

Etiquetado frontal Nutri-Score: el aceite de oliva y otros alimentos cuya clasificación se debería mejorar.

Fernando Rodríguez Artalejo

Universidad Autónoma de Madrid-IdiPaz
CIBERESP-Instituto de Salud Carlos III
IMDEA-Alimentación Madrid

Madrid, Centro Nacional de Epidemiología
Madrid, 10 de febrero de 2022

El problema

- La información nutricional es difícil de entender y, a menudo, casi ilegible
- El etiquetado frontal (Nutri-Score) ya está aquí



ANEXO II. Marcas que usan Nutri-Score en España (Mayo 2021)

- Cacaolat
- Súbito
- Kokorko
- PATATA CALIENTE
- Actimel, Activia, Danacol, Danet, Danone, Danonino, Dan'up, Densia, Gervais, Light & Free, Mmmh!, Oikos, Vitalinea, Yopro, Las 2 Vacas, dePostre, Savia, Alpro
- BRISAMAR
- Vegafit
- Knabber ESSPAPIER
- CARREFOUR BIO
- Lizza Low Carb Foods
- GASTRONOMÍA BASKA
- frankonia CHOCOLAT NO SUGAR ADDED
- Bonduelle
- Garden Gourmet
- Cereal Partners Worldwide
- HIDA ALIMENTACION
- IGGY'S
- VEGGIE KARMA
- CARREFOUR EXTRA
- The Original Protein Bread
- Litoral
- Auchan
- Pewni Dobrego
- Cantero de Letur
- BOFROST
- Fabrizio & Friends
- BASEMILL
- Freskibo
- Chef Nature
- Pescanova
- Ethics Coffee
- CARREFOUR SENSATION
- CARREFOUR ORIGINAL
- CARREFOUR CLASSIC
- Nuchar
- Aranca
- Buddy
- Auchan
- Pewni Dobrego
- Boa Casa - DeVerpouckes
- vegan butlers
- Maggi
- Maggi
- Buitoni
- Smarties
- Nescafé
- ALIGATOR, AMURA
- TERRA I TAST
- Mr.BigMouth
- PEMA
- CARREFOUR EL MERCADO
- PROLONGO
- Rio d'oro
- Gelcampo
- Pascual; Vivesoy; Bifrutas Pascual; Bezoya; Mocay
- PCS
- HAINICH Konserven
- Golden Bridge
- Yumbau
- FINDUS
- Alea
- PONTIGO MHR AGRORESTAURACIÓN
- Gullón Ligera
- Gullón Zero
- KAIKU CAFFE LATTE
- Biojoy
- ICE CASCARA INFUSION
- ICE CASCARA COLA
- BEAT
- Aquarel
- Perrier
- Milkybar
- Nuts
- Nesquik
- GUARAMO
- CAÑA NATURE
- Pom'bel
- Zespri Kiwifruit
- Die Hanflinge
- Brillante
- INDERACH
- Happy Bio
- RevoluGreen

El problema

- El etiquetado frontal (Nutri-Score) ya está aquí, pero sería bueno regularlo (no todos los productos de la misma marca y uso lo llevan, control de utilización)
- **Competencias de España**



Contenidos

- El etiquetado frontal como instrumento de salud pública
- Tipos de etiquetado frontal (EF)
- El etiquetado (algoritmo y logo) de Nutri-Score
 - ¿En qué consiste?
 - Evidencias científicas que apoyan a Nutri-Score
 - Implicaciones sobre desigualdades de salud
 - **¿Qué se debería mejorar en Nutri-Score?**
 - **¿Será posible hacerlo? La gobernanza de Nutri-Score**

EF como instrumento de salud pública

- ¿Qué comer en cada comida?
- ¿Qué comer / comprar a lo largo de 1-2 semanas?
- ¿Qué elegir en el momento de la compra?



nutrients

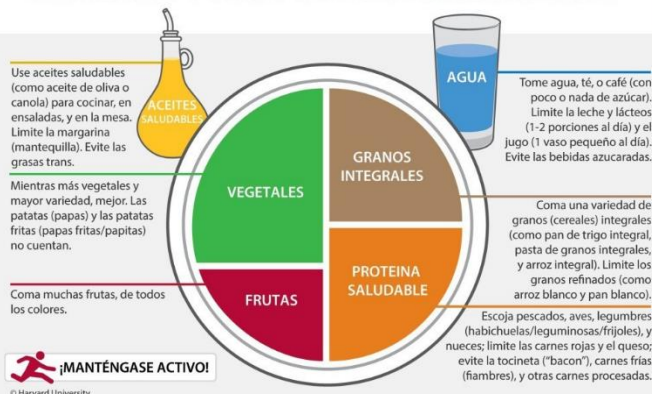


Article

Food-Based Dietary Guidelines around the World: A Comparative Analysis to Update AESAN Scientific Committee Dietary Recommendations

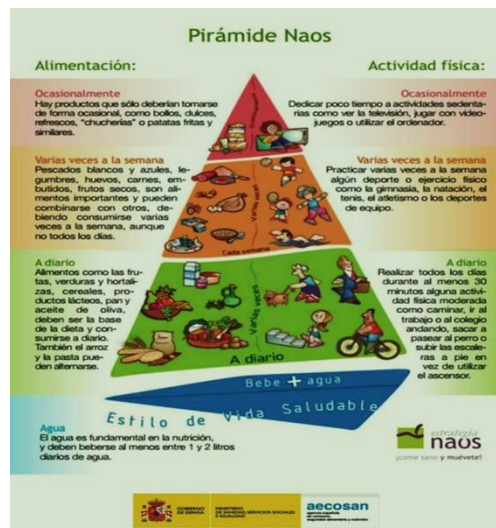
Montaña Cámara ^{1,*}, Rosa María Giner ², Elena González-Fandos ³, Esther López-García ⁴, Jordi Mañes ⁵, María P. Portillo ⁶, Magdalena Rafecas ⁷, Laura Domínguez ¹ and José Alfredo Martínez ⁸

EL PLATO PARA COMER SALUDABLE



© Harvard University
Harvard T.H. Chan School of Public Health
The Nutrition Source
www.hsph.harvard.edu/nutritionsource


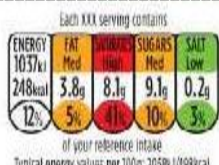


Harvard Medical School
Harvard Health Publications
www.health.harvard.edu



NUTRI-SCORE



On the basis of the existing analyses, there are four types of front-of-pack labels currently in use or development in the EU. These will form the basis for the different options to be considered for the provision of front-of-pack nutrition information to consumers.

<i>Nutrient-specific labels - examples</i>		<i>Summary labels - examples</i>	
<i>Numerical (Option 1)</i>	<i>Colour-coded (Option 2)</i>	<i>Endorsement logos (Option 3)</i>	<i>Graded indicators (Option 4)</i>
 <p>Example of a numerical label showing nutrient values in a grid format. The label includes categories like Energy, Fat, Carbohydrates, Sugars, and Salt, with their respective values and percentages.</p>	 <p>Example of a colour-coded label showing nutrient values with color-coded indicators. The label includes categories like Energy, Fat, Carbohydrates, Sugars, and Salt, with their respective values and percentages.</p>	 <p>Example of endorsement logos, including logos for PAREMPI VALINIA and BATTRE VAL.</p>	 <p>Example of graded indicators, showing a Nutri-Score label with letters A, B, C, D, E.</p>



A gusto con la vida®

Nestlé.

Si una porción es 300 g

Información Nutricional	Por 100g	Por Porción	% IR* Por Porción
Valor energético	604 kJ 145 kcal	1813 kJ 436 kcal	22%
Grasas de las cuales saturadas	8,7 g 3,2 g	26,2 g 9,7 g	37% 49%
Hidratos de carbono de los cuales azúcares	7,6 g 0,8 g	22,9 g 2,4 g	9% 3%
Fibra alimentaria	5,1 g	15,4 g	-
Proteínas	6,5 g	19,6 g	39%
Sal	0,81 g	2,4 g	40%

*IR: Ingesta de Referencia de un adulto medio (8400 kJ/2000 kcal). Contiene 1,5 porciones aprox.

Hablemos
 Servicio de atención al consumidor NESTLÉ
 ☎ 900 11 21 31 🌐 www.nestle.es

NUTRITIONAL COMPASS®
 ® Reg. Trademark of Société des Produits Nestlé S.A.
 NESTLÉ ESPAÑA, S.A. C/ Clara Campoamor, nº 2
 08950 Esplugues de Llobregat (Barcelona)

435g e ES 26.143/0 CE

RECICLA

FABADA ASTURIANA. PLATO COCINADO.
 Consumir preferentemente antes del fin de ver base de la lata.

A gusto con la vida®

Nestlé.

Si una porción es una lata (415g)

Información Nutricional	Por 100g	Por Porción	% IR* Por Porción
Valor energético	250 kJ 60 kcal	1037 kJ 248 kcal	12%
Grasas de las cuales saturadas	2,6 g 0,3 g	10,6 g 1,3 g	15% 7%
Hidratos de carbono de los cuales azúcares	5,4 g 0,8 g	22,5 g 3,2 g	9% 4%
Fibra alimentaria	2,0 g	8,3 g	-
Proteínas	2,8 g	11,5 g	23%
Sal	0,97 g	4,02 g	67%
Magnesio	18,5 mg (5%**)	76,8 mg (20%**)	-
Hierro	0,5 mg (4%**)	2,2 mg (16%**)	-
Potasio	147,1 mg (7%**)	610,3 mg (31%**)	-

Sellos mejicanos



Nutri-Score para productos sólidos

Tabla 4. Asignación de puntos para el contenido en grasas saturadas

Puntos A	Calorías (kJ)	Azúcares (g)	Limites específicos grasas AGS/lípidos (% en peso)	Sodio (mg)(*)
0	≤335	≤4,5	<10	≤90
1	>335	>4,5	<16	>90
2	>670	>9	<22	>180
3	>1005	>13,5	<28	>270
4	>1340	>18	<34	>360
5	>1675	>22,5	<40	>450
6	>2010	>27	<46	>540
7	>2345	>31	<52	>630
8	>2680	>36	<58	>720
9	>3015	>40	<64	>810
10	>3350	>45	≥64**	>900

(*) El contenido en sodio corresponde con el contenido en sal incluido en la declaración obligatoria dividido entre 2,5.



*No resta los puntos de proteínas

Componentes favorables del score (C): 0 a 15 puntos

	Frutas, verduras, frutos secos, aceite de oliva, colza y nuez (g/100g)	Fibras (g/100g)	Proteínas (g/100g)
0	< 40	< 0,9	< 1,6
1	> 40	> 0,9	> 1,6
2	> 60	> 1,9	> 3,2
3	-	> 2,8	> 4,8
4	-	> 3,7	> 6,4
5	80	> 4,7	> 8,0

Atribución de colores

Alimentos (puntos)	Bebidas (puntos)	Color
Mínimo a - 1	Agua	Verde oscuro
0 a 2	Mínimo a 1	Verde
3 a 10	2 a 5	Amarillo
11 a 18	6 a 9	Naranja
19 al máximo	10 al máximo	Naranja oscuro/rojo



Nutri-Score para bebidas

Tabla 2. Asignación de puntos para el contenido en energía y azúcares para bebidas por 100 ml

Puntos A	Bebidas Calorías (kJ)	Bebidas Azúcares (g)	Ácidos grasos saturados (g)	Sodio (mg)(*)
0	≤0	≤0	≤1	≤90
1	≤30	≤1,5	>1	>90
2	≤60	≤3	>2	>180
3	≤90	≤4,5	>3	>270
4	≤120	≤6	>4	>360
5	≤150	≤7,5	>5	>450
6	≤180	≤9	>6	>540
7	≤210	≤10,5	>7	>630
8	≤240	≤12	>8	>720
9	≤270	≤13,5	>9	>810
10	>270	>13,5	>10	>900

(*) El contenido en sodio corresponde con el contenido en sal incluido en la declaración obligatoria dividido entre 2,5.

Tabla 3. Asignación de puntos para el contenido en frutas y hortalizas para bebidas

Puntos C	Bebidas Frutas, hortalizas (%)	Fibra (g)	Proteína (g)
0	≤40	≤0,9	≤1,6
1	-	>0,9	>1,6
2	>40	>1,9	>3,2
3	-	>2,8	>4,8
4	>60	>3,7	>6,4
5	-	>4,7	>8,0
10	>80	-	-

Algunas políticas necesitan tipos de evidencias específicas

Etiquetado nutricional frontal (e.g. Nutri-Score)

• Evidencias sobre el algoritmo

- La mayoría de los productos ricos en verduras y frutas recibe A o B, mientras que la mayoría de los dulces y aperitivos salados recibe una D o E. Dentro de una misma categoría de productos hay productos de hasta tres puntuaciones diferentes para orientar la elección de los consumidores
- Los individuos cuya dieta tienen una mejor puntuación Nutri-Score
 - presentan una dieta de mayor calidad nutricional, con mayor adherencia a las recomendaciones dietéticas (basadas en alimentos), y mejor adherencia a la dieta mediterránea
 - tienen menor riesgo de enfermedades crónicas y de muerte

• Evidencias sobre el logo

- Los consumidores comprenden bien el significado del Nutri-Score, (especialmente los de bajo nivel socioeconómico y sin conocimientos de nutrición, y además lo prefieren a otros logos)
- Nutri-Score facilita que los consumidores clasifiquen correctamente a los alimentos según su valor nutricional
- **NutriScore mejora algo (5%) la calidad nutricional de la cesta de la compra (frente a la ausencia de etiquetado)**
 - Ello probablemente se traduce en una reducción del riesgo de enfermedades crónicas a medio plazo

OPERATIONAL SETTINGS OF THE TRIAL

OPERATIONAL COORDINATOR
LinkUp 6 people

Mobilised team



Technical settings

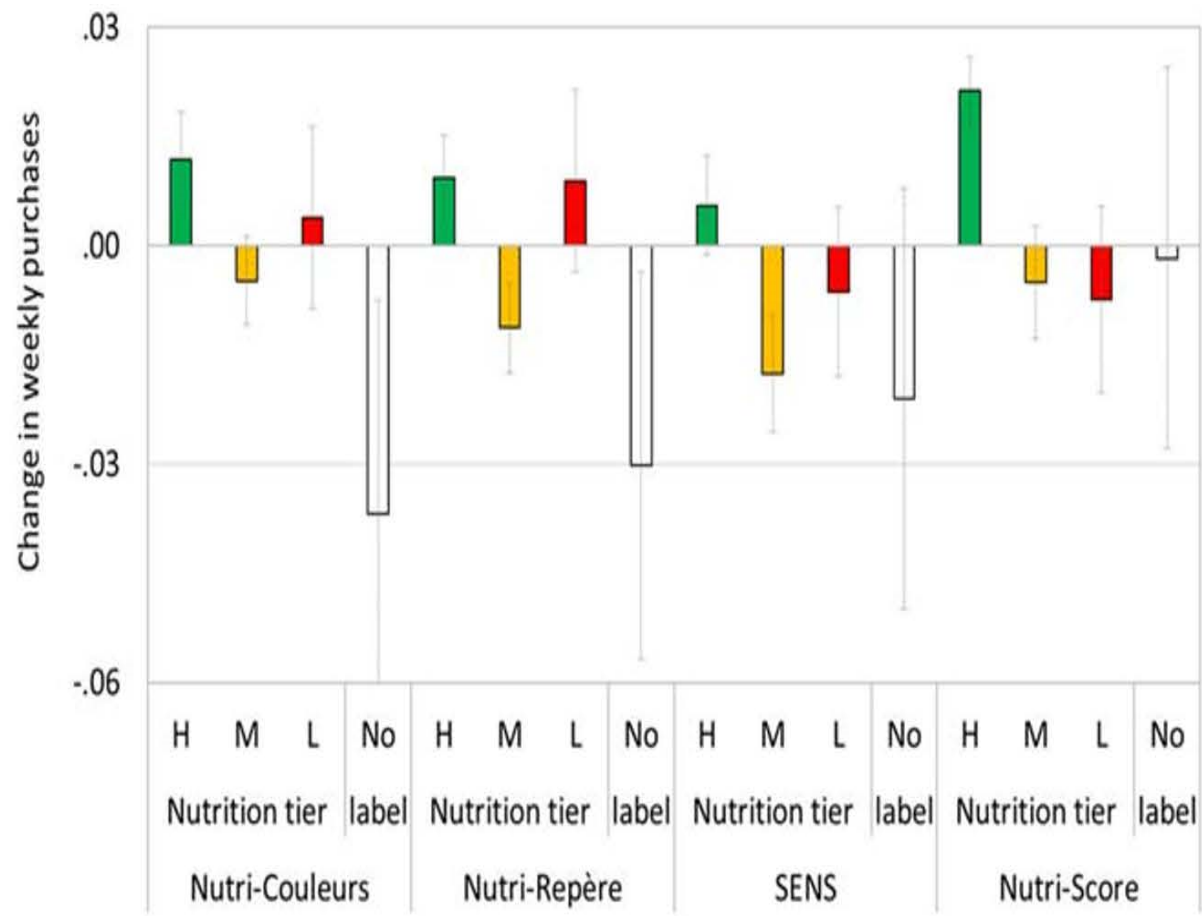


FOLLOW-UP PROCEDURES AND QUALITY CONTROL

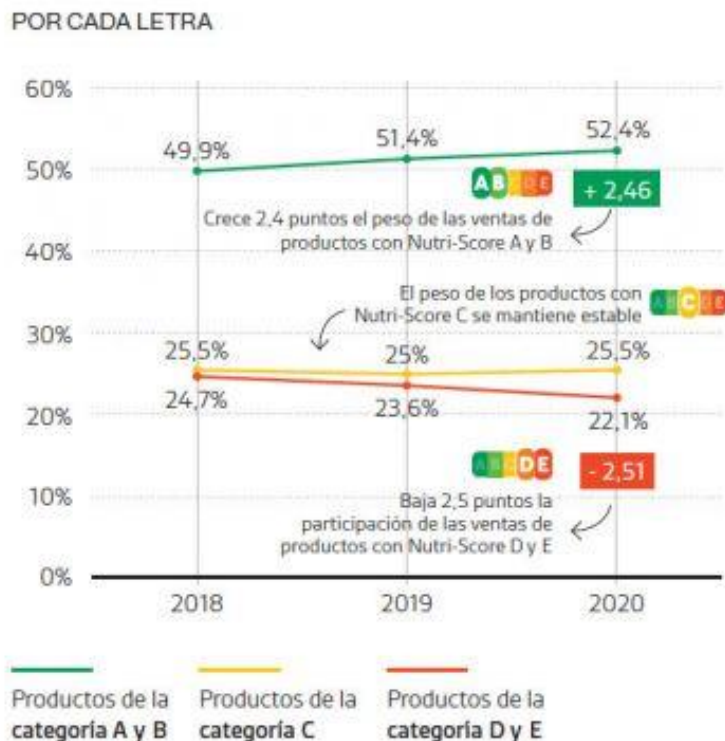


Fig. 4. Summary of the operational settings

Fig. 2 Effects of labels on purchases of labeled products in the high (green), medium (amber), and low (red) nutrition tier and on purchases of unlabeled products (white)



Efecto de Nutri-Score en las ventas de EROSKI



- Se han analizado las ventas de todas las referencias del área de alimentación envasada entre marzo de 2019 y abril de 2021 (1.860 productos) de la red comercial de Hipermercados y Supermercados EROSKI y Caprabo.
- En concreto, el peso de cada letra en número de referencias es: A, 27 %; B, 20 %; C, 25 %; D, 19 %, y E, 9 %.
- Dado que la estacionalidad de las ventas cambia a lo largo del año, solo se comparan los datos de períodos equivalentes de 12 meses.

¿Ha perjudicado a las ventas de los productos que no lo llevan?

No. Tanto en 2019 (antes de la llegada de la covid-19) como en 2020, la venta de estas categorías se ha comportado mejor que la de los productos de alimentación envasada. Así, las ventas de fruta y verdura crecen 1,7 puntos porcentuales más que las de alimentación envasada durante el primer año desde que se implantó Nutri-Score en la marca EROSKI. El resto de los productos frescos –como carnicería, panadería o pescadería– también crecen por encima de la alimentación, de manera semejante: entre 1,5 y 1,8 puntos porcentuales más.

Estos [crecimientos son todavía mayores en 2020](#), crecimientos son todavía mayores en 2020. En todo caso, **la conclusión es rotunda**: Nutri-Score no ha influido negativamente en la venta de los productos frescos, que no lo llevan y que deben ser la base de nuestra alimentación, como los consumidores parece que tienen claro (al menos cuando compran en EROSKI).

¿Ha supuesto un problema para el aceite de oliva, que se puntúa con una C?

La llegada del Nutri-Score no ha mermado las ventas de aceite: el comportamiento de las unidades vendidas por la totalidad de la categoría resulta incluso algo mejor (con casi un punto porcentual de crecimiento diferencial en 2019) que la media de las ventas de los productos de alimentación envasada.

Una mera estrategia informativa no suele conseguir grandes resultados, sobre todo por la **sobrecarga informativa** en los productos



7 logos (100% ingredientes naturales, NutriScore, productos asturianos, fuente de fibra, sin gluten, recicla, uno verde) + mensajes en negrita (sin edulcorantes ni conservantes) + mensaje en cursiva (selectos embutidos asturiano), mensaje sobre cocina casera (cocinado en la lata como una olla express)+ declaración nutricional + lista de ingredientes+ 3 modos de preparación+ fotos (crudo y cocinado) + fechas de consumo preferente.....

Desigualdades de salud y Nutri-Score

- **Las estrategias educativas siempre son menos eficaces en los niveles socioeconómico más bajos que en los más altos**
- **Cuando hay una buena oferta, Nutri-Score casi no influye en la decisión de compra**
- **Aquellos productos con mejor calificación serán productos “premium” y tendrán un precio “premium”(porque no se compra un alimento sino salud”**

¿Qué se debería mejorar en NutriScore?

- Lograr progresivamente:
 - **Una mejor discriminación entre productos con diferente composición en nutrientes que se deben limitar** (e.g., ciertos tipos de fabada con diferente cantidad de sal y gasa saturada)

En algunos casos una misma calificación de NutriScore no discrimina entre dos productos con una composición sustancialmente diferente



Una lata contiene el 75% de la IDR de g. saturada y el 60% de la IDR de sal



Una lata contiene el 62% de la IDR de g. saturada y el 50% de la IDR de sal.

¿Qué se debería mejorar en NutriScore?

- Lograr progresivamente:
 - **Una mejor correspondencia entre calidad nutricional (“valorada por NutriScore”) y nuestras guías alimentarias**
 - Conseguir que los alimentos recomendados por nuestras guías tengan una clasificación A ó B, y aquellos que nuestras guías recomiendan consumir solo ocasionalmente tengan una clasificación D ó E

Una mejor correspondencia entre la valoración por Nutri-Score y nuestras guías alimentarias

- El aceite de oliva (¿virgen?) debería tener al menos una B.
 - ¿Debe incluirse las grasas grasas insaturadas como un aspecto positivo en el algoritmo? Es problemático porque hay productos ultraprocesados ricos en grasas insaturadas y bajos en saturadas que tienen una excelente calificación y que incluso mejoraría.

Ultraprocesados bajos en azúcares (no en hidratos de carbono complejos) con poco grasa saturada y buena valoración de Nutri-Score



Valeurs nutritionnelles pour 100 g	
Energie	964 kJ / 231 kcal
Matières grasses	13 g
dont acides gras saturés	2,5 g
Glucides	14 g
dont sucres	1 g
Protéines	14 g
Sel	1 g

VALEURS NUTRITIONNELLES MOYENNES	POUR 100g	POUR 30g	% ⁽¹⁾ POUR 30g
Énergie	2256 kJ 541 kcal	677 kJ 162 kcal	8 %
Matières grasses	34 g	10 g	14 %
dont saturées	2,7 g	0,8 g	4 %
Glucides	52 g	15 g	
dont sucres	0,3 g	0,1 g	<1 %
Fibres	4,4 g	1,3 g	
Protéines	6,1 g	1,8 g	
Sel	1,3 g	0,39 g	7 %

Ce sachet contient 5 portions de 30g.
 (1) Apport de référence pour un adulte-type (8400 kJ / 2000 kcal).
 Les apports de référence et les portions peuvent varier selon l'âge, le sexe, l'activité physique.

Informations nutritionnelles	Pour 100 g	Pour 1 Beignet de 45 g	% AQR* apportés par 1 Beignet
Energie	1460 kJ 348 kcal	657 kJ 157 kcal	8%
Matières grasses	14 g	6,3 g	9%
dont acides gras saturés	1,2 g	0,5 g	3%
Glucides	53 g	24 g	9%
dont sucres	21 g	9,5 g	11%
Fibres	2,9 g	1,3 g	-
Protéines	5,4 g	2,4 g	5%
Sel	0,93 g	0,42 g	7%

*AQR (Apport Quantitatif de Référence)

Una mejor correspondencia entre la valoración por Nutri-Score y nuestras guías alimentarias

- El aceite de oliva (¿virgen?) debería tener al menos una B.
 - ¿Debe incluirse las grasas grasas insaturadas como un aspecto positivo en el algoritmo? Es problemático porque hay productos ultraprocesados ricos en grasas insaturadas y bajos en saturadas que tienen una excelente calificación y que incluso mejoraría.
 - ¿Debe retirarse del algoritmo la valoración de la ingesta de energía o debe solo valorarse la energía procedente de las grasas saturadas y azúcar?.
- Quizás el aceite de girasol (D) y otros ricos en grasas insaturadas deban tener una puntuación (C) más alejada que el de palma (E)
- Las bebidas edulcoradas deberían aumentar su actual B (a C ó D)
- Aumentar las diferencias de valoración entre cereales integrales y refinados (a menudo tienen la misma valoración en la actualidad)
- Mejorar la calificación de algunos pescados azules en lata (a B) y sobre todo el fresco (una A)
- Algunos derivados lácteos ricos en grasa y sal deberían aumentar su actual D (a E). Sin embargo, las guías alimentarias recomiendan los derivados lácteos, y algunos defienden que algunos quesos curados deberían tener una C

Auchan



SARDINAS

En Aceite de Oliva



NUTRI-SCORE

A B C D E

ALTO CONTENIDO DE
ÁCIDOS GRASOS OMEGA-3

Sugerencia de presentación / Sugestão de apresentação

Una mejor correspondencia entre la valoración por Nutri-Score y nuestras guías alimentarias

- El aceite de oliva (¿virgen?) debería tener al menos una B.
 - ¿Debe incluirse las grasas grasas insaturadas como un aspecto positivo en el algoritmo? Es problemático porque hay productos ultraprocesados ricos en grasas insaturadas y bajos en saturadas que tienen una excelente calificación y que incluso mejoraría.
 - ¿Debe retirarse del algoritmo la valoración de la ingesta de energía o debe solo valorarse la energía procedente de las grasas saturadas y el azúcar?.
- Quizás el aceite de girasol (D) y otros ricos en grasas insaturadas deban tener una puntuación (C) más alejada que el de palma (E)
- Las bebidas edulcoradas deberían aumentar su actual B (a C ó D)
- Aumentar las diferencias de valoración entre cereales integrales y refinados (a menudo tienen la misma valoración en la actualidad)
- Mejorar la calificación de algunos pescados azules en lata (a B) y sobre todo el fresco (una A)
- Algunos derivados lácteos ricos en grasa y sal deberían aumentar su actual D (a E). Sin embargo, las guías alimentarias recomiendan los derivados lácteos, y algunos defienden que algunos quesos curados deberían tener una C

¿Será posible hacerlo?. La gobernanza de NutriScore

- La Gobernanza de NutriScore (las reglas del juego)
 - Comité directivo
 - Comité científico
 - Mejorar el algoritmo sin modificar sus “core principles” (no modificar sustancialmente la estructura del algoritmo)

“No pedir peras al olmo”

El etiquetado **nutricional** frontal, no puede:

- Considerar nutrientes que no aparezcan en la declaración nutricional obligatoria (aunque a medio plazo se puede modificar la declaración de nutrientes obligatorios)
 - Azúcares añadidos
 - Polifenoles (lo que permitiría distinguir el aceite de oliva virgen del refinado)
 - Distinguir entre proteínas animales y vegetales
- No pretende informar sobre el grado de procesamiento de un alimento o su contribución a la salud/sostenibilidad del planeta
- Valorar un gradiente de efectos para la salud de aditivos y conservantes (autorizados), por la limitada evidencia científica sobre ello (y porque al ser autorizados se consideran seguro por EFSA).

Tenemos que conformarnos con lo que tenemos, que no está mal, mejorar algunas cosas, establecer consensos y empoderar a la población para usarlo.