

PAN

# ASÍ CAMBIARÁ EL PAN A PARTIR DEL 1 DE JULIO

¿Te gustaría saber cómo te va a afectar la nueva normativa para el pan que entra en vigor la semana que viene, pero no tienes ganas de leerte el BOE? Nosotros te lo contamos con siete ejemplos prácticos.



Pan, pan, pan pan. PEXELS.COM

**MÓNICA ESCUDERO** 27/06/2019 - 20:49 CEST

El consumo de pan en España se ha reducido a una cuarta parte en un par de generaciones: según datos del Ministerio de Agricultura, Pesca y Alimentación hemos pasado de los 134 kg de pan por habitante y año hasta los 31-32 kilos actuales. A pesar de eso -y su demonización, y la baja calidad generalizada de las versiones industriales- sigue siendo un alimento presente a diario en nuestras vidas.

El día 1 de julio entra en vigor un nuevo real decreto que pone el pan español en consonancia con el de la Unión Europea y regula puntos como la nomenclatura del pan integral, afina otros como la definición de “artesano” e incorpora otros nuevos como “masa madre de cultivo” o “masa madre inactiva”.

Comprobamos los efectos prácticos que tendrá sobre el pan que comemos empapándonos del BOE y aplicando lo que cuenta a diferentes panes que se venden actualmente, para ver cómo quedarían con la nueva normativa. Todo esto con la inestimable ayuda de la farmacéutica y experta en calidad alimentaria **Gemma del Caño**, la tecnóloga de alimentos especializada en seguridad alimentaria **Beatriz Robles** y nuestro dietista nutricionista y divulgador de cabecera, **Juan Revenga**.

## **PANRICO 100% INTEGRAL**

**¿Podrá seguir llamándose así?** Sí, ya que realmente el 100% de la harina que contiene es integral, el 54% de trigo y un porcentaje no especificado de cebada malteada (además de aceite de oliva, levadura, gluten, emulgentes y otros mejorantes panarios). Para Beatriz Robles este punto de la norma es el que más repercusión va a tener, porque desde el punto de vista de la salud hay una diferencia sustancial entre consumir un pan integral o uno elaborado con harina refinada. “La mayor parte de las guías alimentarias basadas en la evidencia, como la nueva **guía de la Generalitat de Catalunya** o el **Triángulo de la Alimentación Saludable**, incorporan solo granos integrales y dejan fuera los refinados. Y se refuerza con **revisiones como la publicada por Nutrimedia**, el Observatorio de Comunicación Científica de la Universidad Pompeu Fabra”.

Además, costará menos dinero, ya que el integral pasa a la categoría de “pan común” y su IVA baja del 10 al 4%. Gemma del Caño cree que aunque esta bajada será irrisoria para el consumidor, “favorece que la industria se plantee la posibilidad de hacer más pan integral

y deje de poner como excusa algo como el precio. Fíjate si me parece importante que iguala tipos de pan: el consumidor sabe que es mejor el integral y la tendencia será a consumir ese”.

## PAN INTEGRAL DE CENTENO HACENDADO

**¿Podrá seguir llamándose así?** No tal cual, ya que entre sus ingredientes hay harina de trigo refinada, aunque sea en una pequeña proporción (aparece como quinto ingrediente empezando por el final). Juan Revenga nos cuenta que para poder seguir comercializándose deberá mencionar el porcentaje de harina integral que utiliza (sobre el total de la harina). “La denominación se completará con el nombre del cereal, cereales o semillas comestibles de los que proceda la harina o las harinas utilizadas”.

Para evitar a la industria la tentación de jugar con los tipos de letra para disimular los porcentajes, el BOE matiza que tienen que estar escritos con el mismo tamaño, grosor, color y fuente que la harina en cuestión. Y esto es un avance, ya que “antes un pan denominado integral podía incluir 0% de harina integral a base de añadir salvado a las harinas refinadas con las que estuviera hecho. Eso en teoría ya no debería pasar”, apunta Revenga.

## PAN DE LEÑA CARREFOUR

**¿Podrá seguir llamándose así?** Solo si de verdad se hornea con leña. Para Beatriz Robles esta medida protege al consumidor, no solo porque pueda hacer elecciones más saludables, sino porque evita que se puedan usar como reclamo términos que al consumidor le resultan atractivos si estos no cumplen con unas especificaciones establecidas: el producto que compre se corresponderá con lo que espera.

Además, Robles apunta que también “se protege a los productores al exigir unas condiciones de elaboración y regular los términos ‘de leña’, ‘de masa madre’ o ‘artesano’, a los que hasta ahora no se les exigía nada (y, sí, un pan industrial que no había visto a un maestro panadero en su vida podía llamarse ‘artesano’ y venderse a 30 céntimos)”.

## PAN BIMBO REBANADA ESTILO ARTESANO

**¿Podrá seguir llamándose así?** Teóricamente no puede llamarse artesano, porque la norma establece que para llamarse artesano primará el factor humano sobre el mecánico... pero no dice nada de que no pueda llamarse “estilo artesano”, a pesar de que el peso de esa información para el consumidor es prácticamente el mismo. Además, como apunta Beatriz Robles, el decreto “no define los términos ‘factor humano’ y ‘factor mecánico’, ni especifica en qué partes del proceso puede aplicarse un proceso industrial”. También “limita la producción indicando que no se realizará ‘en grandes series’ pero, de nuevo, no dice qué cantidad de producción se considera ‘gran serie’”.

Juan Revenga también considera que este apartado es un auténtico coladero, “porque es argumentativo y no objetivable” y no obedece a criterios paramétricos bien definidos. “Ese artículo me da un poco de risa, da la impresión de que al final no importa quién pueda usar la palabra “artesanal” para alguno de los panes de su gama”. Para Gemma del Caño el matiz de “artesano” está añadido específicamente para evitar que panes de molde completamente industrializados puedan poner artesano. “Creo que es a ellos a quienes les va a afectar realmente: es muy complicado hacer una hogaza sin la mano del hombre”. Pero no hay nada que un fabricante de pan industrial no pueda trampear poniendo “estilo” o “al modo” delante.

## PAN TRADICIÓN CON MASA MADRE GRANIER

**¿Podrá seguir llamándose así?** Según los ingredientes que muestran en su página web — “trigo entero molido a la piedra (50%), con un toque de centeno con masa madre de cultivo natural (25%) y malta tostada”, además de especificar que tiene más de 11 horas de fermentación— sí podrían, pero tras pedirles la lista completa de los mismos vemos que llevas aditivos como goma xantana, E472e o E300, y la nueva norma especifica que el pan de o con masa madre no podrá llevarlos, ni incorporar más del 0,2% del peso total de la harina de levadura panadera, ingrediente que también lleva, sin especificar en qué

proporción (sí, el decreto permite usar levadura en un pan de masa madre, ahí no han afinado nada de nada).

A pesar de eso Beatriz Robles asegura que esta norma mejora no solo la que estaba en vigor, sino “también **el borrador** que estaba tramitando el Gobierno anterior, que establecía, por ejemplo, que se podía llamar pan ‘de masa madre’ a uno que estuviera elaborado con un 15% del total de la amasada y un tiempo total de elaboración de 15 horas, pero no limitaba el uso de levadura industrial”. También establece que el pH del pan cocido tiene que deberse solo a la acción de la masa madre.

## A VUELTAS CON LA SAL

El artículo 11.2 decreta que el contenido máximo de sal permitido en el pan común, como producto acabado, “debe ser de 1,31 gramos por 100 gramos de pan (13,1 g de sal por kilogramo de pan o el correspondiente 0,52 g de sodio por 100 g de pan)”, una norma que se acabará de cumplir en abril de 2022. Gemma del Caño nos cuenta que el plazo es tan largo porque “es necesario ajustar las fórmulas para que no haya diferencias significativas organolépticas para el consumidor. Irán poco a poco ajustando cantidades para que no se note”.

Juan Revenga recuerda que la normativa sobre la reducción de sal en el pan data de 2005, y aunque en un principio se alcanzó una reducción dentro de los límites, por lo que se ve, luego se relajaron y el pan volvió a llevar más sal. **En palabras de la OCU:** “Desde OCU insistíamos en que esta petición se tomara en serio. Pues en un estudio que realizamos en 2005 comprobamos que el porcentaje de sal había descendido, situándose en torno al 1,23 %, sin embargo, en un análisis del contenido de sal en los alimentos que llevamos a cabo en 2013 nos llevamos la sorpresa de que este había subido de nuevo en la barra de pan”.

Aunque no podría entrar en esta denominación el decreto también abre la puerta al uso de masa madre inactiva, un aditivo que aporta sabor y acidez al pan pero que no participa en el proceso fermentativo. A Juan Revenga le extraña que en la normativa de etiquetados por categorías no aparezca “ninguna mención relativa al uso de la expresión ‘masa madre inactiva’”, así que no se cierra la puerta a la mención de pan “con masa madre” ya sea activa (normal) o inactiva. “Me temo que es cuestión más de haber cargado más las tintas en el concepto “masa madre” que en el proceso de hacer un buen pan con auténtica masa madre”, zanja Revenga.

## MASA MADRE QUINOA, CHÍA Y ESPELTA DE THE RUSTIK BAKERY

**¿Podrá seguir llamándose así?** Van a tener que hacer algún que otro cambio: añadir los porcentajes de cada uno de los cereales o seudocereales que mencionan en la etiqueta, lo que lo deja en “masa madre quinoa 2,1%, chía 1,8% y espelta 0,7%” (la norma establece de nuevo que los números tienen que ir en el mismo cuerpo que la letra). Para Gemma del Caño que se permita que ingredientes con un porcentaje tan bajo den nombre al pan y tengan tanta visibilidad en los envases sigue siendo una brecha a la moda bien grande. “Ahora ya ocurría que le ponían ‘pan de alforfón’ a uno que llevaba un 0.1% de alforfón y la gente lo compraba porque es el que ‘suena’ ahora. Lo único bueno es que los porcentajes serán visibles y aún menores porque son respecto a la harina y no respecto al producto completo: para no hacer mucho el ridículo tendrá que aumentar las cantidades de semillas o cereales”.

Robles apunta a que esto, que ya es un coladero en los panes envasados aunque estén obligados a poner los porcentajes, va a ser un sindió con el pan a granel, por la imposibilidad de “controlar que la denominación indica también el porcentaje de ese cereal o semilla destacado, y no solo el nombre que interesa resaltar”. Revenga considera que aquí la norma no mejora las cosas y que seguimos estando expuestos “si no al fraude, sí al ‘engaño’ fácil”.

## HOGAZA DE CENTENO DE LIDL

**¿Podrá seguir llamándose así?** Aunque no especifican las proporciones, informan de que el pan contiene “harina de trigo, harina de centeno, masa madre, harina integral de centeno, agua, sal y levadura”. La nueva norma dicta que el pan elaborado con dos o más harinas de cereales, entre las que puede encontrarse el trigo, puede denominarse “pan de’ seguido del nombre del cereal o cereales que el operador quiera destacar, de entre los empleados en la elaboración”. Pero también matiza que “a continuación de cada nombre de cereal se indicará el porcentaje que dicha harina representa, respecto al total de la harina incorporada en el pan”. Así que su nuevo nombre será “hogaza de centeno” + el porcentaje del mismo que contenga, porque no es lo mismo 15% que 100% (y está bien saberlo para tomar decisiones).

Resumiendo: la nueva norma de calidad del pan tiene varias cosas buenas, como acotar el pan integral al 100% integral, bajar el mismo al tipo de IVA superreducido e introducir el



concepto de "masa madre", pero también muchas indefiniciones y vaguedades. Juan Revenga apunta que "lo más peligroso de todo el asunto del pan no es lo buena que sea nuestra norma sino los mecanismos que se interpongan para su cumplimiento". Y es que en España es mucho más fácil hacer un buen real decreto sobre alimentación que hacer que se cumpla ([aquí va un ejemplo sobre los productos milagro para adelgazar](#)).

## ¿QUÉ PASA CON LA BARRA DE PAN SIN ENVASAR QUE COMPRAS EN LA PANADERÍA?

Un formato de venta habitual del pan es sin envasar -como en las panaderías-, de donde sale en una bolsa de papel con absolutamente ninguna información. Gemma del Caño asegura que en cualquier establecimiento donde se venda pan "tienen que tener la ficha técnica disponible a disposición del consumidor, no sólo por los alérgenos sino para que podamos ver los ingredientes. La parte buena es que sólo hay que pedirla una vez, la mala es si no la tienen disponible".

Beatriz Robles lamenta que no se haya aprovechado la nueva norma para facilitar más datos. "Aparte de la denominación de venta, la información sobre alérgenos y la cantidad de un ingrediente en algunos casos -por ejemplo, cuando figure en la denominación del alimento- y el peso de la pieza, era una oportunidad para completar la información que recibimos los consumidores".

## COSAS QUE DEBERÍAS LEER



### HUEVOS

DALE VIDA A TU TORTILLA FRANCESA

**MÒNICA ESCUDERO** 17/06/2019



### CARNE

EL FILETE EMPANADO QUE ENAMORA A LOS CRÍTICOS

**MIKEL LÓPEZ ITURRIAGA** 21/06/2019



Recibe nuestra newsletter

**APÚNTATE AQUÍ**

---

## TELEVISIÓN

'MASTERCHEF': UNA TEMPORADA DE PESADILLA

**ÒSCAR BROC** 23/06/2019

## PESCADO

LA COCA DE SAN JUAN, PERO EN BONITO

**MIKEL LÓPEZ ITURRIAGA** 19/06/2019

**MIKEL LÓPEZ  
ITURRIAGA**

Y SU EQUIPO  
(CONTACTO)



