Nuevo Etiquetado Frontal Nutrimental

Antes, la información aparecía de forma poco clara en un panel trasero.

Ahora hay un **nuevo** etiquetado **frontal obligatorio** en el que encontrarás el total de **grasas saturadas**, **grasas** en general, **azúcares** y **sodio** que contiene el producto, así como **total de calorías** contenidas en el mismo.

Grasas saturadas	Otras grasas	Azúcares totales	Sodio	Energía
45 kcal	23 kcal	120 kcal	208 mg	298 kcal
23%	6%	33%	10%	

Además el nuevo etiquetado te muestra el porcentaje que representa el contenido de cada uno de estos nutrimentos respecto del máximo que puedes comer. En los **primeros cuatro iconos** encontrarás los porcentajes de manera muy clara.

Es importante que sumes a lo largo del día tus *consumos y nunca te pases del 100%.

El sodio no aporta calorías pero también es importante cuidar no pasarte de tu máximo diario para prevenir hipertensión y enfermedades cardiovasculares.

* Considera también los nutrimentos que aportan **DESAYUNO, COMIDA y CENA**

Las calorías son unidades de la energía que brindan los alimentos y que ocupa tu cuerpo.

¿CÓMO ERA ANTES EL ETIQUETADO?

VE A LA PÁGINA 2