



## “El NutriScore está plagado de defectos, y no hay pruebas suficientes de mejorar nuestra dieta”

**Pietro Paganini**  
Presidente de COMPETERE

Con motivo de conocer más acerca del etiquetado Nutri-Score, analizar sus ventajas e inconvenientes, y conocer cómo podemos resolver el problema de una mala alimentación, así como debatir sobre la existencia de pruebas científicas que corroboren la eficacia de este etiquetado, hemos querido entrevistar a Pietro Paganini, presidente de Competere.

### **ANICE: ¿Qué opina sobre el etiquetado NutriScore?**

**Pietro Paganini:** En general, se considera que Nutriscore es un sistema obsoleto de etiquetado frontal en envases. Es preocupante que Europa siga invirtiendo tiempo y recursos en un sistema caduco que se originó en una época dominada por el enfoque de “talla única”. En lugar de abordar los complejos retos de la obesidad y las enfermedades relacionadas, el gobierno parece confiar en una dieta impuesta por un grupo selecto de científicos, carente de base experimental e impulsada por la ideología. El Nutriscore, por tanto, no puede considerarse una solución derivada de la ciencia, sino más bien una herramienta ideológica.

El Nutriscore está plagado de defectos, y no hay pruebas suficientes que sugieran que realmente mejora nuestras dietas. Parece más bien una herramienta política destinada a demostrar que el gobierno se preocupa

y trabaja activamente para mejorar la salud de los consumidores. Sin embargo, en realidad, es una admisión del fracaso de la educación del consumidor.



“El sistema de etiquetado actual, como el Nutriscore, no parece ofrecer ninguna ventaja real más allá de engañar a los consumidores”



### **A: ¿Cuáles son las ventajas y los inconvenientes de este modelo?**

**P.P.:** El sistema de etiquetado actual, como el Nutriscore, no parece ofrecer ninguna ventaja real más allá de engañar a los consumidores haciéndoles creer que consumen alimentos intrínsecamente “buenos” o “malos”. En realidad, no hay ingredientes intrínsecamente buenos, malos o neutros, sino que los efectos de cualquier ingrediente dependen de factores como la dosis, el ADN individual, el sistema metabólico, el estilo de vida y la rutina diaria.

Desde un punto de vista técnico, el algoritmo utilizado por Nutriscore es débil, ya que se han identificado varias limitaciones. Por ejemplo, se basa en una ración fija de 100 gramos, lo que no tiene en cuenta las variaciones en el tamaño de las raciones ni las necesidades dietéticas individuales.

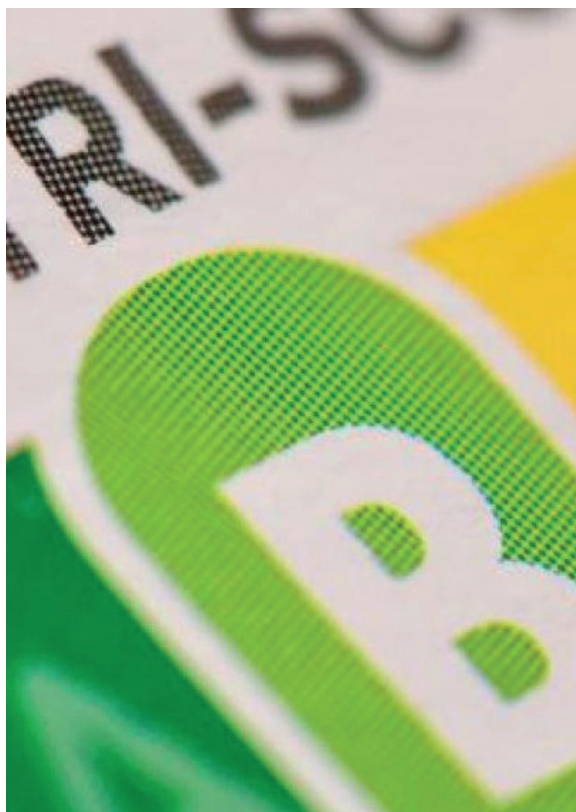
**A: ¿Cree que este sistema puede resolver el problema de la mala alimentación? ¿Por qué?**

**P.P.:** Profundicemos en el razonamiento lógico. Es un hecho ampliamente reconocido que la obesidad y la mala alimentación están influidas por multitud de factores, que van mucho más allá de los tres ingredientes en los que se centra Nutriscore. Nuestras elecciones de estilo de vida, en particular, desempeñan un papel importante en el fomento de la obesidad y los hábitos alimentarios poco saludables. Si aceptáramos la validez del algoritmo Nutriscore, lógicamente deberíamos aplicar un enfoque similar a todos los objetos y herramientas de nuestras vidas que contribuyen a la obesidad.

El mensaje subyacente es que la lucha contra la mala alimentación requiere una educación integral y dotar a los consumidores de conocimientos y opciones. Basarse simplemente en un sistema de etiquetado como el Nutriscore es insuficiente.

**A: En este sentido, ¿cuáles serían las herramientas para resolver este problema?**

**P.P.:** Las dietas personalizadas tienen un gran potencial como solución para atender las necesidades nutricionales individuales. Con información en tiempo real sobre sus necesidades físicas (como vitaminas, proteínas y grasas) y factores psicológicos (como la felicidad y la socialización), los consumidores pueden tomar decisiones informadas sobre lo que deben comer. La Inteligencia Artificial (IA) puede desempeñar un papel importante en estas elecciones analizando datos y ofreciendo recomendaciones personalizadas.



Cabe señalar que los gobiernos y los investigadores pueden expresar su preocupación por las dietas personalizadas debido al temor de que puedan conducir a elecciones desinformadas o a hábitos poco saludables. Sin embargo, la intención de las dietas personalizadas es capacitar a los consumidores, dándoles la libertad de tomar decisiones informadas sobre su propia salud. Al proporcionar la información y las herramientas necesarias, los gobiernos pueden ayudar a las personas a tomar decisiones responsables que se ajusten a sus necesidades y preferencias personales.

**A: ¿Qué pruebas científicas existen actualmente sobre la eficacia de este tipo de etiquetado?**

**P.P.:** Si consideramos el modelo Nutriscore, actualmente faltan pruebas concluyentes sobre su eficacia. En cuanto al sistema chileno de punto negro, más estricto y que algunos pueden calificar de excesivamente restrictivo, los resultados son preocupantes. Las personas con rentas bajas pueden tener dificultades para permitirse los productos "saludables", relativamente más caros. Además, a pesar del entusiasmo inicial, los consumidores tienden a volver a consumir productos "poco saludables" simplemente porque les gustan.

El verdadero reto y la amenaza potencial es que, si se demuestra que estos sistemas son ineficaces, existe la posibilidad de que los gobiernos y los científicos influyentes aboguen por regulaciones aún más estrictas, similares a las que se han visto con el tabaco.



## La Inteligencia Artificial (IA) puede desempeñar un papel importante en las elecciones analizando datos y ofreciendo recomendaciones personalizadas



**A: ¿En qué perjudica el etiquetado NutriScore a la industria alimentaria y al consumidor?**

**P.P.:** El sistema Nutriscore puede considerarse una herramienta comercial que cuenta con el apoyo de los gobiernos y de un importante número de empresas multinacionales. Estas corporaciones suelen poseer amplias líneas de productos y pueden adaptar o crear fácilmente nuevos productos que se ajusten al estatus ecológico saludable deseado. Esto les permite crear un producto estandarizado y universal similar al iPhone, que ofrece el mismo sabor y las mismas características a los consumidores de todo el mundo. En esencia, podemos referirnos a este fenómeno como la "iphonización" de los alimentos.

Sin embargo, las implicaciones del sistema Nutriscore van más allá de las empresas multinacionales. Los productores pequeños y locales, que pueden tener productos profundamente arraigados en la tradición y la cultura local, se verán obligados a reformular su oferta para competir en el frente de la salud. Por desgracia, no todos los productos pueden reformularse fácilmente sin comprometer su autenticidad. En consecuencia, el sistema Nutriscore puede contribuir inadvertidamente a la erosión de las tradiciones y las dietas locales en favor de productos estandarizados a escala mundial.