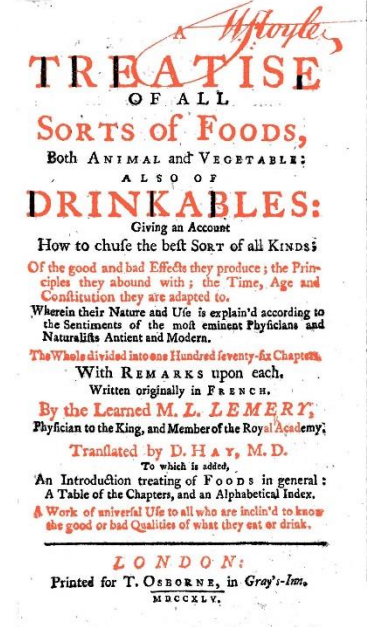
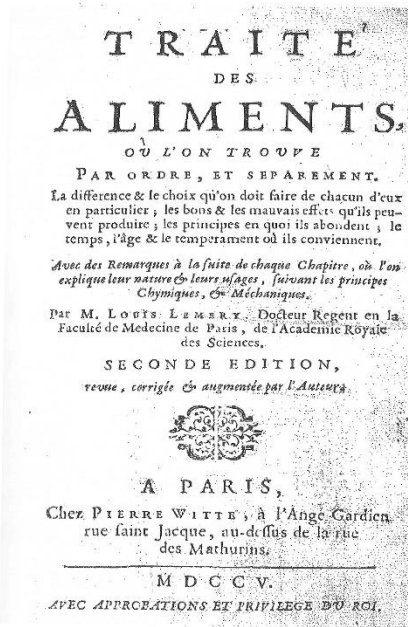
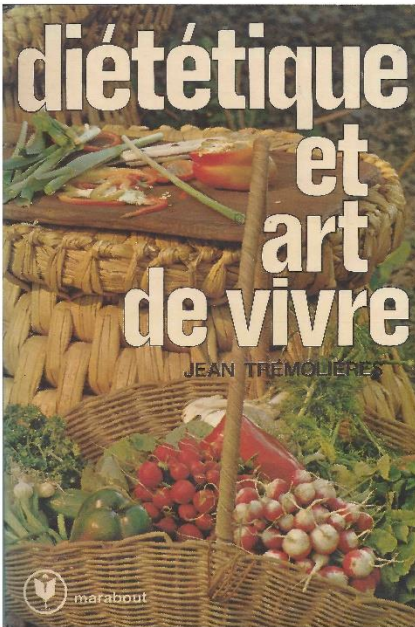




FUNDACION  
TRIPTOLEMOS

# INFORME sobre el etiquetado frontal de alimentos: semáforos nutricionales, “Nutri-Score” y otros



INFORMACIÓN NUTRICIONAL (Valores medios)	Por 100g	Por 120g	%IR* para un adulto por unidad
Valor energético (kJ/kcal)	323 / 77	386 / 92	4
Grasas (g)	1,9	2,3	3
de las cuales saturadas (g)	1,1	1,3	7
Hidratos de carbono (g)	11,9	14,3	5
de los cuales azúcares (g)	11,9	14,3	16
Proteínas (g)	3,0	3,6	7
Sal (g)	0,11	0,13	2
Calcio (mg)	120 (15%**)   144 (18%**)		

\*IR - Ingesta de Referencia de un adulto medio (8400kJ/2000kcal).  
\*\*VRN - Valor de Referencia del Nutriente.



[www.triptolemos.org](http://www.triptolemos.org)

## Participantes

Ana M<sup>a</sup> Andrés (1), Marta Arroyo-Izaga (2), Coral Calvo (3), Pilar Cervera (4), Ramon Clotet (5), Yvonne Colomer (6), Consuelo Escolástico (7), Ramon Estruch (8), Giuseppe Fregapane (9), Juana Frias (10), Angel Gil (11), Luis Gonzalez Vaqué (12), Ascensión Marcos (13), Abel Mariné (14), Emilio Martinez de Vitoria (15), Gemma Oms (16), M<sup>a</sup> Carmen Ortega (17), M<sup>a</sup> Jesús Periago (18), M<sup>a</sup> Angeles Romero (19), M<sup>a</sup> Dolores Ruiz (20), Aida Serra (21), Josep A. Tur (22), M<sup>a</sup> Carmen Vidal (23)

1. Catedrática de Tecnología de Alimentos de la Universitat Politècnica de València
2. Profesora del Dpto. Farmacia y Ciencias de los Alimentos. Universidad del País Vasco UPV/EHU
3. Profesora Nutrición y Dietética Facultad Ciencias de la UNED.
4. Fundadora y directora (1993-2006) del Centro de Estudios Superiores en Nutrición y Dietética (CESNID- Universitat de Barcelona).
5. Miembro emérito Institute of Food Technologists (IFT-USA). Secretario Fundación Triptolemos
6. Directora ejecutiva Fundación Triptolemos. Doctora Europea Instituto Politécnico Lorraine (Francia)
7. Coordinadora Máster Ciencias Agroambientales y Agroalimentarias (Universidad Autónoma de Madrid- Universidad Nacional de Educación a Distancia). Facultad de Ciencias, UNED.
8. Consultor Senior del Hospital Clínic de Barcelona. Profesor Facultat Medicina Universitat de Barcelona. Director Grupo investigación Nutrición, Riesgo Vascular y Envejecimiento (IDIBAPS) y del CIBER Fisiopatología de la Obesidad y Nutrición, Instituto de Salud Carlos III, Madrid.
9. Catedrático de Nutrición y Bromatología de la Universidad de Castilla la Mancha
10. Directora del Instituto de Ciencia y Tecnología de los Alimentos y Nutrición- Consejo Superior de Investigaciones Científicas (ICTAN-CSIC)
11. Catedrático de Bioquímica y Biología Molecular de la Universidad de Granada
12. Administrador Principal Unidad Legislación Alimentaria Comisión Europea (1986-2010). Jurista
13. Presidenta de la Federación Española de Sociedades de Nutrición, Alimentación y Dietética (FESNAD). Directora del grupo de Inmunonutrición Dpto. Metabolismo y Nutrición (ICTAN-CSIC).
14. Catedrático emérito de Nutrición y Bromatología Universitat de Barcelona
15. Catedrático de Fisiología de la Universidad de Granada
16. Profesora Dpto. Tecnología de Alimentos. Área de Nutrición y Bromatología. Universitat de Lleida
17. Profesora Departamento Teoría de la Educación y Pedagogía Social. Facultad de Educación UNED
18. Catedrática de Nutrición y Bromatología. Universidad de Murcia
19. Catedrática de Tecnología de Alimentos de la Universidad de Santiago de Compostela
20. Catedrática de Nutrición y Bromatología de la Universidad de Granada
21. Profesora Máster Universitario en Nutrición y Salud de la Universitat Oberta de Catalunya
22. Catedrático de Fisiología, Universitat de les Illes Balears & CIBEROBN (ISCIII)
23. Catedrática Nutrición y Bromatología, Universitat de Barcelona

## RESUMEN EJECUTIVO

El etiquetado de los alimentos envasados es una preocupación universal presente en las legislaciones nacionales de la mayoría de países. El Reglamento (UE) N<sup>o</sup> 1169/2011<sup>1</sup> sobre la información alimentaria facilitada al consumidor permite la posibilidad, con carácter voluntario, de utilizar un etiquetado nutricional frontal FOPL (Front-of-Pack nutrition label) de forma complementaria a la información nutricional obligatoria, sin sustituirla, siempre y cuando se cumplan los requisitos mencionados en dicho

---

<sup>1</sup> [Reglamento UE N<sup>o</sup> 1169/2011 del Parlamento Europeo y del Consejo de 25 de octubre de 2011 \(Diario oficial de la UE 22/11/2011 \(ES\)pág. 304/18-63\)](#)

Reglamento: no inducir a error al consumidor, no ser ambiguos ni confusos y estar basados en datos científicos relevantes.

La aplicación de una etiqueta nutricional "frontal" resulta en principio interesante, porque mejora la visibilidad, a diferencia del etiquetado nutricional obligatorio, que se sitúa en la parte posterior o lateral de los envases. Pero, por otro lado, puede inducir al consumidor a confusión, en su intención de valorar nutricionalmente el producto de manera aislada respecto al conjunto de su dieta.

Una política efectiva para la salud del ciudadano debe basarse en una formación adecuada en alimentación y consumo, desde la escuela y a la sociedad en general, contemplando el encaje entre la variedad de productos y la variedad de dietas posibles, de acuerdo con las necesidades nutricionales del ciudadano en función de la edad, sexo, estilos de vida y criterios de sostenibilidad. En este contexto el etiquetado frontal debe integrarse en una estrategia global para ser efectivo y evitar ser contraproducente.

El presente documento pretende ofrecer puntos de reflexión a las personas, instituciones y empresas que deban tomar decisiones en torno al etiquetado de los alimentos.

## Contenido

1. ANTECEDENTES .....	3
2. SISTEMA ALIMENTARIO .....	4
3. EL ETIQUETADO NUTRICIONAL EN LA LEGISLACION ALIMENTARIA .....	5
4. EL ETIQUETADO FRONTAL: SEMÁFOROS NUTRICIONALES, NUTRI-SCORE Y OTROS .....	6
5. CONSIDERACIONES SOBRE EL ETIQUETADO FRONTAL Y DIETA .....	8
6. CONSIDERACIONES SOBRE EL ETIQUETADO NUTRI-SCORE .....	10
7. CONCLUSIONES .....	11

## 1. ANTECEDENTES

Disponer de alimentos para toda la población y de una correcta información sobre nutrientes y dieta, está incluido en el alcance global de los Objetivos de Desarrollo Sostenible del milenio (ODS) de Naciones Unidas (3-Goodhealth and well being).

La Fundación TRIPTOLEMOS es una organización privada, entre cuyos objetivos está el desarrollo del concepto de Sistema Alimentario Global sostenible tanto en su aspecto teórico como operacional. Contribuye con sus acciones a su optimización, a alcanzar una alimentación adecuada para toda la población y a la confianza del ciudadano, en base al conocimiento, la ciencia y la tecnología. En ella participan 26 Universidades y el CSIC (Consejo Superior de Investigaciones Científicas), empresas, asociaciones de consumidores y de soporte social, entre otros representantes del sistema alimentario.

El patronato de la Fundación reunido el 18 de febrero de 2020 y a propuesta de algunos de sus miembros (consumidores y universidades), aprobó redactar un informe sobre el etiquetado frontal en alimentos, dado el interés que genera la información nutricional tanto desde el consumo como desde la producción. Para ello, se invitó a participar a investigadores de las universidades y del Consejo Superior de Investigaciones Científicas miembros del patronato.

En esta línea la Fundación ya promovió la [“Declaración de la Fundación Triptolemos sobre las noticias y recomendaciones falsas en el ámbito alimentario”](#), organizó la primera mesa redonda en España sobre *“Las fake news: consecuencias para las empresas y los consumidores”*, y recientemente ha redactado el [“Informe sobre la clasificación de alimentos: el concepto de ultraprocesados”](#).

Entre las actividades que realiza, la Fundación redacta informes sobre temas de interés, con el respaldo científico e independencia que los caracteriza y con un enfoque global de sistema alimentario.

## 2. SISTEMA ALIMENTARIO

La población mundial crece con la tendencia a concentrarse en las zonas urbanas. El derecho a una alimentación sana, adecuada y sostenible para toda la población supone un importante reto en el actual contexto.

La ciencia es el motor del desarrollo humano en todos sus aspectos. El crecimiento de la humanidad debe ser armónico y sostenible en un marco ético. Ello no se logrará, si simultáneamente no se da la misma evolución en el **Sistema Alimentario Global**<sup>2, 3</sup> en el que el papel de la ciencia y la actividad empresarial responsable es fundamental.

La Sociedad humana es una organización compleja. Dentro de ella el sistema alimentario es la expresión de una necesidad biológica esencial. Es un sistema con múltiples variables, transversal, complejo y articulado. Desde la Fundación Triptolemos se enfoca el Sistema Alimentario en cuatro ejes principales: disponibilidad, economía, políticas y saber (comportamiento, conocimiento y cultura), que crecen en estructura fractal y están interrelacionados. Todos ellos tienen que estar en equilibrio para conseguir un óptimo funcionamiento del Sistema Alimentario Global Sostenible. La formación en hábitos alimentarios correctos y facilitar la información al ciudadano para ayudarle en el diseño de su dieta adecuada, son pilares básicos.

---

<sup>2</sup> CLOTET, R.; COLOMER, Y. y MAYOR, F. (2010). *Human development and food: a global vision. En Global Food Security: Ethical and legal changes (ed. By C.M. Romeo-L. Escajedo and A. Emaldi). Wageningen Academic Publishers. The Netherlands*

<sup>3</sup> CLOTET, R. ; COLOMER, Y.; JARAUTA-BRAGULAT, E. y MAYOR, F. (2013). *El sistema alimentario global: I - Definición de un espacio. Revista Española de Estudios Agrosociales y Pesqueros, nº235, 2013 (13-32).*

### 3. EL ETIQUETADO NUTRICIONAL EN LA LEGISLACION ALIMENTARIA

El etiquetado de los alimentos envasados es una preocupación universal presente en las legislaciones nacionales de muchos países. Como referencia global pueden tomarse los trabajos y publicaciones del Codex Alimentarius (FAO/OMS)<sup>4</sup> en su programa conjunto sobre normas alimentarias y etiquetado de alimentos.

En la actualidad, más de cuarenta países de todo el mundo tienen vigente algún sistema de etiquetado nutricional en la parte frontal de los envases. Si bien la mayoría de los países han introducido etiquetas nutricionales de carácter voluntario en la parte frontal de los envases, algunos países las han fijado como obligatorias. Por lo general, la tendencia es que los países de una misma región geográfica utilicen etiquetas nutricionales similares, adaptando determinados aspectos a los hábitos de consumo del país.

En la Unión Europea el Reglamento UE Nº 1169/2011<sup>1</sup> establece la posibilidad, con carácter voluntario, de utilizar un FOPL (Front-of-Pack nutrition label). Sobre este tema la OMS<sup>5</sup> (*“Guiding principles and framework manual for front-of-pack labelling for promoting healthy diet”, 2018*), ha realizado una definición de intenciones y metodologías de forma complementaria a la información nutricional obligatoria, sin sustituirla, siempre y cuando se cumplan los requisitos mencionados en dicho Reglamento: no inducir a error en el consumidor, no ser ambiguos ni confusos y estar basados en datos científicos relevantes.

Si tomamos como ejemplo la Unión Europea, la forma y contenido del etiquetado está definido en el referido Reglamento<sup>1</sup>. Con relación al aspecto nutricional, se indica la cantidad de energía, grasas totales y saturadas, hidratos de carbono y azúcares, fibra, proteínas y sal, todo ello por 100 g y por ración, y el porcentaje de aporte de los nutrientes respecto a la ingesta de referencia de un adulto medio.

El citado Reglamento<sup>1</sup> en su artículo 35, permite incluir, además de la información nutricional obligatoria, diferentes formas de información voluntaria, tales como los etiquetados frontales. Se fijan las condiciones que se deben cumplir y es interesante contemplar en el artículo 35 los apartados: a) basadas en estudios rigurosos, b) amplio consenso, y c) destinadas a facilitar la comprensión sobre la importancia del alimento en relación con el aporte energético y de nutrientes de una dieta.

---

<sup>4</sup> [CODEX ALIMENTARIUS-Etiquetado de Alimentos. FAO/OMS. Roma 2007- ISBN 978-92-5-305840-2](#)

<sup>5</sup> <https://www.who.int/nutrition/publications/policies/guidingprinciples-labelling-promoting-healthydiet.pdf?ua=1>

## 4. EL ETIQUETADO FRONTAL: SÉMAFOROS NUTRICIONALES, NUTRI-SCORE Y OTROS

Por lo general, los consumidores no disponen de conocimientos suficientes para interpretar y escoger adecuadamente los productos alimenticios que adquieren, para conformar su dieta de manera adecuada, independientemente de la forma en que se presente la información en la etiqueta. El objetivo primordial ha de ser, por tanto, que los consumidores aprendan a interpretar la información de las etiquetas de una manera comprensible, clara, útil y eficaz.

El etiquetado nutricional "frontal" resulta en principio interesante porque mejora la visibilidad, a diferencia del etiquetado nutricional obligatorio, que se sitúa en la parte posterior o lateral de los envases. El etiquetado frontal permite visualizar la información nutricional del producto de forma rápida en el momento de la adquisición y se presenta de forma gráfica, siendo más fácil de leer y de interpretar. Este tipo de etiquetado se ha ido introduciendo en muchos países promovido por algunos científicos y por algunas empresas, con el apoyo de los servicios gubernamentales correspondientes.

Los objetivos perseguidos en materia del etiquetado frontal de los envases suelen ser dos: 1) facilitar información adicional a los consumidores para que adopten decisiones alimentarias más saludables y 2) animar a los operadores de empresas alimentarias a reformular sus productos para convertirlos en opciones más saludables. Por lo tanto, el etiquetado en la parte frontal de los envases es considerado cada vez en mayor medida, como una herramienta para respaldar estrategias de prevención de la obesidad y de otras enfermedades no transmisibles relacionadas con la alimentación.

Recientemente la Comisión Europea ha elaborado informes complementarios <sup>6,7</sup> sobre la utilización de formas adicionales de expresión y presentación de la información nutricional, que responden a la obligación impuesta a la Comisión en el artículo 35 del citado Reglamento, <sup>1</sup> sobre la información alimentaria facilitada al consumidor. En estos informes se describen los principales sistemas de etiquetado nutricional en la parte frontal de los envases que se están utilizando o desarrollando actualmente en la UE, así como algunos de los sistemas empleados a nivel internacional con las ventajas e inconvenientes de los mismos.

Son múltiples las propuestas sobre presentaciones y formas de etiquetado frontal voluntario. Ello provoca una dificultad importante para conseguir un consenso amplio, que es necesario para tener la credibilidad y la comprensión de todos los ciudadanos.

El primer sistema de etiquetado frontal se presentó en Suecia en 1989. Más tarde se adhirieron Dinamarca (2009) y Lituania y también aparecieron otros distintos como en Eslovenia (1992), Finlandia (2000), Reino Unido (2013), Croacia (2015) o en Francia con

---

<sup>6</sup> [INFORME DE LA COMISIÓN AL PARLAMENTO EUROPEO Y AL CONSEJO sobre la utilización de formas adicionales de expresión y presentación de la información nutricional- Bruselas, 20.5.2020 COM \(2020\) 207 final ES](#)

<sup>7</sup> [E. Ciriolo et al., "Front-of-pack nutrition labelling schemes: a comprehensive review". Publications Office of the European Union \(2020\) 202 pp](#)

el Nutri-Score (2017). Con respecto al Nutri-Score Bélgica, Alemania, España, Países Bajos, Luxemburgo, Suiza e Italia se sitúan entre su aceptación legal voluntaria u obligatoria, a la vez que algunos proponen adaptaciones que favorezcan su sistema alimentario.

Además de todas estas versiones, apoyadas en general por sus respectivas administraciones, existen instituciones privadas, cadenas de distribución (como por ejemplo el proyecto SENS en Francia y Eroski en España), asociaciones y empresas para el fomento de la salud entre otras, que ofrecen o han ofrecido su particular sistema de etiquetado frontal. Aparte de la UE, hay más países con propuestas de etiquetado propias como Chile, Ecuador, Colombia y México en Latinoamérica, Malasia, Singapur y Tailandia en Asia, Australia y Nueva Zelanda, entre otros.

La información que ofrecen todos ellos es cualitativa, de acuerdo con el concepto de semáforo (sintéticos) o de gradación numérica o alfabética (descriptivos). También son distintos los conceptos o parámetros que valoran, así como la metodología que utilizan.

El presente informe ha tomado como ejemplo de análisis el Nutri-Score en su última versión<sup>8</sup>, por ser el que ofrece más detalles a día de hoy, en su definición y metodología.

El etiquetado Nutri-Score surge en Francia en 2017 con la idea de implementar una descripción fácil en el etiquetado nutricional de los alimentos, que ayude a los consumidores de la Unión Europea a la adecuada elección nutricional en su compra.

Nutri-Score se basa en un sistema de clasificación de 5 letras y 5 colores, en el que la A de color verde oscuro es la mejor opción nutricional y la E roja es la peor, pasando por la B, C y D. El sistema otorga a cada alimento una letra asociada a un color que se calcula mediante un algoritmo. Esta clasificación se apoya en el resultado de un algoritmo. Dicho algoritmo asocia una serie de puntos según la proporción en la composición del alimento, basándose en el contenido en energía, azúcares, grasas saturadas y sodio, que valora de manera negativa, y el contenido de proteínas, frutas, legumbres, frutos secos, fibra y aceites de colza, nuez y oliva, que valora de manera positiva. Nutri-Score se puede aplicar a productos envasados, quedando exentos una gran variedad de alimentos como son por ejemplo:

- Los productos frescos: carnes, pescado, frutas, verduras, legumbres, entre otros.
- Los productos que solo tienen un ingrediente en su composición: vinagre, miel, etc. siempre que no estén procesados.
- Café, té, infusiones de hierbas.
- Alimentos directamente suministrados por el fabricante o tiendas de minoristas en pequeñas cantidades (como los platos preparados).
- Alimentos que se venden en envases cuya mayor área de superficie sea inferior a 25 cm<sup>2</sup>: chocolatinas, chucherías, barritas de cereales, etc.
- Las bebidas alcohólicas.

El Nutri-Score se elabora de acuerdo a la composición nutricional que tienen 100 g o 100 ml de un producto alimenticio.

---

<sup>8</sup> *Nutri-Score fr: versión 2020 (18 de junio de 2020)*

El Nutri-Score en el etiquetado frontal pretende: 1) dar información intuitiva sin crear confusión, error o engaño en los consumidores sobre la calidad nutricional de alimentos y bebidas; 2) proporcionar una comparativa entre alimentos de una misma categoría, de marcas distintas o similares en el consumo; 3) ayudar al consumidor a identificar productos más saludables y 4) motivar al sector alimentario a mejorar la calidad nutricional de sus productos y de los alimentos que ponen a disposición de los consumidores mediante la reformulación de los productos existentes o de innovaciones alimentarias.

## 5. CONSIDERACIONES SOBRE ETIQUETADO FRONTAL Y DIETA

- En la cesta de la compra hay multiplicidad de productos, a partir de los cuales el ciudadano debe diseñar su dieta. Para ello, necesita conocer las características nutricionales de todos los productos de que dispone y no sólo de los alimentos envasados que cuentan con el etiquetado frontal.
- Las necesidades nutricionales son distintas para cada individuo en función de variables como la edad, sexo, condición física, entre otras, por lo que los alimentos que pueden ser adecuados para un sector de la población, no tienen por qué serlo para otros. Por todo ello, es fundamental incentivar conocimientos con los que pueda conocer sus necesidades y organizar su adecuada alimentación.
- Los semáforos nutricionales pueden inducir al consumidor a confusión. En su intención de valorar nutricionalmente el producto de manera aislada respecto al conjunto de la dieta, puede interpretarlo como un distintivo de calidad nutricional y, en consecuencia, calificar en negativo un producto con semáforo rojo o en su caso, carente de valoración. Esta referida calidad que, por otro lado, ya ha sido asegurada por la administración en los respectivos controles (tanto durante su elaboración como ya en el mercado), garantizando que el producto cumple con todos los aspectos de la legislación vigente. Legislación que a su vez ha sido elaborada a partir de datos científicos (la EFSA, la FDA y el CODEX FAO/OMS).
- Un sistema de etiquetado frontal no resulta fácil de generalizar para distintos países, debido a las diferencias entre los hábitos alimentarios de la población. Intervienen sesgos culturales que pueden influir de forma diferente en la elección de los alimentos, independientemente del etiquetado. Por otro lado, aspectos relacionados con la formación básica del consumidor, especialmente en temas de alimentación y nutrición, también son diferentes según el país y pueden incidir en la interpretación del mensaje que quiere dar la etiqueta, si no existe una previa formación en programas de educación.
- El etiquetar un alimento individual como bueno, menos bueno o malo desde el punto de vista de la salud, aplicando un determinado algoritmo desarrollado en base a su composición, es una aproximación que no se ajusta a lo aceptado hoy en día por las distintas guías nutricionales publicadas en diferentes países, y que se refieren a dietas o patrones alimentarios saludables y no a alimentos individuales.



- Los algoritmos para estimar la puntuación de los distintos sistemas difieren fundamentalmente en la base de cálculo utilizada, lo que hace que un mismo producto pueda obtener puntuaciones diferentes según el sistema utilizado. Este es uno de los aspectos que debiera ser analizado.
- Hay abundantes trabajos publicados en torno al etiquetado frontal nutricional<sup>7</sup>. Pero por el momento, todos ellos se refieren o bien a la aceptación que tiene el etiquetado frontal por parte del consumidor o bien a la idoneidad del algoritmo de cálculo utilizado. Ninguno de ellos hace referencia a la necesidad de formación. Tampoco constan estudios sobre la influencia real que puede tener el uso del etiquetado frontal en la salud de una determinada población, considerando un intervalo largo de tiempo y en comparación con otra sin ellos.
- La dieta adecuada es el resultado de un equilibrio entre las necesidades nutricionales de cada individuo en función de la edad, sexo y estilo de vida, su situación y el suministro de nutrientes aportados en diversa proporción y de distintas fuentes. La información nutricional debe estar supeditada a la formación previa para conseguir este equilibrio. La formación y la información nutricional deberían estar consensuadas entre todos los actores implicados (científicos, productores, sociólogos, legisladores...). Debería existir una coherencia en las políticas de alimentación y el ciudadano en las grandes regiones económico-sociales del globo (UE, USA, Latinoamérica, China, África...).
- La variedad de etiquetados frontales que se proponen, no van acompañados de una formación, por lo que pueden añadir confusión al ciudadano y pueden resultar contraproducentes. La información nutricional que proporcionan debe ser entendida como complementaria del producto, de manera que pueda relacionarse con una dieta. La formación debería aportar los conocimientos necesarios para crear una actitud favorable a hábitos saludables en base a conocimientos científicos contrastados, para que los consumidores de diferentes edades y circunstancias pudiesen hacer una elección adecuada de alimentos, que configurasen su dieta.
- El informe de la Comisión UE<sup>5</sup> constata la falta de consenso en el mercado interior europeo entre países (entre otras causas el controvertido Art. 35), agricultores y ganaderos, pymes y grandes empresas. El informe incorpora reflexiones como: *"...deben aceptarse y entenderlas para que puedan influenciar... hay un número reducido de estudios sobre los patrones de compra en la vida real.....no se dispone de suficientes pruebas empíricas que permitan extraer conclusiones..."*.

## 6. CONSIDERACIONES SOBRE EL ETIQUETADO NUTRI-SCORE

Algunas consideraciones más sobre el etiquetado Nutri-Score, debido a su mayor presencia en el entorno de los países de la Unión Europea pueden ser:

- Se aplica solo productos envasados. Habida cuenta de que la dieta se construye con alimentos variados, con o sin envase, esta parcialidad en la información nutricional puede provocar una confusión en el consumidor moviéndolo hacia un consumo prioritario de alimentos envasados. El hecho de que se excluyan determinados alimentos de su valoración tampoco hace del Nutri-Score una herramienta nutricional fiable. A modo de ejemplo, se puede plantear la pregunta: ¿no sería necesario dar información a los consumidores sobre la miel, que tiene más del 65% de azúcares?
- Si el sistema de etiquetado frontal es de aplicación voluntaria, resulta probable que solo se utilice en aquellas marcas cuyos productos saquen una buena puntuación. Por lo que se daría una visión distorsionada de los productos alimenticios en su conjunto. Con esta misma visión se podrá interpretar como una “alegación nutricional” pudiendo no serlo.
- El sistema Nutri-Score pretende ser una herramienta de codificación sencilla que ayude al consumidor a mejorar su elección en la compra de alimentos. A pesar de que inicialmente parezca un sistema útil, que facilita la interpretación del etiquetado de forma rápida, sólo está indicado para la comparación de productos dentro de una misma categoría. Por ejemplo, en la comparación de diversos tipos de yogures, pero no permite la comparación entre productos no similares (es imposible comparar una bebida carbonatada light con, por ejemplo, un queso, mediante el sistema Nutri-Score). Este es uno de sus principales puntos débiles.
- La base de referencia debería estar definida en términos de Ración y Frecuencia Recomendada, y siempre bajo criterios nutricionales. Ni el uso de 100 g como referencia de cálculo utilizado por Nutri-Score, ni la porción media utilizada en el etiquetado actual, ni la segregación por ingredientes utilizada en otros casos, resultan acertadas para asignar un color a un determinado producto. Adicionalmente, esta información, obtenida por consenso, debería incluirse en términos fácilmente reconocibles por el consumidor (vaso, taza, cucharada, ... grande, mediano, pequeño, ... número de unidades, etc.; frecuencia de consumo diaria, semanal, ocasional, etc.)
- En nutrición, el tamaño de las raciones es importante y debe ser personalizada a cada persona en particular. En el Nutri-Score las calificaciones se dan en función de una porción de 100 g o 100 ml de alimento. No todas las raciones de alimento tienen el mismo tamaño. Este hecho hace que determinados productos puedan estar catalogados como D o como E, pero luego por el tamaño de ración habitual no son tan negativos para la salud. Es importante que los consumidores reconozcan cuál es la ración recomendada de un producto alimenticio, para ir educándose en la forma de comer. Basar la calificación en 100 g favorece a los productos que de forma

habitual se consumen en raciones mayores de 100g y perjudica a los que habitualmente se consumen en cantidades más bajas.

- Inicialmente la calificación de Nutri-Score se elabora de acuerdo con la composición nutricional que tienen 100 g o 100 ml de un producto alimenticio y no considera el valor nutricional o la densidad de nutrientes. Para contrarrestar esto, se están proponiendo modificaciones para determinados alimentos en los distintos países, lo cual no va a permitir tener un modelo unificado para todos los países y consumidores de la Unión Europea, objetivo éste del Mercado Interior. A modo de ejemplo, esto ha ocurrido en Francia, donde han modificado el Nutri-Score para dar una mejor calificación a los quesos. El queso es un alimento que por su composición nutricional estaría catalogado con semáforo rojo, debido a un alto contenido en grasa, concretamente en ácidos grasos saturados y con un alto contenido en sal. Sin embargo, si atendemos al valor nutricional del queso, es una buena fuente de calcio y de proteína en la dieta por lo que un consumo moderado no sería perjudicial. Algo similar podría ocurrir para los jamones curados en España, ya que se situaría en un semáforo naranja y en una calificación con la letra D. La Agencia Española de Seguridad Alimentaria y Nutrición (AESAN)<sup>9</sup> detalla en un reciente informe los cambios continuados que hasta el momento ha sufrido el algoritmo, aplicable a todos los países que lo adopten, para irse adaptando a sus hábitos nutricionales, con referencia a quesos, bebidas, grasas saturadas y aceites de oliva, nuez y colza, y que según el dicho informe deben ajustarse a una descripción más estricta.
- El etiquetado Nutri-Score acoge un número limitado de productos y sus algoritmos de clasificación visualizan un entorno de aplicación muy específico, dirigido a una población con abundancia en la disponibilidad de alimentos y con problemas de malnutrición por sobreingesta calórica. Así, por ejemplo, considerar la energía alimentaria como un valor negativo puede ser un contrasentido en poblaciones con problemas de malnutrición por hambruna.
- Datos sobre contenido en sal, ácidos grasos saturados, azúcar...que ya se incluyen en el etiquetado obligatorio de la UE y que muchos ciudadanos ya consideran de forma específica (población con algún tipo de fisiopatología), pueden quedar enmascarados con el Nutri-Score, no solo por estar compensados con otros parámetros de cálculo del propio algoritmo para un determinado producto, sino por el efecto de preferencia visual que tiene el etiquetado frontal.

## 7. CONCLUSIONES\*

Es del más elemental dominio en nutrición que la dieta adecuada es resultado de un equilibrio entre las necesidades específicas de cada persona y la ingesta y la proporción de los diferentes nutrientes aportados por los diferentes alimentos. La información nutricional debe estar coordinada con la formación supeditada a la formación previa para conseguir este equilibrio y ambas deben estar consensuadas entre

---

<sup>9</sup> [Revista del Comité Científico de la AESAN, 2020,31, pag77-97.](#)

todos los actores implicados (científicos, productores, sociólogos, legisladores...), de tal forma que exista una coherencia en la base de las políticas de alimentación y su repercusión sobre el ciudadano en las grandes regiones económico-sociales del globo (UE, USA, Latinoamérica, China, África...).

La variedad de etiquetados frontales que se proponen, entre los que destaca "Nutri-Score" debido a su mayor difusión y al rigor científico en su valoración<sup>10,11</sup> puntual del producto, pero no van acompañados de una formación adecuada del consumidor, por lo que introducen confusión y pueden resultar contraproducentes. Su aportación, como información complementaria, debería estar coordinada con el etiquetado nutricional obligatorio y fijado por ley para todos los productos en concordancia con las legislaciones vigentes. La adecuación de un alimento a una dieta depende de tantos factores, que tal vez no sea posible hacerlo tan sencillo como se plantea con el etiquetado Nutri-Score o similares.

Resultaría indispensable un modelo único para cada macroentorno de cultura alimentaria definida (por ejemplo, Europa Norte/Centro/Sur). Se pueden utilizar el etiquetado frontal como una información complementaria a la dieta elaborada con todo tipo de productos y no solo envasados. Pero al utilizarse solo para productos envasados y dentro de ellos, para comparar productos de la misma categoría, su aportación al diseño de la dieta personal es escasa. Así, el referido informe de AESAN<sup>9</sup> menciona que sólo las propuestas de Dinamarca, Islandia, Lituania, Noruega y Suecia (Keyhole Logo), Croacia (Healthy Living Guaranty Mark) e Israel (Green Endorsement Logo) intentan considerar todo tipo de productos además de los envasados, pero sin dar más detalles.

Del informe de la Comisión UE<sup>5</sup> es importante reflexionar sobre los primeros apartados de sus conclusiones: *"...son sistemas valorativos basados en modelos de perfiles nutricionales. En cuanto a los posibles efectos de las etiquetas en la alimentación y salud de los consumidores no se dispone de suficientes pruebas empíricas.... puede originar costes para las empresas, así como confusión y falta de confianza por parte de los consumidores"*.

La Comisión (11.12.2018) se centra en recomendar la aplicación del Pacto Verde Europeo: *"se propondrán acciones para ayudar a los consumidores a elegir dietas saludables y sostenibles. En concreto la Comisión estudiará nuevas maneras de informar mejor a los consumidores sobre el valor nutritivo de los alimentos"*. En este sentido, existe una fragante contradicción o un olvido: ¿cómo se coordinará la coexistencia entre el soporte del Pacto Verde europeo y los conceptos de alimentación de proximidad, productos frescos, mercados locales o venta a granel, con un programa de soporte al etiquetado nutricional que solo compara una parte de los componentes que intervienen en una dieta?

La salud de ciudadano es un derecho fundamental y con esta visión debería enfocarse. Ello se logra con acciones coordinadas, que parten de un programa matriz, para avanzar hacia la sostenibilidad del planeta (Objetivos de Desarrollo Sostenible de Naciones

<sup>10</sup> <https://www.elsevier.es/es-revista-endocrinologia-diabetes-nutricion-13-avance-resumen-comprension-diferentes-etiquetados-frontales-los-S2530016419301090>

<sup>11</sup> [https://solidarites-sante.gouv.fr/IMG/pdf/rapport\\_eren\\_off\\_7\\_countries.pdf](https://solidarites-sante.gouv.fr/IMG/pdf/rapport_eren_off_7_countries.pdf)

Unidas, especialmente el 1, 2 y 3). La alimentación y su contribución a la salud tienen una interacción mundial, existe una articulación entre ciencia y cultura (UNESCO), disponibilidad y accesibilidad (FAO) y salud (OMS). El etiquetado frontal debería plantearse con una estrategia global, universal, y con el objetivo de fomentar la cultura alimentaria en el ciudadano, como el primer paso a que pueda interpretar y definir sus necesidades y actuar en consecuencia. Pero resulta asombroso que, en la amplitud de debates y documentos existentes, haya escasísimas referencias a la necesidad de formación en la base. Sólo la OMS ya en su informe de marzo 2016<sup>12</sup> deja clara la necesidad de *“poner en marcha un etiquetado frontal del envase fácil de interpretar apoyado en la educación del público”*. Instrucción ésta, integral, clara y concisa. Reflexión que repite el citado informe sobre las FOPL<sup>5</sup>, dejando la responsabilidad a los gobiernos.

Sería conveniente que esta legislación armonizada se propusiera y adoptara con cierta prontitud; así como que se basara en acuerdos sólidos y fiables de científicos, teniendo en cuenta sus aspectos sociológicos, tras una consulta objetiva y equilibrada de las partes interesadas.

Mirando al futuro, el tema que nos ocupa debe ser un elemento fundamental de las políticas alimentarias de toda sociedad. Las instituciones deben desarrollar programas armonizados con las culturas alimentarias.

La experiencia descrita evidencia la necesidad de potenciar la **FORMACIÓN** del ciudadano, pactada entre todos los actores implicados del sistema (científicos, productores, sociólogos, legisladores...), y ofrecer así una **información didáctica** en la forma más eficiente, iniciada ya **desde la escuela y de forma coordinada y en continua adaptación**. Ello debería llevar a un cambio de hábitos de consumo a partir de una elección adecuada de alimentos, que configuren una dieta saludable y sostenible en base a conocimientos científicos contrastados. El ciudadano debería poder interpretar toda información complementaria. El etiquetado frontal debe integrarse en la información global de todos los productos, sino su eficacia puede ser dudosa y/o contraproducente.

La realización de estos conceptos es un componente fundamental para el desarrollo de una alimentación adecuada de la población. La Fundación Triptolemos, en su visión de sistema alimentario global sostenible y con expertos de sus patronos, ofrece su colaboración a todas las instituciones relacionadas de manera directa o transversal, para contribuir al buen fin del objetivo.

**Fundación Triptolemos**  
**Junio 2020**



---

<sup>12</sup> <http://www.who.int/end-childhood-obesity/es>

(\*) La información y las conclusiones corresponden a la situación en la fecha del informe.