

EN LOS ALIMENTOS, ¿QUÉ DIFERENCIA HAY ENTRE FECHA DE CADUCIDAD Y FECHA DE CONSUMO PREFERENTE?

La fecha de caducidad

Es la fecha hasta la cual el producto **mantiene intactas todas sus propiedades con total seguridad para nuestra salud**. Pasada esa fecha, no se debe consumir", "A partir de ese día concreto, ni el fabricante ni el distribuidor garantizan que sea seguro"

Se usa para productos frescos envasados muy perecederos, como carnes, aves, pescados y mariscos, verduras y frutas. A partir de esa fecha aumenta el **riesgo de que proliferen microorganismos patógenos** que podrían causar una [toxiinfección alimentaria](#).

Se venden más baratos cuando están a punto de caducar

Una estrategia habitual en los puntos de venta de [producto fresco](#) es **bajar el precio de los productos con fecha de consumo próxima**. De esta forma se dinamiza su venta y se reduce el [desperdicio alimentario](#)

En estos casos hay que seguir [conservando el alimento en la nevera](#), si es refrigerado, y consumirlo o cocinarlo cuanto antes.

La fecha de consumo preferente

La fecha de consumo preferente "es la fecha hasta la cual el alimento conserva todas sus propiedades, siempre que haya estado conservado siguiendo las condiciones indicadas en el envase por el fabricante. Se utiliza en productos más estables microbiológicamente".

En este grupo encontramos las conservas, la pasta, el [arroz](#), galletas, las [legumbres](#), los yogures, las leches y bebidas vegetales las salsas...

¿Me puedo comer un alimento pasado de fecha de consumo preferente?

"No existe una norma concreta que determine cuánto tiempo después de la fecha de consumo preferente se puede comer un alimento. Dependerá de la estabilidad del producto, de sus condiciones de conservación (temperaturas frescas, baja humedad)",

"la recomendación es **no dejar pasar mucho tiempo después de la fecha de consumo preferente**. Si la fecha se pasó hace mucho, siempre debemos comprobar el estado del envase y del propio producto: si huele raro o tiene un aspecto que nos haga sospechar, hay que descartarlo".

<https://www.academianutricionydietetica.org/saber-comprar/fecha-caducidad-consumo-preferente/>