



PRESENCIA DE GLUTEN EN LENTEJAS

La presencia de gluten en lentejas se ha identificado como un riesgo para las personas con enfermedad celiaca, a pesar de todas las medidas de autocontrol que se adoptan por los operadores alimentarios.

Esta nota tiene como objetivo principal brindar protección a las personas con enfermedad celiaca, a través de la información que puedan recibir sobre la posible presencia de gluten, o bien, sobre la ausencia del mismo. Asimismo, pretende ser de utilidad a los operadores alimentarios indicando cual es la forma más adecuada para gestionar este riesgo, en el marco de la información al consumidor y de unas prácticas informativas leales. Y, en tercer lugar, quiere servir como elemento para que las autoridades competentes de las Comunidades Autónomas puedan optimizar sus recursos en el marco del control oficial.

La denominación genérica de legumbres incluye las semillas secas, limpias, sanas y separadas de la vaina, procedentes de plantas de la familia *Leguminosae*. En este grupo se incluyen alimentos como garbanzos, judías, lentejas, soja, habas, guisantes, etc. Estos alimentos vienen formando parte de la dieta mediterránea, recomendándose un consumo de 2-4 raciones por semana y destacando por su aporte en proteínas de origen no animal.

Las leguminosas son un cultivo rotativo con cereales tales como el trigo, la cebada o el centeno, lo que da lugar a que entre las plantas de leguminosas puedan crecer las semillas de cereales que se hubiesen plantado en la campaña anterior. Asimismo, suele ser frecuente el uso compartido de maquinaria agrícola (cosechadoras, camiones), almacenes, etc.

Todo ello da lugar a que, si bien las legumbres son un alimento que no contiene gluten de forma natural, sin embargo es frecuente que exista contaminación cruzada con granos de cereales que contienen gluten, lo que supone un riesgo para las personas con enfermedad celiaca, dado que, de acuerdo con el conocimiento actual de esta enfermedad, el único tratamiento posible es una dieta estricta sin gluten, siendo con frecuencia el consumo de alimentos con pequeñas cantidades de gluten la causa de no obtener una mejoría clínica.

A nivel de la industria legumbrista, en el marco de los procedimientos basados en los principios del análisis de peligros y puntos de control críticos (APPCC) establecidos en el Reglamento (CE) Nº 852/2004 relativo a la higiene de los productos alimenticios, se llevan a cabo 3 procesos, la criba, la separación por diferencia de densidades con la mesa densimétrica y la detección colorimétrica, con el fin de minimizar la presencia de granos de cereales.



Sin embargo, a pesar de una aplicación exhaustiva de estos procedimientos no es posible asegurar la ausencia de granos de cereales que contienen gluten, particularmente en el caso de las lentejas (especialmente la variedad pardina) por su menor tamaño.

El Reglamento (CE) Nº 178/2002 por el que se establecen los principios y los requisitos generales de la legislación alimentaria, establece que el operador es el responsable de comercializar alimentos seguros y que, a la hora de determinar si un alimento es seguro, deberá tenerse en cuenta la información ofrecida al consumidor, incluida la que figura en la etiqueta, u otros datos a los que el consumidor tiene por lo general acceso, sobre la prevención de determinados efectos perjudiciales para la salud que se derivan de un determinado alimento o categoría de alimentos.

Por otra parte, el Reglamento (UE) Nº 1169/2011 sobre la información alimentaria facilitada al consumidor, contempla la posibilidad de que el operador alimentario facilite información sobre la posible presencia no intencionada en el alimento de sustancias o productos que causen alergias o intolerancias (etiquetado precautorio de alérgenos), e indica que la Comisión adoptará un desarrollo normativo sobre la aplicación de los requisitos relativos a que esta información no induzca a error al consumidor (art.7 sobre prácticas informativas leales), no sea ambigua ni confusa, y se base en datos científicos pertinentes. Sin embargo, este desarrollo normativo aún no se ha producido.

La presencia o ausencia del etiquetado precautorio de alérgenos (EPA) debe ser consecuencia de una correcta aplicación del APPCC y, en segundo lugar, el EPA es una herramienta de gestión y comunicación del riesgo, que tiene como objeto advertir al consumidor de una posible presencia no intencionada e inevitable de un alérgeno, por ejemplo, por una posible contaminación cruzada, permitiendo así a los operadores poner productos seguros en el mercado y a los consumidores afectados hacer elecciones seguras.

Como se ha indicado, a pesar de que aún no se han establecido requisitos específicos en relación con el etiquetado precautorio de alérgenos se considera que, para el caso del gluten, el EPA debería hacer referencia al cereal/es de que se trate, en línea con los requisitos de seguridad establecidos para la indicación de los alérgenos en la lista de ingredientes.

De acuerdo con el Reglamento (UE) Nº 1169/2011 y con la Comunicación de la Comisión de 13 de julio de 2017, los cereales que contienen gluten y que figuran en el Anexo II del Reglamento deben declararse con una denominación que haga referencia clara al tipo específico de cereal (trigo, centeno, cebada, avena).

La información sobre alérgenos es un requisito que también es de aplicación a los alimentos no envasados de acuerdo con lo establecido en el artículo 44 del Reglamento (UE) Nº 1169/2011, desarrollado en España a través del Real Decreto 126/2015, de 27 de febrero.

Por otro lado, el Reglamento (UE) 828/2014 de la Comisión, de 30 de julio, relativo a los requisitos para la transmisión de información a los consumidores sobre la ausencia o la



presencia reducida de gluten en los alimentos, señala en el Considerando 10 que *“debe ser posible que, en un alimento que contiene ingredientes exentos de gluten de forma natural, se indique la ausencia de gluten, de conformidad con las disposiciones establecidas en el presente Reglamento, siempre que se cumplan las condiciones generales sobre prácticas informativas leales que figuran en el Reglamento (UE) Nº 1169/2011. En particular, la información alimentaria no debe inducir a error al insinuar que el alimento posee características especiales, cuando, de hecho, todos los alimentos similares poseen esas mismas características”*. Asimismo, el considerando 2 indica que *“la existencia de información sobre la ausencia o la presencia reducida de gluten en los alimentos, debería ayudar a las personas con intolerancia al gluten a identificar y elegir una dieta variada cuando comen dentro o fuera del hogar”*.

Para una correcta aplicación de lo indicado en el párrafo anterior, la Comisión Europea considera que es necesario hacer una evaluación caso por caso para determinar si es posible hacer la mención “sin gluten” sin incumplir las prácticas informativas leales. Asimismo, informar sobre esta circunstancia tendría un efecto beneficioso para el colectivo de enfermos celíacos.

Finalmente, es preciso recordar que el Reglamento (UE) Nº 1169/2011 tiene como objetivos tanto la protección de los consumidores como la libre circulación de alimentos en la UE en el marco de una competencia leal entre empresas, lo que tiene su reflejo en las prácticas informativas leales establecidas en el mismo.

En definitiva, nos encontramos ante tres hechos:

1. Las lentejas (crudas secas o cocidas) son un alimento en el que, a pesar de estar naturalmente exento de gluten y de aplicar todas las medidas establecidas en el marco del APPCC, no se puede asegurar la ausencia de cereales que contienen gluten.
2. Las personas con enfermedad celiaca deben seguir una dieta estricta sin gluten dado que el consumo continuado en el tiempo de alimentos con gluten, aún en cantidades mínimas, tiene un efecto perjudicial para su salud.
3. En tanto que se produzca el desarrollo normativo sobre el EPA, existen herramientas de etiquetado que pueden mejorar la gestión de este riesgo en el marco de una leal competencia.

Por tanto, se considera que los operadores que comercialicen lentejas (legumbristas, conserveros) deberían incluir en la etiqueta de los alimentos que comercialicen una indicación del tipo **“Puede contener gluten”**, debiendo hacer referencia, en la medida de lo posible, al **cereal/es** de que se trate.

En el caso de los productos alimenticios que contengan lentejas como ingrediente, los operadores alimentarios en base a un análisis de riesgo deberán decidir si realizar o no esta indicación en los productos finales que vendan.



Lo señalado en los párrafos anteriores sería de aplicación a los alimentos envasados (Reglamento 1169/2011), no envasados y los servidos por las colectividades contemplados en el ámbito de aplicación del Real Decreto 126/2015 de 27 de febrero, facilitando esta información de acuerdo con normativa europea y nacional para cada modalidad de venta.

Asimismo, se recomienda que en aquellos hogares en los que residan consumidores celíacos se realice un cribado o revisión de las legumbres secas, especialmente de las lentejas, antes de la cocción.

Por otra parte, como ya se ha indicado, la normativa establece que la información alimentaria no debe inducir a error al consumidor al insinuar que el alimento posee características especiales, cuando, en realidad, todos los alimentos similares poseen esas mismas características, en particular poniendo especialmente de relieve la presencia o ausencia de determinados ingredientes o nutrientes.

De acuerdo con lo anterior, un alimento exento de gluten de forma natural, como las lentejas, no podría realizar la declaración “sin gluten”. Sin embargo, para el caso concreto de las lentejas crudas secas o en conserva, y visto que la generalidad es que no se puede asegurar la ausencia de gluten, se considera que un operador alimentario (legumbrista o conservero) que pueda asegurar, sobre la base del APPCC, que los productos que comercializa contienen menos de 20 mg de gluten/kg de lentejas¹, podría hacer uso de la declaración “sin gluten” sin que ello suponga un incumplimiento del artículo 7.1.c) del Reglamento (UE) Nº 1169/2011.

Esta nota ha sido elaborada por la Agencia Española de Seguridad Alimentaria y Nutrición (AESAN), y agradece la colaboración de: la Federación de Asociaciones de Celíacos de España (FACE), la Asociación de Celíacos de Cataluña (Associació de Celíacs de Catalunya), la Asociación de Celíacos y Sensibles al Gluten, la Federación de Industrias de Alimentos y Bebidas (FIAB), la Asociación de Cadenas Españolas de Supermercados (ACES), la Asociación Española de Distribuidores, Autoservicios y Supermercados (ASEDAS), la Confederación Empresarial de Hostelería de España (CEHE), Food Service España (Federación Española de Restauración Colectiva) y la Asociación Empresarial de Marcas de Restauración.

¹ Contenido máximo de gluten en los alimentos, tal como se venden al consumidor final, para que se pueda utilizar la declaración «sin gluten», de acuerdo con lo establecido en el [Reglamento de Ejecución \(UE\) n.º 828/2014 de la Comisión](#), de 30 de julio de 2014, relativo a los requisitos para la transmisión de información a los consumidores sobre la ausencia o la presencia reducida de gluten en los alimentos.