

El panel de información está normalmente a la derecha del frente o atrás. Ahí van la lista de ingredientes, la tabla de “Nutrition Facts”, los alérgenos y el nombre y dirección de quien lo hace o lo distribuye.

La línea de quién responde. Si el que pone su nombre en la etiqueta no fue el que lo fabricó, la regla dice que tiene que aclararlo con palabras como “Manufactured for” (fabricado para) o “Distributed by” (distribuido por). De esa línea hablamos en el capítulo 9.

Las fechas y el lote. Van donde caben: en la tapa, en el fondo, en el cuello de la botella. De eso es el capítulo 7.

NUNCA LE CREAS AL TAMAÑO DE LA CAJA

La caja grande no siempre trae más. Lo que trae está escrito en el treinta por ciento de abajo del frente. La regla de la FDA no deja que la cantidad neta use palabras que exageran, como “jumbo quart” o “full gallon”. Lo que sí se puede exagerar es el dibujo, el color y el tamaño del cartón.

La rutina de los 30 segundos

Esto es lo que hago yo con cualquier producto que no conozco, o con uno que conozco pero que cambió de empaque. Treinta segundos. Al principio vas a tardar un minuto. A la tercera semana lo haces sin pensar.

- 1 El nombre chiquito (5 segundos).** Abajo del nombre grande hay a veces un nombre más chiquito: “juice drink”, “flavored”, “spread”, “water added”, “cheese product”, “blend”. Ese es el nombre de verdad. El capítulo 4 te enseña a leerlo.
- 2 La cantidad neta (5 segundos).** Abajo del frente. ¿Cuántas onzas o libras trae? ¿Cambió desde la última vez?
- 3 El primer ingrediente (5 segundos).** Dale la vuelta. El primero de la lista es lo que más hay. Si es agua, azúcar o un aceite que no esperabas, ya sabes qué estás pagando.
- 4 El precio por onza (10 segundos).** En la etiqueta del estante, no en el empaque. Compara con el de al lado y con el de la marca de la tienda.
- 5 La fecha (5 segundos).** ¿Lo vas a usar antes? Si no, no es ahorro.