

EL ETIQUETADO DE ALIMENTOS Y LA PERSPECTIVA DE UNA ALIMENTACIÓN MÁS SALUDABLE

FOOD LABELLING AND THE PERSPECTIVE OF A MORE HEALTHY EATING

Uno de los atributos de un mercado competitivo radica en que los consumidores dispongan de suficiente información al momento de elegir y comprar un bien, por ejemplo, un alimento. El concepto se conoce como simetría de información en los textos de economía. Se supone que un consumidor informado tendrá más posibilidad de realizar mejores elecciones coordinando preferencias, precios, estímulos a los que se exponga y la utilidad que asigna a diferentes bienes.

Consumir de manera saludable y tener buena salud es un valor reconocido para muchos consumidores; sin embargo, los intentos por mejorar la alimentación a través de buena información y educación alimentaria y nutricional nunca han sido fáciles o exitosos.

Algunos postulan, como lo hizo el famoso asesor de Bill Clinton que “es la economía ...” lo que finalmente define qué se compra mientras otros intentan acercarlos a los consumidores distintas formas de información simplificada, reduciendo los costos de buscarla (pocos están dispuestos a gastar más que pocos segundos en decidir si elige placer, precio o salud).

Entre esos intentos, hace unos dieciocho años apareció en nuestro país el rotulado nutricional, la tabla que informa numéricamente los datos básicos acerca de la composición nutricional de los alimentos envasados, junto con una columna final que indica qué porcentaje del valor diario recomendado aporta el producto.

Diez años después de su introducción, prácticamente 6 de cada 10 personas manifestaba usar la tabla nutricional solo a veces, pocas veces o nunca y 74% respondía lo mismo ante la pregunta acerca de la utilidad de la información¹.

Más recientemente, la Ley 27642 (Promoción de la Alimentación Saludable), –sancionada en 2021, reglamentada en 2022 y en ejecución hacia fines de 2023– incorporó en Argentina, luego de una vasta experiencia internacional el Etiquetado Frontal de Alimentos (EFA), con eje en dos elementos que lo caracteriza: su símbolo gráfico, sellos negros que advierten el exceso de nutrientes críticos y el criterio de umbrales móviles (en relación con el contenido de esos nutrientes), siguiendo la directiva de la Organización Panamericana de la Salud (OPS).

El EFA es una herramienta que proporciona a los consumidores información altamente visible y simplificada acerca de la composición nutricional de alimentos envasados. Si bien hay muchos formatos de EFA en el mundo, los más frecuentes comunican (a través de algún formato gráfico) el contenido o el exceso de nutrientes críticos como azúcares, sodio o grasas saturadas, además de la energía (kcal).

Los objetivos de los EFA son variables, desde solo proporcionar al consumidor datos clave que faciliten decisiones más informadas hasta producir cambios en los consumos disminuyendo el de alimentos ocasionales o con múltiples ingredientes hasta en algunos casos mejorar la calidad de la alimentación.

El proceso de legislación e implementación del EFA argentino ha sido largamente discutido por múltiples actores que aún hoy no terminan de ponerse de acuerdo en las virtudes o los defectos de la normativa.

La parte buena de la historia es que Argentina ya forma parte de los países que disponen un elemento más para que –con sus aciertos y aspectos perfectibles– los consumidores tengan más información al momento de decidir.

No ha pasado aún un año completo de implementación plena del EFA. Por lo tanto, la evidencia sobre su uso real y el comportamiento resultante de los consumidores sigue siendo limitada. Algunos pocos estudios coincidirían en señalar que, en líneas generales, la población conoce y le parece interesante y simple el

mensaje de las etiquetas frontales. Poco se sabe acerca de la real utilidad expresada en modificaciones al momento de comprar.

En un interesante paper², Klaus Grunert plantea un marco conceptual con varias etapas que trazan la hoja de ruta hasta los efectos perdurables del etiquetado. De este modo, los consumidores deben empezar por visibilizarlos, acostumbrarse, percibir su real utilidad, comprender objetivamente el mensaje del etiquetado, usarlo asiduamente como criterio de elección, produciendo reemplazos más saludables y expandiendo a la compra total y de manera sostenida en el tiempo los efectos de más y buena información nutricional. De estas múltiples etapas, en nuestro caso, probablemente, nos encontremos transitando solo las tres primeras.

El criterio de éxito del EFA puede limitarse a varios aspectos: cuántos productos de diferentes categorías fueron reformulados por la industria, qué alimentos con excesos de nutrientes críticos redujeron su consumo, cuál es la incidencia de esto en la ingesta total, cuáles son los reemplazos más comunes y qué proporción de la población realizó cambios saludables en sus elecciones y en su dieta total como respuesta al EFA.

En esta edición de Actualización en Nutrición celebramos la publicación de tres artículos originales que desde distintas perspectivas investigan dimensiones vinculadas, en los primeros dos casos al EFA, y en el tercero a la regulación de la comercialización de alimentos libres de gluten.

El camino progresivo a una alimentación más saludable para el conjunto de la población y la garantía de seguridad alimentaria en forma sostenible requiere múltiples estrategias, entre ellas una educación alimentaria y nutricional que sea capaz de producir cambios comportamentales poblacionales y un contexto de precios de alimentos que los favorezca.

El EFA es una herramienta estratégica en ese camino y artículos como los que presentamos en este número suman evidencia útil para comprender mejor los aciertos y las insuficiencias de las regulaciones en materia de alimentos.

REFERENCIAS

1. Indart, P., Tuñón, I. (2017). Aportes para la educación alimentaria: información nutricional y etiquetado como una oportunidad [en línea]. Observatorio de la Deuda Social Argentina. Barómetro de la Deuda Social de la Infancia. Serie del Bicentenario (2010-2016), Boletín n° 1. Universidad Católica Argentina. Disponible en: <http://bibliotecadigital.uca.edu.ar/repositorio/investigacion/aportes-educacion-alimentaria-2017.pdf>
2. Grunert, K.G. and Wills, J.M. (2007) A Review of European Research on Consumer Response to Nutrition Information on Food Labels. *Journal of Public Health*, 15, 385-399.

Sergio Britos

Nutricionista

Profesor en Pontificia Universidad Católica Argentina,
Universidad Nacional de Entre Ríos y de Buenos Aires