

**NOTA IMPORTANTE:**

Debido a la confusión causada entre los términos de dietista, nutricionista y endocrinólogo, queremos aclarar que: los portavoces de esta nota de prensa son médicos especialistas en Endocrinología y Nutrición (endocrinólogos).

## **Expertos en Nutrición y Obesidad debaten sobre el etiquetado frontal de los alimentos**

- **Con el objetivo de analizar el sistema Nutri-Score, la Sociedad Española de Endocrinología y Nutrición (SEEN) y la Sociedad Española de Obesidad (SEEDO) han organizado el webinar ‘El etiquetado frontal de los alimentos, a debate’**
- **Nutri-Score es un sistema de información sobre la calidad nutricional, no un valor absoluto, no es bueno frente a malo**
- **Estos expertos concluyen que el etiquetado frontal debe ser una herramienta simple, práctica y eficaz para informar al público sobre productos que pueden dañar la salud y ayudar a orientar las decisiones de compra**
- **Sobre Nutri-Score: “es posible que en los próximos años se hagan modificaciones del algoritmo de este modelo de etiquetado frontal por parte del Comité Científico Europeo, actualizándolo según el progreso de los conocimientos científicos y los intereses de la salud pública”**

**Madrid, 15 de abril de 2021.-** Con el objetivo de analizar el sistema Nutri-Score, la **Sociedad Española de Endocrinología y Nutrición (SEEN)** y la **Sociedad Española de Obesidad (SEEDO)** han organizado el webinar *‘El etiquetado frontal de los alimentos, a debate’*, en el que expertos en Nutrición y Obesidad han debatido la utilidad de este sistema de etiquetado para que el consumidor sepa identificar la calidad nutricional de los productos que compra.

El consumo excesivo de azúcares, grasas y sodio es un problema de salud pública que se asocia a las enfermedades no transmisibles que más afectan a la población: sobrepeso u obesidad, diabetes, hipertensión arterial, enfermedades vasculares, cardíacas, cerebrales y renales. La ingesta excesiva de estos nutrientes es resultado, en gran medida, de la amplia disponibilidad, asequibilidad y promoción de productos alimentarios procesados y ultraprocesados, que contienen cantidades excesivas de azúcares, grasas y sodio.

Según los expertos, gran parte de la solución consiste en la aplicación de leyes y regulaciones que reduzcan la demanda y la oferta de productos que contienen cantidades excesivas de nutrientes críticos. **Uno de los instrumentos clave para regular esos productos con el objeto de prevenir el desequilibrio en la alimentación es la utilización de etiquetas en el frente del envase** que indiquen a los consumidores que el producto contiene cantidades excesivas de azúcares, grasas totales, grasas saturadas, grasas trans y sodio.

Esta información, obligatoria desde el **13 de diciembre de 2016 y regulada por el Reglamento (UE) N°1169/2011**, debe incluir, siempre por este orden: valor energético (expresado en Kilojulios -kJ- y Kilocalorías -kcal-, por 100 g o 100 ml) y cantidades de grasas, grasas saturadas, hidratos de carbono, azúcares, proteínas y sal. **Cuando la información es sobre vitaminas y minerales, se expresan, además, como porcentaje de las ingestas de referencia por 100g o 100ml.**

**Ana Zugasti, vocal de comunicación y miembro del área de Nutrición de la SEEN**, opina que los consumidores leen las etiquetas por varias razones: para obtener información sobre un producto (por ejemplo, su contenido, proceso de producción, origen, certificación), para comparar diferentes marcas y al comprar un nuevo producto. *“A menudo, los consumidores esperan que las etiquetas refuercen la información previamente aprendida. En los últimos años, además, están interesados en tomar decisiones mejor informadas y elegir alimentos saludables leyendo la información del envase del producto. Por ejemplo, información nutricional, etiquetas ambientales, etiquetas de advertencia y declaraciones de propiedades saludables. Por lo tanto, es muy importante proporcionar información nutricional apropiada y comprensible a los consumidores que puedan tener un efecto positivo significativo en la elección de alimentos”.*

En este sentido, advierte que **el etiquetado frontal debe ser una herramienta simple, práctica y eficaz para informar al público sobre productos que pueden dañar la salud y ayudar a orientar las decisiones de compra.** *“Se ha comprobado que los consumidores realizan muy poco esfuerzo cognoscitivo y tiempo para decidir sus compras, se necesita un sistema de etiquetado frontal que cumpla ese propósito. En relación con el Nutri-Score se han publicado numerosos estudios científicos<sup>i</sup> que han demostrado que es un modelo de etiquetado nutricional que se comprende y se utiliza bien y condiciona favorablemente la calidad nutricional de la cesta de la compra en beneficio para la salud”.*

**Francisco Tinahones, presidente de la SEEDO**, coincide con la Dra. Zugasti y asegura que está demostrado que un etiquetado frontal más fácil e inteligible modifica la elección del carro de la compra y el consumo. *“El etiquetado actual es difícil de entender por un no profesional, además hace falta muy buena vista para incluso leerlo. Nutri-Score es muy fácil de interpretar y por tanto puede influir en la elección de alimentos más saludables en un mayor porcentaje de consumidores”*, advierte.

Los expertos recuerdan que Nutri-Score es un sistema de información sobre la calidad nutricional, no un valor absoluto, no es bueno frente a malo. Con sus 5 categorías permite comparar la calidad nutricional de alimentos similares (aquellos a los que se les va a dar igual uso). Y como cualquier otro tipo de etiquetado frontal no es capaz de abarcar todas las dimensiones de salud de los alimentos. Los expertos saben que la categoría A o B de Nutri-Score que obtienen algunos productos (refrescos sin azúcar o algún alimento ultraprocesado) podría estimular el consumo excesivo de los mismos, que no se recomendarían como parte de una alimentación saludable, ya que este sistema de etiquetado frontal los envuelve en un falso “halo de salud” y proyectan la idea errónea de que son saludables. Por este motivo, la Dra. Zugasti opina que es posible que en los próximos años se hagan modificaciones del algoritmo de este modelo de etiquetado frontal

por parte del Comité Científico Europeo, creado por los 7 países europeos que han adoptado este sistema de etiquetado, actualizándolo de acuerdo con el progreso de los conocimientos científicos y los intereses de la salud pública.

EL Dr. Tinahones opina que cualquier intervención que sirva al consumidor para elegir productos más saludables redundará en la prevención de la obesidad. *“Una de las variables que tiene en cuenta Nutri-Score para calificar a un alimento es la cantidad de calorías que tiene por 100 gramos. Por tanto, alimentos con muy alto contenido calórico salen mal puntuados. Si esto contribuye a que el consumidor elija alimentos con menos contenido calórico puede ayudar a prevenir la obesidad”*. Este experto espera que, aunque no existe todavía un estudio que demuestre que su aplicación haya reducido las tasas de obesidad, pueda realizarse próximamente.

### **Sobre SEEN**

La Sociedad Española de Endocrinología y Nutrición (SEEN) es una sociedad científica compuesta por Endocrinólogos, Bioquímicos, Biólogos y otros especialistas que trabajan en el campo de la Endocrinología, Diabetes, Nutrición y Metabolismo, para profundizar en su conocimiento y difundirlo.

En la actualidad, la SEEN está formada por 1.950 miembros, todos ellos implicados en el estudio de las hormonas, el metabolismo y la nutrición. Está reconocida como una Sociedad Científica de referencia en estas áreas temáticas entre cuyos objetivos se encuentra la generación de nuevos conocimientos y su traslado a la atención clínica que conlleve mejoras en el diagnóstico y el tratamiento de aquellos pacientes con enfermedades endocrinológicas y/o nutricionales.

### **Acerca de la SEEDO**

Es una sociedad científica en crecimiento, consta ya de más de 500 socios de diferentes disciplinas, todas ellas relacionadas con la obesidad. Es de carácter traslacional y altamente implicada, en el ámbito nacional e internacional, en iniciativas de prevención y tratamiento de las enfermedades metabólicas, especialmente de la obesidad, objetivo prioritario de los programas de salud pública por su alta prevalencia en todo el mundo desarrollado.

Para contribuir a la lucha contra la obesidad, la SEEDO a través de su Fundación ha puesto en marcha un proyecto para detener y revertir la considera epidemia del siglo XXI sumando los recursos y capacidades de todos los agentes involucrados. Nace así “Prevención de la Obesidad. Aligera tu Vida”, un proyecto reconocido oficialmente por el Gobierno de España como “acontecimiento de excepcional interés público”.

Recientemente está muy concienciada del papel de los Psicólogos/as como uno de los pilares del tratamiento de la obesidad y es por ello que ha firmado un convenio con el COPC para trabajar conjuntamente en beneficio de las personas con obesidad.

### **Gabinete de prensa**

**BER  
BÉS**

BERBÉS - 91 563 23 00

Clara Compairé / Paula Delgado

[claracompaire@berbes.com](mailto:claracompaire@berbes.com); [pauladelgado@berbes.com](mailto:pauladelgado@berbes.com)

### **Referencias**

---

<sup>i</sup> Egnell M, et all: Nutri-Score: Etudes spécifiques pays-régions