

27 de febrero de 2021

RESPUESTAS A LAS CRÍTICAS, INFUNDADAS O NO, QUE CIRCULAN EN LOS MEDIOS DE COMUNICACIÓN Y EN LAS REDES SOCIALES SOBRE NUTRI-SCORE

Elementos de reflexión para facilitar la comprensión y el
interés del etiquetado frontal

Jordi Salas-Salvadó[1,2], Nancy Babio[1,2], Pilar Galán[3]

- 1 Universitat Rovira i Virgili. Departament de Bioquímica i Biotecnologia. Unitat de Nutrició Humana. Hospital universitari Sant Joan de Reus. Institut d'Investigació Pere Virgili (IISPV), Reus, España Joan de Reus, Institut d'Investigació Pere Virgili (IISPV), Reus, España. 2 Consorcio CIBER, M.P. Fisiopatología de la Obesidad y Nutrición (CIBEROBN), Instituto de Salud Carlos III (ISCIII), Madrid, España.
3. Sorbonne Paris Cité Epidemiology and Statistics Research Center (CRESS), U1153 Inserm, U1125, Inra, Cnam, Paris 13 University, Nutritional Epidemiology Research Team (EREN), Bobigny, 93000, France

Tabla de contenido

JUSTIFICACIÓN	3
PREGUNTAS Y RESPUESTAS A LAS CRÍTICAS SOBRE NUTRI-SCORE	3
¿Por qué se creó el sistema Nutri-Score?	3
¿Cuáles son las ventajas de este etiquetado?	3
1. Informa al consumidor	3
¿Se emplea en otros países? ¿Cuál es la experiencia de estos países con este tipo de etiquetados? ..	4
Nutri-Score respecto a otros sistemas o con la ausencia de logotipo, mejora la calidad nutricional general de la cesta de la compra, ¿De qué manera se produce ese efecto en la mejora de la calidad de la compra? ¿qué sucedería si se implementase en todos los envases?	5
¿Por qué es tan relevante su implantación? ¿de qué manera Nutri-Score ayuda a los consumidores en su elección de productos?	5
¿En qué grupos sociales y de edad ha sido analizado y valorado este etiquetado este sistema? ¿Puede adecuarse a contextos socio-culturales variados?	6
¿Nutri-Score sirve a los intereses de la industria dado que grandes marcas apoyan su implementación?	7
Crítica sobre ciertos productos que se afirma que el Nutri-Score clasifica inadecuadamente.	7
Los cereales Chocapic al haber incrementado su cantidad de fibra han alcanzado la 'B' cuando un 25% son azúcar, ¿cómo esto es posible?	7
El aceite de oliva es otra de sus críticas al obtener siempre una C, cuando otros productos nutricionalmente peores, como los refrescos con edulcorantes obtienen una B, ¿esto por qué es así?	8
¿Cómo podría mejorar este sistema de clasificación?	9
Además de una implantación generalizada de Nutri-Score ¿qué otras medidas complementarias deberían llevarse a cabo por parte de las instituciones?	9
¿Nutri-Score se opone a la alimentación mediterránea?	10
Nutri-Score no tiene en cuenta los aditivos y el grado de transformación	10
¿Cómo se posiciona Nutri-Score en las recomendaciones nutricionales de Salud Pública?	11
El Ministerio de Consumo español ha decidido retirar del etiquetado Nutri-Score al aceite de oliva, después de las quejas del sector.	12
¿Está chocando este semáforo nutricional con los intereses de la industria alimentaria o los productos icónicos de determinados países?	12
¿En un contexto unitario como la UE, tendría sentido que algunos países adoptaran el sistema Nutri-score y otros no?	13
¿El sistema de advertencia chileno sería más adecuado que el Nutri-Score?	13
RESPUESTAS A LAS CRÍTICAS DE LA FESNAD	15

El algoritmo de Nutri-Score no es claro, ya que está calculado a partir de la cantidad de energía y de algunos nutrientes por 100 g o 100 ml y del porcentaje de presencia de ciertos alimentos sin considerar la porción y la frecuencia.	15
No se adapta a la dieta mediterránea	15
El algoritmo no está bien ponderado y la presencia de algunos puntos favorables enmascara los puntos desfavorables, lo cual no es científicamente razonable y genera dudas en el consumidor.	16
No diferencia la cantidad y calidad de la grasa presente en ácidos grasos monoinsaturados y poliinsaturados.	16
No considera el grado de procesamiento de los alimentos, o el valor esencial de minerales o vitaminas.....	16
No distingue la calidad y procedencia de la proteína de los diferentes alimentos.....	17
No valora la cantidad de nutrientes de un alimento en su conjunto, solo ingredientes; ni las necesidades concretas de determinados grupos de población española con carencias nutricionales.	17
COMENTARIO GENERAL	19

Justificación

Durante las últimas semanas ha habido un elevado número de críticas en los medios de comunicación y en las redes sociales en contra de la implementación del etiquetado frontal Nutri-Score.

Si bien algunas críticas son fundamentadas y los autores son plenamente conscientes de ellas, otras son totalmente infundadas, motivo por el cual, a continuación, se brindarán elementos de reflexión en base a las entrevistas realizadas, que responden y clarifican muchas de esas críticas.

PREGUNTAS Y RESPUESTAS A LAS CRÍTICAS SOBRE NUTRI-SCORE

¿Por qué se creó el sistema Nutri-Score?

Existen factores de riesgo nutricionales, ligados a dietas poco saludables, que contribuyen de forma muy importante al aumento del riesgo de enfermedades no transmisibles en Europa (obesidad, enfermedades cardiovasculares, diabetes y algunos tipos de cáncer, etc.). Para hacer frente al peso creciente de estas patologías relacionadas con la nutrición, todos los países desarrollan estrategias y políticas gubernamentales con directrices dietéticas basadas en recomendaciones generales con la finalidad de mejorar la dieta de la población.

Pero, el consumidor, pese a que en la mayoría de casos conoce las recomendaciones nutricionales (aumentar el consumo de frutas, verduras, leguminosas, limitar el consumo de productos grasos, azucarados, salados, etc.) frente a la diversidad de productos y apelaciones en las estanterías de los supermercados, está confrontado a la dificultad en el momento de seleccionar un producto. Ejemplo: entre pizzas de distintas apelaciones o marcas, entre platos cocinados, entre cereales de desayuno, entre galletas o productos de bollería, etc. Poder comparar rápidamente la calidad nutricional es muy importante porque puede diferir mucho entre productos, pudiendo ser clasificados en la escala de Nutri-Score en A, B, C e incluso D o E.

¿Cuáles son las ventajas de este etiquetado?

Las ventajas de Nutri-Score son dobles:

1. **Informa al consumidor** en el momento del acto de compra, de la calidad nutricional global de los alimentos, permitiéndole comparar los productos y orientar su selección hacia aquellos con mejor calidad nutricional. Gracias a su simplicidad Nutri-Score les permite, en los pocos segundos del acto de selección de un producto, en el momento de la compra, reconocer y comparar con un solo vistazo la calidad nutricional de los diferentes productos y orientarse, si el consumidor lo desea, hacia las alternativas de mejor calidad nutricional.

El Nutri-Score permite a los consumidores en el momento de su compra comparar:

- a) **Alimentos pertenecientes a categorías diferentes, pero con una verdadera pertinencia en sus condiciones de uso o de consumo.** Por ejemplo, yogures comparados con cremas de

postres; o cereales de desayuno, pan de molde, galletas, bizcochos, bollería industrial, etc (alimentos típicos que se consume en una misma comida).

- b) Alimentos de la misma categoría.** Por ejemplo, en la familia de los cereales del desayuno comparar mueslis versus cereales con chocolate, versus cereales con chocolate y rellenos (que pueden variar de A a E); comparar galletas secas vs galletas con frutas vs galletas con chocolate; o lasaña con carne, con salmón, con espinacas; o los diferentes tipos de pizzas,...
- c) Mismo tipo de alimento, pero de diferentes marcas.** Por ejemplo pizzas de queso de diferentes marcas.

En cada una de estas categorías la escala de Nutri-Score puede variar mucho, por lo que la presencia del Nutri-Score supone una ayuda importante para los consumidores a la hora de elegir un producto.

2. Incitar a los industriales a mejorar la calidad nutricional de los alimentos que fabrican ofreciéndoles la oportunidad, por el sistema propuesto, de valorizar sus esfuerzos en términos de reformulación.

Una de las principales ventajas del Nutri-Score, en comparación a otras propuestas de logotipos nutricionales, es que se basa en numerosos trabajos científicos que demuestran la pertinencia de su sistema de cálculo (especialmente en relación con la salud) y la eficacia de su formato gráfico (en particular, el hecho de que se comprenda y utilice muy bien, comportando una mejora de la calidad nutricional de las compras de los consumidores).

¿Se emplea en otros países? ¿Cuál es la experiencia de estos países con este tipo de etiquetados?

Nutri-Score ha sido ya adoptado oficialmente en 7 países europeos (Francia, Bélgica, España, Alemania, Luxemburgo, Países Bajos y Suiza). Antes de su aplicación numerosos estudios evaluaron la eficacia del formato gráfico de 5 colores del Nutri-Score a nivel del consumidor, en particular en comparación con otros logotipos existentes.

Los resultados de trabajos científicos realizados en gran número de participantes y encuestas de consumidores en España, Francia, Bélgica, Alemania, etc. son convergentes, mostrando la eficacia y los mejores resultados del Nutri-Score en comparación con los otros logotipos nutricionales existentes estudiados, en términos de: percepción, facilidad de identificación o rapidez de su comprensión.

Todos los estudios muestran que Nutri-Score goza de un fuerte apoyo de los consumidores y parece ser el formato preferido en comparación con los otros logotipos evaluados, en particular en poblaciones con bajos ingresos o con los niveles más bajos de conocimientos en materia de nutrición. Lo cual explica el motivo por el cual está fuertemente apoyado por las asociaciones de consumidores a nivel europeo, particularmente el BEUC que reagrupa 44 asociaciones de consumidores en 23 países europeos, entre los que ellas la OCU y CECU en España.

En Francia, los resultados oficiales de encuestas sobre la opinión del público sobre la percepción y adhesión indican que el 90% de los adultos interrogados tienen una opinión muy positiva sobre Nutri-Score: obtienen una información rápida, lo comprenden fácilmente, les guía en sus compras y a mejorar la calidad nutricional de su compra. El 70% consideran que mejora la imagen de la marca que lo añade a sus envases. En España, a finales 2019, HISPACOOOP evaluó la utilidad del etiquetado nutricional Nutri-Score en 2000 adultos españoles y 92,1% de las personas consideraron que les ayudaría a cuidar su alimentación y optar por opciones de productos más saludables, 76,7% les ayudaría a comparar y elegir entre productos de la misma categoría, aunque sean productos diferentes.

Nutri-Score respecto a otros sistemas o con la ausencia de logotipo, mejora la calidad nutricional general de la cesta de la compra, ¿De qué manera se produce ese efecto en la mejora de la calidad de la compra? ¿qué sucedería si se implementase en todos los envases?

Una de las pruebas más contundente para afirmar la realidad de la pertinencia y eficacia de un logotipo es la demostración de su impacto en la calidad nutricional de las compras. Lo que es interesante con Nutri-Score es el hecho que varios estudios han evaluado su efecto, comparándolo a la ausencia de logotipo y a otros logotipos, en las elecciones de los consumidores y la calidad nutricional de la cesta de la compra: cuatro estudios en supermercados virtuales (en los que se evaluaron las intenciones de compra en población general, estudiantes, personas con enfermedades crónicas y poblaciones de bajo nivel socioeconómico); dos estudios en tiendas experimentales sobre varios cientos de sujetos en los que se evaluó el efecto de varios logotipos sobre las compras reales; y un estudio a gran escala en Francia en 60 supermercados (10 supermercados con Nutri-Score; 10 con Traffic Light; 10 con SENS propuestos por los industriales; 10 con GDA/Ris propuesto por los industriales; y 20 supermercados de control sin logo; se analizaron 1,7 millones de recibos de caja).

Los resultados de todos estos estudios son convergentes y muestran que la presencia de Nutri-Score mejora la calidad nutricional general de la cesta de la compra (disminución de calorías y lípidos, en particular ácidos grasos saturados, sal y un aumento de frutas, verduras y carnes no procesadas). Todo esto sin aumentar el precio de la compra, siendo la eficacia de Nutri-Score superior a la del resto de logotipos estudiados.

Según los estudios, la calidad nutricional general de la cesta de la compra mejoró de 4,5 a 9,4% por el solo hecho de añadir Nutri-Score.

Todos los estudios muestran que el efecto del Nutri-Score es particularmente evidente en las poblaciones desfavorecidas y con pocos conocimientos nutricionales.

En un estudio utilizando el modelo de simulación, reconocido internacionalmente, PRIME, los análisis concluyen que si todos los alimentos fueran etiquetados con Nutri-Score, teniendo en cuenta esta mejora de la calidad nutricional de la cesta de la compra observada, se podría prever una reducción de la mortalidad por enfermedades crónicas del 3,4%. Los autores concluyen que en Francia serían 7680 decesos evitados cada año únicamente por la aposición del logo.

¿Por qué es tan relevante su implantación? ¿de qué manera Nutri-Score ayuda a los consumidores en su elección de productos?

Una fase importante y la más convincente de la pertinencia del Nutri-Score y del algoritmo en el cual reposa, son los estudios de su validación en cuanto a su asociación a nivel individual, con la salud en el contexto de estudios de cohorte prospectivos.

El algoritmo que subyace al Nutri-Score ha sido objeto de estudios en grandes cohortes de Francia, España y a nivel europeo. En Francia, en las cohortes SU.VI.MAX (6435 personas seguidas durante 13 años) y NutriNet-Santé (46.864 sujetos seguidos durante 6 años), se constató que el consumo de alimentos con una puntuación correspondiente a alimentos mejor clasificados por Nutri-Score estaba asociado a un menor riesgo de enfermedades crónicas, como el cáncer, las enfermedades cardiovasculares, el aumento de peso y el síndrome metabólico.

En España, en la cohorte SUN (20.503 participantes; seguimiento de 10 años) también se constató que el consumo de alimentos con peor perfil nutricional (que corresponde a peor puntuación en la escala Nutri-Score) estaba asociado prospectivamente con una mayor tasa de mortalidad, considerando todas las causas y la mortalidad por cáncer. Dos estudios realizados en el marco de la cohorte europea EPIC (más de 500.000 participantes en 10 países europeos con un seguimiento de más de 15 años) confirmaron los resultados de estos estudios sobre una población muy numerosa.

1. En el primer estudio, en el que se analizaron 49.794 cánceres incidentes, los participantes con un consumo medio superior de alimentos con una puntuación individual correspondiente a un consumo de alimentos peor clasificados en la escala Nutri-Score presentaban un riesgo superior de desarrollar cáncer.
2. En el segundo estudio de la cohorte de EPIC, tras un seguimiento de más de 17 años, en el análisis de más de 53.000 muertes incidentes, se constató un aumento de la mortalidad (mortalidad total y mortalidad por cáncer y enfermedades de los aparatos circulatorio, respiratorio y digestivo) en aquellos participantes con un consumo medio superior de alimentos con una puntuación que refleja el consumo de alimentos peor clasificados en la escala Nutri-Score.

Todos los estudios de cohortes prospectivos realizados en diferentes contextos encontraron una asociación entre la ingesta de alimentos mejor clasificados en la escala de Nutri-Score y un menor riesgo de enfermedades crónicas y mortalidad. Esta constatación constituye un importante argumento a favor de la pertinencia y fiabilidad de este algoritmo en cuanto a la elección de los elementos incorporados en su cálculo y la asignación de puntos a los elementos constitutivos.

Es por su simplicidad, su carácter intuitivo (con colores evocadores), su capacidad de juicio global sobre la calidad nutricional de los alimentos que Nutri-Score permite al consumidor comparar de forma fácil y rápida productos destinados al mismo uso lo cual hace que Nutri-Score sea comprensible para todos y que tenga un impacto en los comportamientos de compra.

¿En qué grupos sociales y de edad ha sido analizado y valorado este etiquetado este sistema?

¿Puede adecuarse a contextos socio-culturales variados?

Los estudios han sido realizados en población general (y en ambos sexos) así como en poblaciones específicas de alto riesgo (estudiantes, población con bajos ingresos y personas con enfermedades crónicas). Los resultados de estos estudios muestran que Nutri-Score ayuda a los consumidores a clasificar correctamente los productos según su calidad nutricional y que éste es particularmente eficaz en poblaciones a riesgo de presentar dietas menos saludables y en personas con menos conocimientos nutricionales. Los estudios que prueban su impacto sobre la calidad nutricional de la cesta de compra, especialmente en condiciones reales, han demostrado que es también eficaz en poblaciones de bajo nivel socioeconómico.

Respecto a la pregunta sobre su adecuación a diferentes contextos socio-culturales, un estudio realizado en 13 países europeos (incluyendo España) a partir de la base de datos de *Open Food Facts*, muestra la capacidad de Nutri-Score para discriminar la calidad nutricional de los alimentos y su coherencia con las recomendaciones nutricionales. Otro estudio internacional que incluyó a 12 países (12000 participantes, con 6 países europeos: Alemania, Argentina, Australia, Bulgaria, Canadá, Dinamarca, España, Estados Unidos, Francia, México, Reino Unido y Singapur) y donde se comparó Nutri-Score respecto a otros logotipos: *Traffic Lights*, *Warnings*, *Health Star Rating* y otros dos: SENS, GDA (apoyados por mayoristas e industriales) confirma, en todos los países, la superioridad y la eficacia

del logo Nutri-Score a la hora de ayudar a los consumidores en sus elecciones alimentarias, permitiéndoles clasificar correctamente los alimentos según su calidad nutricional.

¿Nutri-Score sirve a los intereses de la industria dado que grandes marcas apoyan su implementación?

Esta acusación no tiene sentido. Nutri-Score ha sido diseñado y desarrollado por científicos académicos sin relación con la industria y sin recibir ni un euro de los industriales.

Nutri-Score fue desarrollado para beneficiar la salud pública y ayudar en la lucha contra las enfermedades crónicas relacionadas con la alimentación.

No hay que olvidar que Nutri-Score ha sido violentamente criticado por las grandes multinacionales y grupos de presión durante más de 4 años. Cuando el logotipo fue propuesto en Francia en 2014 ninguna empresa se mostraba a favor de Nutri-Score y lo condenaban basándose en argumentos pseudo-científicos: “es estigmatizador”, “es reductor”, “simplista”, “falso”, “incompleto”, “peligroso”, etc. De hecho, todas las empresas pidieron el abandono de Nutri-Score y muchas de estas grandes marcas (entre otras Coca-Cola, PepsiCo, Mars, Unilever, Mondelez, Ferrero, Lactalis o Kraft) todavía se oponen a su adopción y siguen criticando el logo a nivel internacional con la intención de intentar frenar esta iniciativa.

Hoy en Francia hay más de 520 empresas (mayoritariamente pequeñas y medianas empresas), correspondiente a 690 firmas que lo han adoptado. En España, ya hay varios industriales y grandes distribuidores que ya lo han adoptado (Eroski fue el pionero, y otros lo han adoptado también Auchan, Carrefour, Nestlé, Carretilla, Danone, Shukran, Alpro, Asturiana, Pescanova, Caprabo, Boni,...).

Afortunadamente, los diferentes actores de la sociedad se han movilizado para convencer y demostrar el interés de Nutri-Score: científicos, profesionales de la salud, consumidores y asociaciones de consumidores (BEUC en Europa y OCU y la CECU en España) impulsando acciones ciudadanas, peticiones y múltiples expresiones en los medios de comunicación que han ayudado a esta evolución de la implementación de Nutri-Score por las empresas agroalimentarias.

Los trabajos científicos publicados, más de 45 publicaciones en revistas científicas internacionales, han contribuido también a que algunas de estas grandes multinacionales que se oponían fuertemente a Nutri-Score, como por ejemplo Nestlé, reconsideraran su posicionamiento y acabaran por adherirse a esta medida de salud pública que inicialmente rechazaban.

Crítica sobre ciertos productos que se afirma que el Nutri-Score clasifica inadecuadamente.

Los cereales Chocapic al haber incrementado su cantidad de fibra han alcanzado la ‘B’ cuando un 25% son azúcar, ¿cómo esto es posible?

El primer punto a tener en cuenta es que Nutri-Score no clasifica los alimentos como sanos o malsanos. Es una fuente importante de incomprensión del Nutri-Score en España.

Nutri-Score no da absolutamente una información en valor absoluto, sino en valor relativo para comparar los alimentos entre sí en la misma categoría y entre los alimentos de distintas categorías pero que se consumen en las mismas condiciones de consumo (por ejemplo, los cereales entre ellos o los aceites entre ellos o las bebidas entre ellas, etc.).

Desde el punto de vista nutricional, no recomendamos el consumo excesivo de cereales para el desayuno. Sin embargo, para aquellos consumidores que deseen comprarlos, siempre será mejor que

puedan seleccionar aquellos cuya composición nutricional sea la menos desfavorable. Muchos cereales para el desayuno están clasificados con una C, D o E. Algunos, incluso, como ciertos mueslis están clasificados con una B o A. El consumo de cereales Chocapic no se recomienda por su composición nutricional, pero hay que reconocer que desde hace algunos años era un producto clasificado con una D y tras la reducción de su contenido de azúcar pasó a la C. Posteriormente, la utilización de trigo integral más rico en fibras en su nueva fórmula le ha permitido pasar a B. Es cierto que todavía contienen demasiado azúcar añadido, pero en comparación con otros cereales que contienen tanto o más azúcar, ahora contienen más fibra lo cual es mejor desde el plano nutricional (en comparación a aquellos que contienen igual de azúcar, pero menos fibra). No obstante, pese a esto, hay que continuar reforzando el sistema para evitar las reformulaciones por la industria con elementos cuyo beneficio para la salud no sea aceptable sólo con la finalidad de mejorar el score final (añadir fibras sintéticas, por ejemplo).

El aceite de oliva es otra de sus críticas al obtener siempre una C, cuando otros productos nutricionalmente peores, como los refrescos con edulcorantes obtienen una B, ¿esto por qué es así?

En lo que respecta al aceite de oliva, hay que decir que no está penalizado por Nutri-Score, ya que lo clasifica con una C, que es la mejor puntuación entre las grasas añadidas (destinadas a la condimentación o cocción) y entre los aceites vegetales. Está mejor clasificado que los aceites de soja, girasol (el segundo consumido por los españoles) y maíz (clasificados D), o los de coco o palma (clasificados E) y mejor que la mantequilla (clasificada E). Esta clasificación es totalmente coherente con las recomendaciones de salud pública que, tanto en España como en otros países, no impulsan a consumir el aceite de oliva sin límites, aunque sí que recomiendan a los consumidores que favorezcan el aceite de oliva con respecto a los demás aceites vegetales y, sobre todo, con respecto a las grasas de origen animal.

La comparación que se hace en las redes sociales sobre cómo clasifica Nutri-Score el aceite de oliva respecto a un “refresco cero” no tiene sentido, ya que es muy poco probable que el consumidor prevea condimentar su ensalada con soda o refrescarse con aceite de oliva. El consumidor necesita poder comparar la calidad nutricional de los alimentos que dentro de su categoría pueden ser sustituidos. Es decir, si desea elegir una grasa añadida y, en particular, un aceite, verá fácilmente en los estantes de los supermercados españoles, gracias a la indicación del Nutri-Score, que es el aceite de oliva el que está mejor clasificado.

Lo que apoya las recomendaciones para el aceite de oliva (tanto para las recomendaciones de salud pública como para la consideración del aceite de oliva en los elementos favorables que entran en el cálculo del Nutri-Score) son los resultados de los ensayos que demuestran de manera clara el impacto del aceite de oliva sobre la salud y, en particular, en relación con la prevención de las enfermedades cardiovasculares. Numerosos meta-análisis de gran calidad y basados en los trabajos epidemiológicos apoyan el interés del aceite de oliva en términos de prevención de las enfermedades cardiovasculares.

Muchos países, dependiendo de su cultura alimentaria recomiendan favorecer entre los aceites vegetales, tanto el aceite de oliva como el aceite de colza, que tienen cada uno de ellos un interés en términos de salud, especialmente cardiovascular. Está claro que, **para los países mediterráneos, en particular España, cuya tradición es consumir aceite de oliva, la comunicación debe estar claramente focalizada en privilegiar el aceite de oliva, y en especial la versión virgen que retiene todas sus sustancias minoritarias antioxidantes y con otros beneficios para la salud. Pero hay que comprender también, sobre todo porque Nutri-Score tiene una dimensión europea, que para**

los países que consumen tradicionalmente y principalmente aceite de colza, que la comunicación y recomendación pueda hacerse sobre la complementariedad de ambos aceites, colza y oliva. El continuo avance de la ciencia hará sin duda evolucionar Nutri-Score en el futuro para adaptarse a los nuevos conocimientos.

Para las bebidas, sólo el agua está clasificada A, la mayoría de los jugos de frutas en C o D y los refrescos en D y E. Sólo, hasta la fecha, los refrescos edulcorados son en B, ya que no tienen azúcar ni calorías. Pero los recientes trabajos científicos sobre los edulcorantes y la salud llevarán sin duda a revisar próximamente el posicionamiento de estas bebidas, que seguramente estarán peor clasificadas que hoy.

¿Cómo podría mejorar este sistema de clasificación?

Cuando Nutri-Score fue oficializado a finales de 2017, en Francia, estaba previsto que cada tres años un comité científico constituido de científicos, sin conflicto de interés de cada país que haya implementado Nutri-Score, se reuniría para, si lo consideran necesario, una actualización del algoritmo subyacente a Nutri-Score basada en la evolución sobre una base estrictamente científica (sin dejar acceso a los grupos de presión) y/o la situación jurídica en Europa sobre el etiquetado.

Nutri-Score, como todos los logotipos nutricionales existentes, no es perfecto al 100%; ningún logotipo de información nutricional puede serlo. Nutri-Score presenta algunas imperfecciones que podrán solucionarse en el futuro mediante una pequeña modificación en los componentes del algoritmo propuesta por el Comité Científico de los países que hayan adherido su implementación). Por ejemplo, ciertas cuestiones como el posicionamiento de las bebidas edulcoradas y otras como tener en consideración los productos integrales y no refinados, o el posicionamiento del aceite de oliva y el aceite de oliva extra virgen, serán sin duda abordadas por estos científicos independientes que se encargarán de su actualización en un futuro próximo, pero siempre basándose en la ciencia y en la salud pública, apoyándose sobre todo en los trabajos epidemiológicos.

Es legítimo que un etiquetado nutricional evolucione en función de los avances científicos y de la experiencia en salud pública, pero es importante recordar que actualmente ya funciona perfectamente bien para decenas de miles de alimentos. Por tanto, es absurdo ver a los detractores rechazar en bloque Nutri-Score y rechazarlo sobre la base de algunas imperfecciones, algunas de las cuales serán seguramente corregidas.

Además de una implantación generalizada de Nutri-Score ¿qué otras medidas complementarias deberían llevarse a cabo por parte de las instituciones?

Nutri-Score, como todos los logotipos nutricionales frontales, es solo una medida más en el marco de las políticas nutricionales de salud pública. Es complementario al resto de medidas y, en particular, a las acciones de educación nutricional, de comunicación sobre recomendaciones genéricas (como las de aumentar el consumo prioritario de alimentos frescos o mínimamente procesados, estacionales y de proximidad evitando en la medida de lo posible los alimentos envasados). Algunas medidas que pueden ayudar una vez sea implementado serían:

1. La regulación del marketing y la prohibición de la publicidad de alimentos clasificados como D y E por Nutri-Score (especialmente dirigida a los niños).

2. Promover la asequibilidad de los productos alimenticios de mejor calidad nutricional (impuestos para productos de peor calidad nutricional y/o subvenciones para facilitar el acceso a alimentos de buena calidad nutricional),
3. Control del contenido de productos en las máquinas expendedoras, etc.

¿Nutri-Score se opone a la alimentación mediterránea?

Entre las críticas transmitidas por los detractores de Nutri-Score se plantea el hecho de que Nutri-Score se opondría a los productos tradicionales (embutidos, quesos, etc.) y por lo tanto a la alimentación mediterránea. Esto es, por supuesto, totalmente irrelevante.

Nutri-Score no se opone en absoluto a la dieta mediterránea. ¡Al contrario! La dieta mediterránea se caracteriza por un consumo abundante de frutas, verduras, legumbres, cereales (especialmente integrales), un consumo moderado de pescado, un consumo limitado de productos lácteos, un bajo consumo de carne roja, carne procesada, embutidos y productos dulces, grasos y salados y favorece el aceite de oliva entre las grasas añadidas. Por lo tanto, la dieta mediterránea no promueve, bajo ninguna circunstancia, los quesos (en general) ni las carnes procesadas. Así pues, esto es totalmente consistente con la clasificación proporcionada por el Nutri-Score, que clasifica más favorablemente los alimentos, o platos que son bajos en grasa, azúcar o sal, ricos en fibra, frutas y verduras, legumbres y frutos secos.

Al comparar las recomendaciones de la pirámide de la dieta mediterránea y el Nutri-Score, se observa en realidad una buena convergencia.

Es cierto que la mayoría de quesos y embutidos tradicionales son clasificados en D y a veces en E porque contienen cantidades importantes de grasas saturadas, de sal y son también calóricos. Pero como todos los productos, los productos clasificados D o E, pueden perfectamente ser consumidos en el marco de una alimentación saludable, en cantidades/frecuencias limitadas. Así pues, es coherente con los principios de la alimentación mediterránea y con la clasificación de Nutri-Score.

Como respuesta científica a este argumento irrelevante sobre la inadecuación del Nutri-Score con la dieta mediterránea, se puede mencionar el trabajo de epidemiólogos nutricionales españoles de la Universidad de Navarra a cargo de la cohorte SUN. Recientemente mostraron, en una población de más de 20,500 sujetos españoles seguidos durante un período de 10 años, que el consumo de alimentos con una clasificación menos favorable en la escala de Nutri-Score se asoció prospectivamente con una mayor tasa de mortalidad total y mortalidad por cáncer en particular, pero también que el algoritmo de cálculo subyacente Nutri-Score era perfectamente consistente con el modelo de la Dieta Mediterránea.

Nutri-Score no tiene en cuenta los aditivos y el grado de transformación

El hecho de que ciertos alimentos ultraprocesados estén bien clasificados por Nutri-Score no es sorprendente. Nutri-Score es un logotipo nutricional que caracteriza solo la composición nutricional de los alimentos. La calidad nutricional y la ultra-transformación son características diferentes de los alimentos que pueden impactar sobre a la salud por mecanismos específicos propios.

Nutri-Score, como todos los logotipos nutricionales, no cubre el conjunto de las dimensiones salud de los alimentos (la calidad nutricional, el grado de transformación, la presencia de pesticidas, etc.).

Ningún logotipo puede incluir todas estas dimensiones en un único indicador ya que, por ser de naturaleza diferente, pueden divergir para un mismo alimento. Nutri-Score y ultraprocesados deben ser considerados como dos dimensiones diferentes y complementarias.

Aunque Nutri-Score se centra solo en la información nutricional de los consumidores, esto ya representa mucho en términos de salud pública. Numerosos trabajos científicos han demostrado su efecto favorable sobre las elecciones de los consumidores y sobre su impacto sobre la morbilidad y la mortalidad por lo que está plenamente justificado su aplicación.

Nutri-Score (como todos los logotipos nutricionales) no pretende ser un sistema de información global de la dimensión «salud» de los alimentos y debe ser acompañado de informaciones específicas para informar a los consumidores del resto de dimensiones, en particular las relativas a la transformación/formulación o al hecho de provenir de una agricultura ecológica.

¿Cómo se posiciona Nutri-Score en las recomendaciones nutricionales de Salud Pública?

Sobre la base de los datos científicos disponibles, es evidente que, desde el punto de vista de la salud pública, es necesario recomendar el consumo de alimentos frescos y mínimamente procesados y reducir la contribución de los alimentos ultraprocesados. Sin embargo, para aquellos que no quieren o no pueden evitar consumir alimentos ultraprocesados (por razones de tiempo, facilidad, preferencia, etc.) la elección de un alimento mejor clasificado en la escala Nutri-Score tendrá un impacto favorable en el plano de la salud.

La recomendación es clara: es mejor comer un plato hecho en casa que un plato industrial ultraprocesado. Pero para el consumidor que no desea o no puede hacerlo y quiere elegir un plato industrial ultra-transformado, hay una ventaja indudable en consumir los platos o productos mejor clasificados en la escala de Nutri-Score y si, pese a todo, decide de elegir un producto mal clasificado (D o E), Nutri-Score le indica que es mejor consumirlo en menor cantidad y con menos frecuencia.

Es necesaria una comunicación adaptada para la buena utilización de Nutri-Score, incitando al mismo tiempo a reducir el consumo de alimentos ultraprocesados (con mensajes claros y la posibilidad de identificar para el consumidor los alimentos ultraprocesados posicionando eventualmente un logotipo adecuado que indique si el alimento es ultraprocesado).

Si bien hay que seguir recomendando limitar el consumo de estos alimentos ultraprocesados porque no están prohibidos y abundan en los supermercados, dentro de este grupo hay una gran variabilidad nutricional, por lo que es interesante para el consumidor disponer de Nutri-Score. Asimismo, hay que tener en cuenta que algunos grupos de alimentos procesados (no ultraprocesados), como algunos embutidos, zumos de frutas o aquellos considerados como ingredientes culinarios en el proceso de transformación (como la mantequilla, el azúcar, la sal), tienen una composición nutricional poco favorable, que Nutri-Score objetiva (mientras que el sistema NOVA no), permitiendo alertar a los consumidores para que su consumo sea limitado en cantidad y frecuencia.

En la práctica, en el orden dictado por los niveles de prueba y los conocimientos científicos actuales es importante recordar que el nivel de prueba más elevado en términos de impacto sobre la salud concierne los aspectos nutricionales (limitar el azúcar, la sal, favorecer las fibras, las frutas y hortalizas, las legumbres, etc.). Por lo que el primer reflejo para los consumidores debe ser, para los alimentos envasados, apoyarse en el logotipo Nutri-Score como indicador de la calidad nutricional global del alimento.

Teniendo en cuenta los estudios científicos de los últimos años, que sugieren riesgos asociados con el consumo de alimentos ultraprocesados, y esperando que la ciencia dé respuestas sobre su impacto real, así como los mecanismos implicados (cócteles de aditivos, compuestos neoformados, etc.) es importante privilegiar los alimentos frescos o poco transformados y los alimentos sin ningún o con pocos aditivos (fácilmente identificables en la lista de ingredientes).

El Ministerio de Consumo español ha decidido retirar del etiquetado Nutri-Score al aceite de oliva, después de las quejas del sector.

Evidentemente, como científico, es esencial que la decisión política en el ámbito de la salud y la protección de los consumidores esté dictada por la ciencia y la salud pública, y no por el interés de un sector, aunque defienda un alimento tradicional con un interés nutricional.

El hecho de excluir un alimento determinado del perímetro del Nutri-Score ya se ha planteado en el pasado. Se puede comprender el cuestionamiento respecto al aceite de oliva, y la respuesta debe venir de la ciencia. Además, es lo que está previsto en el contexto del Comité Científico Europeo, que acaba de ser creado en el marco de la coordinación del Nutri-Score por los 7 países europeos que han adoptado Nutri-Score. Este comité es el encargado de actualizar Nutri-Score basándose en el progreso de los conocimientos científicos y en los intereses de salud pública.

Este comité, compuesto por expertos independientes (entre ellos expertos españoles nombrados por el Gobierno) debe estudiar la cuestión (entre otras muchas) basándose en datos científicos, viendo el racional existente detrás de la cuestión, reflexionando sobre su justificación científica y la posibilidad de valorizar el aceite de oliva virgen extra, proporcionando los elementos de respuesta que deben orientar la decisión política.

Todos los países europeos recomiendan privilegiar el consumo de aceite de oliva y hay que recordar que el aceite de oliva ya es el mejor clasificado en la categoría de las grasas añadidas (ningún aceite está clasificado en A o B) lo cual debería ser objeto de una comunicación que valore este producto por parte de las autoridades de salud pública y de los productores.

Esperemos que cada sector agrícola o cada industria no aprovechen para hacer presión sobre los poderes públicos para intentar obtener una mejor clasificación de su producto. Hay que dejar que los expertos científicos internacionales se pronuncien sobre la justificación científica de las mejoras del Nutri-Score con la finalidad de ayudar al consumidor y mejorar la salud pública.

En el caso del aceite de oliva virgen tal como ha sido comentado existe evidencia científica de su eficacia en la prevención de la enfermedad cardiovascular en el contexto de una dieta mediterránea (por ejemplo, el estudio PREDIMED). Estas evidencias sin duda deberán debatirse a nivel europeo a la hora de proponer mejoras en la valorización y utilización de Nutri-Score.

¿Está chocando este semáforo nutricional con los intereses de la industria alimentaria o los productos icónicos de determinados países?

Los productores de jamón ibérico tampoco están de acuerdo con Nutriscore. Una vez más, es necesario tener una visión de la salud pública basada en la ciencia y no temer que cada sector o cada industria presione para que sus productos sean mejor clasificados por Nutri-Score por razones de defensa de intereses económicos y no científicos.

En cuanto al jamón ibérico, a diferencia del aceite de oliva, no disponemos de tantos datos científicos que apoyen un interés saludable de estos productos. Sabemos que el consumo del jamón y embutidos debe limitarse teniendo en cuenta sus posibles efectos sobre la salud. Y el jamón ibérico como los otros jamones tradicionales de otros países contiene, además de grasas saturadas, importantes cantidades de sal entre 2,5g y 4,5 g de sal/100g (las recomendaciones de la OMS indican no exceder 5g sal/día). Esto justifica en estos momentos la clasificación en D del jamón ibérico o el jamón San Daniele, o el jamón Bayona, etc.

Cabe destacar que un Nutri-Score D o E no quiere decir que el alimento no deba ser consumido, todos los productos clasificados D o E, pueden perfectamente ser consumidos en el marco de una alimentación equilibrada en cantidades y frecuencias limitadas, lo que es coherente con la alimentación Mediterránea. También en este caso es necesaria una comunicación adaptada para explicar cómo interpretar Nutri-Score y recordar que si hay que limitar el consumo de jamón y embutidos es mejor consumir los productos fabricados de manera tradicional. Se necesitan de más estudios que permita una catalogación nutricional diferente del jamón ibérico al resto de jamones en la actualidad.

No obstante, es importante tener en cuenta que los productos alimenticios de fabricación artesanal (ciertos jamones, quesos...) son excluidos del Nutri-Score ya que no están sujetos al Reglamento INCO nº 1169/2011, que excluye del etiquetado obligatorio los productos alimenticios de fabricación artesanal suministrados directamente por el fabricante en pequeñas cantidades al consumidor final o a establecimientos minoristas. Por lo que el Manchego artesanal no lleva Nutri-Score (ya que no lleva el etiquetado nutricional obligatorio).

¿En un contexto unitario como la UE, tendría sentido que algunos países adoptaran el sistema Nutri-score y otros no?

Es indispensable obtener un sistema de etiquetado nutricional frontal único a escala de la UE. Es una demanda de los consumidores, de los industriales, de los políticos y un interés de salud pública. Por otra parte, es un objetivo fijado por la Comisión Europea que, en su estrategia *Farm to Fork*, desea adoptar un logotipo único en 2022.

Nutri-Score, cuenta con un fuerte apoyo de las asociaciones de consumidores europeas (en particular el BEUC, que agrupa a 44 asociaciones en 23 países, entre ellos el OCU y el CECU en España) y ya ha sido adoptado por 7 países europeos es el logotipo nutricional, se basa en el expediente científico más sólido (con más de 45 publicaciones científicas que demuestran su eficacia y superioridad con respecto a los otros logotipos existentes) por lo que está justificado su adopción a nivel europeo.

¿El sistema de advertencia chileno sería más adecuado que el Nutri-Score?

El sistema de advertencias chileno es un sistema de información de gran interés que marca con octágonos negros los alimentos con alto contenidos en azúcar y/o en grasa y/o sal (por 100 g de alimento). A diferencia de Nutri-Score, que es gradual y que permite comparar la calidad nutricional de los alimentos, el sistema de advertencia es un sistema binario que identifica los productos que están por encima de un determinado umbral en términos de esos nutrientes críticos.

Este sistema se adapta bien a América Latina, donde el mercado alimentario se compone de un número más limitado de productos y cuya oferta alimentaria presenta una menor variabilidad en la composición nutricional de los alimentos dentro de las diferentes categorías de productos. En Europa, la situación es

diferente, ya que dentro de las diferentes categorías alimentarias encontramos un número muy importante de productos con una variabilidad muy grande en términos de calidad nutricional.

El sistema binario sólo permite clasificar los alimentos en 2 categorías (y no en 5 como con lo hace Nutri-Score), por lo que no les permite discriminar diferencias de calidad nutricional significativas en términos de salud pública entre los productos.

El sistema de advertencia no permite, por ejemplo, distinguir entre los alimentos en los que los elementos “desfavorables” se encuentran muy por debajo del umbral fijado (por ejemplo, los que no contienen en absoluto azúcar o sal o grasas) y los que están muy cerca del umbral (que contienen un poco de azúcar o un poco de sal, un poco de grasa).

Por otra parte, con el principio de advertencia se juzga la calidad nutricional de un alimento en valor absoluto, pero es difícil comparar la calidad nutricional entre productos. ¿Cómo comparar un producto que muestra una advertencia para la sal con otro producto que muestra una advertencia para las grasas saturadas o para las calorías? ¿Cómo comparar la calidad nutricional global entre un producto que muestra una advertencia para las calorías y una advertencia para las grasas saturadas y un producto que contiene una advertencia para la sal y una advertencia para las grasas saturadas? ¿Cómo comparar la calidad nutricional global de estos productos?

Más información: diferentes artículos en español en

<https://nutriscore.blog/category/articulos-en-espanol/>

<http://www.nutricio.urv.cat/ca/divulgacio/etiquetatge-frontal/>

RESPUESTAS A LAS CRÍTICAS DE LA FESNAD

En un documento y a través de varios artículos en medios de comunicación, la FESNAD (**o mejor dicho 5 de las 8 sociedades que la integran**) han emitido críticas sobre Nutri-Score que son totalmente infundadas y demuestran un desconocimiento de Nutri-Score. A continuación, respondemos a las principales críticas efectuadas.

El algoritmo de Nutri-Score no es claro, ya que está calculado a partir de la cantidad de energía y de algunos nutrientes por 100 g o 100 ml y del porcentaje de presencia de ciertos alimentos sin considerar la porción y la frecuencia.

La OMS y todos los comités de expertos internacionales, recomiendan que los logotipos nutricionales sean calculados a partir de su composición nutricional por 100 g o 100 ml de alimento. Esto es lo que utilizan todos los sistemas desarrollados en el mundo.

No es posible tener en cuenta científicamente la frecuencia o el tamaño de las porciones, que son fijadas por los propios industriales de forma no estandarizada y a menudo a su favor. Esta crítica es la misma que hacen los industriales que rechazan Nutri-Score entre otros Coca-Cola, Mars, Mondelez, Unilever porque, el proponer tamaños de porciones más pequeñas hace «palidecer» los colores de los logotipos (el rojo se convertiría en naranja) engañando así a los consumidores. Esto ha sido demostrado por trabajos científicos.

No se adapta a la dieta mediterránea

Por supuesto que los nutricionistas apoyan el modelo de alimentación mediterránea, cuyos beneficios para la salud han sido ampliamente demostrados. Nutri-Score no se opone a la Dieta Mediterránea, todo lo contrario, como lo demuestra perfectamente la distribución del Nutri-Score en los grupos de alimentos de la Pirámide de la Dieta Mediterránea. La Dieta Mediterránea se caracteriza por un consumo abundante de frutas, verduras, legumbres, cereales (especialmente integrales), un consumo moderado de pescado y un consumo limitado de productos lácteos y un bajo consumo de carne, embutidos y productos azucarados, grasos y salados y favorece el aceite de oliva entre las grasas añadidas. La dieta mediterránea no promueve los quesos en general y las carnes procesadas lo cual es totalmente consistente con la clasificación proporcionada por el Nutri-Score, que clasifica más favorablemente los alimentos, o platos con bajo contenido en grasa, azúcares o sal, ricos en fibra, frutas y verduras, legumbres y frutos secos. Y aunque la mayoría de quesos o embutidos son clasificados D o E por Nutri-Score, pueden perfectamente ser consumidos en el marco de una alimentación equilibrada, pero en cantidades/frecuencias limitadas. Además, podemos recordar una vez más el trabajo de epidemiólogos nutricionales españoles de la Universidad de Navarra a cargo de la cohorte SUN (20.503 personas) que ha mostrado que el algoritmo que sustenta el cálculo de Nutri-Score es consistente con el modelo de dieta mediterránea.

El algoritmo no está bien ponderado y la presencia de algunos puntos favorables enmascara los puntos desfavorables, lo cual no es científicamente razonable y genera dudas en el consumidor.

Es una gran ventaja de Nutri-Score que tome en cuenta tanto el contenido de elementos desfavorables (a limitar) y de elementos favorables (a promover) para reflejar la calidad nutricional global del alimento. Es evidente que Nutri-Score prevé atribuir en la nota global más puntos a los elementos negativos que obviamente se quiere limitar y que cuentan con 40 puntos mientras que los elementos positivos sólo cuentan con 15 puntos en la nota final. Ello es así justamente para evitar que los elementos favorables puedan enmascarar la calidad nutricional de un producto cuya composición es desfavorable.

Hay que recordar que este método de cálculo utilizado por Nutri-Score (elementos tenidos en cuenta en el cálculo, atribución del número de los puntos positivos y negativos) ha sido validado en numerosos estudios de cohorte que demuestran de forma prospectiva su valor predictivo del riesgo de enfermedades crónicas y, por lo tanto, su pertinencia.

No diferencia la cantidad y calidad de la grasa presente en ácidos grasos monoinsaturados y poliinsaturados.

Nutri-Score como todos los logotipos nutricionales existentes en Europa (y en el mundo) sólo puede tomar en cuenta los elementos que estén presentes en la etiqueta nutricional obligatoria o en la lista de ingredientes que están posicionados en la cara posterior de los envases de los alimentos, correspondientes a los elementos considerados mayores desde el punto de vista de la salud pública (en el reglamento europeo). Si la Comunidad Europea obliga a declarar las grasas monoinsaturadas y poliinsaturadas de los alimentos en un futuro (como podría ser el caso de los azúcares añadidos), ello podría utilizarse para el planteamiento de mejoras en el algoritmo final.

No considera el grado de procesamiento de los alimentos, o el valor esencial de minerales o vitaminas

Nutri-Score es un sistema de información sobre la calidad nutricional y, como todos los logotipos nutricionales, no cubre el conjunto de las dimensiones salud de los alimentos (grado de transformación, la presencia de aditivos o de pesticidas, respeto con el medio ambiente y salud del planeta, etc.).

Ningún logotipo puede incluir todas estas dimensiones en un único indicador ya que, por ser de naturaleza diferente, pueden impactar cada una sobre la salud por mecanismos específicos propios. No obstante, la educación nutricional debe hacer énfasis en que hay que privilegiar el consumo de productos frescos o mínimamente procesados y reducir la proporción de alimentos ultraprocesados. También será importante en el futuro la existencia de logotipos consensuados y científicamente desarrollados que permitan, por ejemplo, dar una idea de la repercusión de un alimento para la salud del planeta.

En cuanto a la consideración de las vitaminas y minerales por Nutri-Score hay que recordar que la puntuación desarrollada ha sido objeto de un proceso científico riguroso que integra numerosos trabajos que permiten justificar los nutrientes o elementos retenidos en el algoritmo. Se ha demostrado que tener en cuenta las frutas y hortalizas en el cálculo de Nutri-Score es un excelente indicador del contenido de vitaminas del alimento, como la vitamina C, el beta-caroteno. Del mismo modo, se ha demostrado que las proteínas son un indicador del aporte de minerales como el calcio y el hierro.

Así pues, el algoritmo tiene en cuenta muchos más elementos que la única lista de los que se muestran para su cálculo.

No distingue la calidad y procedencia de la proteína de los diferentes alimentos

Se trata de una cuestión real, pero también, en este caso, los diferentes tipos de proteínas **no pueden tenerse en cuenta en ningún logotipo nutricional actual**, ya que los datos simplemente no son accesibles en la etiqueta obligatoria de los productos, habida cuenta de la normativa europea actual. No obstante, el Comité Científico Europeo que trabaja en la actualización del Nutri-Score tendrá que reflexionar sobre este problema, en particular por la voluntad de no promover el consumo de carne (excepto aves de corral) y embutidos debido a los resultados de trabajos científicos que demuestran la relación de su ingesta elevada con el riesgo de cáncer, en particular colorectales (así como para preservar la salud de nuestro planeta).

No valora la cantidad de nutrientes de un alimento en su conjunto, solo ingredientes; ni las necesidades concretas de determinados grupos de población española con carencias nutricionales.

No se puede esperar que un logotipo nutricional resuelva todos los problemas nutricionales y, en particular, el de las carencias nutricionales de ciertos grupos de población. **Los logotipos nutricionales sólo proporcionan información sobre la composición y la calidad nutricional de los alimentos** y no se sustituyen a las recomendaciones nutricionales para la prevención y el tratamiento de las deficiencias nutricionales.

Es importante recordar que numerosos estudios científicos han puesto de manifiesto que Nutri-Score es particularmente bien comprendido y eficaz para mejorar la calidad nutricional de la cesta de la compra de poblaciones con bajos ingresos o con los niveles más bajos de conocimientos en materia de nutrición y que pueden considerarse poblaciones a riesgo de tener un estado nutricional más desfavorable

COMENTARIO GENERAL

En resumen, todos los dietistas-nutricionistas y profesionales que se dedican al ámbito de la alimentación, dietética y nutrición desearían un logotipo que tenga en cuenta todas las dimensiones de la salud de los alimentos (la composición nutricional, el grado de transformación, la presencia de plaguicidas) así como la dimensión medioambiental (su impacto en la salud del planeta) y social.

Cualquiera puede criticar el hecho de que Nutri-Score, como todos los otros logotipos nutricionales, no tiene en cuenta todas estas dimensiones, también puede hacer una lista con todo lo que considera importante, y afirmar que si un logotipo nutricional no integra todos los elementos no vale nada. Pero, en la práctica, **aunque las críticas y las limitaciones de Nutri-Score de las que se quejan sean frecuentes, nadie propone una alternativa basada en la ciencia que integre todos estos elementos.** Simplemente, porque no es posible (y por eso, ni la OMS ni ningún organismo internacional de expertos ha propuesto un logotipo que integre todas estas dimensiones).

Hay que aceptar la idea de que no se puede tener un único indicador sintético basado en bases científicas y que se necesitarán varias herramientas que se complementan: Nutri-Score (que informa sobre la calidad nutricional global de los alimentos y que ya es mucho en términos de Salud Pública), un logotipo que permite reconocer los alimentos ultraprocesados (por ejemplo equivalente a NOVA4), un logotipo que permita saber para los alimentos vegetales si proceden de una agricultura con bajos insumos (tipo Bio) y un posible logotipo que indique el impacto medioambiental de los alimentos.

También es necesaria una **comunicación** que permita

1. Recordar las guías alimentarias basadas en alimentos y que dan frecuencias de consumo por día o por semana para una alimentación saludable y beneficiosa para la salud.
2. Precisar cómo utilizar Nutri-Score que caracteriza la calidad nutricional global de los alimentos específicos y permite comparaciones entre los alimentos con un mismo uso.

Existe un peligro real de considerar que si un logotipo no es 100% perfecto (y ninguno puede serlo), debe ser rechazado. Esto puede dar lugar a que no haya nada en los envases de los alimentos o a que los consumidores no puedan comprender los cuadros de cifras o los histogramas. La búsqueda de la perfección es muchas veces equivalente a inmovilismo. Esta es la posición que defienden ciertos grupos industriales que se niegan a aportar transparencia sobre la composición nutricional de sus productos como Coca-Cola, Ferrero, Mars, Mondelez, Unilever, ciertos sectores agrícolas, entre otros.

También es deshonesto no citar todos los trabajos científicos publicados en revistas internacionales con comités de lectura (más de 45 trabajos científicos) que han permitido validar el algoritmo de cálculo y demostrar la eficacia y el impacto del formato gráfico (en particular, los estudios realizados sobre la población española), o peor aún decir que Nutri-Score no está basado en la ciencia.