

# La información gráfica en el etiquetado



## ALIMENTACIÓN Y COMUNICACIÓN\_Núm.5

*Alimentación y Comunicación* es un proyecto editorial conjunto del Departamento de Acción Climática, Alimentación y Agenda Rural (DACC) de la Generalitat de Catalunya y el Observatorio de la Comunicación Científica de la Universidad Pompeu Fabra (OCC-UPF). Esta serie de publicaciones en formato digital pretende aportar a un público amplio información relevante y opiniones de expertos sobre temas de debate social relacionados con la alimentación y la comunicación.

*La información gráfica en el etiquetado*, el quinto número de la colección *Alimentación y Comunicación*, aborda desde diferentes perspectivas los desafíos y oportunidades que plantean los sistemas gráficos para ofrecer a los consumidores información relevante sobre nutrición y otros aspectos, como la sostenibilidad ambiental. La publicación recoge las ponencias de un grupo de expertos de diferentes ámbitos (europeo, salud pública, industria, consumidores e investigación académica) y el posterior debate sobre este tema celebrado en la Universidad Pompeu Fabra el 3 de noviembre de 2022.

© Departamento de Acción Climática, Alimentación y Agenda Rural (DACC)

© Observatorio de la Comunicación Científica (OCC-UPF)

© Los autores de los textos

Coordinación: Gonzalo Casino y Andreu Prados (OCC-UPF); Glòria Cugat y Alba Irigoyen (DACC)

Foto de portada: iStock

Diciembre de 2022

# Sistemas de información gráfica en el etiquetado alimentario, un instrumento de comunicación polémico

El etiquetado de los productos alimentarios es el principal cauce de comunicación entre los productores de alimentos y los consumidores. La información que se ofrece tiene el objetivo de facilitar una elección informada de los alimentos que se compran y consumen, pero la realidad es que esta puede llevar a confusión. Este nuevo número de la colección *Alimentación y Comunicación* trata sobre los pros y contras de los sistemas de información gráfica en el etiquetado alimentario como instrumentos de comunicación, un tema que consideramos de alto interés para la ciudadanía y el sector agroalimentario.

A menudo las redes sociales nos permiten tomar la temperatura de temas controvertidos, y en los últimos meses hemos podido ver que este tema genera discusión. Sin duda, se trata de una cuestión que hay que revisar y analizar desde un punto de vista poliédrico. Esta es la principal motivación que nos ha llevado a organizar una mesa de expertas y a recoger sus aportaciones en esta publicación; hablan desde la vertiente institucional (a nivel local y europeo), académica, de la industria y del consumidor.

Partimos de un contexto europeo en el que coexisten varios formatos para representar la información en el etiquetado frontal de los alimentos. Por otro lado, existe un reglamento que regula la información nutricional obligatoria que tiene que incluir la etiqueta; pero, a día de hoy, la comunidad científica no ha llegado a un consenso sobre cuál es la mejor manera de informar al consumidor sobre si un alimento tiene un perfil nutricional saludable o no, ante la diversidad de criterios que hay que tener en cuenta.

Además, la entrada en juego de conceptos como la sostenibilidad en la información de las etiquetas, que amplían el alcance de salud humana a salud planetaria, incrementan el grado de complejidad. Todo ello, por tanto, puede generar un estado de confusión en el consumidor, quien se ve sometido a la presión de hacer una elección adecuada sin disponer de las herramientas ni del conocimiento experto para hacerlo. Las expertas ponen luz a estos temas y otras cuestiones, como cuál es la percepción del consumidor, si tiene voz en este proceso, cuáles son las implicaciones en la regulación, si la Comisión Europea ya está trabajando en un sistema armonizado y obligatorio, qué repercusión pueden tener estos cambios en la cadena agroalimentaria y si estos sistemas contribuyen al logro de los objetivos de las políticas alimentarias, como por ejemplo el Plan Estratégico de la Alimentación en Cataluña (PEAC).

El proyecto *Alimentación y Comunicación*, que surge de la colaboración del Departamento de Acción Climática, Alimentación y Agenda Rural de la Generalitat de Cataluña con el Observatorio de la Comunicación Científica de la Universidad Pompeu Fabra, ofrece una serie de publicaciones en formato digital a partir del debate entre profesionales especializados en una temática. Esta serie de dossieres monográficos aportan al público general información relevante y opiniones expertas sobre temas de debate social relacionados con la alimentación y la comunicación. En 2019, debatimos sobre la información alimentaria que pide la sociedad, y también sobre los mitos y las realidades de los alimentos ultraprocesados. En 2020, tratamos las redes sociales en la comunicación alimentaria y la comunicación de la innovación alimentaria. Este año consolidamos este proyecto continuista y de interés público con dos nuevos números: este, que está dedicado a los sistemas de información gráfica en el etiquetado alimentario como instrumentos de comunicación, y un segundo sobre los retos de comunicar la sostenibilidad alimentaria, que os invitamos a leer.

**Glòria Cugat Pujol**

*Subdirectora general de Inspección y Control Agroalimentario  
Departamento de Acción Climática, Alimentación y Agenda Rural de la Generalitat de Cataluña*

## Panorama europeo del etiquetado nutricional: qué tenemos y qué queremos

En Europa coexisten siete esquemas principales de etiquetado gráfico en la parte frontal de los envases. La armonización de estos sistemas debe estar basada en la evidencia y es clave para no confundir a los consumidores. Aunque la eficacia del etiquetado para facilitar elecciones de productos más saludables es modesta, ya que compite con otros factores que influyen en las decisiones de compra, no debe subestimarse.

La legislación alimentaria establece los derechos de los consumidores a una alimentación segura y a una información veraz. El etiquetado tiene pues como objetivo ofrecer una información completa sobre el contenido y la composición de los productos alimenticios para facilitar decisiones informadas por parte de los consumidores.<sup>1</sup> Otros objetivos son protegerlos de riesgos y abusos, promover el comercio justo y evitar el fraude.

El etiquetado nutricional surge de un creciente interés público por la dieta y la salud, en un momento en que aumentan las enfermedades crónicas no transmisibles (enfermedades cardiovasculares, diabetes, sobrepeso y obesidad), y bajo la presión de grupos de consumidores, políticas gubernamentales e industria.

### ¿Desde cuándo hay etiquetado nutricional?

En 1985, el Codex Alimentarius estableció las directrices sobre etiquetado nutricional. En Europa, apareció en 1990, y actualmente tenemos un reglamento sobre la información alimentaria (Reglamento UE 1169/2011 del Parlamento Europeo y del Consejo de 25 de octubre de 2011) que combina dos directivas europeas: la [2000/13/CEE](#), sobre etiquetado de los productos alimenticios, y la [90/496/CEE](#) relativa al etiquetado nutricional.

El reglamento europeo obliga a los fabricantes a informar en la etiqueta sobre el valor energético y seis nutrientes (grasas, grasas saturadas, hidratos de carbono, azúcares, proteínas y sal), en 100 g o ml de producto, pudiéndose expresar también por porción. Se pueden incluir voluntariamente otros nutrientes, como ácidos grasos monoinsaturados y poliinsaturados, fibra, vitaminas y minerales. El reglamento estipula un tamaño de letra mínimo de 1,2 mm para asegurar la legibilidad, e insta a presentar la información en una tabla (en la parte posterior del embalaje, y voluntariamente, en la delantera), o en una línea si no hay espacio. También permite otras formas de informar, como pictogramas o símbolos.

### ¿Qué sistemas tenemos en Europa?

El interés sobre el etiquetado nutricional ha generado una diversidad de formatos que difieren en el tipo y el

número de nutrientes etiquetados, los valores de referencia utilizados, el lugar donde aparece la información (parte frontal o no), la presencia de elementos interpretativos o no, el origen del sistema de etiquetado (gobierno, industria, sociedades científicas), etc.

En Europa coexisten siete esquemas principales en la parte frontal de los envases:<sup>1,2</sup>

- Etiqueta de ingestas de referencia (en toda la UE).
- Nutriscore (Francia, Bélgica, Suiza, Alemania y Luxemburgo, y aplicación prevista en España y los Países Bajos).
- Logotipo de la cerradura o *Keyhole* (Suecia, Noruega, Dinamarca, Islandia, Lituania y Macedonia del Norte).
- Logotipo de elección saludable *Choices logo* (Polonia y República Checa).
- Símbolo del corazón finlandés (Finlandia).
- Semáforo múltiple del Reino Unido (Reino Unido);
- Batería NutrInform (Italia).

### ¿Qué queremos?

Los consumidores están a favor de un etiquetado obligatorio de los alimentos relacionado con la nutrición y con la sostenibilidad ambiental.

La armonización es clave, ya que las investigaciones demuestran que la multiplicidad de etiquetas aumenta la confusión de los consumidores

En consecuencia, uno de los objetivos de la estrategia “De la granja a la mesa” de la Comisión Europea es crear un marco armonizado de etiquetado de alimentos que incluya información tanto sobre el perfil nutricional como sobre la sostenibilidad ambiental de los productos alimenticios. El objetivo es que dicha información facilite la elección de alimentos saludables y sostenibles, lo que a su vez se espera que reduzca la incidencia de las enfermedades no transmisibles y el impacto ambiental del sistema alimentario.

La armonización es clave, ya que las investigaciones demuestran que la multiplicidad de etiquetas aumenta la confusión de los consumidores. Dicha armonización debe estar basada en la evidencia y considerar:<sup>3</sup>

- El tipo de estudio y la fuerza que tiene (no es lo mismo un experimento de campo, *online* o de laboratorio).
- El nivel de realismo del estudio, para ver si nos da una visión holística de la situación. Por ejemplo, un estudio en el supermercado que observa los distintos factores que pueden influir en el efecto del etiquetado nutricional, como las ofertas de productos, el posicionamiento en la estantería, el embalaje, etc.
- La comparabilidad y reproducibilidad de los resultados. Hay que ver si los sujetos del estudio están o no familiarizados con un sistema específico, en qué lugar geográfico y momento histórico se ha realizado el estudio, etc., ya que los resultados de un país o una población no son directamente extrapolables.
- La independencia e imparcialidad de los autores y la presencia de conflictos de intereses y la presencia de sesgos (errores sistemáticos que alejan un hecho de la realidad y conducen a una estimación incorrecta del efecto que se estudia).
- Por último, hay que prestar atención a lo que se mide: un comportamiento declarado (preguntamos a la gente lo que hace) no es lo mismo que un comportamiento real (miramos qué es lo que la gente hace); qué efecto buscamos sobre la atención del consumidor, su comprensión o la salud; qué papel juegan las características personales, etc.

### ¿Qué eficacia tiene el etiquetado nutricional?

El etiquetado nutricional puede ayudar, pero sus efectos son modestos. Los principales cuellos de botella que impiden que las etiquetas nutricionales tengan un efecto son: la falta de motivación para utilizar la información, la falta de atención a las etiquetas y, en cierta medida, el formato de la etiqueta, entendido en términos de posicionamiento y consistencia o coherencia de la misma. Además, la disponibilidad de opciones saludables en los estantes de los supermercados parece tener un efecto significativo en la elección del consumidor que va más allá de lo que podría esperarse sólo probabilísticamente. El añadir productos más saludables al conjunto de opciones propuestas parece alertar a la gente sobre la importancia de la salud e influye positivamente en la elección de los consumidores.

Para mejorar la atención sería útil que el etiquetado estuviese en la parte frontal de todos los productos, en la misma posición del embalaje, con un formato consistente. Añadir elementos que llamen la atención también ayudaría: etiqueta nutricional de cierto tamaño, menos información en el envase, mayor contraste de colores entre la etiqueta y el envase, y usar sistemas con colores.

Para mejorar la motivación, es necesario hacer un trabajo de fondo para ayudar a la gente a entender la im-

portancia de la dieta para la salud. Esto va más allá de la propia etiqueta y requeriría otros medios como la sensibilización, la comunicación, la formación y la educación. El efecto de los sistemas frontales de etiquetado puede ser sustancial si su introducción se combina con campañas de sensibilización y comunicación multimedia. Hay pruebas que demuestran que los sistemas frontales son eficaces para apoyar a las personas “motivadas”, como los consumidores conscientes de la salud, lo que refuerza el mensaje de que es fundamental aumentar la motivación por la salud en la población. Y los estudios también demuestran que es posible dirigirse a grupos específicos con bajo nivel educativo, que no suelen responder a las campañas sobre una alimentación más saludable, si la campaña está especialmente diseñada para dirigirse a este grupo.

El etiquetado compite con otros factores que condicionan las decisiones del consumidor, como el precio, el sabor, los hábitos o la conveniencia

En cuanto a la disponibilidad, podemos mejorar la oferta de productos saludables, reconociendo que el etiquetado puede actuar como incentivo para la reformulación e innovación de los productos. Sin embargo, no hay que olvidar que el etiquetado compite con otros factores que condicionan las decisiones del consumidor, como el precio, el sabor, los hábitos, la conveniencia, la falta de tiempo, factores ligados a la confianza en las fuentes de información, un bajo conocimiento nutricional y una baja alfabetización numérica.

En conclusión, el etiquetado nutricional permite, pero no provoca, elecciones más saludables. Aunque los efectos del etiquetado nutricional son modestos, no deben subestimarse, ya que cambios de pequeña magnitud pueden tener efectos significativos si se mantienen en el tiempo y si se producen a escala poblacional.

Para aumentar la eficacia del etiquetado necesitamos aumentar la motivación de salud y el interés de los consumidores en el uso del etiquetado para que puedan actuar sobre él. Para ello, la concienciación, la comunicación, la formación y la educación sobre el etiquetado son fundamentales. El etiquetado no debe considerarse una solución mágica, sino que debe verse en el contexto de otros programas y políticas de salud pública.<sup>1,3</sup>

#### REFERENCIAS

1. EUFIC. Front-of-pack nutrition labelling. <https://www.eufic.org/en/healthy-living/article/front-of-pack-nutrition-labelling>
2. Activity report on transnational governance of Nutri-Score. [https://www.aesan.gob.es/AECOSAN/docs/documentos/Nutri\\_Score/Report\\_2021\\_Steering\\_committee\\_VF2.pdf](https://www.aesan.gob.es/AECOSAN/docs/documentos/Nutri_Score/Report_2021_Steering_committee_VF2.pdf)
3. European Commission. Report from the Commission to the European Parliament and the Council regarding the use of additional forms of expression and presentation of the nutrition declaration. <https://eur-lex.europa.eu/legal-content/EN/TXT/PDF/?uri=CELEX:52020DC0207&from=GA>

# La información gráfica en el etiquetado de los alimentos desde una perspectiva de salud pública

La información y la educación son importantes para el empoderamiento de las personas, pero raramente bastan para conseguir cambios en la alimentación, pues el entorno, la oferta y la publicidad son demasiado influyentes. Con todo, desde la perspectiva de la salud pública, es necesario un etiquetado gráfico que desincentive el consumo de alimentos poco saludables y que sea consensuado, basado en la evidencia y de obligado cumplimiento.

Una alimentación saludable y sostenible es fundamental, junto con un estilo de vida activo y un descanso adecuado, para disfrutar de una buena salud. Aproximadamente, una tercera parte de las causas de mortalidad en el mundo tiene relación con los estilos de vida y, en concreto, con los hábitos alimentarios.

El consumo excesivo de azúcares, grasas poco saludables y sodio se identifica como un problema importante de salud pública asociado a las enfermedades no transmisibles que más afectan a nuestra población: el exceso de peso, la diabetes, la hipertensión arterial, las enfermedades cardiovasculares y algunos tipos de cáncer. Actualmente, existe un cuerpo de evidencia amplio que confirma el vínculo entre el elevado consumo de alimentos y bebidas ricos en azúcares, sal y grasas poco saludables y las enfermedades no transmisibles. La ingesta excesiva de estos alimentos, que a menudo son ultraprocesados, es el resultado, en gran medida, de su amplia disponibilidad, asequibilidad y publicidad.

El elevado consumo de alimentos ultraprocesados es todavía más preocupante entre la población infantil y entre la más vulnerable y más desfavorecida, con menos nivel educativo y con menos herramientas para contrarrestar el bombardeo de ofertas y publicidad de este tipo de alimentos. A la vez, es entre la población más vulnerable económica y socialmente en la que se detecta una prevalencia más grande de diabetes, obesidad y enfermedades relacionadas con la alimentación.

## Información y sensibilización de la población

Las organizaciones y sociedades científicas que trabajan en el ámbito de la salud pública consideran que hay que informar y sensibilizar a toda la población sobre los beneficios de una alimentación saludable y sostenible basada en alimentos frescos, preferentemente de origen vegetal, y advertir sobre los riesgos de un consumo excesivo de alimentos de baja calidad nutricional. Además, también coinciden en que las estrategias informativas y educativas dirigidas a las personas raramente son suficientes para conseguir cambios de comportamiento. Es decir, la educación es importante para el empoderamiento de las personas ante la decisión de compra, pero

no es suficiente. Los esfuerzos para mejorar las decisiones de compra no se pueden centrar solo en procesos informativos dirigidos a las personas. La presión del entorno, la oferta y la publicidad a menudo son demasiado influyentes en las decisiones de compra.

Los esfuerzos para mejorar las decisiones de compra no se puede centrar solo en procesos informativos para las personas

En este sentido, la Organización Mundial de la Salud (OMS) recomienda desarrollar e implantar políticas integrales que favorezcan la adopción de hábitos saludables y que contrarresten la fuerza de los entornos obesogénicos, de manera eficaz, sostenible, asequible y equitativa. Se plantean políticas múltiples o estrategias de salud en todas las políticas, como por ejemplo:

- Aplicar impuestos a alimentos malsanos/ultraprocesados/bebidas azucaradas.
- Restringir la publicidad, especialmente la dirigida a niños y jóvenes.
- Establecer consensos sobre perfiles nutricionales para identificar alimentos y bebidas no saludables.
- Subvencionar alimentos saludables, especialmente para poblaciones más desfavorecidas.
- Implantar sistemas de etiquetado frontal interpretativo o de advertencia.
- Prohibir la venta de alimentos y bebidas malsanas en entornos de niños y jóvenes (escuelas, polideportivos, eventos, etc.).
- Aumentar el acceso a alimentos más saludables en los restaurantes y comedores colectivos.
- Crear guías alimentarias, directrices dietéticas y campañas de educación en medios y redes sociales.

El implantar sistemas de etiquetado frontal interpretativo o de advertencia es, por lo tanto, una de las estrategias planteadas para mejorar la información del consumidor. Se considera una herramienta de salud pública útil para identificar el carácter poco saludable de productos alimenticios, en el marco de una estrategia global más amplia.



Foto: iStock.

Los tipos de etiquetado alimentario frontal más utilizados y evaluados se pueden clasificar en:

- Los que proporcionan una valoración global de la calidad nutricional del producto, en un código de colores de tipo semáforo, como el Nutriscore de Francia, o en una puntuación numérica, como el *Health Star Rating System* de Australia y Nueva Zelanda.
- Los que indican que un producto tiene un perfil nutricional mejor que el resto de productos de su categoría, como alegación nutricional, como el *Keyhole* de los países nórdicos.
- Los que dan una valoración del contenido de varios nutrientes críticos, tipos semáforo múltiple, como el *Multiple Traffic Lights System* del Reino Unido.
- Los que advierten de la presencia excesiva de algún nutriente, como los sellos de Chile.

Cualquiera de los sistemas es mejor que nada, pero hay resultados diferentes sobre su efectividad y, al mismo tiempo, todos ellos presenten limitaciones.

### Debate y consenso basado en la evidencia

Actualmente, hay mucho debate y poco consenso sobre cuál puede ser el mejor sistema de etiquetado frontal que utilizar e implantar. Ni las administraciones ni las sociedades científicas se muestran de acuerdo sobre qué sistema utilizar, y el debate se plantea a partir de lo siguiente:

- Hay consenso sobre la necesidad de un etiquetado alimentario frontal de los alimentos.
- Todos los sistemas mejoran la calidad de la información para el consumidor.
- Los semáforos simples son más efectivos para ayudar a distinguir entre productos más o menos saludables dentro de una misma categoría, y los sistemas de advertencias (sellos) son más efectivos para desincentivar la compra de productos menos saludables.
- Los principales puntos de desacuerdo se centran en las limitaciones de cada sistema.

En la Agencia de Salud Pública de Cataluña (ASPCAT), coincidimos en la necesidad de un etiquetado frontal que desincentive el consumo de alimentos ultraprocesados, ricos en azúcares, sal y grasas malsanas. Hace falta que sea un etiquetado de consenso, basado en la evidencia

científica de los resultados de compra en nuestro entorno y de obligado cumplimiento.

Por salud individual, colectiva y del planeta, las estrategias de la ASPCAT se basan en promover alimentos frescos y mínimamente procesados, que a menudo no necesitan etiquetado ni embalaje. Se basan en promover patrones alimentarios saludables, como el mediterráneo, a través de la guía *Pequeños cambios para comer mejor*, en la que, entre otras cosas, se recomienda evitar productos ultraprocesados, ricos en calorías, sal, grasas poco saludables y azúcares. Si se consumen, es preferible elegir los que tienen un semáforo verde o no tienen advertencias.

Cualquiera de los sistemas es mejor que nada, pero hay resultados diferentes sobre su efectividad y todos tienen limitaciones

Otras estrategias de la ASPCAT, en línea con las propuestas de la OMS, se centran en facilitar entornos más saludables (programa PREME de revisión de menús escolares, programa Amed de acreditación de establecimientos de restauración promotores de alimentación mediterránea o el impuesto a las bebidas azucaradas envasadas, IBEE, entre otros).

Informar de las opciones saludables y hacerlo de forma fácil es una responsabilidad compartida de administraciones, sociedades científicas, industria, profesionales de la salud, ciudadanos... Es normal que las entidades que velan por la salud de la población planteen algunas estrategias diferentes a las de la industria alimentaria. Sus objetivos y responsabilidades también son diferentes.

### REFERENCIAS

1. Taneri P E, Wehrli F, Roa-Díaz Z M et al. Association Between Ultra-Processed Food Intake and All-Cause Mortality: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Am J Epidemiol.* 2022;191(7):1323-1335. <https://doi.org/10.1093/aje/kwac039>
2. Nestle M. Preventing Obesity-It Is Time for Multiple Policy Strategies. *JAMA Intern Med.* 2022;182(9):973-974. <https://doi.org/10.1001/jamainternmed.2022.3039>
3. Royo-Bordonada MA. La batalla del etiquetado frontal interpretativo en España. *Gac Sanit.* 2021;36(2):97-99. <https://doi.org/10.1016/j.gaceta.2021.08.007>

## Los sistemas de información gráfica en el etiquetado alimentario: la visión de la industria

Cualquier sistema de información gráfica nutricional o ambiental debería informar y no desinformar, estar armonizado a nivel europeo y fundamentado en la evidencia científica, estimular a la industria a mejorar y no ser limitante, en opinión de la autora. Además, debería ser comprensible y ayudar a los consumidores a hacer mejores elecciones. Para ello, en el caso del etiquetado nutricional, debería cumplir una serie de requisitos.

Unilever está de acuerdo en que hay que establecer un marco para presentar información complementaria a la información nutricional de forma simplificada en el campo visual principal del envase (frontal) con el fin de ayudar al consumidor en la elección de los alimentos más saludables o sostenibles que le permitan tener una dieta equilibrada y acorde con las recomendaciones nutricionales generalmente aceptadas y con el menor impacto ambiental en el planeta.

### Requisitos del etiquetado nutricional

Si nos centramos en los sistemas de información nutricional, consideramos que no todos los que se están barajando son buenos, porque, según nuestro criterio, cualquier etiquetado nutricional simplificado en el frontal del envase debería cumplir ciertos requisitos (figura 1).

**1. Discriminar los productos (más saludables) dentro de una misma categoría.** Los consumidores deben poder elegir la variante más saludable de un producto. Por ejemplo, una lasaña con menos grasas y calorías frente a otra lasaña con más grasas y calorías. Una mayonesa *light* debe tener una mejor puntuación que una mayonesa estándar. La reformulación de productos debería incentivarse o premiarse con un mejor etiquetado gráfico (puntuación, color, etc.).

**2. Ser acorde con las guías alimentarias.** Los sistemas de información gráfica deberían incentivar los mismos productos que las guías alimentarias. Por ejemplo, porciones pequeñas de frutos secos sin sal o que el aceite de oliva tuviera buenas puntuaciones. Asimismo, deberían desincentivar las porciones grandes.

**3. Ser un modelo inclusivo.** Debería aplicarse a todos los productos, y no dejar aparte grupos específicos. Por ejemplo, excluir los quesos artesanales, pero exigir el etiquetado gráfico en los quesos envasados.

**4. Permitir discriminar los productos (más saludables) entre categorías.** El algoritmo debe ser diferente en distintos grupos de productos, teniendo en cuenta el rol del producto en la dieta (por ejemplo, helados frente a sopas).

**5. Focalizarse en los nutrientes más conflictivos, con una compensación limitada por parte de nu-**

**trientes “positivos”.** Por un lado, la puntuación debe tener en cuenta los niveles de grasa, grasa saturada, sal, azúcar y calorías; y, por otro, también es posible la puntuación de nutrientes “positivos”, como la fibra o las proteínas, pero los nutrientes “negativos” deben ponderar más. Por ejemplo, un alimento con un alto contenido en azúcar o grasa, enriquecido con vitamina C, no debería tener una puntuación positiva.

**6. Estimular un cambio de comportamiento.** Los sistemas de información gráfica deberían animar al consumidor a escoger las mejores opciones, sin estigmatizar ni demonizar determinados alimentos que pueden tener su papel en una alimentación variada y equilibrada.

**7. Resultar en un cambio definitivo de comportamiento.** Los sistemas de información gráfica deberían formar y, finalmente, contribuir a que los consumidores tengan comportamientos más saludables. No como medida única, pero dentro de un proceso global de educación del consumidor.



Figura 1. Requisitos del etiquetado gráfico nutricional.

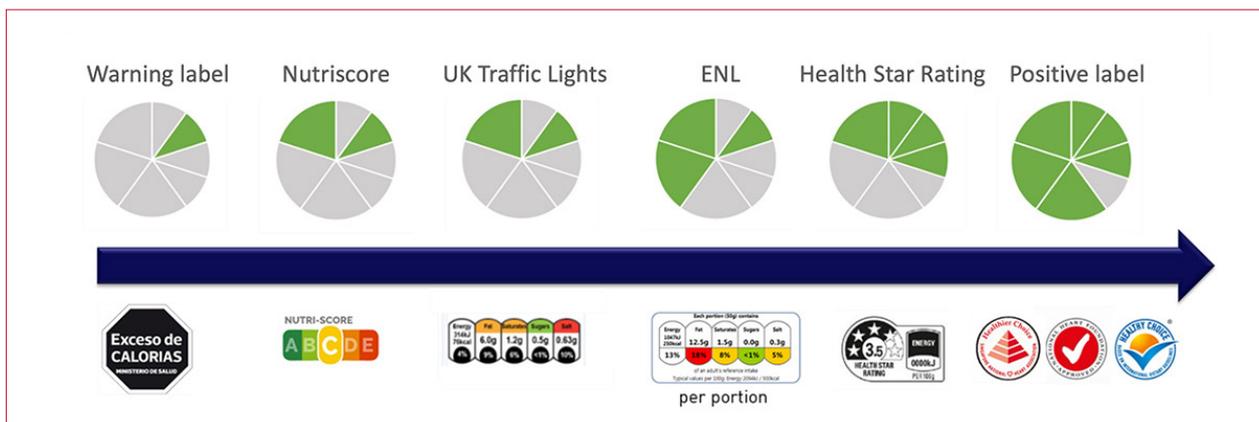


Figura 2. Cumplimiento de los requisitos del etiquetado gráfico nutricional por parte de diferentes sistemas de etiquetado.

Actualmente, no hay evidencia de que algún sistema haya implicado un cambio de comportamiento sostenido en el tiempo, simplemente porque no hay esquemas que hayan estado suficiente tiempo en el mercado. Como se muestra en la **figura 2**, no todos los sistemas que se barajan cumplen estos requisitos.

Según esto, los peores sistemas serían los *warning labels*, del tipo del logo chileno, que se focaliza en los nutrientes “malos” porque avisa del exceso de calorías, azúcar, etc. Sin embargo, no permite discriminar entre productos de distintas categorías ni de la misma, no está acorde con las guías alimentarias, ni se ha demostrado que resulte en una educación del consumidor ni en un cambio de comportamiento.

Los mejores serían los denominados *positive labels*, que se ponen en alimentos con perfiles nutricionales buenos, del tipo del logo *Choices* que algunas empresas están utilizando en la Unión Europea (UE).

### A propósito de Nutriscore

Si profundizamos en el sistema que actualmente está más “de moda” en la UE, que es Nutriscore, desde Unilever damos soporte a la expresión visual del logotipo. Sin embargo, creemos que debería tener en cuenta la porción o bien especificar por categorías, y adaptarse mejor a las guías alimentarias. Todo ello ayudaría firmemente a que el consumidor escogiera opciones más sanas y a que la industria tendiera a ofrecer productos más sanos.

### La importancia de testar los sistemas

Por último, es muy importante testar cualquier etiquetado gráfico que vaya a implementarse. En este sentido, desde Unilever hace unos años quisimos testar diferentes etiquetados frontales con consumidores españoles, para ver cuál les permitía elegir la opción más saludable y cuál consideraban más útil.

Así, se testaron cuatro tipos de etiquetados frontales: *Evolved Nutrition Labelling* o *ENL*, *UK Traffic Lights*, Nutriscore (propuesta actual) y Nutriscore calculado por porción por pares de alimentos (uno de los cuales era objetivamente más saludable que el otro). El

porcentaje de consumidores que hizo la elección más saludable con los diferentes sistemas fue el siguiente:

- *Evolved Nutrition Labelling*: 74%.
- *UK Traffic Lights*: 69%.
- Nutriscore (propuesta actual, por 100 g): 28%.
- Nutriscore (calculado por porción): 69%.

El valor de utilidad que dieron a cada uno de estos etiquetados (del 1 al 10) fue el siguiente:

- *Evolved Nutrition Labelling*: 8,1.
- *UK Traffic Lights*: 8,1.
- Nutriscore (propuesta actual, por 100 g): 7,7.
- Nutriscore (calculado por porción): 7,8.

### Etiquetado ambiental

En relación con los sistemas de etiquetado ambiental, cada vez podemos encontrar más propuestas. Según la Comisión Europea, hay más de 200 etiquetas ambientales activas en la UE y más de 450 en todo el mundo (datos de 2020), dado que los consumidores valoran cada vez más la sostenibilidad de los productos en sus decisiones de compra. De hecho, el 70% de los consumidores llega a considerar que, si no se comunica nada en este sentido, es que la compañía o marca no está haciendo nada. Los sistemas gráficos ambientales más utilizados en la actualidad son *Eco Score* (la aplicación Yuka es uno de sus impulsores), *Planet Score* y *EnviroScore*.

Por último, es preciso implementar, sobre todo si se quiere favorecer la toma de decisiones en grupos más desfavorecidos, acciones educativas más ambiciosas, complementadas si cabe por un etiquetado frontal que cumpla los requisitos anteriormente mencionados. En mi opinión, cualquier sistema de información gráfica debería informar y no desinformar, estar armonizado a nivel europeo y fundamentado en la evidencia científica, estimular a la industria a mejorar y no ser limitante en ese sentido. Y, por supuesto, debería ser comprensible y ayudar a los consumidores a hacer mejores elecciones. No olvidemos que demasiados etiquetados y distintos entre sí pueden crear un caos en la mente del consumidor.

## Sistemas gráficos de etiquetado: ¿qué quieren los consumidores y qué entienden mejor?

Los sistemas gráficos de etiquetado frontal pueden ayudar a los consumidores a tomar decisiones de compra de alimentos mejor informadas. Por diferentes encuestas se sabe qué tipo de información nutricional quieren y entienden mejor los consumidores. Asimismo, también se empieza a conocer cómo entienden los consumidores los sistemas de información gráfica sobre sostenibilidad, aunque estos están menos desarrollados.

Desde la Organización de Consumidores y Usuarios (OCU) defendemos que los consumidores hagan decisiones sobre su alimentación lo más informadas y reflexivas posible. Pero hay que tener en cuenta que las decisiones de compra en el punto de venta se toman de forma muy rápida, empleando entre 2,5 y 25 segundos. Incluso en el caso de que se tomen con algo más de tiempo, no parece suficiente para leer la información del etiquetado de forma detenida.

En una encuesta hecha por la OCU se preguntaba a los consumidores qué información leían en casa y en la tienda. Lo que decían que leían en la tienda era sobre todo las fechas, seguidas de la información nutricional, la cantidad de producto, la marca y la lista de ingredientes, así como la presencia de alérgenos. En cambio, las informaciones como los consejos de conservación o preparación, los beneficios nutricionales y las alegaciones o certificaciones las dejaban para leer en casa.

Los consumidores están sometidos a muchos estímulos que condicionan sus decisiones de compra. Muchas veces es una decisión más emocional e intuitiva que racional y reflexiva, como saben bien los publicistas y departamentos de mercadotecnia. Los colores y las fotos en las etiquetas, las emociones que despierta una marca, una foto o un logotipo son muchas veces determinantes a la hora de elegir.

Los sistemas gráficos de etiquetado son una ayuda que puede hacer que esa decisión rápida tenga algo más de reflexión y de información. De momento, los sistemas gráficos más generalizados y más discutidos son los de información nutricional.

### Información nutricional

En 2012, la OCU hizo un estudio para ver qué tipo de información nutricional entendían mejor los consumidores, mostrándoles las opciones disponibles entonces: las cantidades diarias orientativas o GDA, los semáforos ingleses y símbolos como el *Keyhole* nórdico.

De aquel estudio sacamos como conclusiones que los consumidores querían un sistema:

- Que resumiera todos los nutrientes en una única evaluación.

- Que fuera armonizado para todos los países, sin importar dónde se produzca el alimento.
- Que tuviera colores para facilitar su rápida comprensión.

El etiquetado frontal tendría que requerir poco tiempo y esfuerzo para ser interpretado correctamente a la hora de elegir los productos

Un reciente estudio sobre el etiquetado realizado por el *Joint Research Center (JCR)* ha llegado a las siguientes conclusiones:

- Que se presta más atención al etiquetado frontal que al de la parte de atrás.
- Que se mejora la atención cuando está siempre en el mismo sitio y si es de colores.
- Que se prefieren los sistemas que impliquen una evaluación y tengan colores.
- Que se prefiere el sistema más habitual del país donde se hace la consulta.
- Que las personas mayores y las que tienen sobrepeso son las que dicen que necesitan más un etiquetado frontal.
- Que un etiquetado sea aceptado no significa que se le haga caso, pero, si no es aceptado, con toda seguridad será ignorado.



Figura 1. Etiquetas gráficas diferentes para un mismo producto.

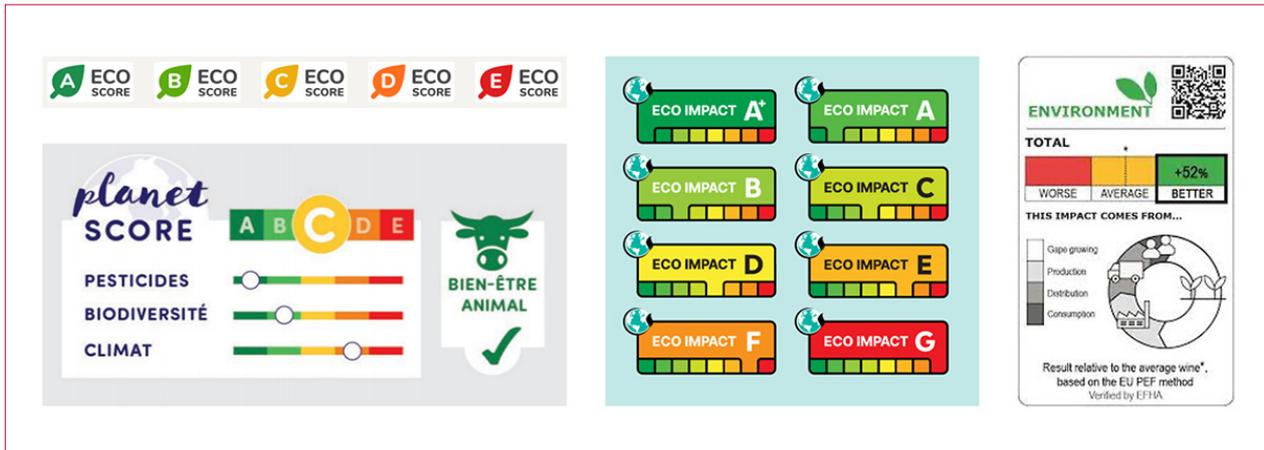


Figura 2. Los sistemas gráficos de etiquetado Eco Score, Planet Score, Eco Impact y Product Environmental Footprint.

Todo esto se resume en que un etiquetado frontal debería requerir poco tiempo y esfuerzo para ser interpretado correctamente a la hora de elegir los productos. Es decir, tanto en nuestro estudio de 2012 como en el del *JCR*, se llega prácticamente a la misma conclusión.

En la actualidad hay diferentes opciones de etiquetado frontal en el mundo. Diferentes modelos de etiquetas pueden enviar diferentes mensajes para un mismo producto, como se aprecia en la **figura 1**. Por ello, es muy importante determinar qué tipo de etiquetado nutricional usamos y qué límites de nutrientes establecemos para los mensajes, porque los distintos sistemas e incluso los límites que cada sistema utilice dan lugar a diferencias importantes.

### Información sobre sostenibilidad

También están empezando a aparecer sistemas gráficos para la información sobre sostenibilidad. Además de la infinidad de iconos y certificaciones sobre el envase, la huella de carbono o el comercio justo, han aparecido diferentes modelos o sistemas de etiquetado de colores y con escalas sobre aspectos de sostenibilidad ambiental.

Algunos de estos sistemas están más orientados a comparar diferentes tipos de productos, mientras que otros tratan de encontrar diferencias dentro de la misma categoría de productos con diferentes formas de producción.

Los más conocidos en la Unión Europea son el *Eco Score*,<sup>1</sup> que usa la aplicación Yuka; el *Eco Impact* de la *Foundation Earth*<sup>2</sup> y el *Planet Score*<sup>3</sup> francés, así como la valoración *Product Environmental Footprint* o *PEF*<sup>4</sup> que está desarrollando la Unión Europea para alimentos y otros productos, y sobre la que también se están ensayando formas gráficas de presentarla.

Aunque hay pocos estudios sobre cómo se entienden estos sistemas de información sobre sostenibilidad, el *JRC* ha estudiado cómo pueden influir las pre-

sentaciones gráficas de la valoración *PEF* en la elección de los consumidores. Y sus conclusiones son:

- Que un etiquetado de este tipo puede orientar a los consumidores hacia opciones más sostenibles.
- Que influye tanto en los consumidores muy concienciados como en los poco concienciados.
- Que se consideraba fácil de entender, útil, relevante y fiable.
- Que aumentaba la conciencia ambiental de los consumidores.

### Información electrónica

Por último, también cabe mencionar los nuevos sistemas de información *online* sobre alimentos, que también utilizan escalas y colores, como pueden ser las aplicaciones para móvil que escanean los productos. Las más conocidas son Yuka y *Real Fooding*, que evalúan los productos en base a sus propios sistemas o a sistemas unificados como Nutriscore o Nova, que son sistemas gráficos que se integran en las aplicaciones.

En este sentido, en la OCU hemos desarrollado la aplicación OCU Market, que da información sobre ingredientes y nutrientes (con Nutriscore y con el sistema de semáforos inglés), Nova y aditivos, así como los precios de los productos en diferentes supermercados.

Todos estos sistemas están pensados para usarlos, tanto en el propio supermercado escaneando los productos como en casa, antes o después, para saber más sobre los productos que compramos. Y es de esperar que en el futuro aparecerán nuevos sistemas de información sobre trazabilidad del producto, origen y otras informaciones usando códigos QR.

### REFERENCIAS

1. Eco Score. <https://fr.openfoodfacts.org/eco-score-l-impact-environmental-des-produits-alimentaires>
2. Foundation Earth. <https://www.foundation-earth.org>
3. Planet Score. <https://www.planet-score.org>
4. Product Environmental Footprint Guide. <https://ec.europa.eu/environment/eussd/pdf/footprint/PEF%20methodology%20final%20draft.pdf>

## La investigación sobre el etiquetado alimentario en España: una mirada a la contribución académica

**El interés académico sobre el etiquetado alimentario como herramienta de comunicación en España es considerable y se ha centrado en el uso y la comprensibilidad de la información por parte de los consumidores. En el caso de Nutriscore, mientras algunos estudios muestran la utilidad de esta herramienta gráfica para el consumidor y para la propia industria, otros destacan sus limitaciones y los errores de clasificación del algoritmo.**

El etiquetado alimentario es obligatorio en España desde 2016 para todos los productos envasados. La normativa responde al Reglamento 1169/2011 aprobado por el Parlamento Europeo, que distingue la regulación en cuanto a alimentos envasados y no envasados. Según la Agencia Española de Seguridad Alimentaria y Nutrición,<sup>1</sup> “el etiquetado de alimentos es el principal medio de comunicación entre los productores de alimentos y los consumidores finales, constituyendo una herramienta clave para permitirles realizar elecciones informadas sobre los alimentos que compran y consumen”.

De esa manera, España adoptó el formato de una tabla en la parte posterior del producto, con información sobre los nutrientes de cada ración o de cada 100 gramos. Valor energético, grasas, grasas saturadas, hidratos de carbono, azúcares, proteínas y sal son los valores que deben aparecer en el etiquetado, aunque se permite añadir información complementaria.

En cuanto a las características gráficas, la tipografía debe tener un tamaño igual o superior a 1,2 mm. El interlineado, el grosor, el color, el contraste entre texto y fondo y, sobre todo, la tipografía utilizada fueron aspectos que se determinaron en el momento en que el etiquetado nutricional se instauró como obligatorio en España, siguiendo el patrón de Estados Unidos.

Antes de implantarse la obligatoriedad del etiquetado se habían llevado a cabo estudios para evaluar la efectividad de la información que algunos productos añadían de forma voluntaria. En ese sentido, algunas investigaciones ponían de manifiesto la interrelación entre la educación nutricional del consumidor y la eficacia de dicha información.<sup>2-7</sup> Dichos estudios señalaban que, si bien el consumidor solía consultar los reclamos publicitarios, la fecha de caducidad y, a lo sumo, las calorías del producto, obviaba el resto de la información alimentaria por falta de comprensión del contenido.

### Eficacia del etiquetado obligatorio

La entrada en vigor del etiquetado obligatorio de alimentos envasados en España en 2016, y especialmente la voluntad de ofrecer al consumidor una información alimentaria rigurosa y clara, activó el interés académi-

co sobre la eficacia de las tablas nutricionales como herramienta de comunicación. Este hecho se tradujo en diferentes estudios que hacían hincapié, sobre todo, en la utilización de su contenido por parte de los consumidores, en su comprensión, en su legibilidad y en su utilidad.<sup>8-10</sup>

La investigación pone de manifiesto la falta de conocimientos nutricionales por parte del consumidor para poder entender la información de la etiqueta

Algunas de las conclusiones que se desprenden de dichos estudios indican que, si bien la obligatoriedad del etiquetado alimentario hizo que se consultase más durante la compra del producto, los consumidores afirmaban tener dificultades para leer el contenido debido al tamaño de la letra. Esta dificultad se incrementaba con la edad del consumidor.

Asimismo, la investigación llevada a cabo tras la implantación obligatoria del etiquetado alimentario objetivaba, una vez más, la falta de conocimientos nutricionales por parte del consumidor para poder entender la información de la etiqueta y, en consecuencia, tomar una decisión de compra coherente con las características del producto y con su impacto en la salud.

### La investigación sobre Nutriscore

Con el objetivo de facilitar la comprensión de las etiquetas y contribuir a una dieta saludable,<sup>11</sup> España ha adoptado recientemente el etiquetado nutricional frontal (*FOPL*, por su sigla en inglés: *Front-of-Pack Nutrition Labelling*), y ha optado por el sistema Nutriscore. Esta es una información complementaria al etiquetado nutricional, pero no lo sustituye. Se sitúa en la parte frontal de los envases, por lo que aumenta su visibilidad (al contrario de lo que ocurre con la información nutricional obligatoria, que suele estar detrás o en un lateral).<sup>12</sup>

La implantación del semáforo nutricional Nutriscore ha generado opiniones enfrentadas en el entorno

académico. Mientras que algunas investigaciones ponen de manifiesto la utilidad de esta herramienta gráfica para el consumidor y para la propia industria alimentaria, otras la acusan de falta de rigor en el momento de asignar los colores del semáforo nutricional en relación con las propiedades de los alimentos.

Los estudios favorables a Nutriscore lo destacan como un sistema que beneficia al consumidor en el momento de decidir con qué alimentos llenar la cesta de la compra, informándolo a su vez de la incidencia que esos alimentos tienen en su salud.<sup>13-17</sup> De la misma manera, señalan que el uso de Nutriscore fomenta que la industria alimentaria esté reformulando la composición de determinados productos, con el objetivo de hacerlos más saludables.<sup>12</sup>

En contraposición a esa valoración positiva del sistema Nutriscore, cabe señalar la opinión divergente de diferentes estudios académicos. Algunos de ellos señalan sus limitaciones,<sup>18</sup> insistiendo en el hecho de que el algoritmo en el que se basa Nutriscore clasifica incorrectamente determinados alimentos.<sup>19</sup> Por otra parte, otros destacan la necesidad de construir una evidencia consistente en torno a la efectividad de los sistemas de etiquetado, y de hacer de esta forma de etiquetado una información obligatoria en los alimentos.<sup>20</sup>

Ante estas valoraciones enfrentadas del sistema Nutriscore, otros estudios apelan a la cautela ante su aplicación y, especialmente, ante el uso del mismo en políticas para el que no ha sido diseñado.<sup>21</sup> Asimismo, dichas investigaciones señalan que, si bien en los supermercados se ven muchos productos con semáforo verde, apenas no hay ninguno con semáforo rojo. Según destacan, ciertas industrias hacen un uso fraudulento de Nutriscore, ya que incorporan el semáforo únicamente en aquellos productos que tienen buena puntuación.

Sin el compromiso de obligatoriedad y de evaluación, el etiquetado alimentario actual dista mucho de ser una herramienta útil para el consumidor

Controversias a un lado, toda la contribución académica sobre el etiquetado alimentario actual coincide en la necesidad de desarrollar estrategias complementarias efectivas y que permitan mejorar la información alimentaria que se facilita a los consumidores a través del envase. Para ello, apuntan al imperativo de que este etiquetado frontal sea obligatorio y de que el gobierno, la industria y los propios consumidores manifiesten su compromiso para implantarlo y, a su vez, para evaluar ese etiquetado de manera rigurosa. Sin ese compromiso de obligatoriedad y de evaluación, tal como pone de manifiesto la propia literatura científica al respecto,<sup>22</sup> el etiquetado alimentario actual dista mucho de ser una herramienta útil para el consumidor.

## REFERENCIAS

1. Agencia Española de Seguridad Alimentaria y Nutrición. [https://www.aesan.gob.es/AECOSAN/web/seguridad\\_alimentaria/detalle/etiquetado\\_informacion\\_alimentaria.htm](https://www.aesan.gob.es/AECOSAN/web/seguridad_alimentaria/detalle/etiquetado_informacion_alimentaria.htm)
2. Rojo J A D, Marco R M I, Pixton D W. El sanismo lingüístico: recursos retóricos en la publicidad y etiquetado de los alimentos. *Revista de investigación lingüística*. 2005;8:35-52
3. Loria Kohen V, Pérez Torres A, Fernández Fernández C et al. Análisis de las encuestas sobre etiquetado nutricional realizadas en el Hospital La Paz de Madrid durante la 9ª edición del "Día Nacional de la Nutrición (DNN) 2010". *Nutrición hospitalaria*. 2011;26(1):97-1
4. Santana S R G, González J R, Salcido M M H T 4t al. Un estudio del etiquetado nutricional. *CULCYT: Cultura Científica y Tecnológica*. 2012;9(47):39-52
5. López-Cano L A, Restrepo-Mesa S L. Etiquetado nutricional, una mirada desde los consumidores de alimentos. *Perspectivas en nutrición humana*. 2014;16(2):145-158. <https://doi.org/10.17533/udea.penh.v16n2a03>
6. León-Flández K A, Prieto-Castillo L, Royo-Bordonada M A. Semáforo nutricional: conocimiento, percepción y utilización entre los consumidores de Madrid, España. *Revista Española de Nutrición Humana y Dietética*. 2015;19(2):97-104. <https://doi.org/10.14306/renhyd.19.2.150>
7. Aranceta J, Pérez Rodrigo C, Santos T. Comunicación, alfabetización y etiquetado nutricional: Grado de comprensión y patrones de utilización de la información del etiquetado nutricional de alimentos en la población española. 2015. [https://e-archivo.uc3m.es/bitstream/handle/10016/22195/Comunicacion\\_Aranceta\\_%20IIICICS\\_2015%20.pdf](https://e-archivo.uc3m.es/bitstream/handle/10016/22195/Comunicacion_Aranceta_%20IIICICS_2015%20.pdf)
8. Galán P, González R, Julia C, Hercberg S et al. El logotipo nutricional NutriScore en los envases de los alimentos puede ser una herramienta útil para los consumidores españoles. *Revista Española de Nutrición Comunitaria*. 2017;23 (2):86-93.
9. Morán J. Modelos de etiquetado frontal a nivel global. Murcia: Universidad Católica San Antonio de Murcia. 2018. <https://www.foodconsulting.es/wp-content/uploads/etiquetado-frontal-global.pdf>
10. Quirós-Villegas D, Estévez-Martínez I, Perales-García A et al. Evolución de la información y comunicación nutricional en los alimentos y bebidas en los últimos 50 años. *Nutrición Hospitalaria*. 2017;34(4):19-25. <https://doi.org/10.20960/nh.1566>
11. Pineda Soto V I, Del Socorro Estrada Oré E L. Comparación de tres modelos de etiquetado nutricional frontal de productos industrializados en Perú, 2019. *Perspectivas en Nutrición Humana*. 2020; 22 (1):35-45. <https://doi.org/10.17533/udea.penh.v22n1a03>
12. Arribas Plaza ADC. Sistemas de etiquetado nutricional frontal a nivel global. Utilidad del Sistema Nutri-Score. 2022. <https://uvadoc.uva.es/handle/10324/54373>
13. Galán P, Babio N, Salas-Salvado J. Nutri-Score: el logotipo frontal de información nutricional útil para la salud pública de España que se apoya sobre bases científicas. *Nutrición Hospitalaria*. 2019;36(5):1213-1222. <https://www.nutricionhospitalaria.org/articulos/02848/show>
14. Santos-Antonio G, Bravo-Rebatta F, Velarde-Delgado P et al. Efectos del etiquetado nutricional frontal de alimentos y bebidas: sinopsis de revisiones sistemáticas. *Revista panamericana de salud pública*. 2019;43:e62. <https://doi.org/10.26633/RPSP.2019.62>
15. Andrés A M et al. Triptolemos, F. Informe sobre el etiquetado frontal de alimentos: semáforos nutricionales, "NUTRI-SCORE" y otros. *ACTA/CL: revista de la Asociación de Científicos y Tecnólogos de Alimentos de Castilla y León*. 2022;76:5-13
16. Babio N, López L, Salas-Salvado J. Análisis de la capacidad de elección de alimentos saludables por parte de los consumidores en referencia a dos modelos de etiquetado nutricional: estudio cruzado. *Nutrición hospitalaria*. 2013;28(1):173-181. <https://doi.org/10.3305/nh.2013.28.1.6254>
17. Capitán Gutiérrez J M, Casado Osuna L, Jaldón Rueda J et al. Análisis de etiquetas frontales de alimentos. Colegio profesional de dietistas-nutricionistas (CODINAN). 2020.
18. Gómez-Donoso C, Martínez-González M A, Bes-Rastrollo M. Nutri-Score, alimentos ultraprocesados y salud. *Anales del Sistema Sanitario de Navarra*. 2021;44(1):5-8. <https://doi.org/10.23938/assn.0943>
19. Rodríguez-Artalejo F. Etiquetado frontal Nutri-Score: el aceite de oliva y otros alimentos cuya clasificación se debería mejorar. 2022.
20. Ojuelos Gómez F J. Un etiquetado alimentario efectivo: mucho más que salud pública. *Nutrición Hospitalaria*. 2021;38(2):219-220. <https://doi.org/10.20960/nh.03588>
21. Royo Bordonada M A. La batalla del etiquetado frontal interpretativo en España. *Gaceta Sanitaria*. 2022;36:97-99. <https://doi.org/10.1016/j.gaceta.2021.08.007>
22. Royo-Bordonada M A, Rodríguez-Artalejo F, Bes-Rastrollo M et al. Políticas alimentarias para prevenir la obesidad y las principales enfermedades no transmisibles en España: querer es poder. *Gaceta sanitaria*. 2020;33(6):584-592. <https://doi.org/10.1016/j.gaceta.2019.05.009>

## DEBATE

Laura Fernández, Gemma Salvador, Ana Palencia, Gemma Trigueros y Mònika Jiménez. Moderador: Gonzalo Casino

# Los sistemas de información gráfica en el etiquetado alimentario: situación actual y retos futuros

El etiquetado de los alimentos permite a los consumidores conocer las diferencias en la calidad nutricional de los productos que tienen a su alcance para tomar decisiones informadas sobre alimentación y salud. Un grupo de expertos en alimentación, comunicación y salud pública de la industria alimentaria, el mundo académico, la Administración y las organizaciones sin ánimo de lucro y de consumidores han debatido acerca de la situación actual de los sistemas de etiquetado y cómo mejorarla.

## Funciones y limitaciones de los sistemas de etiquetado gráfico

A la hora de comunicar la información nutricional de los alimentos, las etiquetas ocupan una posición privilegiada en el envase y son un nexo entre las empresas y los consumidores. La información gráfica tiene el objetivo de ayudar a los consumidores en la toma de decisiones más saludables, y se plantea como un sistema de información complementario a la información nutricional cruda del alimento, porque las necesidades de cada consumidor son distintas. Pero, a pesar de que los sistemas de etiquetado gráfico nutricional tienen el objetivo de informar, no siempre son comprensibles para el consumidor, señaló Ana Palencia, directora de comunicación y sostenibilidad de Unilever.

Mònika Jiménez-Morales, profesora de la Universidad Pompeu Fabra, añadió que las etiquetas nutricionales sirven para orientar al consumidor, pero no está claro si lo consiguen, porque hay otros factores como la publicidad, la oferta y el precio que son determinantes de las decisiones de compra. Según Laura Fernández, directora general del European Food Information Council (EUFIC), los etiquetados nutricionales tienen el potencial de informar, pero se necesita sensibilizar y educar al consumidor sobre lo que es una dieta sana y equilibrada y prever las posibles interpretaciones erróneas que pueden darse al leer las etiquetas.

### Ana Palencia:

“A pesar de que los sistemas de etiquetado gráfico nutricional de los alimentos tienen el objetivo de informar, no siempre son comprensibles para el consumidor”

En relación con la información prioritaria que debe aparecer en el etiquetado, no hay una sola aproximación. Según Gemma Salvador, dietista-nutricionista de la Agencia de Salud Pública de Cataluña, lo importante son las grandes estrategias que se deben

trabajar a nivel global para que converjan en uno o dos sistemas gráficos. En palabras de Salvador, “no es necesario que toda la información de nutrición y sostenibilidad esté presente en la etiqueta: puede estar en la nube y ser accesible mediante un código QR o una aplicación móvil”.

### Mònika Jiménez-Morales:

“Los sistemas de información gráfica en el etiquetado alimentario informan, pero hay otros factores determinantes de la compra, como el precio, la oferta y la publicidad”

Palencia se sumó a esta iniciativa, añadiendo que el consumidor debe saber interpretar los símbolos o grafismos de nutrición y de sostenibilidad básicos que aparecen en el envase. Si está interesado en conocer más información, la puede encontrar en una página web o llamando a la empresa. Este último servicio de atención al consumidor tiene sentido sobre todo para las personas mayores.

Gemma Trigueros, coordinadora de alimentación en la Organización de Consumidores y Usuarios (OCU), señaló que la estrategia de poner un código QR en la etiqueta del producto para que el usuario pueda ampliar información no le gusta a los consumidores, al menos en el caso de los medicamentos. Y añadió que no podemos olvidar que el etiquetado también puede ayudar a mejorar los alimentos y a informar sobre su producción, en línea con lo que propone la estrategia “De la granja a la mesa”, aunque el consumidor no dispone ahora de esta información y no es un criterio de compra.

Por lo que respecta a la idoneidad de los sistemas de etiquetado disponibles, todos ellos tienen limitaciones y no existe el sistema ideal. A pesar de que Nutriscore es el sistema de etiquetado nutricional elegido por España para facilitar a los usuarios una información nutricional más clara, una de sus limitaciones es que



De izquierda a derecha, Mònika Jiménez, Gemma Salvador, Ana Palencia, Gemma Trigueros y Laura Fernández. Foto: Ignacio Adeva.

informa sobre el contenido de nutrientes por 100 gramos o 100 mililitros de alimento, en lugar de por raciones, que es lo que come el consumidor, señaló Palencia.

Sin embargo, para que las etiquetas basadas en las raciones sean efectivas y no haya fraudes, estas deberían estar definidas por una autoridad competente, explicó Trigueros. Otra complicación que supone trabajar con raciones es que no se pueden establecer a partir de lo que dicen las guías alimentarias, porque, por ejemplo, el tamaño de las raciones varía con la edad, apuntó Salvador. Quizá el etiquetado gráfico con advertencias, que indica cuándo un producto contiene cantidades excesivas de nutrientes críticos, es el que menos grietas tiene, pero también tiene puntos conflictivos, como que algunos productos con edulcorantes están dirigidos para niños, añadió Salvador.

### La necesidad de armonizar los sistemas

El origen del caos actual por la abundancia de sistemas de etiquetado se encuentra en la falta de una decisión política unificada y de un compromiso para garantizar un marco armonizado para el etiquetado de los alimentos. A pesar de que estamos lejos de encontrar el sistema de etiquetado ideal que nos ayude a mejorar la dieta y a la vez ser respetuosos con el medio ambiente, esto no significa que no tengamos que aunar esfuerzos para mejorar esta situación. Porque la situación actual de convivencia y disparidad de diferentes sistemas crea más confusión que claridad en el

consumidor. “Para mejorar la situación actual, lo que hace falta es un sistema informativo unificado que ponga orden tanto en el etiquetado nutricional como en el de sostenibilidad para superar la ensalada de mensajes y logos que hay ahora”, según Trigueros.

“A pesar de que este sistema cuando llegue no será perfecto y tendrá que evolucionar, hay que elegir un sistema (el de advertencias, el de colores o el que sea) y que la gente lo aprenda”, añadió. Y, para que esta situación no se repita en el etiquetado de sostenibilidad, convendría aplicar los mismos principios de armonización que en los esquemas de etiquetado gráfico nutricional, señaló Fernández.

#### Gemma Trigueros:

“Para mejorar la situación actual, hace falta un sistema informativo unificado que ponga orden tanto en el etiquetado nutricional como en el de sostenibilidad”

Una posible solución para mejorar los sistemas informativos actuales sería mejorar los algoritmos. Y, si los algoritmos no se pueden mejorar porque el sistema es muy complejo, Salvador optaría por un sistema de advertencia del riesgo que señalizara solo aquellos productos que tienen, por ejemplo, una elevada cantidad de sal, grasas no saludables o muy bajo contenido en fibra.

A pesar de la necesaria armonización de los sistemas de etiquetado nutricional, las expertas participantes en el debate no se mostraron confiadas en que en cinco o diez años aparezca un sistema que supere los actuales o que converjan hacia una armonización. Fernández señaló que “la evidencia científica es central en la armonización hacia un único sistema, pero otras consideraciones de tipo económico y político también pesan”. Y explicó que la opinión de los estados miembros, el impacto sobre el mercado único o las tradiciones culinarias nacionales se tienen en cuenta y esto hace que los estados miembros no se pongan de acuerdo sobre las reglas que regirían dicha armonización.

**Laura Fernández:**

“La evidencia científica es central en la armonización hacia un único sistema, pero otras consideraciones de tipo económico y político también pesan”

### **Por qué los sistemas de información no bastan para mejorar las decisiones de compra**

Los sistemas de información gráfica nutricional de los alimentos pretenden ser una herramienta para informar al consumidor sobre la calidad nutricional de lo que come, pero no bastan para mejorar las decisiones de compra. El precio, la oferta y el entorno también son elementos importantes que influyen en la toma de decisiones sobre alimentación. La idea de ofrecer información para mejorar la decisión individual de compra está muy bien, pero cuando estás en una superficie con 100.000 productos con etiquetas, colores y ofertas distintas, esto crea una presión en el consumidor que acaba decantándose por el precio, los colores llamativos y poco más, explicó Salvador. Además, tampoco podemos olvidar que existen diferentes perfiles de consumidores con preferencias distintas a la hora de informarse con las etiquetas, lo que dificulta que pueda existir un sistema de etiquetado universal, añadió Fernández.

La educación es imprescindible, pero no es suficiente si los entornos no facilitan las conductas alimentarias saludables. Por ejemplo, todos somos conscientes de la importancia de movernos, pero si el entorno no nos facilita el movimiento será muy difícil incrementar la actividad física. De la misma forma, la oferta de alimentos genera demanda, y un entorno con una oferta inmensa de alimentos con un perfil poco saludable va a generar un tipo de compra con este tipo de alimentos.

En palabras de Salvador, “las administraciones tienen la responsabilidad de informar sobre cuáles son los alimentos y consumos más saludables y sostenibles y cuáles son menos saludables, y procurar que estos sean también menos accesibles”. En definitiva, añadió, no podemos dejar las elecciones de compra de

alimentos solo en manos de los consumidores, por mucha información o formación que ofrezca la industria alimentaria.

En otros ámbitos de promoción de la salud ha resultado más fácil el acuerdo, pero la alimentación es un asunto complejo y lograr una armonización en el etiquetado no es una tarea sencilla. “Uno de los motivos por los que está costando tanto llegar a un acuerdo en el etiquetado nutricional es porque se utiliza como un sistema de publicidad y venta, más allá de su objetivo de informar al consumidor”, señaló Salvador.

### **Comunicación, educación y evidencias**

La falta de armonización explicaría por qué apenas se hace divulgación del etiquetado gráfico a la ciudadanía. Sin embargo, como se apuntó en el debate, sí que se hace a nivel de los trabajadores y socios de la empresa que promueve un determinado sistema. Palencia comentó que otro tema importante es cómo se comunica la información nutricional en las redes sociales y en los titulares de las noticias, porque el hecho de demonizar a ciertos alimentos que tienen cabida en una alimentación equilibrada, variada y suficiente también contribuye al desorden que estamos viviendo.

Cuando se trata de comunicar al consumidor los aspectos de sostenibilidad, la situación de desorden tampoco parece mejorar, pero es importante educarle para que sepa dónde tiene que depositar cada envase, recaló Palencia. La educación del consumidor con mensajes claros y comprensibles de que la base siempre es una alimentación equilibrada, variada y suficiente debería ser el eje central, pero no funciona.

**Gemma Salvador:**

“Uno de los motivos por los que está costando tanto llegar a un acuerdo en el etiquetado nutricional es porque se utiliza como un sistema de publicidad y venta”

Faltan investigaciones que vayan más allá de la polarización actual y que aporten evidencias más claras sobre la orientación de las decisiones de compra en base a un sistema, señaló Salvador. También faltan estudios sobre la eficacia de estos sistemas para informar al consumidor. Desde el punto de vista de la salud pública, añadió, es importante averiguar el impacto en la decisión de compra de un producto dentro de una misma gama o la desestimación de un producto sobre la base de las advertencias que se incluyan en el etiquetado.

Fernández comentó que en EUFIC abogan por seguir potenciando el conocimiento, contribuir a aumentar la evidencia científica y fomentar el debate neutral. Desde la perspectiva de la salud pública se

trabaja para favorecer los entornos facilitadores del acceso a alimentos saludables e identificar de forma clara cuáles no lo son y no tienen que formar parte de la vida cotidiana en base a la evidencia científica, explicó Salvador. Por lo que se refiere a los envases, defendió buscar más fuentes de evidencia no polarizadas y utilizarlas como herramienta para justificar el orden y el consenso.

### **Soluciones para mejorar la situación actual**

Para mejorar la situación de desconcierto actual, favorecer la armonización de un sistema de etiquetado único parece la estrategia más oportuna. Pero, para que estos sistemas de etiquetado nutricional y de sostenibilidad sean efectivos, deberían ser únicos a nivel del mercado europeo o internacional. Sin embargo, ante la falta de apoyo por la Comisión Europea, se puede empezar a nivel de país para que haya un consenso y no vaya cada empresa por su camino, sugirió Palencia. Además, el sistema puede estimular a las empresas a mejorar.

En opinión de Trigueros, los sistemas de etiquetado nutricional han servido para que el consumidor esté más interesado en lo que come, sea consciente de que tiene un impacto en su salud y se interese en buscar más información. A pesar de que ningún sistema es perfecto, un sistema armonizado para la información nutricional y de sostenibilidad es mejor que la situación actual. En esta misma línea, Trigueros señaló que hay que defender la dieta saludable y sostenible, y el abordaje es favorecer una elección mejor informada que incluya toda la dieta y no se limite a la etiqueta. Se trataría de educar a la gente en formas de comer más fáciles y baratas y en cómo reducir el desperdicio alimentario, y darles además herramientas para que tomen sus decisiones sobre el producto envasado y sin perder de vista la dieta en su conjunto.

“Se está pidiendo una estrategia colectiva basada en el orden, la elección del mejor algoritmo con evidencia científica y la obligatoriedad a la hora de que todas las empresas jueguen al mismo sistema de etiquetas”, enfatizó Salvador desde la perspectiva de la salud pública. Un punto de partida es promover entornos facilitadores para las conductas alimentarias saludables e identificar de forma clara cuáles no lo son. Y añadió que no podemos olvidar que la crisis ha tenido un impacto en el consumo alimentario que va a requerir intervenciones que van más allá del etiquetado. Lo que le preocupa al consumidor en el contexto de crisis actual es tener acceso a alimentos, y las políticas deberán basarse en mejorar el acceso a alimentos básicos y no tanto en el etiquetado. Desde el mundo académico se defiende la importancia de superar la polarización del discurso alrededor del estado actual de la cuestión y aportar evidencias científicas una vez está definido el consenso de un sistema de etiquetado.

### **MENSAJES CLAVE**

- > Los diversos sistemas gráficos de etiquetado nutricional pretenden ayudar al consumidor a elegir mejor y llevar una dieta saludable, pero no bastan para mejorar las decisiones de compra, pues hay otros factores, como el precio, la oferta y el entorno, que también influyen.
- > Ninguno de los sistemas actuales de etiquetado gráfico nutricional es óptimo y todos, en mayor o menor medida, presentan limitaciones. Además, hay muchos intereses contrapuestos que dificultan la necesaria armonización.
- > La actual disparidad de sistemas crea más confusión que claridad. El caos actual tiene su origen en la falta de voluntad política para lograr un consenso y el compromiso de garantizar un marco armonizado en el etiquetado a nivel europeo.
- > El etiquetado de los alimentos también permite incorporar información sobre la producción y la sostenibilidad de los alimentos como criterio de decisión por parte del consumidor.
- > No es necesario que toda la información sobre nutrición y sostenibilidad esté presente en la etiqueta de los alimentos, sino que puede estar disponible en una plataforma web.
- > A pesar de que estamos lejos de encontrar el sistema de etiquetado ideal que ayude a mejorar la dieta y ser respetuosos con el medio ambiente, hay que aunar esfuerzos entre todos los agentes implicados para mejorar la situación.
- > Lo ideal sería lograr una armonización a nivel europeo o internacional; pero, mientras esta armonización no se alcance, se puede avanzar a nivel de cada país, para que todas las empresas tengan una referencia común.
- > Los sistemas de etiquetado gráfico nutricional no bastan por sí mismos para mejorar las decisiones de compra y se deben complementar con más información y educación del consumidor en materia de alimentación y salud.
- > El ciudadano informado y responsable es un motor de cambio para avanzar hacia un sistema agroalimentario más saludable y sostenible.
- > La educación de la ciudadanía con el objetivo de avanzar hacia la toma de mejores decisiones informadas sobre alimentación y salud es imprescindible, pero además es necesario crear entornos facilitadores que promuevan los perfiles de alimentos saludables.
- > Faltan más estudios y de mayor calidad sobre la eficacia de los sistemas gráficos de los alimentos para informar y orientar las decisiones de compra del consumidor.

**Puede consultar todos los números  
de la serie *Alimentación y Comunicación* [aquí](#)**