

Posición técnica de CEPEA en relación con la adopción de un modelo de etiquetado frontal de alimentos y sistema de perfil de nutrientes en Argentina

Agosto 2020

Las autoridades de los Ministerios de Salud, Agricultura y Desarrollo Productivo han reactivado el proceso para la adopción de un modelo de etiquetado frontal de alimentos (FOP, por sus siglas en inglés: Front of Pack Labeling, tal como es ampliamente identificado en la literatura) en la Argentina y en el marco del acuerdo entre los países del Mercosur.

La adopción de un FOP se discute desde hace unos cinco años en el marco de reuniones interministeriales con participación del ámbito académico, científico, organizaciones de la sociedad civil y representantes del sector productivo.

El FOP es una herramienta que permite visibilizar de manera simple y rápida el valor nutricional de alimentos o bebidas que se venden envasados, en algunas ocasiones destacando el exceso de nutrientes a limitar o críticos¹ y en otras considerando la presencia de nutrientes que deben promoverse por su esencialidad o condición deficitaria^{2,3}. Así, algunos modelos de FOP se denominan “de advertencia” (cuando solo destacan la presencia de nutrientes a limitar) y otros “de síntesis” (cuando refieren el valor nutricional global). También existen FOP’s solo “informativos” (cuando se limitan a informar el contenido de nutrientes, sin advertir ni evaluar).

El propósito de los FOP’s como herramienta de la política alimentaria o nutricional puede limitarse a garantizar a los consumidores el derecho a una compra más y mejor informada o extenderse a un objetivo superior como el de aumentar la calidad de dieta y de esta manera contribuir a ralentizar la tendencia creciente de obesidad y enfermedades crónicas no transmisibles (ECNT).

La mejoría de la calidad de dieta se produce cuando las personas consumen regularmente una dieta con predominio de alimentos con mayor densidad de nutrientes a promover (o esenciales) que a limitar (o críticos) en un contexto de energía adecuada al gasto calórico. Siguiendo esta definición, un buen modelo de FOP es aquel que acompaña a las personas en un tránsito progresivo de disminución de alimentos fuente de nutrientes críticos y pobres en esenciales hacia lo inverso.

¹ Generalmente grasas, ácidos grasos saturados y trans, sodio o azúcares más el contenido energético

² Por ejemplo proteínas, fibra, presencia de hortalizas o frutas en el alimento

³ Anteproyecto de directrices para el etiquetado nutricional en la parte frontal del envase; Programa conjunto FAO/OMS sobre normas alimentarias, 45 reunión, Codex, mayo 2019

Ese proceso de cambio hacia una dieta de mejor calidad nutricional debe acompañarse de otras estrategias convergentes: educación alimentaria, entornos más saludables, diversidad de oferta de alimentos, precios asequibles, entre otros. En ese contexto, el FOP es una herramienta más.

Los FOP's consisten en logotipos de diferente naturaleza, formas o colores que tienen la finalidad de captar la atención de las personas y ser lo suficientemente claros como para facilitar la comprensión de su mensaje implícito: advertir en el caso de los FOP's de advertencia o señalar el valor nutricional global en los de síntesis. El formato (colores del semáforo, sellos negros o rojos, lupas, estrellas o escala de colores, entre otros) es un factor clave, explícito.

Sin embargo, otro aspecto clave, más implícito, es el perfil de nutrientes que acompaña al modelo. Los sistemas de perfil de nutrientes (SPN)⁴ son los criterios bajo los cuales se clasifican los alimentos en dos (dicotómicos, bueno/no bueno), tres (tricotómicos, bueno/medio/no bueno) o más (escalas desde lo más a lo menos bueno) niveles de calidad nutricional. No es objeto de este documento profundizar en el tema SPN, pero si repasar algunos aspectos importantes para una mejor comprensión.

Los SPN se basan en umbrales o escalas de contenido de nutrientes para delimitar los niveles de calidad nutricional. Solo se refieren a contenido de energía, nutrientes o componentes de la matriz alimentaria de los alimentos (presencia de hortalizas o frutas o de edulcorantes no nutritivos por ejemplo). Adoptan como referencia la cantidad 100 g o ml de alimento, su porción o una unidad calórica (ej. 100 kcal). Y difieren según el tipo y número de nutrientes contemplados (cuáles y cuántos nutrientes a limitar y a promover)⁴.

Sin embargo, un aspecto clave en la definición de un SPN es que sus umbrales o la escala de contenido de los nutrientes contemplados debe asegurar que la clasificación resultante entre cuáles alimentos se considera buenos o aconsejables y cuáles se desaconsejan o desalientan guarde estricta coherencia con las guías alimentarias (GAPA en el caso de Argentina) y con las recomendaciones de la evidencia científica más reciente⁵.

Un SPN que desaliente el consumo de alimentos que las GAPA o la evidencia científica recomiendan merece alguna reconsideración o análisis en particular.

Para asegurar una discriminación consistente o adecuada concordancia entre un SPN y las recomendaciones es necesario validar su clasificación (dados sus umbrales o escalas) en relación con las GAPA o con algún criterio de evaluación de calidad nutricional de alimentos preexistente⁶.

Siendo el perfil nutricional de un alimento el foco de un SPN, la densidad de nutrientes parece ser una medida apropiada para establecer gradientes de calidad nutricional y comparar (validar) los resultados de la aplicación de diferentes SPN.

La densidad de nutrientes de alimentos es la relación entre la concentración de nutrientes esenciales y críticos y el peso o volumen de un alimento o su contenido energético. Se mide a través

⁴ Documento de debate sobre las directrices generales para el establecimiento de perfiles nutricionales para el etiquetado de alimentos; Programa conjunto FAO/OMS sobre normas alimentarias, 45 reunión, Codex, noviembre 2019

⁵ <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4814348/>

⁶ Guiding principles and framework manual for front-of-pack labelling for promoting healthy diet; WHO 2019

de la sumatoria de contenido de ambos tipos de nutrientes, referidos al denominador elegido: peso/volumen o contenido energético (kcal). El resultado es un valor que se ubica en una escala ordinal desde los alimentos de menor a mayor densidad de nutrientes.

Hay diferentes métodos para medir la densidad de nutrientes: dos de los más conocidos son el Nutrient Rich Food Index (NRFI)⁷ y el score desarrollado por la Agencia británica de Estándares Alimentarios (score FSA)⁸.

El NRFI es un método que combina diferentes nutrientes esenciales (una de sus versiones más conocidas incluye nueve) y tres nutrientes críticos: ácidos grasos saturados, sodio y azúcares.

El score FSA considera los mismos nutrientes críticos y la energía de cada alimento y los componentes a promover son el contenido de fibra, proteínas y el de hortalizas, frutas y frutos secos.

No se describen en este documento más características técnicas de cada método (se hallan en numerosas publicaciones científicas). Solo agregar que ambos tienen escalas inversas (el NRFI es creciente desde los alimentos de menor a mayor densidad nutricional o calidad mientras que en el score FSA cuanto más bajo el valor mejor la calidad nutricional) pero ambos se correlacionan en el sentido de medir con bastante coincidencia la calidad nutricional de los alimentos.

Cualquiera sea el método (NRFI o score FSA), ambos ordenan los alimentos según su relación nutrientes a promover/a limitar. En trabajos desarrollados por CEPEA, hemos encontrado que el ordenamiento de alimentos resultante (de ambos métodos) es consistente con las recomendaciones de la evidencia científica y con las GAPA.

Estas (versión 2016)⁹ clasifican los alimentos en dos grandes familias: los que se recomiendan consumir regularmente (diario) y los que se consideran y recomiendan como de consumo ocasional.

Los primeros son los alimentos pertenecientes a los grupos de hortalizas, frutas, leche, yogur y quesos, carnes y huevos, cereales, legumbres, pan, papa y pastas y aceites, frutos secos y semillas.

Los de consumo ocasional incluyen grasas sólidas, aderezos, azúcar, dulces, mermeladas, bebidas e infusiones azucaradas, alfajores, galletitas dulces, chocolates, golosinas, snacks, panificados dulces o salados, tortas, postres azucarados, caldos, sopas instantáneas y conservas, fiambres y embutidos.

No existe en las GAPA ninguna categoría de alimentos adicional a aquellas dos: solo los que deben consumirse regularmente y los que deben limitarse a un consumo más esporádico. Entre los alimentos que se promueven (los primeros), las GAPA utilizan el término “preferencia” (aunque siempre en un contexto de recomendación diaria) cuando se refiere a la leche y yogur descremados y a los quesos blandos antes que los duros o los que aporten mayor contenido de grasas y sal; también a los cereales integrales comparados con los que no lo son. Llamativamente, ni en los mensajes ni en el plan alimentario modelo propuesto por las GAPA hay referencia a las galletitas no

⁷ Drewnowski A.; Fulgoni V.; Nutrient density: principles and evaluation tolos; Am J Clin Nutr 2014;99 (suppl): 1223S–8S.

⁸ Rayner M.; Scarborough P.; UK Ofcom Nutrient Profiling Model: defining ‘healthy’ and ‘unhealthy’ foods and drinks for TV advertising to children; University of Oxford, 2009

⁹ Guías Alimentarias para la población argentina. Documento metodológico; Ministerio de Salud, 2016

dulces, tipo crackers o tostadas o similares, ni en el grupo de alimentos que se recomienda consumir diariamente ni en los de consumo ocasional. La interpretación que surge de la lectura completa del documento es que son consideradas como reemplazo del pan (y por lo tanto su consumo no limitado a una frecuencia ocasional, sino sujetas al pan como “preferencia”).

De la interpretación de las GAPA surge la siguiente clasificación de alimentos según su frecuencia de recomendación.

Tabla 1: Clasificación de alimentos en las GAPA

Grupo de alimentos	Frecuencia regular		Consumo ocasional
	Preferencia	No preferencia	
Hortalizas	Todas		Ninguna
Frutas	Todas		Ninguna
Leche, yogur y quesos	Leche y yogur no enteros; quesos blandos	Resto	Ninguno
Carnes y huevos	Todas; aumentar pescado	Grasa visible en carnes	Fiambres y embutidos
Cereales, legumbres, pan, papa y pastas	Cereales integrales, legumbres, pan integral, papa y pastas integrales, ¿galletitas no dulces y tostadas integrales ?	Cereales, pan y pastas no integrales, ¿galletitas y tostadas no integrales ?	Ninguno
Aceites, semillas y frutos secos	Todos		Ninguno
Alimentos ocasionales			Grasas sólidas, aderezos, azúcar, dulces, mermeladas, bebidas e infusiones azucaradas, alfajores, galletitas dulces, chocolates, golosinas, snacks, panificados dulces o salados, tortas, postres azucarados, caldos, sopas instantáneas y conservas, fiambres y embutidos

Elaboración propia en base a GAPA 2016

En una reciente publicación del Ministerio de Salud¹⁰ se analiza la concordancia entre la clasificación de ocho SPN (los de Chile, Uruguay, Bolivia, Perú, Ecuador, uno propuesto por la Coordinadora de Cámaras de Productos Alimenticios -COPAL-, el modelo británico GDA y el SPN de OPS) y las GAPA.

En su desarrollo metodológico, la publicación especifica el tratamiento de los SPN según se trate de sistemas dicotómicos (Chile, Perú, Uruguay, OPS) o tricotómicos (el resto). El trabajo no incluye en la evaluación el sistema francés NutriScore, uno de los modelos de FOP y SPN de mayor crecimiento en Europa y consideración a nivel global. Las razones expuestas para excluirlo (página 13 del documento) hacen referencia a la imposibilidad de calcularlo, cuando en realidad hay suficientes antecedentes¹¹ que describen de forma muy detallada cómo se integra el porcentaje de vegetales, frutas y legumbres en el cálculo de NutriScore.

En la misma sección metodológica, la publicación del Ministerio especifica que -a los efectos del análisis de concordancia- se clasificaron los alimentos según los criterios GAPA y -para algunos casos- se menciona un “criterio propio” (sin especificar cuál fue); a continuación, se explicitan tres grupos de alimentos identificados como “a promover”, “a moderar” y “a limitar”.

El análisis en detalle de la clasificación expuesta (que consta en el anexo 2 del documento) presenta algunas inconsistencias con la lectura del documento metodológico de las GAPA que se suman al hecho que en ningún lugar de las mismas se menciona la existencia de ningún grupo de alimentos cuyo consumo deba moderarse. Reiteramos que las GAPA solo clasifican alimentos en dos grupos según su frecuencia de consumo: regulares y ocasionales. El término “moderar” en las GAPA solo refiere a los alimentos de consumo ocasional.

Las limitaciones que hallamos en el documento del Ministerio quizá puedan merecer alguna reconsideración y eventual reformulación de los resultados de la publicación o mejor fundamentación. El trabajo no consideró la performance de cada SPN en relación con algún método de evaluación de densidad de nutrientes como los mencionados más arriba (o algún otro). Y algo de mayor importancia o por lo menos extraño es la razón mencionada para excluir del análisis al método NutriScore dada su importancia y reputación.

Las definiciones metodológicas del documento del Ministerio (elección de los SPN y clasificación propia de las GAPA) y sus resultados son coherentes con algunas expresiones previas en el sentido de preferir un SPN que discrimine de manera masiva alimentos ultraprocesados.

Los SPN dicotómicos con umbrales altos de exigencia (OPS, Chile, México) cumplen esa finalidad ya que desalientan la elección de una elevada cantidad de alimentos, muchos de los cuales no son limitados por las GAPA y además son fuente de nutrientes o componentes esenciales o deficitarios en la dieta de la población.

¹⁰ Análisis del nivel de concordancia de sistemas de perfil de nutrientes con las GAPA, Ministerio de Salud, 2020

¹¹ Portal oficial de Santé Publique France <https://www.santepubliquefrance.fr/determinants-de-sante/nutrition-et-activite-physique/articles/nutri-score>, en su apartado “questions-réponses scientifique et technique ([versión française](#) / [versión anglaise](#)) tanto en francés como en inglés, en el Apéndice 1 (a partir de la página 17) (Appendix 1: Guidance on quantifying the fruit, vegetable, pulse, nut, and rapeseed, walnut and olive oils content of a processed product).

Ese sesgo colisiona al menos parcialmente con el objetivo de ofrecer a los consumidores un rango de elecciones desde las menos saludables a las más y con un objetivo superador: mejorar la calidad de dieta en clave con una mejor y más alta densidad de nutrientes.

El resultado -aún en la hipótesis de ser eficaz- de la aplicación de SPN dicotómicos y con umbrales muy exigentes: disminuir masivamente las compras de alimentos envasados, no es un prerrequisito “sine qua non” de una mejor calidad de dieta, ya que los alimentos desplazados pueden no necesariamente ser reemplazados por otros mejores (niveles tan altos de discriminación reducen significativamente las opciones). Un riesgo latente es el reemplazo de alimentos desalentados por el SPN y FOP por otros que no siendo etiquetados (ej. pan, panificados de panadería, fideos, arroz, polenta, papa) representan altos aportes de carbohidratos de baja calidad nutricional en la típica dieta de nuestra población.

El éxito de un buen SPN no debería medirse según cuántos alimentos envasados discrimine negativamente sino cuántos de baja densidad global de nutrientes señale correctamente, independientemente de su condición de envasado o granel.

A modo de comparación, sobre la base del trabajo que desde CEPEA realizamos en forma continua desde 2007 en materia de análisis de FOP y SPN, hemos analizado la concordancia entre los alimentos y bebidas discriminados negativamente por uno de los SPN evaluados en el documento del Ministerio (el modelo chileno) y los alimentos que las GAPA recomiendan como alimentos de consumo regular y no limitado¹².

El sistema aplicado en Chile desalienta como poco saludables (al menos un sello de advertencia) al 84% de alimentos y bebidas envasados de consumo y venta masiva en Argentina. A la vez, del conjunto de alimentos que las GAPA recomienda (todos menos los de frecuencia ocasional), el modelo chileno deja afuera al 79%. Más aún, si solo se considera a los alimentos de primera o mayor preferencia GAPA, el porcentaje discriminado alcanza a 55%.

Muchos de los alimentos desalentados (casi el 25%) son fuente de nutrientes esenciales o deficitarios o de hortalizas, frutas o legumbres, alimentos de significativo bajo consumo en nuestra población. Gran parte de estos alimentos que terminan discriminados lo son porque superan solo marginalmente alguno (no más de uno) de los umbrales del modelo chileno, aunque a expensas de ser fuente de buenos nutrientes.

Sería deseable que el proceso de decisión de un FOP y su consecuente SPN, largamente anhelados como herramientas de políticas de alimentación saludable pudiera considerar argumentos como los que planteamos en este documento, al menos su lectura. La misma seguramente puede ser una contribución para quizá ratificar algunas posturas del Ministerio de Salud, modificar otras, o considerar algunos tratamientos particulares que mejoren la consistencia entre el resultado de la aplicación de un FOP y la mejor evidencia científica disponible.

¹² Los datos que se exponen corresponden a un trabajo aún no publicado de CEPEA referido a la validación de tres sistemas de perfil de nutrientes; en ese trabajo se analizan 2164 alimentos y bebidas disponibles en el mercado de consumo masivo de Argentina y se comparan los resultados de la aplicación de cada uno de los sistemas evaluados (modelo chileno, GDA británico y NutriScore) en relación con las recomendaciones de las GAPA y los sistemas NRFI y FSA score

En particular quisiéramos reiterar al Ministerio de Salud nuestra sorpresa por la exclusión de un sistema probado y largamente evaluado como NutriScore. Ante la decisión ya tomada, sugerimos afinar los aspectos metodológicos inherentes a la validación de los diferentes SPN con estándares adicionales (ej.: densidad de nutrientes o métodos de perfilado como el score FSA ya previamente validados según consta en la bibliografía específica); o corregir o explicitar la clasificación GAPA expuesta (en particular la aplicación de “criterios propios”).

Y eventualmente, si el modelo a adoptar fuera por ejemplo el chileno, establecer las modificaciones necesarias de forma de perfeccionar su concordancia con una correcta clasificación de calidad nutricional de alimentos (ej. suavizar sus umbrales de manera que no se discriminen negativamente alimentos que las GAPA no limita y que son fuente de nutrientes esenciales o deficitarios).

La implementación de un etiquetado frontal en alimentos es un extraordinario acierto en materia de política alimentaria o nutricional. Es menester la adopción de un modelo y su correspondiente sistema de perfil de nutrientes debidamente ponderados en el marco de un proceso enriquecido por el más amplio aporte de la comunidad científico-técnica.