

## **Dificultad para conocer los carbohidratos de los alimentos envasados**

Madrid, 28 mayo 2005 (azprensa.com)

Para un diabético, conocer la cantidad de carbohidratos que ingiere a diario se convierte en una estrategia clave en el control glucémico. Sin embargo, un estudio realizado por investigadores de la Clínica Universitaria de Navarra ha revelado que los españoles que padecen diabetes podrían encontrar ciertas dificultades a la hora de conocer, mediante el etiquetado, la cantidad de carbohidratos que contiene los alimentos envasados. Para ello, los autores de este análisis evaluaron la legislación española vigente sobre el etiquetado nutricional de los alimentos y analizaron las etiquetas de un total de 131 tipos de galletas.

Los resultados de este estudio, presentados en el último congreso de la Sociedad Española de Endocrinología y Nutrición, mostraron que la información acerca de la cantidad de carbohidratos que contenían dichos alimentos estaba ausente en aproximadamente la mitad de los casos analizados y que tan sólo el 16 por ciento mostraban de una forma clara y eficaz dicha información útil para diabéticos.