

CDO CENTRO DE GDA REFERENCIA

Energía

141 Kcal

7%

Az

3

Sodio (sal)

0,3g
(0,75g)

12%

“El objetivo básico de las etiquetas es ayudar a la toma de decisiones”

Lucía Bultó, portavoz del Centro de Referencia CDO/GDA, explica en esta entrevista las ventajas y la gran acogida en el sector del nuevo etiquetado nutricional fomentado por la Fundación Alimentum. “Actualmente, es el sistema de etiquetado nutricional voluntario de mayor implantación. La mayoría de las grandes compañías de la industria de alimentación y bebidas ya lo han incorporado a sus productos”

La Fundación Alimentum ha impulsado la constitución de un Centro de Referencia, CDO/GDA. ¿Podría explicarnos en qué consiste fundamentalmente esta iniciativa? ¿Quiénes constituyen esta plataforma?

-El Centro de Referencia CDO/GDA es una plataforma multidisciplinar que aglutina a expertos y organismos profesionales del ámbito de la salud y nutrición (la Fundación Española de la Nutrición y la del Corazón, la Sociedad Española de Cardiología, la Sociedad Española de Dietética y Ciencias de la Alimentación, la Sociedad Española de Médicos de Atención Primaria, la Sociedad Española de la Nutrición y la Sociedad Española de Nutrición Comunitaria) y a una veintena de empresas (fabricantes y distribuidoras) de alimentación y bebidas. Esta iniciativa tiene por objeto dar respuesta a las necesidades sociales en materia de información nutricional e impulsar la implantación del sistema de etiquetado nutricional CDO/GDA en nuestro país. Para ello, la misión fundamental del Centro de Referencia es comunicar las propiedades específicas de este sistema entre autoridades, asociaciones de consumidores, líderes de opinión, sociedades científicas y profesionales, comunidad médica y medios de comunicación; y formar e informar a los consumidores acerca del sistema CDO/GDA. De esta manera, queremos contribuir a que el nivel de conocimiento nutricional sea mayor y, con ello, mejorar los hábitos de consumo de la población española.

Explíquenos el significado de CDO/GDA.

-CDO/GDA son las siglas correspondientes a Cantidad Diaria Orientativa, el equivalente en inglés a 'Guideline Daily

"El sistema de etiquetado nutricional CDO/GDA ayuda a que el consumidor pueda interpretar qué supone el consumo de un producto sobre el conjunto de su alimentación"

Amounts'. Las CDO/GDA indican la cantidad de energía (calorías) y determinados nutrientes que aporta una ración de un determinado alimento o bebida con respecto a las necesidades diarias de un adulto medio (2.000 kcal, 90 g de azúcares, 70 g de grasas, 20 g de grasas saturadas y 6 g de sal).

En general, las CDO/GDA se refieren a la energía (calorías) y a los cuatro nutrientes más importantes susceptibles de aumentar el riesgo de padecer algún trastorno relacionado con la alimentación (grasas, grasas saturadas, azúcares y sodio/sal).

¿En qué se basa el sistema de etiquetado nutricional que Uds. impulsan?

-Los valores de referencia sobre los que se realizan los cálculos de las CDO/GDA se basan en los últimos datos científicos publicados sobre las necesidades energéticas y recomendaciones alimentarias para un adulto. Estos valores han sido aceptados por la máxima autoridad europea en materia de seguridad alimentaria, la EFSA en junio de 2009. También respaldan estos valores Eurodiet, la Organización Mundial de la Salud y el Comité sobre aspectos médicos en política alimentaria (COMA), entre otras autoridades.

Las pautas para adultos se basan en las necesidades típicas de hombres y mujeres sanos mayores de 18 años, con un peso normal y toman en consideración los niveles actuales de actividad física y el estilo de vida del ciudadano medio.

¿Qué diferencias fundamentales existen entre la etiqueta tradicional y la propuesta por CDO/GDA?

El sistema de etiquetado nutricional CDO/GDA no pretende calificar o catalogar productos. En un contexto en el que los expertos recuerdan que no existen alimentos buenos ni malos, sino dietas más o menos equilibradas, el sistema de etiquetado nutricional CDO/GDA ofrece al consumidor la libertad de escoger un alimento en base a los principales nutrientes que aporta para así mantener una alimentación variada y equilibrada adaptada a sus necesidades individuales y acorde con su propio estilo de vida.

¿Qué diferencias fundamentales existen entre la etiqueta tradicional y la propuesta por CDO/GDA?

-La principal diferencia y la que aporta un valor añadido al sistema de etiquetado nutricional CDO/GDA frente a la tabla nutricional clásica es que indica la cantidad de energía y nutrientes por ración/unidad de consumo, al tiempo que informa de lo que representa esa ingesta con respecto a las necesidades diarias establecidas como adecuadas en una alimentación variada, equilibrada y suficiente. La tabla clásica ofrece la información por cada 100 g/ml de producto, independientemente de cuál sea su medida habitual de consumo y nunca indica qué porcentaje representa esa ingesta sobre el total recomendado.



"El Centro de Referencia CDO/GDA tiene por objeto dar respuesta a las necesidades sociales en materia de información nutricional e impulsar la implantación del sistema de etiquetado nutricional CDO/GDA en nuestro país"

En nuestra vida cotidiana, lo habitual es consumir los alimentos y bebidas por raciones o unidades. Por ello, expresar la cantidad de calorías y nutrientes por ración puede ser de más ayuda para el consumidor, ya que se le está dando la cantidad exacta de lo que está tomando. Además, el porcentaje ayuda a calcular más fácilmente la ingesta real de nutrientes. En este sentido, el sistema de etiquetado nutricional CDO/GDA ayuda a que un consumidor sin conocimientos previos pueda interpretar qué supone el consumo de un producto sobre el conjunto de su alimentación.

Según ha puesto de manifiesto el estudio 'Dime cómo lees y te diré cómo te alimentas', alrededor de tres de cada cinco entrevistados piensa que la información expresada mediante la CDO/GDA, comparada con la que aporta la tabla clásica, es más clara, ayuda más a llevar una dieta equilibrada, y aporta más información.

¿Cuál es el grado de penetración en Europa? ¿Y en España?

-Según los datos recogidos en el informe Usdak elaborado por la Confederación de Industrias de Alimentación y Bebidas de la Unión Europea (CIAA) en Francia, Italia, España, Reino Unido y Países Bajos, el grado de implantación de las CDO/GDA en 2007 alcanzaba el 65% en las grandes empresas, el 58% en las medianas y el 34% en las pequeñas empresas. Este mismo estudio indicaba que, a finales de 2008, más de 1.000 marcas de la Unión Europea usaban ya CDO/GDA.

En España, actualmente es el sistema de etiquetado nutricional voluntario de mayor

"Se asocia exclusivamente la obesidad a la ingesta de grasas y calorías. Pero en realidad, su consumo en el marco de una alimentación variada, equilibrada y suficiente, y unos hábitos de vida saludables son necesarios"



implantación. La mayoría de las grandes compañías de la industria de alimentación y bebidas y las principales empresas de distribución ya han incorporado las CDO/GDA a sus productos.

¿Cuándo cree que se implantará definitivamente el Sistema de Etiquetado Nutricional GDA/CDO?

-La voluntad de implantar este nuevo sistema de etiquetado nutricional nace bajo el criterio de ofrecer al consumidor información clara, significativa y entendible, facilitando la elección informada. El objetivo básico es que el consumidor pueda comprender la información de las etiquetas y tomar decisiones de compra adecuadas a sus necesidades concretas.

Sin embargo, hoy por hoy, en la Unión Europea el etiquetado nutricional es obligatorio sólo cuando el envase del producto incluye un mensaje sobre propiedades nutritivas del alimento.

En este sentido, la industria de alimentación y bebidas va un paso por delante de la legislación. En el Parlamento Europeo se está debatiendo en estos momentos el contenido del nuevo Reglamento de Información

al Consumidor que, entre otras cosas, marcará las pautas a seguir por todos los países miembros respecto a cómo debe ser el etiquetado nutricional de los productos alimentarios. La nueva normativa prevé que la información nutricional de las etiquetas de los productos sea obligatoria. En términos generales, la mayoría de los Estados miembros y la Comisión están a favor de la obligatoriedad de esta información y defienden que ésta se proporcione de acuerdo a un modelo unificado y coherente con las necesidades de fabricantes y consumidores. En este sentido, apoyan el modelo basado en las CDO/GDA. Todo esto nos hace pensar que la implantación del sistema culminará a medio plazo. Si bien, creemos que antes incluso de que la norma entre en vigor la adhesión a este sistema será casi total.

¿Cuáles son los mecanismos para acogerse a esta etiqueta nutricional por parte de los fabricantes?

-Como le decía, a día de hoy, la aplicación del Sistema de Etiquetado Nutricional CDO/GDA es voluntaria. Sin embargo, adelantándose al desarrollo normativo, la industria de alimentación y bebidas, a tra-

vés de la CIAA, propone un enfoque armonizado del sector en cuanto al etiquetado nutricional para que los valores CDO/GDA se estandaricen y sean utilizados en el conjunto de la Unión Europea sin diferencias.

Los principios en los que se basa esta armonización se plasman en un esquema común de etiquetado nutricional: claro, sencillo y comprensible; en línea con la Directiva de Etiquetado Nutricional y la Directiva de Etiquetado; aplicado de modo coherente; basado en ciencia y no discriminatorio; y apoyado en programas de educación nutricional.

Hace unos meses, la Fundación Alimentum editó la Guía 'Implantación del Sistema CDO/GDA en el sector de Alimentación y Bebidas Español'. El objetivo de este manual es proporcionar a la empresa alimentaria los conocimientos necesarios acerca de este sistema de etiquetado nutricional y de su implantación, así como información sobre sus ventajas en la promoción de hábitos saludables.

Acaban de presentar un estudio sobre el sistema de etiquetado nutricional. ¿Cuáles son las principales conclusiones que se desprenden de éste?

-Del estudio 'Dime cómo lees y te diré cómo te alimentas' se desprenden una serie de conclusiones muy interesantes sobre la percepción que tienen los consumidores frente a la información que se les está dando a través del actual sistema de etiquetado nutricional.

El 90% de los consumidores cree imprescindible la información nutricional en el etiquetado de alimentos y bebidas. De hecho, algo más de la mitad consulta la información nutricional de los diferentes productos, si bien casi la mitad de ellos afirma que tiene dificultades para interpretarla. Esto nos indica que debemos mejorar el sistema de etiquetado para que llegue de forma clara al consumidor y éste pueda obtener los beneficios que un buen sistema de etiquetado le puede aportar.

Según los últimos informes que han recogido, los consumidores dan mucha más importancia a las grasas y calorías a la hora de consultar los nutrientes que contiene cada producto, dejando las vitaminas como uno de los menos consultados ¿Cuál es su opinión al respecto?

-Las calorías y las grasas se perciben como sustancias directamente relaciona-

"El 90% de los consumidores cree imprescindible la información nutricional en el etiquetado de alimentos y bebidas, si bien casi la mitad de ellos afirma que tiene dificultades para interpretarla"

das con la salud. Existe la creencia de que los "únicos" culpables de la obesidad y el sobrepeso y las enfermedades asociadas son las grasas y calorías. Pero en realidad, su consumo en el marco de una alimentación variada, equilibrada y suficiente y unos hábitos de vida saludable es necesario. No hay que olvidar que las grasas forman parte de nuestras células. Ningún nutriente por sí sólo puede considerarse beneficioso o perjudicial para la salud. Es la frecuencia y cantidad con la que está presente en nuestra alimentación lo que puede definir un perfil alimentario más o menos favorable.

¿Cree usted que los consumidores se preocupan más por las grasas en cuanto a su salud o existe una mayor preocupación por la imagen física?

-Hoy por hoy, la salud y la imagen física van muy unidos. La percepción de una comida muy grasa y, por tanto, muy calórica se percibe como algo poco saludable, ignorando que un estilo de vida sedentario es tanto o más perjudicial para la salud y la imagen física. Nuestro cuerpo funciona como una balanza. Por eso, la clave está en buscar el equilibrio entre la cantidad de calorías que ingerimos y la energía que gastamos.

Según el estudio que han realizado, las personas mayores se decantan más por el etiquetado tradicional, ¿a qué cree que esto es debido?

-El hecho de que la población entre 60 y 75 años se decante por el sistema de etiquetado mediante la tabla clásica, puede deberse a varios motivos; un cierto rechazo a los cambios, poco interés por extraer información a través del etiquetado o desconocimiento de sistemas más efectivos que ayuden a mejorar los hábitos de compra y, con ellos, los hábitos alimentarios. Pero, el estudio también revela que para el 63% de la población entre 18 y 36 años la tabla clásica es insuficiente para tomar decisiones correctas.

¿Qué otras actividades se pondrán en marcha desde el Centro de Referencia CDO/GDA?

-Con el objetivo de dar a conocer los beneficios del modelo de etiqueta basada en las CDO/GDA para mostrar de forma intuitiva e informativa cuáles son las propiedades de los alimentos y qué aportan al organismo, en las próximas semanas se iniciará una campaña informativa que tendrá como escenario los principales establecimientos de gran distribución repartidos por toda la geografía nacional. Un experto explicará a los consumidores qué son las etiquetas CDO/GDA, dónde se encuentran y cómo obtener información de ellas. En el marco de esta iniciativa está prevista la distribución de 100.000 folletos informativos así como de centenares de imanes y pegatinas con mensajes relacionados con la etiqueta CDO/GDA.

¿Y desde la Fundación Alimentum?

-La Fundación Alimentum es una organización privada sin ánimo de lucro cuya misión es mejorar la calidad de vida y el bienestar social, a través de la promoción de iniciativas que respondan a los retos e inquietudes que la sociedad demanda en relación con la alimentación. En este sentido, fomenta actividades de investigación, desarrollo y mejora dirigidas a promover hábitos de vida saludables, a formar e informar a los consumidores y a mejorar la formación de los profesionales de la comunicación.

Así, por ejemplo, a finales del pasado mes de mayo organizó en colaboración con el Consejo Superior de Deportes un Seminario de Prensa en el que los miembros del Comité de Actividad Física de la Fundación les pusieron al día en lo que se refiere a la problemática del aumento del sedentarismo y su relación directa con los actuales índices de sobrepeso y obesidad; y en los próximos días se darán a conocer los resultados del II Sondeo de Opinión 'Importancia de la práctica de ejercicio físico y la alimentación equilibrada en los niños y su percepción para los padres y la población general'.

Por otro lado, también se está ultimando la redacción de una obra sobre la implicación social de la industria agroalimentaria que verá la luz próximamente. □