

Etiqueta y claims de un complemento alimenticio en 10 minutos

Marca cada casilla antes de imprimir la etiqueta, publicar la ficha o lanzar un anuncio. Si alguna se queda sin marcar, tienes la explicación completa en las guías de joseangeljimenez.pro.

1. La etiqueta

Real Decreto 1487/2009 (art. 5 y 6) y Reglamento (UE) 1169/2011 · Guía: joseangeljimenez.pro/etiquetado-complementos-alimenticios/

- ☐ Pone la denominación "complemento alimenticio" (el nombre comercial va aparte).
- ☐ Aparecen los nutrientes o sustancias que lo caracterizan, con su cantidad por dosis diaria.
- ☐ Vitaminas y minerales llevan además el % del valor de referencia de nutrientes (VRN).
- ☐ Indica la dosis diaria recomendada.
- ☐ Incluye "No superar la dosis diaria expresamente recomendada".
- ☐ Incluye que los complementos no deben utilizarse como sustituto de una dieta equilibrada.
- ☐ Incluye que se debe mantener fuera del alcance de los niños más pequeños.
- ☐ Lleva ingredientes con alérgenos destacados, cantidad neta, fecha, conservación, lote y operador responsable.

2. Claims y declaraciones nutricionales

Reglamento (CE) 1924/2006 y Reglamento (UE) 432/2012 · Guía: joseangeljimenez.pro/claims-suplementos/

- ☐ Cada frase de salud está en el Registro de la UE de declaraciones autorizadas, tal cual o con el mismo significado.
- ☐ La dosis diaria cumple la condición de cada claim (normalmente, ser al menos "fuente de" ese nutriente).
- ☐ "Fuente de" vitamina o mineral: al menos el 15 % del VRN por dosis diaria. "Alto contenido": al menos el 30 %.
- ☐ Ningún beneficio de salud atribuido a plantas (sentencia del TJUE C-386/23, de 30 de abril de 2025).
- ☐ Junto al claim: importancia de una dieta variada, cantidad y forma de consumo, y a quién no se recomienda si procede.
- ☐ Nada de "rico en", "cargado de" o "dosis máxima" si no se cumple la condición de la declaración equivalente.

3. Web, Amazon, redes y anuncios

Real Decreto 1907/1996 (art. 4) · Guía: joseangeljimenez.pro/publicidad-complementos-alimenticios/

- ☐ Ninguna enfermedad (tampoco insomnio ni diabetes) y nada de prevenir, tratar o curar.
- ☐ Nada de adelgazar ni del ritmo o la cantidad de peso perdido.
- ☐ Nada de "más rendimiento" físico, mental, deportivo o sexual fuera de un claim autorizado y con su redacción.
- ☐ Sin testimonios de profesionales sanitarios, famosos o pacientes sobre efectos.
- ☐ Sin "de venta en farmacias" ni "registrado o notificado en Sanidad" como argumento.
- ☐ Lo que dicen los creadores a los que pagas pasa la misma revisión y se identifica como publicidad.
- ☐ El anuncio, la ficha web y la ficha de Amazon dicen lo mismo que la etiqueta.

4. Antes de la primera venta

Real Decreto 1487/2009 (art. 9) y Real Decreto 191/2011 · Guía: joseangeljimenez.pro/notificacion-complementos-alimenticios/

- ☐ La empresa que figura en la etiqueta está inscrita en el RGSEAA con la clave de complementos alimenticios (26).
- ☐ El producto está notificado en la comunidad autónoma del domicilio social (o en la AESAN), antes o a la vez que la primera venta.
- ☐ Tienes a mano el justificante de la notificación: Amazon y muchos distribuidores lo piden.

¿Quieres que lo revisemos juntos?

Sesión 3×90 gratis: 30 minutos por videollamada y sales con tres prioridades para los próximos 90 días.
Reserva en joseangeljimenez.pro/director-de-marketing-ia/