



TENDENCIAS EN ALIMENTOS Y SALUD: ROTULADO FRONTAL



Ministerio de Agroindustria
Presidencia de la Nación

TENDENCIAS EN ALIMENTOS Y SALUD: EL ROTULADO FRONTAL

Anualmente las enfermedades no transmisibles (ENT) provocan la muerte de 41 millones de personas, lo que equivale al 71% de los fallecimientos que se producen en el mundo.

Las enfermedades cardiovasculares constituyen la mayoría de las muertes por ENT, seguidas por las que ocasionan el cáncer, las enfermedades respiratorias y la diabetes. Estos cuatro grupos de enfermedades son responsables de más del 80% de todas las muertes prematuras por ENT. El consumo de tabaco, la inactividad física, el uso nocivo del alcohol y los malos hábitos alimentarios aumentan la prevalencia de muerte por alguna de las enfermedades mencionadas.

Por otra parte, el consumidor es cada vez más curioso, activo y exigente: no solo se preocupa por la salud y la inocuidad en el momento de consumir un alimento, sino que también le interesan el impacto ambiental de la producción, la huella de carbono, los métodos de conservación más eficientes, entre varios otros. Exige cada vez más productos con certificaciones de calidad y trazabilidad, e incluso en ciertos casos certificaciones religiosas. También le interesa conocer aspectos vinculados con la sustentabilidad de la producción y las condiciones de quienes trabajan en ella, cuestiones todas que van condicionando la oferta de información a través de los rótulos de los alimentos.

En síntesis, el consumidor exige estar cada vez más informado acerca de los alimentos que consume. Por eso es que el rotulado frontal constituye una tendencia en materia de alimentos y salud que se observa a nivel mundial.

El rotulado de los alimentos envasados tiene la función de informar sobre las propiedades y características que posee el alimento, procurando orientar al público en la decisión de compra a través de la declaración de información relevante, evitando que se describa al alimento de manera errónea o equívoca, de modo de velar por la protección del consumidor.

En este contexto, debe considerarse que la información que figura en los rótulos de los alimentos constituye el principal medio de comunicación entre el consumidor y el elaborador, por lo que la información provista por los rótulos debe ser simple y de fácil comprensión, a fin de favorecer la interpretación de las propiedades de los alimentos, y consecuentemente, permitir decisiones más acertadas y adecuadas a quienes adquieren estos productos.

En los últimos años, el número de consumidores responsables y cuidadosos con su alimentación ha crecido considerablemente y son quienes exigen mayor calidad en los alimentos y en la información que se brinda desde el sector elaborador.

Asimismo, la información que se brinda y la forma como se la brinda (esquema elegido) podría plantearse como una oportunidad en el marco de una estrategia para agregar valor y diferenciar el alimento ofertado, incluyendo nuevos desarrollos o la reformulación de productos para ofrecer una mayor cantidad y variedad de alimentos en el mercado.

El mundo avanza en la definición de modelos de rotulado frontal y su modo de adopción (obligatorio o voluntario) y esto debe constituirse en una herramienta adicional, complementaria, que brinde información más precisa, práctica, clara y sencilla sobre las características de los nutrientes que posee un alimento, presentando la información en el frente del envase.



¿Qué debe tener el rotulado frontal?

- » Debe ser comprensible para toda la población.
- » Debe estar acompañada de una campaña de educación alimentaria.
- » Debe brindar información que posibilite al consumidor realizar elecciones más saludables.
- » Debe estar adaptado a las características y particularidades de la población local, sin extrapolar directamente iniciativas de otros países.
- » Debe permitir o propiciar la reformulación de alimentos por parte de la industria de alimentos.
- » No debe demonizar alimentos.
- » No debe causar temor en el consumidor.
- » No debe causar confusión en el consumidor.

Hasta el momento, en el mundo se han identificado numerosos esquemas de rotulado frontal diferentes, lo cual demuestra de alguna manera la complejidad del tema y las dificultades existentes para determinar cuál sería el mejor esquema o el que mejor se adapte y adecue a cada población. Lo razonable es que esto se inserte en el marco de una política integral, sin pensar que el sistema adoptado podrá por sí sólo resolver la problemática de las enfermedades crónicas no transmisibles, en el marco de los sistemas alimentarios sostenibles. La gran mayoría de los países que proponen la implementación de esquemas de rotulado frontal lo hacen de manera voluntaria, mientras que otros pocos han recurrido a implementarlo de manera obligatoria (menos de 5 naciones en todo el mundo).

Cabe destacar que algunos modelos de rotulado frontal han surgido de iniciativas del sector privado (empresas/industria) mientras que otras soluciones fueron propuestas desde los gobiernos de los distintos países. En otros casos, se trata de propuestas mixtas.

A grandes rasgos, los esquemas de rotulado frontal pueden dividirse entre **descriptivos** e **interpretativos**.

En cuanto a los nutrientes que se tienen en cuenta, algunos esquemas de rotulado frontal toman nutrientes críticos o nutrientes “a limitar”, esto es, aquellos cuyo exceso en la ingesta está asociado al desarrollo de Enfermedades Crónicas No Transmisibles (ECNT) tales como grasas saturadas, grasas trans, azúcares, sodio y en muchos casos exceso de calorías.

Por otro lado, hay modelos que también tienen en cuenta el contenido de nutrientes esenciales cuya ingesta debe promoverse, o bien a componentes como frutas, hortalizas, granos, etc.

Según el modelo propuesto, algunos se miden por porción, cada 100g o cada 100 kcal que aporta el alimento y fijan distintos límites como criterio de clasificación de los mismos.

A continuación, se presentan los rotulados frontales más difundidos:

• CDO/GDA



“CDO” son las siglas correspondientes en español a “Cantidades Diarias Orientativas”. El equivalente en inglés es “Guideline Daily Amounts” o “GDA”. Las CDO/GDA indican la cantidad de energía y la de determinados nutrientes que aportan 100 gramos o una porción de un determinado alimento o bebida con respecto a las necesidades diarias de una persona. La representación gráfica lleva forma de “pilas” monocromáticas, es decir, utilizan un solo color.

El sistema de rotulado tipo “CDO/GDA”, constituye una forma simplificada de brindar la información nutricional de manera sencilla, rigurosa y objetiva. No pretende calificar o catalogar productos sino que cumple una función informativa.





Asimismo, las CDO ayudan a comprender mejor el modo en que los distintos alimentos contribuyen a una dieta equilibrada, ya que a diferencia de otros sistemas, informan sobre el porcentaje de energía y nutrientes que aporta una ración de producto respecto a lo que una persona necesita en un día. Esta información se conoce como el “porcentaje de valor diario” (% VD), y es expresado de manera obligatoria en la tabla de información nutricional. Esta forma de presentación de la información nutricional es sumamente útil, porque da una idea valorativa respecto al porcentaje que se está cubriendo en relación a lo que se recomienda consumir diariamente.

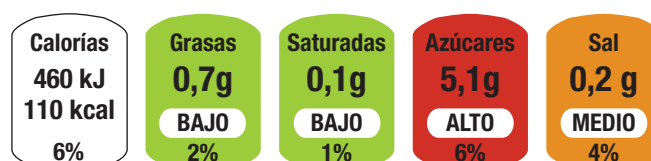
En definitiva, el etiquetado CDO/GDA permite al consumidor:

- » Tener mayor dimensión del aporte de determinados nutrientes en una porción de alimento.
- » Proporcionar la información de determinados nutrientes de forma más clara.
- » Comparar niveles de nutrientes entre diferentes alimentos.
- » Cuantificar la cantidad de calorías o de un nutriente en particular de su consumo diario.
- » Saber el % que aporta de energía y de determinados nutrientes frente a las recomendaciones diarias (RDA/IDR).

- » Ofrece información objetiva, no cataloga los alimentos, ni induce a interpretaciones erróneas sobre éstos.

Se trata de una herramienta precisa para las personas que requieren conocer en detalle el contenido de un nutriente: los diabéticos (azúcares), los hipertensos (sodio) y/o quienes se hallan en régimen de restricción alimentaria (calorías).

• CDO/GDA con colores



Otra versión de este esquema es el CDO/GDA con colores. Indica adicionalmente de manera gráfica el nivel de contenido de ciertos nutrientes críticos asociándolos con los colores rojo, amarillo y verde según parámetros definidos. El color verde simboliza el contenido bajo, el color amarillo representa el contenido medio, y el color rojo corresponde al alto contenido.

En algunos casos se incluyen, además de los colores, las palabras que indiquen estos tres niveles: bajo, medio y alto.

Así se busca facilitar la comprensión del público en la lectura de la información nutricional, promoviendo elecciones conscientes y saludables. Asimismo, le permite al consumidor distinguir el alimento que tiene diferentes niveles de esos nutrientes críticos, de modo que lo que se evalúa no es el producto en general, sino la cantidad de cada nutriente que contiene el alimento.

Del mismo modo, permite realizar comparaciones sobre aporte de nutrientes entre diferentes alimentos dentro de una misma categoría. Y para realizar una correcta y completa comparación debiera mirar el aporte de otros nutrientes (por ejemplo: vitaminas, minerales, fibra, etc.) y la lista de ingredientes. Esto último, favorecería la lectura completa de la totalidad de la información que figura en el rótulo.



Algunos estudios sugieren de manera consistente que los códigos de colores, serían el método más efectivo para atraer la atención de los consumidores. Asimismo los colores seleccionados son reconocidos fácilmente por el común de la población por su clara asociación con el semáforo del tránsito, dando así cuenta de la relación de los colores con los niveles de contenido de nutrientes.

En el contexto de las etiquetas nutricionales, el color es una excelente forma de expresar información significativa, evocar emociones y captar la atención del consumidor. En nuestra cultura por ejemplo, el rojo y el verde son muy elocuentes y pueden impactar profundamente en la cognición y la emoción del público. El procesamiento del mensaje que emana del color es innato, automático y puede llegar sin necesidad de una elaboración consciente. Además, resulta muy comprensible para toda la población, en particular la infantil o la de baja escolaridad.

Al momento de comparar productos, el objetivo es sugerir al consumidor que elija el que tenga mayor cantidad de nutrientes críticos en color verde.

Un sistema de rotulado que combine Ingesta de Referencia con código de color con un elemento de porción, ofrece a individuos y familias información adicional sobre el aporte de cada alimento o bebida que ellos elijan, en un formato muy intuitivo.

Otro de los aspectos positivos de este modelo respecto de otros, en los cuales solamente se resalta de manera negativa el exceso de un nutriente, es que también hace hincapié en el contenido mediano y bajo, sin juzgar alimentos.

- » Promueve la educación del consumidor.
- » Brinda información de diferentes niveles de contenido de nutrientes.
- » No es necesaria la realización de cálculos adicionales al producto.
- » Los colores que utiliza son ampliamente reconocidos por toda la población.

- » Brinda información adicional para realizar una correcta comparación con otros productos similares/dentro de una misma categoría.
- » Promueve la lectura completa de la totalidad de la información que figura en el rótulo.
- » Es una muy buena herramienta para personas con requerimientos nutricionales particulares debido a cuadros de hipertensión, diabetes, obesidad, etc.

• Sellos de advertencia



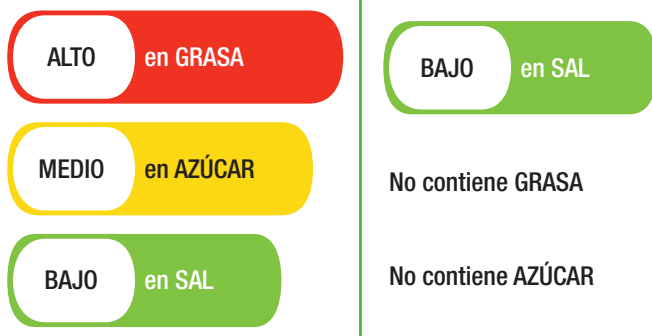
Este esquema utiliza octógonos de color negro con letras blancas que indican si un alimento es alto en/con exceso de algún nutriente crítico. En general, en este tipo de esquemas los nutrientes resaltados son azúcares, grasas saturadas, sodio y calorías.

Como es un sistema de advertencia, presenta la desventaja de que no educa al consumidor y podría generar en muchas personas temor al consumo del alimento que lo exhibe.

Respecto de los nutrientes, la propuesta evalúa solo el exceso, de modo que únicamente tiene en cuenta lo negativo, lo cual no ayudaría al consumidor a distinguir e identificar alimentos con cantidades menores de nutrientes.



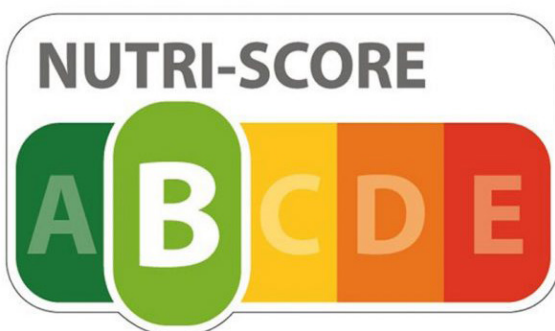
● Semáforo Nutricional



Este esquema, al igual que otros descriptos anteriormente, proporciona información sobre el contenido energético de un alimento, es decir sus calorías, y sobre nutrientes tales como azúcar, grasas totales, grasas saturadas y sal. La metodología utilizada es similar a la empleada en el semáforo de las Señales de Circulación. Según los colores que contenga indica:

- **Verde:** alimentos que pueden ser consumidos de forma habitual,
- **Naranja/amarillo:** alimentos que deberían consumirse en forma moderada,
- **Rojo:** alimentos cuyo consumo debería ser ocasional.

● Nutriscore



La finalidad de este esquema es ayudar al consumidor a elegir los productos que más contribuyen a mantener una dieta equilibrada y sana. Utiliza cinco letras (de la A a la E) que, a su vez, van asociadas a cinco colores.

La letra A se corresponde con el verde oscuro, la B con el verde claro, la C con el naranja claro, la D con el naranja medio y, por último, la E con el naranja oscuro. El verde se vincula con los productos de calidad nutricional más alta y el rojo con la más baja.

Este esquema no categoriza alimentos. Evalúa el balance de nutrientes, distribuyendo a los alimentos en quintiles y asignándoles una clasificación. Permite así discriminar entre categorías y alimentos de diferentes grupos y marcas.

● Health star rating



El *Health Star Rating* es un modelo de rotulado frontal que evalúa el perfil nutricional general de los alimentos envasados y les asigna una calificación de 1/2 a 5 estrellas. Constituye una manera rápida, fácil y estándar para comparar alimentos similares. Cuantas más estrellas contiene, más saludable es la elección.

La cantidad de estrellas se determina usando una calculadora diseñada para evaluar los nutrientes positivos y los nutrientes críticos que posee el alimento, lo cual permite discriminar entre alimentos de una misma categoría.

● Otros sellos

Son los que orientan al consumidor a elegir el producto más saludable ya que el alimento que lo exhibe debe cumplir una serie de requisitos. A grandes rasgos, son alimentos que contienen mayor cantidad de nutrientes positivos y bajo contenido de nutrientes críticos.



A continuación se muestran algunos ejemplos:



En conclusión puede apreciarse que la adopción de un esquema de rotulado frontal es una problemática compleja que requiere ser abordada multidisciplinariamente pensando en el consumidor con una visión global, y entendiendo que la decisión que se adopte tendrá implicancias en el comercio. Corresponde debatir el tema con un abordaje integral, consensuado, tomando en cuenta que el objetivo a lograr sea razonable y alcanzable.

Los problemas de obesidad y en definitiva las enfermedades no transmisibles NO se resuelven por la mera modificación del régimen actual de rotulado o sencillamente mostrando determinados gráficos o colores.

Se entiende que toda acción dirigida a establecer políticas, marcos normativos, generación de

entornos más saludables con el objetivo de prevenir las enfermedades no transmisibles, necesariamente debe estar acompañada por difusión e información dirigidas a la totalidad de la población, incluyendo datos y explicaciones sobre todo el universo de productos, y no limitarse solamente a exigencias para la industria de alimentos envasados.

Todos consumimos alimentos y todos tenemos derecho a estar informados cabalmente sobre los productos que adquirimos y que vamos a consumir. El hecho de que un alimento pueda convertirse en una preferencia -o no- para quien lo consuma, depende además de numerosas cuestiones que comprenden desde requerimientos nutricionales particulares, hasta gustos, hábitos, costumbres, precio y practicidad, entre otros aspectos.

SEA CUAL FUERE EL ESQUEMA QUE SE ADOPTE, ES NECESARIO ACOMPAÑAR LA DECISIÓN CON UN GRAN ESFUERZO DE EDUCACION AL CONSUMIDOR PARA ASEGURARLE UNA CORRECTA INTERPRETACIÓN DE LOS DATOS.

REFERENCIAS:

- » [Organización Mundial de la Salud](#)
- » [Ministerio de Salud de Chile:](#)
- » [Guide to creating a front of pack \(FoP\) nutrition label for pre-packed products sold through retail outlets. Noviembre 2016. Reino Unido.](#)
- » [Manual de etiquetado frontal nutrimental. Comisión Federal para la Protección contra Riesgos Sanitarios de México \(COFEPRIS\)](#)
- » [Perfiles nutricionales: Intencionalidad científica versus impacto real en salud pública. Informe científico - técnico FINUT. Fundación Iberoamericana de Nutrición. Granada, España. 2016.](#)
- » [Food and nutrition labelling: the past, present and the way forward. N Koen M Nutrition, R Blaauw PhD, & E Wentzel-Viljo en PhD.](#)
- » [Santé publique France. Nutriscore](#)
- » [Ministerio de Salud Pública de Ecuador. Semáforo Nutricional](#)
- » [Health star rating system Australia](#)

