

Importancia da etiquetaxe nutricional frontal nos envases dos alimentos

As etiquetas dos produtos envasados desempeñan un papel crucial na comprensión dos compoñentes alimentarios, proporcionando aos consumidores información esencial para tomar decisións informadas sobre as súas opcións dietéticas. En virtude da lexislación actual, estas etiquetas deben ofrecer detalles exhaustivos sobre o contido enerxético, así como a cantidade de graxas saturadas, hidratos de carbono, azucres, proteínas e sal por cada 100 gramos ou 100 mililitros de produto. Este requisito legal garante unha transparencia mínima e uniforme na información nutricional, localizada na parte posterior do envase. A nivel europeo, o marco normativo que regula o etiquetado nutricional está establecido polo Regulamento sobre a información alimentaria facilitada ao consumidor (Regulamento de la UE n.º 1169/2011). Ademais de cumprir con estas directrices obrigatorias, os fabricantes teñen a opción de incorporar un "etiquetado nutricional frontal" ou "*front of pack labelling*" (FOPL) na parte dianteira do envase. Este enfoque ten como obxectivo simplificar a información para que os consumidores poidan identificar facilmente os compoñentes nutricionais esenciais ao comparar produtos.

¿En que consiste a etiquetaxe frontal dos envases?

Este tipo de etiquetaxe non solo repite parcialmente a información da declaración nutricional, senón que tamén pode ofrecer detalles adicionais sobre a calidade nutricional xeral do produto. Estes detalles poden presentarse de diversas maneiras, mediante símbolos, letras, códigos de cor ou outros formatos gráficos, sempre respaldados por probas científicas. Exemplos notables de sistemas de etiquetaxe nutricional frontal dos envases inclúen o Nutri-Score e o formato tipo "semáforo" do Reino Unido.

¿Cales son as etiquetas máis comúns que se utilizan na parte frontal dos envases?

Os sistemas de etiquetaxe nutricional frontal pódense clasificar en "para nutrientes específicos" ou "de indicador sintético", dependendo do tipo de información proporcionada. Os sistemas "para nutrientes específicos" ofrecen información detallada sobre compoñentes específicos do alimento, como a porcentaxe en comparación coas recomendacións diarias. Por outro lado, os sistemas "de indicador sintético", como o Nutri-Score, proporcionan unha avaliación xeral da saúde del produto mediante cores e letras. Diversas institucións públicas desenvolveron sistemas de indicador sintético, ademais do Nutri-Score, como a cerradura (utilizada principalmente en Suecia, Dinamarca y Lituania) ou o sistema do semáforo (en Reino Unido).

Cada sistema presenta vantaxes e desvantaxes únicas, pero o seu propósito común é asistir aos consumidores na identificación de diferenzas en la calidade nutricional dos alimentos, fomentando eleccións máis saudables e conscientes.

Bibliografía

1. European Commission, 2011. Regulation of the European Parliament and of the Council of 25 October 2011 on the provision of food information to consumers, amending Regulations (EC) No 1924/2006 and (EC) No 1925/2006 of the European Parliament and of the Council, and repealing Commission Directive 87/250/EEC, Council Directive 90/496/EEC, Commission Directive 1999/10/EC, Directive 2000/13/EC of the European Parliament and of the Council, Commission Directives 2002/67/EC and 2008/5/EC and Commission Regulation (EC) No 608/2004, 1169/2011/EU. In: Official Journal, L 304/18, 22/11/2011.

2. European Food Safety Authority (EFSA), 2022. Scientific advice related to nutrient profiling for the development of harmonised mandatory front-of-pack nutrition labelling and the setting of nutrient profiles for restricting nutrition and health claims on foods. EFSA Journal, 20(4), e07259.
3. Comisión europea. Informe de la comisión al parlamento europeo y al consejo sobre la utilización de formas adicionales de expresión y presentación de la información nutricional. Bruselas; 2020. 30p. COM(2020)207 final.
4. Agencia Española de Seguridad Alimentaria y Nutrición (AESAN). Información sobre el modelo Nutri-Score. Ministerio de Derechos Sociales, Consumo y Agenda 2030 [Internet]. AESAN, 2023 [actualizado 27/12/2023, consultado 23/01/2024]. Disponible en: https://www.aesan.gob.es/AECOSAN/web/para_el_consumidor/seccion/informacion_Nutri_Score.htm