

#ChecaTuCompra

Comparativo del **PANETÓN**



Estos son los principales puntos que debes revisar en la etiqueta de un panetón antes de realizar tu compra:

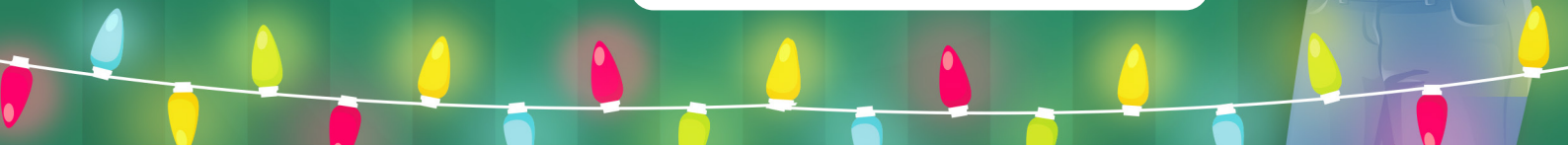


- Si cuenta con declaración de propiedades saludables o nutricionales, debe indicar lo siguiente:
- Energía (Kcal o kJ)
 - Proteínas, carbohidratos, grasas, grasas saturadas, sodio y azúcares totales
 - Micronutrientes (vitaminas y minerales) siempre que superen el 5% de los Valores de Referencia de Nutrientes (VRN) establecido para dicho nutriente.

Si el producto contiene ingredientes como alérgenos, gluten o tartrazina debe especificarse la **ADVERTENCIA** del uso de estos, ya que pueden generar reacciones alérgicas.



*Procura elegir productos sin octógonos o los que cuenten con menores niveles de **azúcar, grasas saturadas y sodio.***

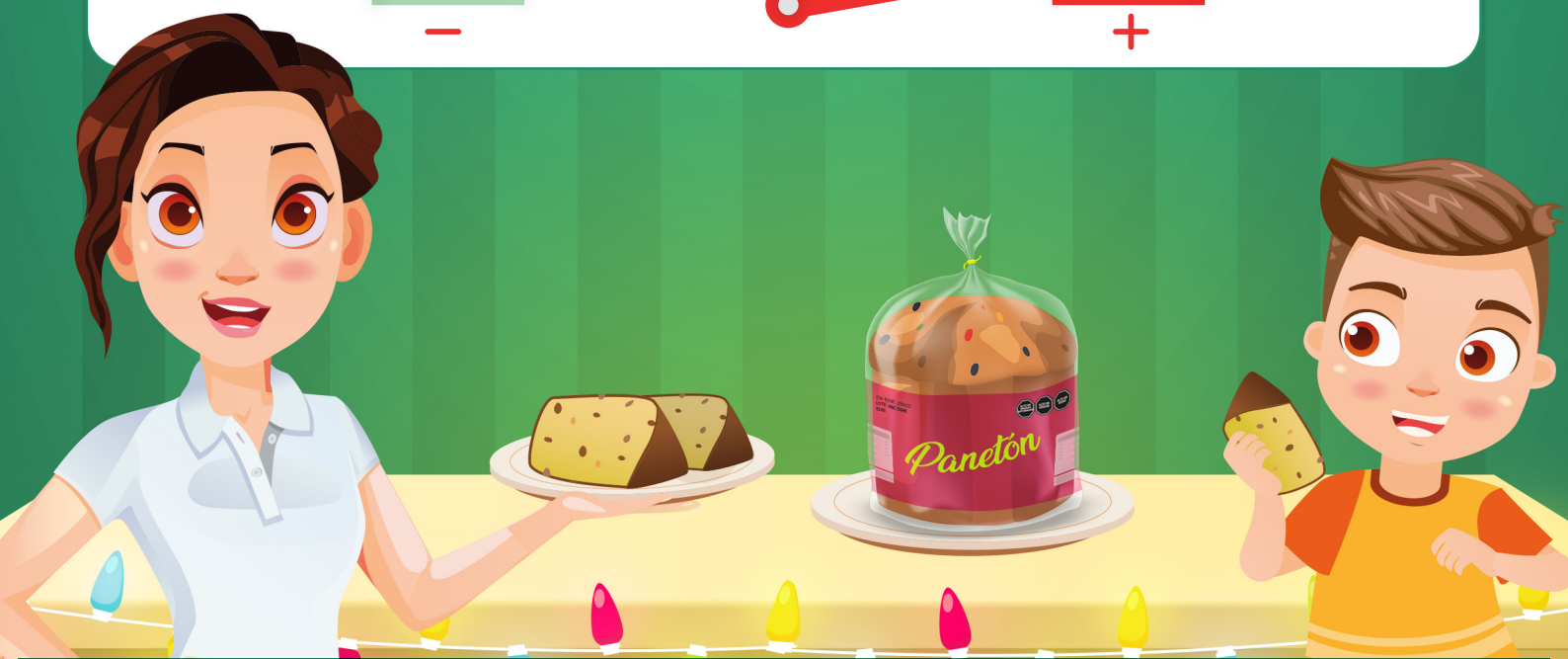
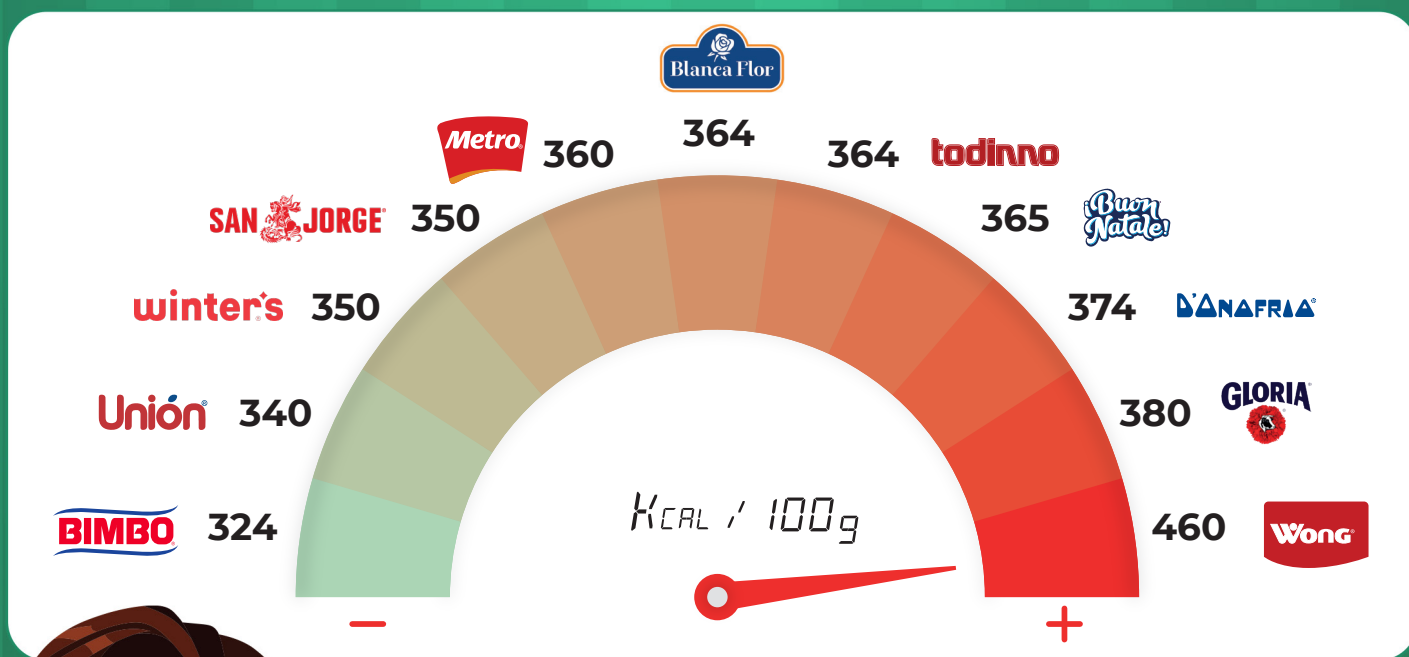


Analizamos **11** marcas

verificamos que:

Al ser el panetón un alimento energético, posee, en promedio, 366 kcal por cada 100 g.
Por ello, evita su consumo excesivo.

Kilocalorías (Kcal) declaradas por cada 100g

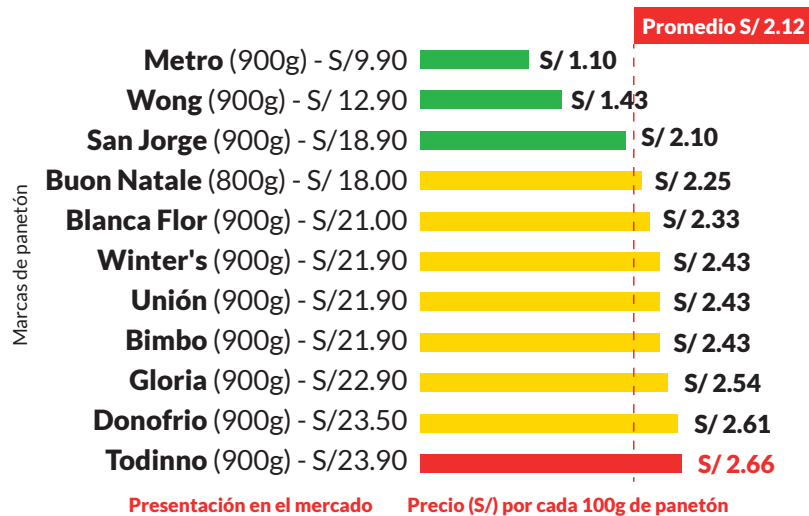


Fuente: Información declarada en los empaques / Elaboración: CEMI

Nota: Productos obtenidos el 07/11/21 en mercados y supermercados de Lima. Se consideraron presentaciones en bolsa. Según la información analizada en las etiquetas de los panetones, estos **no superaron el parámetro de sodio**.

Analizamos **11** marcas

Precio



Recuerda analizar la información nutricional declarada en los envases

Las marcas Metro y Wong son las de menor precio.

Registro sanitario



Marca	Presentación	Registro sanitario
	900 g	H4902418N NKPNBM
	900 g	H4908415N NAIDTA
	800 g	H4904314N NANSPR
	900 g	H4904214N NANSPR
	900 g	H4905615N NAGOSA
	900 g	H4908918N NAPNSN
	900 g	H4903721N NAMLSA
	900 g	H4907619N NAUIPR
	900 g	H4903919N NACMNC
	900 g	H4902719N NACMNC
	900 g	H4900915N NACMNC

El Indecopi ha ordenado el cese de distribución y comercialización, además del retiro del mercado de productos que superarían límite de grasas trans, dentro de los cuales se encuentran los panetones "Bell's" y "Tottus".

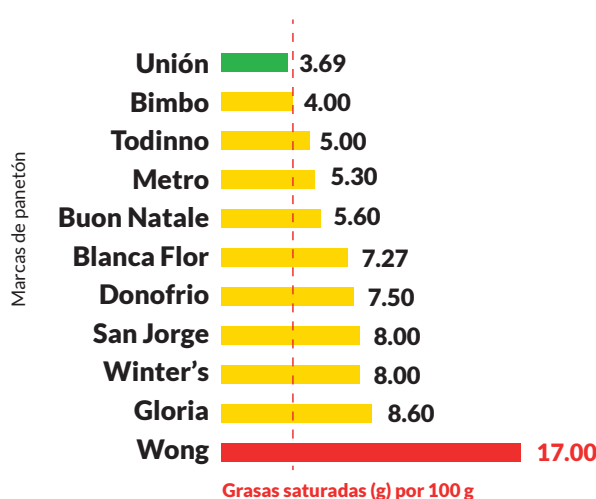
1 El Indecopi, a través de la Comisión de Protección al Consumidor N° 3, ha emitido las Resoluciones N° 157-2021/CC3 y N° 0163-2021/CC3 de fechas 30 de noviembre y 10 de diciembre de 2021, respectivamente, dictando medidas cautelares que ordenan el cese de la distribución y comercialización de los panetones marca "Bell's" y "Tottus".

Analizamos **11** marcas

Grasas saturadas



El exceso de grasa saturada puede aumentar el riesgo de contraer enfermedades cardíacas y accidentes cerebrovasculares.



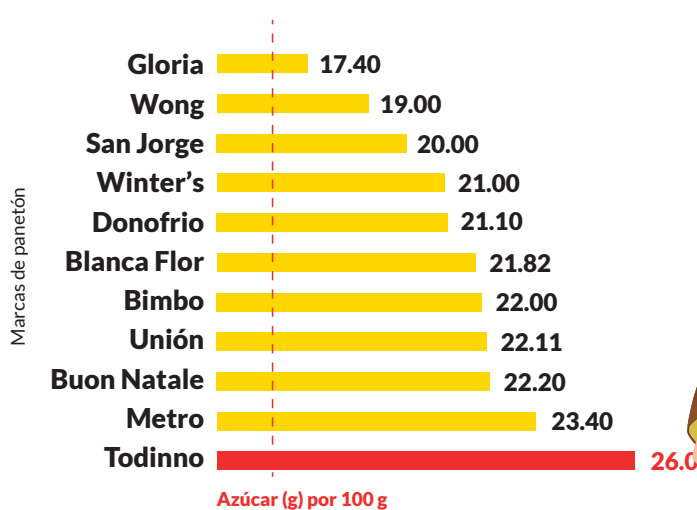
Unión no supera el parámetro alto en grasas saturadas.

Wong es la que cuenta con mayor cantidad de grasas saturadas con 17g por cada 100g de panetón.

Azúcares totales



Grandes cantidades de azúcar aumentan el riesgo de padecer enfermedades cardiovasculares, sobrepeso y obesidad.



Todas las marcas superan el límite de 10 g de azúcar por cada 100 g de panetón y poseen octógono.

