

## Implementación del etiquetado frontal en Argentina y sus implicancias en alimentos de interés en nutrición pública: *Caso alimentos libres de gluten*

Mariana Albornoz, Florencia Vázquez, Lautaro Arriagada, Sergio Britos

### Contextualización y objetivos

Según registros actuales de la ANMAT, los productos envasados certificados como *libres de gluten* o sin TACC (Trigo, Avena, Cebada, Centeno), conforman un conjunto de más de 23 mil productos de los cuales aproximadamente un tercio corresponde a alimentos de consumo recomendado por las GAPA (leche, yogur, quesos, diferentes variedades de cereales, conservas de pescado, legumbres, vegetales y frutas). Los quesos entre los lácteos, las conservas y los panificados entre los cereales son individualmente los más numerosos (dos tercios de aquel tercio). Mientras que el resto está conformado por un amplio mix de productos entre ellos de consumo ocasional, infusiones, productos para necesidades específicas (ej fórmulas), aceites y aguas.

Parte de esta oferta conforma el patrón alimentario de la población celíaca, que en términos generales no difiere de las características representativas del modelo dietario del resto de la población: monotonía en las elecciones alimentarias; déficit en el consumo de legumbres, verduras y frutas; amplio consumo de alimentos de consumo ocasional; y una marcada predominancia de alimentos feculentos de pobre calidad nutricional.

Esto último refleja -también en esta población- la tendencia cultural hacia este tipo de alimentación, acompañada además por una industria alimentaria que ofrece e intenta satisfacer lo que la población demanda.

En línea con ello, la reciente implementación del etiquetado frontal de alimentos (FOP por sus siglas en inglés) busca facilitar la lectura y comprensión de la información nutricional de los productos envasados, lo cual impactaría en la elegibilidad de los mismos por parte de los consumidores según la cantidad de sellos de advertencia que tengan.

La población celíaca, que por su propia definición ya se enfrenta a una oferta limitada de productos, hallará en el etiquetado frontal un elemento disuasor adicional, independientemente de la utilidad que suponen las advertencias sobre excesos en nutrientes críticos -energía, azúcares, grasas, socio- y por la presencia de edulcorantes no calóricos y cafeína en los productos.

Ante la necesidad general de una transición hacia patrones alimentarios más saludables junto a prácticas más sustentables, la implementación de la Ley 27642 -Promoción de Alimentación Saludable- puede transformarse en una ventana de nuevas oportunidades:

a) En la medida en que los consumidores desplazan progresivamente productos sin TACC con sellos de advertencia, parte de esos consumos pueden ser reemplazados por otros alimentos que en condiciones naturales son libres de gluten, incluso mejorando de esta manera la calidad de la alimentación.

b) La industria alimentaria seguramente encarará procesos de reformulación en sus productos, mejorando su perfil nutricional para lograr un mejor posicionamiento en relación a los umbrales del etiquetado. Si esa mejoría ocurre entre las opciones más saludables (aquel tercio que mencionamos en el primer párrafo) sería también una contribución a una mejor calidad de dieta en la población celíaca.

c) La demanda de los consumidores podría abrir caminos en el desarrollo de nuevos productos certificados que garanticen una buena calidad nutricional. Ej. opciones de harinas integrales de cereales, pseudocereales, legumbres e incluso semillas y frutos secos. Además de otras alternativas de consumo como legumbres texturizadas. Un patrón alimentario con un mejor perfil de alimentos fuente de hidratos de carbono (más fibra, mayor densidad de proteínas y minerales, más hortalizas y frutas) reflejaría un impacto positivo y de largo plazo del etiquetado frontal.

Cualquier de estos escenarios requieren educación alimentaria y nutricional en la población; compromiso de la industria por reformulaciones o innovación que signifiquen una amplitud en la oferta del mercado; e incentivos de políticas económicas y regulatorias que orienten ese proceso.

En ese contexto, el **objetivo general** de este análisis que se presenta fue evaluar la medida en que el etiquetado frontal impacta en alimentos consumidos por quienes padecen enfermedad celíaca y sus posibles implicancias económicas.

Los **objetivos específicos** fueron tres:

1. Determinar la proporción de productos sin TACC de diferentes categorías que serán impactados por el etiquetado frontal.
2. Determinar la intensidad de la brecha de nutrientes críticos (desvío por encima del umbral definido por la reglamentación) según categoría de productos.
3. Estudiar las implicancias económicas (costo de dietas) derivadas del reemplazo de productos con sellos de advertencia por otros que no los tengan.

## Metodología

Inicialmente se definieron las categorías de los productos envasados en ausencia del consumidor en cuya elaboración se agregan azúcares, grasas y/o sodio y que estuviesen certificados con el sello de “libre de gluten”, recortando así el universo de productos en 20 categorías de alimentos a relevar (Tabla 1).

**Tabla 1.** Desagregación de la muestra según categorías de alimentos.

| <b>Categorías de alimentos</b>     | <b>Número</b> |
|------------------------------------|---------------|
| Alfajores                          | 50            |
| Arroz preparado                    | 10            |
| Barras de cereal                   | 35            |
| Bebidas vegetales                  | 39            |
| Bebidas lácteas                    | 22            |
| Carnes procesadas                  | 30            |
| Cereales                           | 25            |
| Frutos secos y semillas procesadas | 24            |
| Frutas procesadas                  | 22            |
| Galletitas saladas                 | 49            |
| Galletitas dulces                  | 58            |
| Legumbres                          | 39            |
| Panificados                        | 49            |
| Pastas                             | 13            |
| Premezclas                         | 32            |
| Quesos                             | 125           |
| Snacks                             | 28            |
| Tapas                              | 5             |
| Vegetales                          | 39            |
| Yogures                            | 77            |
| <b>TOTAL</b>                       | <b>772</b>    |

El relevamiento de la muestra fue realizado en distintos puntos de venta de la Ciudad Autónoma de Buenos Aires, tales como supermercados, almacenes y dietéticas; en un período comprendido entre mediados de noviembre y diciembre del 2022. Los datos de los alimentos se registraron a partir de fotografías de las etiquetas de los productos, que luego fueron volcadas a una base de datos para su posterior procesamiento.

Se establecieron las fórmulas correspondientes a las dos etapas de implementación de la reglamentación del etiquetado frontal que, de forma sistemática, indicaron el potencial impacto de los umbrales establecidos (perfil de nutrientes OPS) en los productos analizados.

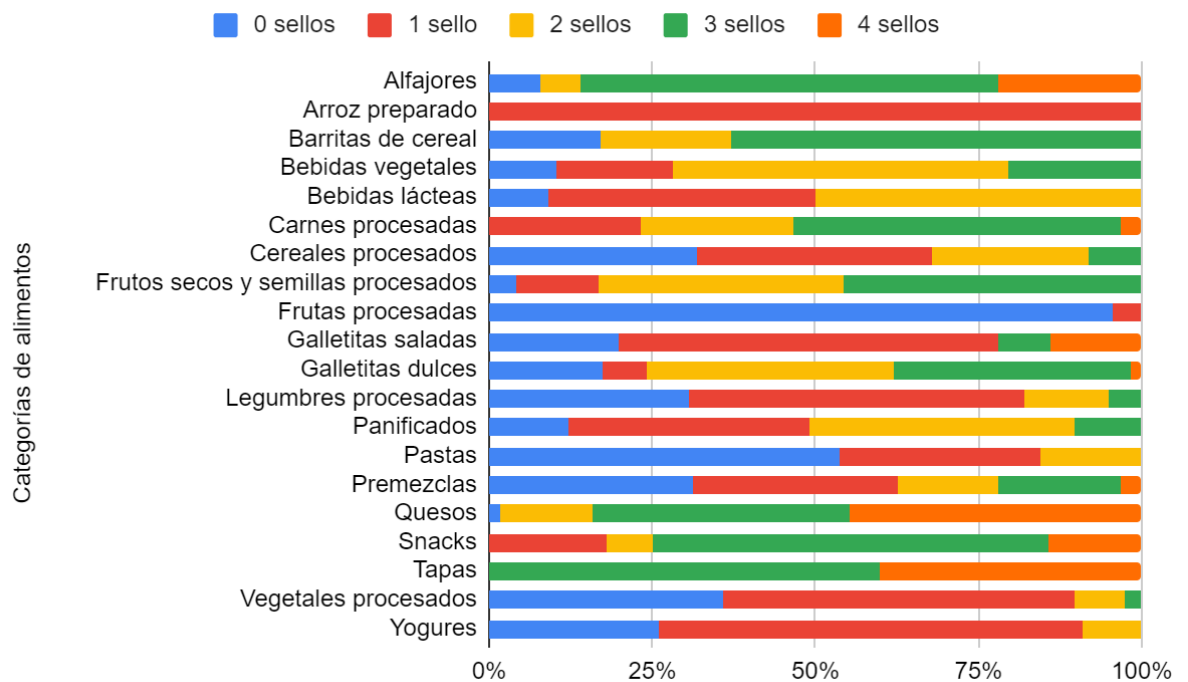
Asimismo, para cada producto según su contenido de nutriente crítico se estableció la brecha o intensidad de exceso por comparación con el umbral respectivo, expresándose en porcentaje (%) (contenido de nutriente crítico excedido / umbral x 100).

Finalmente, se analizaron los costos de tres patrones alimentarios: la propuesta de las Guías Alimentarias para la población argentina (GAPA), la propuesta dietaria flexitariana de CEPEA y la Canasta Básica de Alimentos (CBA), siguiendo la [metodología de costeo](#) adoptada por CEPEA.

## Resultados

A partir de la aplicación (simulada) de los umbrales para los respectivos nutrientes críticos, se observó que el 62% y el 80% de los productos serían impactados por sellos de advertencia en la 1ra y 2da etapa de implementación respectivamente.

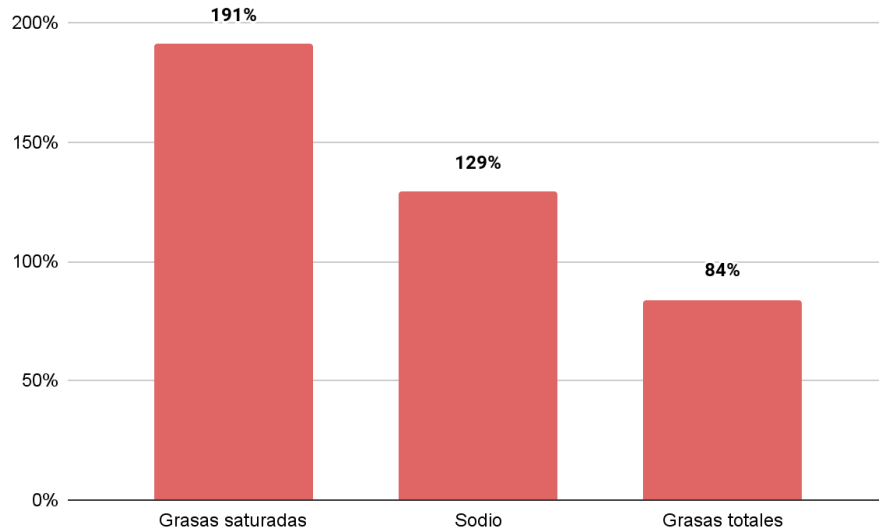
Según los datos relevados, la única categoría con una baja proporción de productos impactados (2da etapa) serían las frutas procesadas (4%), mientras que 12 de las 20 categorías analizadas tendrían un porcentaje de productos impactados igual o mayor al promedio. Entre los productos impactados en la 2da etapa, un 27% tendría 1 sello de advertencia; un 19% 2 sellos; 26% 3 sellos y 11% 4 sellos. En el Gráfico 1 se observan los resultados de los análisis discriminados por categoría de productos analizados.



*Gráfico 1. Distribución de los productos impactados por los umbrales de la 2ª etapa, según categorías de alimentos.*

Los datos analizados demuestran que no existe una relación estrecha entre el aporte energético de los productos y la cantidad o tipo de sello de advertencia. En promedio la muestra aporta 128 kcal/porción; sin embargo, los productos que estarían libres de sellos tienen más energía (150 kcal en promedio) que los que tendrían 4 sellos (104 kcal). De forma similar, el 84% de los productos con 100 o menos kcal/porción tienen al menos 1 sello de advertencia mientras que el porcentaje en los de 200 kcal es más bajo: 61%.

Por otra parte, el análisis de intensidad de la brecha de nutrientes críticos halló como principal exceso el de grasas saturadas (191% de brecha en los productos que tienen el sello respectivo), seguido por el sodio (129% o 104% según se considere el umbral mg/kcal o el valor 300 mg / 100 g) y finalmente grasas totales (84%) (Gráfico 2).



En el análisis de intensidad de brechas se omitió el caso de azúcar agregado por las razones expuestas (en la situación previa a la Ley no era obligatoria su declaración<sup>1</sup>), pero teniendo en cuenta la presencia de azúcares entre los ingredientes de los productos en al menos 9 categorías (alfajores, barras de cereal, bebidas, galletitas dulces, frutas procesadas, snacks y yogures), se especula que su exceso promedio puede ser similar a los de ácidos grasos saturados o sodio.

El costo de sendos patrones alimentarios saludables -canasta flexitariana CEPEA y plan alimentario GAPA- es similar en sus respectivas versiones sin restricciones, en el orden de \$ 124,000 mensuales para la referencia familiar de 4 personas (2 adultos y 2 escolares). El costo de la CBA es inferior: \$ 76,140.

Cuando se introducen y valorizan las opciones *libres de gluten*, el costo del plan alimentario GAPA presenta un aumento levemente superior al de la canasta CEPEA (16% vs 15%), mientras que el costo de la CBA aumenta un 63%, prácticamente igualando el valor de las canastas saludables que consideran opciones de alimentos *libres de gluten* (\$ 124,300).

Los principales impulsores de la diferencia de costo antes y después de selección de alimentos *libres de gluten* son los productos feculentos (harinas, pastas, panificados, premezclas y cereales refinados en general), los productos de consumo ocasional y los cereales (sin TACC) en sus versiones integrales, con precios en el orden (promedio) de 125%, 75% y 25% más caros respectivamente.

## Discusión y conclusiones

La implementación del etiquetado frontal basado en advertencias de energía y nutrientes críticos y regido por los umbrales del sistema de perfil de nutrientes de OPS, implicará un alto impacto en las categorías de productos habitualmente consumidos por la población celíaca. De no

<sup>1</sup> Por las propias regulaciones preexistentes a la Ley 27642, los productos que agregan azúcares en su proceso de elaboración no estaban obligados a declararlo. Esto determina que a efectos de este trabajo, el agregado de azúcares en esos casos termina invisibilizado y por lo tanto los resultados (porcentajes de productos con sello de exceso de azúcar) en categorías específicas (productos endulzados) deben considerarse subestimados.

mediar reformulaciones de productos, un 80% de productos exhibirán al menos 1 sello de advertencia una vez que la Ley 27642 se encuentre en la 2da etapa de implementación.

En este trabajo no se ha podido analizar acabadamente el impacto en sellos por exceso de azúcar por los motivos antes explicitados, aunque es lógico suponer que una importante proporción de los productos endulzados de la muestra analizada (40% del total) superarán el umbral (excepto reformulaciones). Por lo tanto, si el dato estuviera disponible, aumentaría el impacto de la norma posiblemente por encima del 80%.

La elevada cantidad de productos que terminan siendo impactados como es obvio se relaciona con las directrices del etiquetado. Es bien conocido que los umbrales del sistema de OPS, móviles y dependientes de la relación nutriente crítico / energía (excepto en el caso de sodio) pueden sobrestimar el concepto de “exceso” o “alto”. Así por ejemplo, en el caso de la muestra analizada, el 22% de los productos que tendrían sello de exceso de ácidos grasos saturados tienen una cantidad menor a 4 g / 100 g (límite utilizado por el etiquetado frontal chileno) y 11% menos de 1,5 g / 100 g (límite de “bajo” en el Código Alimentario Argentino).

Tal característica, propia del sistema elegido por la Ley, impacta también en el análisis de intensidad de brechas de exceso, las que se calculan partiendo de una base (umbral) extremadamente baja en comparación con sistemas de otros países.

Por otra parte, también el sistema utilizado puede generar cierto efecto paradójico cuando se comparan los sellos de un producto con su aporte de energía. En la misma muestra analizada, del total de productos con menos de 100 kcal, el 42% tienen 3 o 4 sellos. Son productos con exceso de tales nutrientes críticos según la norma, pero parte de ese exceso está determinado por el contenido energético de los alimentos (cuanta más baja la energía más fácil sobrepasar el umbral).

Los párrafos anteriores conducen a una conclusión que no es exclusiva de la categoría de productos sin TACC: el etiquetado frontal de advertencia tendrá un impacto muy alto medido en porcentaje de productos alcanzados por al menos un sello; del mismo modo que la intensidad del exceso por el efecto de un umbral muy fácil de sobrepasar en la mayoría de los alimentos envasados.

A partir de esta conclusión se derivan dos comentarios: el etiquetado frontal en vigencia cumple legítimamente su propósito de advertir excesos de contenido de energía y nutrientes críticos partiendo de un perfil de nutrientes controversial, pero basado en límites reconocidos por la propia Organización Mundial de la Salud (OMS) cuando se aplica a las dietas completas. Pero por otro lado, parece necesario que el consumidor, en particular en casos como la población celíaca dadas sus propias restricciones alimentarias, disponga de más y completa información que de manera simple actúe como contrapeso de cualquier sesgo informativo.

En ese sentido, es oportuno volver sobre el tema recurrente de la Educación Alimentario-Nutricional y su contribución al necesario cambio dietario que requiere la población en general. La implementación del etiquetado frontal y su impacto en una proporción muy alta de la oferta comercial abre una ventana de oportunidad muy estratégica.

El análisis de costos realizado también es elocuente: comer saludablemente es más caro que costear una canasta básica de alimentos, pero el costo diferencial entre una dieta saludable y sustentable con o sin restricción de TACC es mucho menor que cuando se considera a la canasta básica de alimentos. Y ello porque esta última (la CBA) tiene una muy alta participación de productos a base de trigo.

La alimentación de una persona con celiaquía no se limita solamente a modificar ciertas harinas por otras, sino a un cambio de modelo dietario por otro en el que la dependencia de

alimentos feculentos sea menor y por lo tanto el diferencial de costos también, aunque sobre un dieta total distinta, más saludable que la versión de la CBA.

Una estrategia más integral de la dieta de la población celíaca dependería naturalmente menos en productos que tengan más o menos sellos de advertencia, simplemente porque las hortalizas, frutas, legumbres y cereales integrales y sus productos elaborados sin TACC aumentarían su participación en el patrón alimentario.

Para concluir, el impacto del etiquetado frontal en los productos propios de la población con celiaquía es alto y merece un debate sobre la información que tiene y la que le falta al consumidor, pero un debate más amplio acerca de las estrategias y sus instrumentos para lograr una alimentación más saludable y sustentable.