema de leche de vaca acidificada, pasteurizada / México / 200 ml	
Información al consumidor	Completa
Grasa Especificación por norma: 25.0 - 29.9 %	25.07%
Proteína (%) Especificación por norma: 1,8 % mínimo	2.31%
Sodio (mg/ 100g)	143
Costo por 100 g	$5.98

FLOR DE ALFALFA Crema cultivada/ México/ 500g	
Información al consumidor	Completa
Grasa Especificación por norma: 25.0 - 29.9 %	29.95%
Proteína (%) Especificación por norma: 1,8 % mínimo	1.61%
Sodio (mg/ 100g)	74
Costo por 100 g	$5.15

LALA crema Crema acidificada de vaca / México / 200 ml	
Información al consumidor	Completa
Grasa Especificación por norma: 25.0 - 29.9 %	26.06%
Proteína (%) Especificación por norma: 1,8 % mínimo	2.50%
Sodio (mg/ 100g)	132
Costo por 100 g	$6.13

LALA Crema deslactosada Crema acidificada deslactosada / México/ 450 ml	
Información al consumidor	Completa
Grasa Especificación por norma: 25.0 - 29.9 %	25.99%
Proteína (%) Especificación por norma: 1,8 % mínimo	2.32%
Sodio (mg/ 100g)	68
Costo por 100 g	$6.88

CREMAS continuación

LALA Original Crema fresca /México	
Información al consumidor	Completa
Grasa Especificación por norma: 25.0 - 29.9%	26.39%
Proteína (%) Especificación por norma: 1.8% mínimo	2.44%
Sodio (mg/ 100g)	135
Costo por 100 g	$6.07

Lyncott Crema elaborada con leche pasteurizada de vaca / México / 400g	
Información al consumidor	Completa
Grasa Especificación por norma: 25.0 - 29.9%	23.09%*
Proteína (%) Especificación por norma: 1.8% mínimo	2.72%
Sodio (mg/ 100g)	110
Costo por 100 g	$8.35

* Se encontró producto que incumple el contenido mínimo de grasa, conforme a la norma.

Yoplait Crema Crema acidificada pasteurizada de leche de vaca / México	
Información al consumidor	Completa
Grasa Especificación por norma: 25.0 - 29.9%	25.83%
Proteína (%) Especificación por norma: 1.8 % mínimo	2.04%
Sodio (mg/ 100g)	106
Costo por 100 g	$6.52

CREMAS PREMIUM

alpura Crema premium deslactosada / México	
Información al consumidor	Completa
Grasa Especificación por norma: 30.0-34.9%	30.21%
Proteína (%) Especificación por norma: 1.8 % mínimo	2.14%
Sodio (mg/ 100g)	106
Costo por 100 g	$6.51

SANTA CLARA Crema Premium acidificada/ México/ 225 ml	
Información al consumidor	Completa
Grasa Especificación por norma: 30.0-34.9%	30.34%
Proteína (%) Especificación por norma: 1.8 % mínimo	2.11%
Sodio (mg/ 100g)	80
Costo por 100 g	$7.91

SELECTA Crema premium Crema de leche de vaca acidificada, pasteurizada / México	
Información al consumidor	Completa
Grasa Especificación por norma: 30.0-34.9%	30.03%
Proteína (%) Especificación por norma: 1.8 % mínimo	2.08%
Sodio (mg/ 100g)	101
Costo por 100 g	$6.87

CREMAS LIGERAS

alpura Crema ligera de leche de vaca acidificada, pasteurizada, reducida en grasa / México				
Información al consumidor	Grasa Especificación por norma: 10.0-17.9%	Proteína (%) Especificación por norma: 1.8% mínimo	Sodio (mg/ 100g)	Costo por 100 g
Completa	15.93%	3.82%	127	$5.98

CREMAS *reducidas en grasas*

LALA Crema reducida en grasa/ México/ 200 ml	
Información al consumidor	Completa
Grasa*	15.07
Proteína (%)*	3.37%
Sodio (mg/ 100g)	70
Costo por 100 g	$6.43

LALA Crema fresca Reducida en grasa Crema acidificada de vaca reducida en grasa/ México/ 900 ml	
Información al consumidor	Completa
Grasa*	14.84
Proteína (%)	3.65%
Sodio (mg/ 100g)	71
Costo por 100 g	$4.83

LALA crema Squeeze Crema acidificada reducida en grasa/México/ 350 ml	
Información al consumidor	Completa
Grasa*	14.89
Proteína (%)*	3.23%
Sodio (mg/ 100g)	73
Costo por 100 g	$5.94

*No hay especificación de grasa y proteina para crema reducida en grasa en la NOM-193-SCFI-2014. Lo establece la NOM-086-35AI-1994 señalando que debe tener 25% menos de grasa en relación al del alimento original. Todos estos productos lo cumplen.

Lyncott Reducido en grasa Crema acidificada elaborada con leche pasteurizada de vaca/ México/ 400g				
Información al consumidor	Grasa*	Proteína (%)*	Sodio (mg/ 100g)	Costo por 100 g
Completa	15.63	2.93%	172	$7.45

*No hay especificación de grasa y proteina para crema reducida en grasa en la NOM-193-SCFI-2014. Lo establece la NOM-086-35AI-1994 señalando que debe tener 25% menos de grasa en relación al del alimento original. Todos estos productos lo cumple.

CREMAS VEGETALES

CHILCHOTA Crema acidificada / México / a granel				
Información al consumidor	Grasa Especificación por norma: 30%	Proteína (%)	Sodio (mg/ 100g)	Costo por 100 g
**	30.71%	2.43%	158	$4.67

**Su denominación es errónea. Se denomina "crema" y debería usar la denominación "crema con grasa vegetal"

La abuelita Crema acidificada de vaca, con grasa vegetal / México / 200g				
Información al consumidor	Grasa Especificación por norma: 30%	Proteína (%)	Sodio (mg/ 100g)	Costo por 100 g
Completa	25.87%***	2.42%	153	$6.48

***No cumple con el contenido mínimo de grasa conforme a la norma

CREMAS *vegetales ligeras*

Camelia Crema vegetal pasteurizada ligera / México / 1 kg				
Información al consumidor	Grasa Especificación por norma: 14%	Proteína (%)	Sodio (mg/ 100g)	Costo por 100 g
Completa	10.84%****	0.79%	272	$1.95

****No cumple con el contenido mínimo de grasa para una crema ligera conforme a la norma .

Crema del Rancho Rancherita Crema acidificada / México / a granel				
Información al consumidor	Grasa Especificación por norma: 14%	Proteína (%)	Sodio (mg/ 100g)	Costo por 100 g
*****	15.06%	2.25%	229	$4.18

*****Ostenta la leyenda "¡Bajo en grasa!", pero no lo cumple conforme a la NOM-086-35AI-1994.

Resultados y conclusiones

NO CUMPLEN

FLOR DE ALFALFA

No cumplió con el contenido mínimo de proteína para poder denominarse crema, ni con lo declarado en su etiqueta (2.73% proteína).

Camelia

-No cumplió con el contenido mínimo de grasa a para una crema ligera.

-Es la que menos proteína tiene (0.79%).

No cumple de acuerdo a la NMX

Crema del Rancho Rancherita

Ostenta la leyenda "baja en grasa" pero no lo cumple conforme a la NOM-086-SSA1-1994.

No cumple de acuerdo a la NOM

La abuelita

No cumplió con el contenido mínimo de grasa, para denominarse crema con grasa vegetal.

No cumple de acuerdo a la NMX

NO ES CREMA

es crema con grasa vegetal

CHILCHOTA

Se ostenta como crema acidificada y presenta grasa vegetal. Aun cuando en ingredientes señala tenerla, su etiqueta induce a error ya que no se denomina crema con grasa vegetal.

Al-Día

Deficiencia en el manejo sanitario

En cuanto a proteína, los contenidos en las cremas con grasa vegetal por lo general son menores.

Todos los productos en falta fueron sujetos a actos administrativos por infracciones a la Ley y están en proceso de la sanción que en su caso corresponda.

Todas las cremas analizadas que se ostentan como acidificadas y cultivadas, cumplieron con el mínimo de acidez exigido por la norma (0.5%).