



Mezcla en polvo para preparar

TÉ FRÍO SABOR LIMÓN

Empaque
aluminizado

Siete marcas de mezcla en polvo para preparar té frío sabor limón comercializadas en nuestro país fueron sometidas a análisis de calidad para determinar el contenido de azúcares totales y edulcorantes no calóricos.

Principales conclusiones del estudio de calidad

El mayor contenido de azúcares totales: 99.9 gramos en 100 gramos de producto equivalentes a 24.98 cucharaditas de azúcar fue detectado en los siguientes productos:

- Mezcla en polvo para preparar bebida con sabor de Té Verde Frío con Limón, marca Green Tea Iced Tea Mix;
- Mezcla para Hacer Té, marca 4c.

El resto de marcas analizadas reportaron contenidos de azúcares totales entre 98.4 gramos y 79.2 gramos en 100 gramos de producto (equivalentes a 24.60 y 19.80 cucharaditas de azúcar, respectivamente). Conoce las marcas por producto analizados en la tabla informativa.

En el producto Té Limón. Té Frío. Mezcla en polvo para preparar bebida instantánea de té frío con sabor artificial a limón de la marca TANG, se detectaron edulcorantes no calóricos Acesulfame K y Aspartame. En la marca ZUKO se detectó Aspartame. En el resto de productos no se detectó la presencia de edulcorantes no calóricos.

Las muestras de los productos analizados fueron tomadas de bodegas, centros de distribución de empresas fabricantes, importadoras y distribuidoras ubicadas en los municipios de los departamentos de San Salvador y La Libertad.

Marca y Contenido neto	Producto	Análisis de calidad (Físico-químico)						
		Contenido de Azúcares totales				Cucharaditas de azúcar en 100 gramos de producto	Edulcorantes no calóricos	
		Fructuosa	Glucosa	Sacarosa	Contenido de azúcares totales (g/100 g)		Acesulfante K (mg/kg)	Aspartame (mg/kg)
TANG 25 g	Té Limón. Té Frío. Mezcla en polvo para preparar bebida instantánea de té frío con sabor artificial a limón	0.3	0.6	78.3	79.2	19.80	318.1	73.5
ZUKO 25 g	NUEVO. Té frío sabor a limón. Mezcla en polvo para preparar bebida instantánea baja en calorías con Té y sabor artificial a Limón	ND	0.6	78.6				
McCormick 1.1 kg	InstanTé Limón. Mezcla en polvo de té negro con sabor a limón	ND	ND	94.4	94.4	23.60	No detectable	No detectable
Lipton 680 g	Ice Tea Limón. Itea Tea sabor Limón. Mezcla en polvo para prepara Té Helado instantáneo con azúcar y sabor a Limón (Envase de lata)			96.3	96.3	24.08		
Green Tea Iced Tea Mix 2 kg	Mezcla en polvo para preparar bebida con sabor de Té verde Frío con Limón			99.9	99.9	24.98		
MEMBER'S Selection 3 kg	Mezcla en polvo para preparar bebida con sabor a té frío con Limón			98.4	98.4	24.60		
4c 2.49 kg	Mezcla para Hacer Té	99.9	99.9	24.98				

Los valores reportados corresponden al resultado mayor de las dos unidades de muestras analizadas por cada producto.

ND: Los resultados del análisis de laboratorio de las unidades de muestra reportaron menor de 0.06 g/100g, lo que significa no detectable.

*1 cucharadita equivale a 4 gramos de azúcar.

g=gramos mg= miligramos kg= kilogramos

Más contenido de azúcar

Menos contenido de azúcar

¿SABÍAS QUE?

El consumo en exceso de grasas obstruye las arterias y obliga al corazón a trabajar más para bombear la sangre, dañando vasos sanguíneos y órganos, aumentando el riesgo de padecer obesidad, hipertensión, enfermedades renales, del corazón y derrames cerebrales.

La Administración de Drogas y Alimentos de los Estados Unidos (FDA por sus siglas en inglés) sugiere un Valor Diario (VD) de consumo de Grasa totales de 65 g; estos valores diarios se basan en una dieta de 2,000 calorías.

El consumo de Sodio recomendado para edades de 9 a 50 años es de 1,500 a 2,300 mg, equivalente a una cucharadita de sal por día aproximadamente, según la Organización Mundial de la Salud (OMS).

La Organización Mundial de la Salud (OMS) recomienda que adultos y niños reduzcan la ingesta diaria de azúcares libres a menos del 10% de calorías totales. Nuevas directrices de la OMS señalan que una reducción aún mayor, al menos del 5%, aproximadamente seis cucharaditas por día en una dieta de 2.000 calorías, proporcionaría beneficios adicionales para la salud.

Los edulcorantes no calóricos: son compuestos elaborados por el ser humano, mucho más dulces que el azúcar natural, pero con menor aporte energético.



CONSUMO INFORMADO

Azúcar, edulcorantes no calóricos, sodio y grasas en tus marcas | Análisis de calidad

Comprometidos con tu salud y economía, la Defensoría del Consumidor y el Ministerio de Salud informan los resultados de los análisis de calidad de cinco productos alimenticios de 35 marcas de bebida sabor naranja, salsa de tomate ketchup y tipo ketchup, aderezos, salsas y salsitas de tomate, y mezcla en polvo para preparar té frío sabor limón.

Bebida sabor naranja (Envase plástico)

Si acompañas tus comidas con bebidas de sabor naranja, este estudio te interesa. Conoce cuánta azúcar contienen diez marcas analizadas que se comercializan en el país.

Marca y Contenido neto	Producto
Delipop 300 ML	Bebida no carbonatada sabor naranja (empaque plástico)
De la granja 480 mL	Naranja. Con pulpa natural. Bebida de naranja. A partir de concentrado
Sipi 300 mL	Naranja. Bebida sabor naranja
Petit 500 mL	Frutado. Naranja. Bebida sabor natural y artificial a naranja
Super Júoo 300 mL	Naranja. Bebida con sabor a naranja (evase de cartón)
Cascada 335 mL	Naranja. Bebida sabor a naranja
Gurmi 235 mL	Bebida de naranja
Tropicalísimo 1/2 Galón	Bebida sabor a naranja. Naranja
Dany 3785 mL	Naranja. Bebida con sabor a naranja
del Valle 500 mL	Fresh. Bebida con jugo de naranja

Análisis de calidad (físico-químico)				
Contenido de azúcares totales (g/100 ml)			Azúcares totales (g/100 ml)	Cucharaditas de azúcar en 100 ml*
Fructuosa	Glucosa	Sacarosa		
4.5	4.6	0.2	9.3	2.33
1.9	1.9	8.6	12.4	3.10
4	4.1	4.3	12.4	3.10
3	3	0.7	6.7	1.68
1.4	1.4	6.0	8.8	2.20
0.3	0.3	7.7	8.3	2.08
3.8	3.9	3.2	10.9	2.73
ND**	ND**	1.8	1.8	0.45
0.7	0.73	6.6	8.03	2.01
1.1	1.1	7.8	10	2.50

¿QUÉ CONCLUIMOS?

Los productos de las marcas Sipi y De la granja, reportaron mayor contenido de azúcares totales, con resultados de 12.4 gramos en 100 ml de producto, equivalente a 3.10 cucharaditas de azúcar.

La bebida sabor a naranja. Naranja de la marca Tropicalísimo, reportó menor contenido de azúcares totales, es decir, 1.8 gramos en 100 ml de producto, equivalente a 0.45 de cucharadita de azúcar.

Más contenido de azúcar

Menos contenido de azúcar

Los valores reportados corresponden al resultado mayor de dos unidades de muestra analizadas por cada producto. *1 cucharadita equivale a 4 gramos de azúcar.

** ND: Los resultados del análisis de laboratorio de las unidades de muestra reportaron menos de 0.06 g/100 ml, que significa no detectable. g= gramos ml= mililitros





Los resultados de los análisis de Grasa totales muestran que 9 de los 13 productos verificados, presentan contenido de cero grasa; mientras que la Salsa de Tomate tipo Catsup marca Dela Familia, presenta el mayor contenido de grasa, con valor de 2.3 g/100 g.

El producto con más contenido de Sodio por cada 100 g es la Salsa de Tomate tipo Catsup marca Dela Familia, reportando 1,195.7 mg/100 g, equivalente a 0.598 cucharaditas de sal.

El producto con menos contenido de Sodio por cada 100 g es la Ketchup marca Gourmet, reportando 561.7 mg/100 g, equivalente a 0.281 cucharaditas de sal.

Marca	Producto y Contenido neto	Análisis de calidad (Físico-químico)				
		Contenido de Grasa totales g/100 g	Sodio (mg/100g)	Sal (g/100g)	Cucharaditas de sal en 100 gramos *	
Dela Familia	Salsa de tomate tipo Catsup, 4128 g	2.3 +	1195.7 +	2.989 +	0.598 +	
Pollo Campero	Salsa Ketchup, 397 g	0.1	632.1	1.580	0.316	
Sabemas	Salsa Ketchup 100%, 397 g	0.06	734.7	1.837	0.367	
Regia	Ketchup pura, 385 g (envase aluminizado con boquilla)	0	767.3	1.918	0.384	
	Salsa dulce tipo Ketchup, 215 g (envase: bolsa plástica)		663.3	1.658	0.332	
Ducal	Tipo Ketchup. Salsa de Tomate, 392 g		670.7	1.677	0.335	
Kern's	Ketchup pura. KETCHUP 100% Tomate, 540 g		657	1.643	0.329	
Clemente Jacques	Salsa de tomate tipo CATSUP, 390 g (envase de vidrio)		1	912.3	2.281	0.456
Suli	Salsa Dulce, 215 g (envase: bolsa plástica)		0	690	1.725	0.345
Gourmet	Ketchup, 400 g	561.7		1.404	0.281	
Heinz	Salsa de Tomate tipo ketchup, 567 g	983.8		2.460	0.492	
Member's Selection	Salsa de Tomate, 1.81 Kg		1018.2	2.546	0.509	

Marca	Producto y Contenido neto	Análisis de calidad (Físico-químico)			
		Contenido de Grasa totales g/100 ml	Sodio (mg/100 ml)	Sal (g/100 ml)	Cucharaditas de sal en 100 ml *
McCormick	Salsa de tomate tipo Ketchup, 335 ml	0	888.7	2.222	0.444

* Los valores han sido calculados considerando que 2 g de sodio equivalen a 5 g de sal, que es igual a una 1 cucharadita de sal.

ADEREZOS

Marca y contenido neto	Producto	Análisis de calidad (Físico-químico)			
		Contenido de Grasa totales por porción estandarizada *	Contenido de sodio y sal por porción estandarizada *		
		Contenido de Grasa totales (g/15 ml)	Sodio (mg/15 ml)	Sal (g/15 ml)	Cucharaditas de sal en 15 ml **
McCormick 237 ml	Caesar. Aderezo para ensalada	5.1	128.1	0.32	0.064
Clemente Jacques 237 ml	Aderezo para ensalada estilo mil islas	3.3	186.6 +	0.47 +	0.093 +
Cardini's 354 mL	El original aderezo Cessar (envase de vidrio)	8.85 +	144.35	0.36	0.072
HELLMANN'S 1 L	Aderezo de queso cheddar listo para usarse. Queso cremosito (Empaque tetra brik)	2.24	85.6	0.21	0.043

Marca y contenido neto	Producto	Análisis de calidad (Físico-químico)			
		Contenido de Grasa totales por porción estandarizada *	Contenido de sodio y sal por porción estandarizada ***		
		Contenido de Grasa totales (g/15 g)	Sodio (mg/15 g)	Sal (g/15 g)	Cucharaditas de sal en 15 g ****
Alojivo de 240 g	Aderezo para ensalada mil islas. Con aceite de oliva extra virgen	5.1	137.3	0.34	0.069
	Aderezo para ensalada Cesar con aceite de oliva extra virgen	5.1	179.7	0.45	0.090

* Porción estandarizada de 15 ml que equivale a 1 cucharada. ** y **** Los valores han sido calculados considerando que 2 g de sodio equivalen a 5 g de sal, que es igual a una cucharadita de sal. *** Porción estandarizada de 15 g que equivale a una cucharada.

Empaque aluminizado

SALSAS Y SALSITAS de TOMATE



¿QUE CONCLUIMOS?

Los análisis de calidad fueron realizados a 10 lotes de 8 marcas de salsas y salsitas de tomate.

- El producto Salsita Lista de Tomate con Queso. Con vegetales frescos. Salsita Lista de Tomate con queso de la marca Natura's, reportó mayor contenido de Grasa totales con valor de 4.2 gramos en 100 gramos de producto.
- Con menos contenido de Grasa totales (0.4 g/100 g.) resultó la marca Hunt's, con su producto SALSA DE TOMATE CON HONGOS PARA PASTAS.
- Salsita con Queso marca Regia, reportó 761.3 mg/100 g, equivalente a 0.381 cucharaditas de sal, y por tanto, el producto de mayor contenido de Sodio en 100 gramos.
- Con menos contenido de Sodio resultó la Salsita Lista de Tomate con Queso. Con vegetales frescos. Salsita Lista de Tomate con queso marca Natura's, con resultado de 384.6 mg/100 g, equivalente a 0.192 cucharaditas de sal.

Marca	Producto y Contenido neto	Análisis de calidad (Físico-químico)			
		Contenido de Grasa totales g/100 g	Sodio (mg/100g)	Sal (g/100g)	Cucharaditas de sal en 100 gramos *
Del Monte	Salsita de Tomate. Sabor pollo	1.0	458.5	1.146	0.229
De Mi Tierra	Salsita de Tomate con Queso	4.0	603.1	1.508	0.302
Campofresco	Salsita de Tomate Ranchera	1.9	496	1.240	0.248
	Salsita de Tomate con Queso	1.7	664.3	1.661	0.332
Natura's	Salsita Lista de Tomate con Queso. Con vegetales frescos. Salsita Lista de tomate con queso	4.2 +	384.6	0.962	0.192
Dany	Salsa de tomate con carne	2.0	412.6	1.032	0.206
Íssima	NUEVA AL ESTILO ITALIANO. Salsita de Tomate 3 Quesos. Lista para servir	2.9	665.9	1.665	0.333
Regia	Salsita con Queso	0.8	761.3 +	1.903 +	0.381 +
Hunt's	SALSA DE TOMATE CON HONGOS PARA PASTAS (envase de lata)	0.4	495.4	1.239	0.248
	SALSA DE TOMATE CON AJO Y HIERBAS PARA PASTAS (envase de lata)	0.8	501.1	1.253	0.251

* Los valores han sido calculados considerando que 2 g de sodio equivalen a 5 g de sal, que es igual a una 1 cucharadita de sal.



El Original Aderezo Cessar, marca Cardini's reportó mayor contenido de Grasa totales con un valor de 8.85 g en una porción 15 ml.

Con menos contenido de grasa resultó el Aderezo de queso cheddar listo para usarse. Queso cremosito, marca HELLMANN'S.

El Aderezo para ensaladas estilo mil islas de la marca Clemente Jacques reportó mayor contenido de Sodio con un resultado de 186.6 mg en una porción de 15 ml, equivalente a 0.09 cucharadita de sal. El Aderezo de queso cheddar listo para usarse. Queso cremosito de la marca HELLMANN'S es el que menor contenido de Sodio reporta con un resultado de 85.6 mg en una porción de 15 ml, equivalente a 0.04 cucharadita de sal.

Los valores reportados corresponden al resultado mayor de las dos unidades de muestras analizadas por cada producto.



Más contenido de Grasa totales o Sodio



Menos contenido de Grasa totales o Sodio

g= gramos mg= miligramos ml= mililitros