

Revisión sobre Etiquetado Frontal de Alimentos y Sistemas de Perfiles Nutricionales en el marco del diseño de Políticas Públicas

Junio, 2018

Síntesis Ejecutiva

Sergio Britos ¹, Ayelén Borg ², Catalina Guiraldes ³ y Graciela Brito⁴

Los autores declaran la inexistencia de conflicto de interés de ninguna naturaleza en la elaboración de este documento.

¹ Director de CEPEA, Profesor Adjunto de la Pontificia Universidad Católica Argentina (UCA), Profesor Titular y Coordinador de la Licenciatura en Nutrición (UNER) y Profesor Asociado y Docente categorizado en la Facultad de Medicina (Escuela de Nutrición) (UBA)

² Analista adjunta de CEPEA, Docente auxiliar (JTP) en la Escuela de Nutrición (UBA)

³ Analista de CEPEA

⁴ Docente auxiliar (JTP) en la Escuela de Nutrición (UBA)

Revisión sobre Etiquetado Frontal de Alimentos y Sistemas de Perfiles Nutricionales en el marco del diseño de Políticas Públicas

El documento reúne y sintetiza los resultados de dos proyectos previos: “Evaluación de acciones de la industria sobre entornos alimentarios vinculados a obesidad y enfermedades crónicas no transmisibles” (Becas Carrillo-Oñativia, Ministerio de Salud, junio 2016) y “Modelización de los impactos nutricionales, productivos y económicos de sistemas alternativos de perfiles nutricionales” (proyecto multicéntrico, Becas Abraam Sonis, Ministerio de Salud, mayo 2018) e integra los resultados de la labor continua del equipo de CEPEA en materia de perfiles nutricionales de alimentos y estrategias de etiquetado frontal.

Síntesis de los conceptos, resultados y conclusiones significativas

1.- El avance del sobrepeso/obesidad y enfermedades crónicas (EC) plantea el marco para decidir intervenciones orientadas a disminuir el ritmo de crecimiento. Diferentes áreas gubernamentales, académicas, profesionales y la industria alimentaria se hallan discutiendo alternativas; una de las cuales son las estrategias que regulen la información nutricional que se suministre a través de sistemas de etiquetado nutricional en el frente del envase (etiquetado frontal o sistemas ENFE).

2.- Los factores alimentarios determinantes de sobrepeso/obesidad y EC se originan en el mantenimiento de un patrón alimentario poco saludable, distante de las recomendaciones de las guías alimentarias; por bajos consumos de los alimentos considerados más saludables; excesos de los de calidad más baja (y consumo ocasional y moderado) y también altos consumos de harinas, panificados, pastas de harina y sus productos derivados.

3.- Los alimentos que se consumen a granel (no envasados) aportan en promedio el 38% de la ingesta energética estimada en la población argentina; solo el 27% de las calorías totales se origina en alimentos envasados que por su composición e identidad podrían ser reformulados por la industria alimentaria para disminuir su contenido de nutrientes críticos.¹

4.- La brecha de consumo (medida en unidades de densidad o calidad nutricional²) de hortalizas, frutas, lácteos y granos, cereales integrales y legumbres es de 66% (respecto de la pauta

¹ Datos propios basados en el análisis de los volúmenes de compra de alimentos y bebidas del promedio de la población argentina, según la Encuesta Nacional de Gasto de Hogares (INDEC, 2012). Un resumen de los datos puede consultarse en www.cepea.com.ar (mapa alimentario 2018).

² Las unidades de densidad o calidad nutricional se refieren al Índice de Densidad de Nutrientes. El IDN es una medida de calidad nutricional de alimentos y dietas, que se basa en el Nutrient Rich Food Index (NRFI, Universidad de Washington), con adaptaciones. Mide la densidad nutricional de 9 nutrientes esenciales (proteínas, fibra, calcio, hierro, zinc, potasio, vitaminas A, C y B9), tres nutrientes críticos (ácidos grasos saturados, sodio y azúcares totales) y almidón. Permite clasificar a los alimentos en tres niveles de densidad o calidad nutricional: alta o superior (tercer tercil de puntaje de IDN), intermedia (segundo tercil) y baja o mínima (primer tercil). El ordenamiento del IDN en los 320 alimentos y bebidas cuyos consumos fueron registrados en la ENGHO 2012 es totalmente consistente con los mensajes y recomendaciones de las guías alimentarias para la población argentina.

saludable); el exceso de azúcares (en bebidas y alimentos) es de 45% y el exceso de almidones de baja calidad (pobres en fibra) alcanza el 66%.

5.- La aplicación de modelos de ENFE basados en el concepto de “advertencias” (ej.: modelo chileno) conducen a un muy alto grado de discriminación (desaliento) de alimentos hoy presentes en el mercado³; en muchos casos, se trata de productos que en términos de su densidad global de nutrientes (calidad nutricional) y su aporte de nutrientes son recomendados por las guías alimentarias.

6.- Los modelos de ENFE de tipo interpretativos o resumen (ej. modelos francés o australiano) conducen a un nivel más bajo de discriminación (desalientan menos), pero más alto de especificidad (concordancia entre alimentos no discriminados y su densidad de nutrientes).

7.- Luego de modelizar la dieta observada (promedio de la población argentina)⁴, los sistemas ENFE de advertencia (ej. modelo chileno) y los interpretativos (ej. NutriScore) tienen resultados similares en reducción teórica factible en la ingesta estimada de azúcares (el mayor nutriente crítico en exceso), ácidos grasos saturados y energía (kcal). El sistema que resulta en menores disminuciones es el GDA.

8.- Todas las disminuciones teóricas factibles luego de la modelización impactan en no más de un 28% de la ingesta total de energía; razón por la cual el impacto de tales reducciones en el Índice de Calidad de Dieta es marginal. En la dieta observada el índice de calidad alcanza un 45% del estándar saludable y en ninguno de los escenarios modelizados se llega al 50%.⁵

9.- En el patrón alimentario promedio local, solo cinco subcategorías de productos reúnen la condición simultánea de ser susceptibles al etiquetado (factible de reformulaciones para reducir nutrientes críticos) y aporte de algún nutriente crítico (incidencia) mayor a 5% en la dieta⁶: bebidas azucaradas, carnes procesadas y fiambres, galletitas dulces rellenas y quesos duros.

10.- La aplicación de umbrales típicos de los ENFE de advertencia podría derivar en que los consumidores consideren como poco saludables algunos productos de las subcategorías: quesos, yogures, leches, carnes o algunas frutas procesadas; o que entiendan que son de calidad

³ Mayor al 90%

⁴ La modelización de la dieta se refiere a los efectos posibles de sistemas ENFE y perfiles nutricionales (SPN), bajo el supuesto (teórico) de que los alimentos de las categorías más susceptibles al etiquetado fueran reformulados en sus perfiles (adecuándose a los criterios o umbrales de cada SPN) y que la población respondiera de forma totalmente consecuente (100% de elección de los productos reformulados). El análisis se realizó partiendo de los resultados de la ENGH0 2012 y analizando en qué medida el cambio de perfiles se traduciría en reducciones de las ingestas estimadas de nutrientes críticos (comparado con el basal de la ENGH0 sin modificación). Manteniendo sin cambios los consumos de cada subcategoría modelizada, se imputó un perfil nutricional mejorado, equivalente al promedio de contenido de nutrientes críticos, si se reformulasen los alimentos que no calificaban según cada SPN.

⁵ El Índice de calidad de dieta se mide ponderando la ingesta estimada de energía (kcal) de cada alimento (en relación a la energía total de la dieta) según su correspondiente IDN. El estándar es el Índice de calidad de dieta del patrón saludable según las guías alimentarias.

⁶ Datos propios basados en el análisis de resultados de la ENGH0 2012

similar algunos panificados o galletitas que, por su contenido de fibra, granos o índice glucémico, son mejores que otras alternativas en su misma categoría.

11.- Si el objetivo de un sistema ENFE fuese orientar las elecciones alimentarias hacia un perfil de mejor calidad nutricional de la dieta en su conjunto, según la evidencia deberían ponderarse (además del alto contenido de nutrientes críticos) la presencia y cantidad de fuentes de fibra, calcio, potasio y vitaminas A y C.

12.- Es pertinente que la decisión de adopción de un sistema ENFE se armonice en el seno del Mercosur y en el contexto del proceso que está ocurriendo en el Codex Alimentarius.

13.- Es pertinente que la decisión de adopción de un sistema ENFE se base en evidencia local sobre la preferencia, percepción, comprensión objetiva y utilización de modelos alternativos.

14.- Es pertinente que la decisión de adopción de un sistema ENFE considere criterios, umbrales o algoritmos de perfiles nutricionales cuya aplicación sea absolutamente consistente con los mensajes y recomendaciones de las guías alimentarias.

15.- En relación con el punto anterior, el documento avanza en una propuesta posible de perfil nutricional aplicable a alimentos locales. Aun así, este perfil también dejaría por fuera a algunos alimentos cuyo consumo es alentado por las guías alimentarias; como es el caso de varios quesos, yogures, leches, carnes o algunas frutas procesadas o también haría que se consideren poco saludables por igual algunos panificados o galletitas que por su contenido de fibra, granos o índice glucémico, son mejores que otras alternativas en su misma categoría.

16.- Estos casos particulares merecen un mayor análisis que contemple en qué medida su contenido de nutrientes críticos (alto) es un riesgo colectivo mayor que su condición de fuente algunos nutrientes o componentes (frutas, por ejemplo) que aún siguen siendo deficitarios en la población. En algunos casos, además, la presencia de nutrientes críticos (grasas saturadas lácteas o en carnes, lactosa en lácteos) es parte intrínseca de su matriz alimentaria y sus efectos no son equivalentes a los producidos por los mismos nutrientes en forma aislada o cuando son agregados industrialmente.

Como síntesis y conclusión final, es necesario seguir transitando una hoja de ruta que conduzca a la adopción de medidas convergentes de política pública para promover una alimentación saludable y garantizar la seguridad alimentaria de toda la población. El ENFE es una más de esas medidas; no es ni la única ni la más importante.

La educación alimentaria, clave en los primeros años y en la escuela, dónde se conforman primero y consolidan después los gustos y preferencias y los conocimientos perdurables; las medidas económicas que mejoren la asequibilidad de alimentos y de una dieta global saludable y disminuyan su costo impositivo (hoy en el orden del 40% en promedio) y el diseño de

entornos saludables (en especial pero no únicamente en las escuelas) son otros componentes de más largo plazo y complejidad, pero también necesarios.

Mientras se transita esa hoja de ruta, la adopción de un ENFE debería ser el resultado de un proceso bien documentado en evidencia local, que sea una real contribución para mejorar la calidad de dieta, con el mínimo grado necesario de afectación de la disponibilidad y variedad de alimentos y armonizado con los lineamientos que se formulen en el marco del Mercosur y el comercio internacional de alimentos en el que nuestro país manifiesta alto interés en ser partícipe.
