



## Alimentación y salud. Entre el *marketing* y la ciencia

Los estantes de nuestros supermercados están llenos de productos lácteos que ayudan a reducir el colesterol, de margarinas *light*, de alimentos suplementados con vitaminas, de galletas que ayudan a adelgazar, de chicles que previenen la caries y del omnipresente omega 3 que podemos encontrar en los productos más insospechados, desde leche a huevos. Y todos ellos nos ofrecen, de forma más o menos explícita, una promesa de salud. En 2006 la UE sacó adelante el Reglamento 1924/2006 para poner orden en un panorama que empezaba a ser caótico. Ahora, seis años más tarde ese proceso, que trata de clarificar qué virtudes saludables y nutricionales pueden publicitar las marcas, entra en un momento decisivo.



**Antonio Martínez**  
Periodista agroalimentario

**H**ace ya tiempo que los consumidores dejaron de ser compradores de productos para convertirse en degustadores de experiencias y emociones. Es el signo de un tiempo en el que el *marketing* lo domina todo. El coche ha dejado de ser un vehículo de cuatro ruedas que nos permite transportar personas y cosas para convertirse en un instrumento de libertad y de afirmación personal. Lo mismo podemos decir de la alimentación.

Parece que nadie en las sociedades occidentales se alimenta, eso ha quedado superado. Ahora trata de alcanzar lo sublime, en un mundo en el que la gastronomía se ha convertido en una arte más. Y lo más paradójico, los productos que comemos aspiran a convertirse en una especie de varita mágica para mejorar nuestra calidad de vida en sociedades en las que,

precisamente una mala alimentación es la causante de las principales plagas médicas, con la obesidad a la cabeza.

No es un fenómeno nuevo, explica Montserrat Prieto, que dirige el Departamento de Derecho Alimentario de la Federación Española de Industrias de la Alimentación y Bebidas (FIAB): “La relación entre alimentación y salud es un fenómeno en desarrollo de los últimos años, y que seguirá siendo cada vez más relevante. Cuanto mayor es el conocimiento científico en relación a la alimentación y a sus beneficios, mayor importancia adquiere para

las empresas el comunicarlo. Vivimos en una sociedad que demanda salud, y la industria debe (y lo hace) atender a esta petición. Hace unas décadas el mundo científico veía la alimentación desde el punto de vista de la seguridad alimentaria y ahora lo hace desde el de la salud”.

### ORDEN EN EL CAOS

Así lo vio también la Comisión Europea (CE), que ya en 2003 lanzó una propuesta para crear una norma comunitaria sobre las declaraciones nutricionales y propiedades saludables en los alimentos. Ese trabajo se sustanciaría en el Reglamento (CE) 1924/2006 de 20 de diciembre.

Los legisladores europeos entendieron que esta regulación era una prioridad y así lo hicieron costar en el texto: “Actualmente se utiliza, en el etiquetado y publicidad de productos alimenticios en algunos Estados miembros, una amplia variedad de declaraciones relativas a sustancias que no han demostrado ser beneficiosas o sobre las que no existe en la actualidad un consenso científico suficiente. Es necesario garantizar que las sustancias sobre las

**// EL MERCADO DE LOS PRODUCTOS LÁCTEOS HA SIDO TRADICIONALMENTE, UNO DE LOS QUE MÁS HA APOSTADO POR LAS ALEGACIONES SALUDABLES Y POR ELLO SIEMPRE HA SIDO VIGILADO DE CERCA POR LOS CONSUMIDORES //**

# ENTE<sup>®</sup>TEC<sup>®</sup>

## El abono más rentable para sus cereales.

ENTE<sup>®</sup>TEC<sup>®</sup> cereal

ENTE<sup>®</sup>TEC<sup>®</sup>, la mayor innovación en el abonado de los cereales en los últimos años, permite obtener cosechas abundantes y de calidad aplicando el abono de una sola vez, y respetando el medio ambiente. El nitrógeno de ENTE<sup>®</sup>TEC<sup>®</sup> se encuentra estabilizado por el inhibidor de la nitrificación DMPP, desarrollado por BASF y comercializado por K+S. Ahora en K+S Nitrogen hemos adaptado nuestra estrategia para que todavía más agricultores puedan utilizar ENTE<sup>®</sup>TEC<sup>®</sup> y beneficiarse de sus excelentes resultados en cereal.

<sup>®</sup> Marca registrada del grupo K+S

K plus S Iberia, S.L.  
División K+S Nitrogen  
Joan d'Austria 39-47 08005 Barcelona  
Tel. +34 93 224 72 22 Fax. +34 93 225 92 91  
Una empresa del grupo K+S



**k+s** nitrogen



## NO TODO VALE

El respaldo científico a una alegación saludable no implica un cheque en blanco para las empresas. Siempre que se utilice en una etiqueta, en la comunicación o en la publicidad ha de incluir una información que contextualice la información.

El Reglamento 1924/2006 es muy claro en ese sentido. En primer lugar obliga al fabricante a indicar la importancia de una dieta "variada y equilibrada y un estilo de vida saludable". Asimismo ha de indicar la cantidad de alimento y el patrón de consumo para lograr el efecto benefi-

cioso que se propone. Igualmente se ha de especificar qué colectivos o personas deben evitar el consumo de ese alimento. En su caso ha de informar si un consumo excesivo puede provocar riesgos para la salud de los consumidores. Es más el texto marca unas líneas rojas que ninguna alegación puede sobrepasar, como la que pretenda que la salud se puede ver comprometida si no se consume un determinado alimento. Tampoco pueden hacer menciones al ritmo o magnitud de la pérdida de peso que se puede lograr consumiendo ese alimento. Tampoco se pueden hacer referencias a recomendaciones de médicos individuales.

que se efectúa la declaración han demostrado poseer un efecto nutricional o fisiológico beneficioso".

Idéntico diagnóstico hacían en su día desde la Confederación Española de Organizaciones de Amas de Casa, Consumidores y Usuarios (Ceaccu). Paula Saiz de Bustamante, responsable de Salud de la organización, recuerda que antes de la puesta en marcha de ese Reglamento la comunicación que hacían las marcas era "anárquica y engañosa". Es más, aún siguen siendo muy prudentes cada vez que refieren a la relación entre alimentación y salud, "la alimentación es alimentación y no tiene nada de terapéutico. La alimentación saludable es un estilo de vida saludable e incorporar alegaciones de salud en los alimentos tiene sus riesgos porque el consumidor puede confundirse".

No obstante los consumidores saludaron la entrada en vigor del nuevo reglamento "compartimos la filosofía de que todo lo que se dice sobre la salud se deba demostrar".

Ese fue el gran cambio que introdujo la norma europea. A partir de ese momento, cada afirmación que se haga sobre un alimento en este campo debe estar respaldada por la ciencia, en un proceso tutelado por la Unión Europea (UE). Y sólo tras quedar demostrado, más allá de cualquier duda, se autoriza su empleo a una industria que no sólo comparte los objetivos de Bruselas y los consumidores, sino que ha sido determinante a la hora de sacar adelante la norma, "cuando se empezó a trabajar en el reglamento, incluso antes de que se publicara, la industria alimentaria comenzó a pensar, sobre todo respecto a las alegaciones de propiedades saludables, cómo se podría elaborar una lista teniendo en cuenta que era necesario realizar una valoración científica de sus elementos. El formato en el que se han presentado los trabajos a la CE y la Agencia Europea de Seguridad Alimentaria (EFSA),



## LAS ALEGACIONES PARA LOS QUE LAS TRABAJAN

Es evidente que un producto respaldado por una alegación, sobre todo si es de salud, tiene un valor añadido que lo hace especialmente atractivo para la industria. Es un argumento de venta de primer orden y así lo confirma Paula Saiz, responsable de Salud de Ceaccu, "así lo vemos en nuestro estudios. El consumidor dice que no creen nada de esto, pero se los toman por sí acaso".

No debe extrañarnos el esfuerzo que industrias y Estados miembros han empeñado en este proceso. Lo confirma Montserrat Prieto, que dirige el Departamento de Derecho Alimentario Federación Española de Industrias de la FIAB, "que ha jugado un papel importante desde un principio. Primero porque hemos estado en la antesala del Reglamento, tanto a nivel nacional como europeo, mostrando el interés de la industria. A nivel europeo porque hemos colaborado directamente con el Parlamento Europeo y por cómo se ha desarrollado la lista del artículo 13. A nivel nacional porque lo hemos trabajado muy directamente y muy de mano a mano con nuestra Administración antes de que el Reglamento saliera publicado, transmitiendo cuestiones que para nosotros eran muy importantes. Pero la labor fundamental de FIAB ha sido estar al hilo de las cuestiones que han ido surgiendo, buscando las soluciones más favorables a la hora de hacer un reglamento operativo y ponerlo en práctica".

Evidentemente, nuestra industria tenía unas prioridades que han marcado la hoja de ruta de cara a todo el proceso que se desarrollaba en Bruselas. A la hora de hacer balance de los logros, la patronal agroalimentaria española destaca que se ampliaran las alegaciones nutricionales "y se incluyeran los ácidos grasos monoinsaturados, polinsaturados, insaturados y omega 3, ya que son alegaciones muy utilizadas por la industria alimentaria aquí en España (por ejemplo en el aceite de oliva, las conservas de pescado, etc.). Además, hay alegaciones de propiedades saludables que también son muy empleadas como son todas las que hacen referencia a las sales minerales. Pero también hay alguna como la del ácido oleico, o las relativas a la fibra que tienen mucha relevancia para nosotros".

# CARRETILLA DE PULVERIZACIÓN DE FITOSANITARIOS, MÁS SEGURA, MÁS EFICAZ Y MÁS CÓMODA



A través del Proyecto UMI (Unidad Móvil de Invernaderos), AEPLA recomienda el uso de las carretillas pulverizadoras en invernaderos para una mejor y más segura aplicación de los productos fitosanitarios.

AEPLA colabora en la promoción de la agricultura sostenible, y fomenta las Buenas Prácticas Fitosanitarias que facilitan una producción de alimentos sanos y seguros, garantizando la seguridad del aplicador y el respeto al medio ambiente.



Plaza de Castilla, 3-Plta. 21ª-E2 • 28046 Madrid  
Tel.: 91 310 02 38 • Fax: 91 319 77 34  
comunicacion@aepla.es • www.aepla.es

[www.aepla.es](http://www.aepla.es)

## // BAJO EL EPÍGRAFE DE NUTRICIONALES CABEN TODAS LAS ALEGACIONES QUE HACEN REFERENCIA A LA PRESENCIA DE CIERTAS SUSTANCIAS (VITAMINAS, MINERALES, PROTEÍNAS, FIBRA...) O A UNA BAJA PROPORCIÓN DE CIERTOS COMPONENTES (BAJO CONTENIDO EN SODIO O SAL, GRASAS SATURADAS, AZÚCARES O EL MISMO TÉRMINO LIGHT //

y el formato que figurará en el futuro anexo del reglamento, coinciden con el que inicialmente propuso la industria” nos confirma Montserrat Prieto.

### SÓLO EVIDENCIAS CIENTÍFICAS

También el mundo de la ciencia elogió el nuevo sistema, “tiene que haber un organismo que, formado por pares, evalúe los trabajos de los investigadores”, asegura José López Miranda director de la Unidad de Gestión Clínica y Medicina Interna del Hospital Reina Sofía de Córdoba y director científico del Centro de Excelencia Investigadora Aceite de Oliva y Salud (CEAS), y con un amplio bagaje en este campo. Esa fue, precisamente la solución que adoptó la UE. Encargó a la EFSA esa labor de evaluación. Pero no adelantemos acontecimiento. Antes tenemos que bucear un poco en el texto del reglamento.

A la hora de abordar un asunto tan delicado, los legisladores diferenciaron claramente dos tipos de alegaciones: las nutricionales y las saludables.

Las primeras hacen referencia a “cualquier declaración que afirme, sugiera o dé a entender que un alimento posee propiedades nutricionales benéficas”. Bajo este epígrafe caben todas las alegaciones que hacen referencia a la presencia de ciertas sustancias (vitaminas, minerales, proteínas, fibra...) o por el contrario, a una baja proporción de ciertos componentes (bajo contenido en sodio o sal, grasas saturadas, azúcares o el mismo término *light*).

Aquí las normas están muy claras, el reglamento y sus posteriores modificaciones regulan qué condiciones ha de cumplir un producto para poder hacer esa mención. Valga como ejemplo la indicación “Sin azúcares”. Para el legislador “solamente podrá declararse que un alimento no contie-



ne azúcares, así como efectuarse cualquier otra declaración que pueda tener el mismo significado para el consumidor, si el producto no contiene más de 0,5 g de azúcares por 100 g o 100 ml”. Hasta aquí todo sencillo. Aquellos productos que cumplan esos requisitos podrán hacerlo constar en su etiquetado y publicidad.

### ALEGACIONES SALUDABLES

El proceso se vuelve mucho más complicado cuando nos referimos a las alegaciones saludables que el reglamento define como “cualquier declaración que afirme, sugiera o dé a entender que existe una relación entre una categoría de alimentos, un alimento o uno de sus constituyentes, y la salud”. Entremos en el meollo del reglamento.

El texto diferencia, por una parte, las declaraciones de reducción de riesgo de enfermedad y declaraciones relativas al desarrollo y la salud de los niños. Son palabras mayores. Tanto es así, que hasta el momento la UE tan sólo ha autorizado 18. Entre ellas las que declaran que los famosos esteroides vegetales reducen el colesterol en la sangre o que el calcio y la vitamina D son necesarios para el crecimiento y desarrollo normal de los huesos de los niños.

Por el camino quedaron decenas de peticiones, como la de un conocido producto lácteo que aseguraba reducir la presencia de toxinas en el intestino. El mercado de los productos lácteos ha sido tradicionalmente, uno de los que más ha apostado por las alegaciones saludables y por ello siempre ha sido vigilado de cerca por los consumidores.

## QUIÉN DICE QUÉ

MONTSERRAT PRIETO, FIAB

// “Este documento [Reglamento (CE) 1924/2006] es un importante hito para la industria alimentaria porque, en cierta medida, es una revolución: la comunicación en salud tendrá un respaldo científico previo”.

“La filosofía americana es distinta a la europea. Nuestro reglamento tiene unos requisitos muy estrictos, tanto en cuanto a los procedimientos, como en cuanto a la justificación científica que tienen que tener las alegaciones”. //



JOSÉ LÓPEZ MIRANDA, HOSPITAL REINA SOFÍA DE CÓRDOBA Y CEAS

// “No comparto los criterios que aplica la EFSA en este campo (el de las grasas). Demoniza al aceite de oliva por su contenido calórico”. Las evaluaciones se han realizado “centrándose en los componentes minoritarios de un alimento y no es su globalidad”. //



PAULA SAIZ, CEACCU

// “En el caso de los fermentos lácticos nos sorprende una publicidad muy agresiva que dice cosas que la EFSA no ha aceptado y que no hay relación causa efecto demostrada”. //

Typical Values	per 100ml	per 150 serving
Energy Value	180 kJ	260 kJ
(Calories)	40 kcal	60
Protein	0.5 g	0.75 g
Carbohydrate	9.0 g	13.5 g
(of which Sugars*)	9.0 g	13.5 g
Fat	0.1 g	0.15 g
of which		
re		
um		

Incluso hoy día, “en el caso de los fermentos lácticos nos sorprende una publicidad muy agresiva que dice cosas que la EFSA no ha aceptado y que no hay relación causa efecto demostrada”, nos explica Paula Saiz.

Ahora bien el proceso para sacar adelante las alegaciones “duras” (reducción del riesgo de enfermedad y declaraciones relativas al desarrollo y salud de los niños) ha sido casi un paseo si lo comparamos con el trabajo para establecer la lista de alegaciones saludables “normales” que regula el artículo 13 del Reglamento 1924/2006.

Las cifras que ofrece la CE aturden. Los Estados miembros han presentado 44.000 declaraciones de propiedades. A la EFSA se remitieron 4.600. De esa cantidad, este organismo ha emitido 2.760 evaluaciones, pero sólo unas 500 pasan todos los filtros a la espera de ser autorizadas por la Comisión. El trabajo ha sido ingente, tanto que una y otra vez se han superado los plazos que se marcó la propia Comisión.

Para Montserrat Prieto, que dirige el Departamento de Derecho Alimentario de la FIAB, “el trabajo de EFSA ha sido cuantioso, importante y también un hito, porque jamás se había enfrentado a un volumen de trabajo tan amplio a la hora de tener que emitir opiniones científicas. Se trata de una labor de compilación, análisis y evaluación muy exhaustiva, que supone un trabajo muy importante desde el punto de vista científico”.

Ceaccu valora también muy positivamente ese trabajo, que califican como riguroso “creo que la evidencia científica que piden es notable. Además, están valorando el lenguaje. Muchas declaraciones

que se hacen son de un lenguaje demasiado complejo para que el consumidor las entienda”.

## PUNTOS OSCUROS

No obstante, Monserrat ve también algunas lagunas en ese trabajo. El reglamento exige que si los alimentos no están indicados para un sector concreto de la población se indique de forma expresa, “y eso no lo están haciendo los dictámenes de la EFSA.

Hay casos muy claros. Decimos que el pescado azul es fuente de omega 3. Eso invita a las embarazadas a aumentar el consumo de esos productos. Pero el atún es un pescado que no se debe tomar muy frecuentemente durante el embarazo porque tiene un alto contenido de mercurio. Es necesario que indiquen que las embarazadas no deben tomarlo más de una vez por semana. Hay que ser muy exigentes a ese nivel”.

Pero las críticas llegan también desde el propio colectivo científico. Investigadores

## // EL REGLAMENTO DEFINE A LA ALEGACIÓN SALUDABLE COMO “CUALQUIER DECLARACIÓN QUE AFIRME, SUGIERA O DÉ A ENTENDER QUE EXISTE UNA RELACIÓN ENTRE UNA CATEGORÍA DE ALIMENTOS, UN ALIMENTO O UNO DE SUS CONSTITUYENTES, Y LA SALUD” //

españoles han criticado que las evaluaciones, en algunos casos, se realizan desde una visión muy centroeuropea, en la que, por ejemplo, cualquier grasa es mala *per se*. En ese sentido se expresa el doctor López Miranda, “no comparto los criterios que aplica la EFSA en este campo. Demoniza al aceite de oliva por su contenido calórico”. Va más allá y discute incluso la filosofía con la que se han realizado las evaluaciones “centrándose en los componentes minoritarios de un alimento y no es su globalidad”. Esto nos lleva a paradojas como que las autoridades norteamericanas (FDA) aprobaran una alegación para el aceite de oliva virgen extra como producto cardiosaludable, algo que la EFSA ni se plantea. Es más, ha rechazado varias alegaciones sobre este producto que los científicos aseguran bien contrastadas.

La patronal de la industria agroalimentaria no comparte esa visión y defiende a capa y espada el método que ha emplea-

do Europa en este proceso, “la filosofía americana es distinta a la europea. Nuestro reglamento tiene unos requisitos muy estrictos, tanto en cuanto a los procedimientos, como en cuanto a la justificación científica que tienen que tener las alegaciones. Eso en Estados Unidos es completamente diferente ya que no tienen un marco legal tan restrictivo a la hora de efectuar una alegación nutricional y de salud”.

Polémicas aparte, el trabajo no ha terminado, ni mucho menos. La lista con las alegaciones saludables ha de pasar el filtro del Parlamento Europeo antes de su adopción definitiva. Y tampoco este será el final de un proceso que parece no tener fin. “Todos los botánicos están siendo evaluados todavía”, explica Paula Saiz. Pero a Ceaccu hay otro aspecto del desarrollo del reglamento que les preocupa mucho más, el de los perfiles nutricionales, que tenía que estar listos en 2009 y que aún no ha visto la luz, “es clave en el reglamento ya que nos va a decir qué alimentos pueden incorporar declaraciones. Por ejemplo, ali-

mentos que tengan mucha azúcar o un exceso de grasa no pueden incorporar alegaciones. Una piruleta no puede indicar que contiene vitamina C. Es un documento controvertido”.

Con todo la industria no tiene dudas de que hemos dado un paso de gigante en Europa, “este documento es un importante hito para la industria alimentaria porque, en cierta medida, es una revolución: la comunicación en salud tendrá un respaldo científico previo”.

Algo que también destacan desde Ceaccu, “defendemos que la información que llega al consumidor sea veraz, clara y esté contrastada”.

Aún falta tiempo para evaluar hasta qué punto se han cumplido los objetivos que se marcaron los legisladores. Será el momento de saber si hemos logrado el tan ansiado equilibrio entre negocio y derecho de los consumidores, en un tema tan sensible como el de la salud.