



Steve Troxler
Commissioner

North Carolina Department of Agriculture
and Consumer Services
Food and Drug Protection Division

Daniel L. Ragan
Director

¿Por qué los Sulfitos Se Deben Mencionar en las Etiquetas?

La compañía Humei Trading de Jamaica, local de Nueva York recientemente inició un retiro del mercado de su producto Dried Pachyrhizus (producto fabricado en China), en pasados días debido a que contenía sulfitos no declarados.

En los Estados Unidos, los productos que contienen más de 10 miligramos de sulfitos deben declarar en la etiqueta que contienen sulfitos. Un choque anafiláctico (asfixia) en ciertas personas sensibles a los sulfitos, si ingieren una cantidad mayor a los 10 miligramos. Este producto Dried Pachyrhizus contenía ¡139 miligramos por porción!

¿Qué Son Sulfitos?

Los sulfitos se encuentran de manera natural en muchas comidas, por ejemplo, ocurren de manera natural durante la fermentación del vino.

Los sulfitos también se añaden a ciertos alimentos. Se utilizan como preservativo para prevenir o reducir la decoloración de las frutas y los vegetales. También se usa para prevenir que a los camarones y langostas les salgan manchas blancas. Para inhibir el crecimiento de micro organismos en comidas fermentadas, como el vino y las masas. Y, para mantener la estabilidad y la potencia de ciertos medicamentos.

Los sulfitos además se usan para prevenir oxidación e incluso en la producción de celofán destinado a envolver alimentos.

Los sulfitos pueden mejorar el sabor y la apariencia de los alimentos. Sin embargo, debido a que pueden causar una fuerte reacción alérgica, en los Estados Unidos se prohibió en 1986, el uso de sulfitos en las frutas y los vegetales frescos. A partir de ese año, de acuerdo con la ley, todos los alimentos que contengan más de 10 partes por millón de sulfitos deben declararlo en la etiqueta. Los alimentos que contienen menos de esta cantidad se consideran seguros incluso para las personas más sensibles.

¿Cómo Puede Saber Ud. Si Tiene Alergia a los Sulfitos?

Si a usted se le presenta alguno de los síntomas típicos, es posible que tenga alergia a los sulfitos o, por lo menos sensibilidad a ellos.

Desafortunadamente la única forma de saberlo es pasando por los síntomas. Solo entonces se puede hacer la prueba de alergia, que es bastante desagradable y debe ser hecha por un especialista. El paciente debe comer muchos sulfitos y si sus signos vitales decaen y el pulmón se afecta entonces es que tiene alergia a los sulfitos.

Antes que pasar por esta prueba es mejor evitar comer alimentos que contienen sulfitos si es que al comerlos siente malestar observe la próxima vez que coma ese alimento si los síntomas se presentan nuevamente. Si esto sucede evite comer ese alimento.

Las personas que sufren de asma deben ser especialmente cuidadosas y evitar por completo comer sulfitos ya que estos pueden generarles ataques de asma bastantes fuertes.

¿Cuáles Son los Síntomas de la Alergia o de la Sensibilidad a los Sulfitos?

Asma, congestión nasal, sinusitis, riñitas, dolor frontal de la cabeza, espasmos bronquiales. Los síntomas pueden presentarse de manera fuerte o suave, la reacción de cada persona puede ser diferente.

Lista Parcial de Alimentos que Pueden Contener Sulfitos:

- Bebidas alcohólicas (deben anunciar en la etiqueta si contienen mas de 10ppm de sulfitos)
- Productos de panadería: Ciertos panes y galletas. Pizza, tortillas, waffles.
- Bebidas que contienen azúcar o melaza de maíz, jugos congelados embotellados, jugos cítricos (limonada, uvas, etc.).
- Condimentos: encurtidos, aceitunas, vinagre de vino, rábano picante, etc.
- Lácteos: Comidas procesadas que contienen queso.
- Comidas secas: Hierbas y especies secas, frutas secas, mixtura de nueces.
- Pescados y Mariscos: camarones frescos, scalops congelados, almejas enlatadas o secas, langosta, cangrejo, bacalao seco.
- Gelatinas, Rellenos, Glaseados: De todo tipo.
- Caramelos
- Jamones y Jaleas
- Melasas
- Coco rallado
- Proteínas vegetales: Productos en base a soya como tofu, proteínas vegetales, formulas para bebes
- En general todos los alimentos enlatados.

Para mayor información comuníquese con la División de Alimentos y Medicinas del Departamento de Agricultura de Carolina del Norte. Persona de Contacto: Maria Noriega. 919-733-7366