

La superioridad de los sellos octagonales de advertencia nutricional en Guatemala¹

Los sellos de advertencia en productos alimentarios procesados y ultra procesados preenvasados son los que más ayudan a los consumidores a tomar decisiones alimentarias más saludables.

Junio 2023

Antecedentes

El Instituto de Nutrición de centro América y Panamá (INCAP), sede Guatemala, y la Organización Panamericana de la Salud (OPS) realizaron este estudio experimental aleatorizado cruzado, para identificar el mejor sistema de etiquetado en la parte frontal del envase para Guatemala. Este estudio supone una contribución al conjunto de evidencia acumulado en Centroamérica y la Región de las Américas.

El propósito de este estudio es examinar la eficacia del etiquetado frontal de advertencia nutricional (EFAN) en el empaque de alimentos pre-envasados en comparación con el sistema guías diarias de alimentación (GDA) (ambos sistemas bajo consideración por las autoridades centroamericanas). En ambos productos se analizó la percepción de saludable, la intención de compra y la comprensión objetiva del contenido nutricional de productos alimenticios, es decir, si se identifican nutrientes críticos en cantidades excesivas, en niños y adultos de zonas urbanas y rurales de Guatemala.

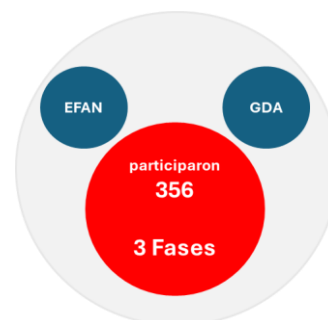
Figura 1. Ejemplo de los tipos de etiquetado A. EFAN y B.GDA



Métodos

Se utilizó un diseño experimental aleatorizado, cruzado, en áreas urbanas y rurales, en el que se incluyeron 6 escuelas, dos escuelas rurales y 4 escuelas urbanas y dos sedes universitarias privadas de la ciudad capital. Los participantes (niños y adultos) (n = 356) fueron asignados aleatoriamente para evaluar EFAN o GDA a lo largo de 3 fases de exposición.

Durante la fase 1, los participantes evaluaron imágenes simuladas de productos individuales y compararon pares de productos dentro de la



¹ Kroker-Lobos, M.F., Morales-Juárez, A., Pérez, W. et al. Efficacy of front-of-pack warning label system versus guideline for daily amount on healthfulness perception, purchase intention and objective understanding of nutrient content of food products in Guatemala: a cross-over cluster randomized controlled experiment. Arch Public Health 81, 108 (2023). <https://doi.org/10.1186/s13690-023-01124-0>

misma categoría de alimentos (comparación) sin ninguna etiqueta. En la fase 2, los participantes evaluaron solo las etiquetas (sin ningún producto) y durante la fase 3, evaluaron los mismos productos y preguntas de la fase 1, con la etiqueta frontal a la cual fueron asignados (EFAN o GDA).

1.

Qué productos comprarían

Para evaluar la intención de compra comparando dos productos de la misma categoría, a cada participante se le preguntó “¿Compraría algunos de estos productos para ti y tu familia?”. Para evaluar el cambio en la intención de compra, las respuestas correctas recibieron una puntuación de 1 si la persona elegía la opción más saludable.

Figura 2. Ejemplo de presentación de los productos



2.

Qué productos Eran menos nocivos para la salud

Se pidió a los participantes que identificaran qué nutrientes críticos estaban por encima de los niveles recomendados en productos individuales y que compararan y eligieran qué producto estaba por encima de lo recomendado, cuando se evaluaban dos productos del mismo grupo de alimentos. Se utilizó el perfil de nutrientes de la OPS para determinar las respuestas correctas en la tarea de comparación. Las respuestas correctas recibieron una puntuación de 1, luego la sumatoria se llevó a una escala del 1 al 100 para crear una puntuación de contenido nutricional.

3.

Si los productos contenían cantidades de nutrientes críticos superiores a las recomendadas para una alimentación saludable

Se utilizó una escala Likert de 7 puntos, que va desde “1. Nada saludable” a “7. Muy saludable”, ante la pregunta: “¿Crees que este producto es saludable?” [41]. Luego, se creó un indicador de salud percibida del producto utilizando la escala Likert como puntos. El número total se obtuvo sumando las respuestas de cada producto y convirtiéndolas en una escala del 1 al 100 para crear un indicador de percepción de salud. La comparación de dos productos se realizó a través de una pregunta de opción múltiple: “¿Podrías indicar qué producto consideras más saludable?”.

Para las estimaciones se usaron modelos de diferencias de diferencias usando la regresión lineal (comprensión de contenido nutricional) y regresión logística (percepción saludable e intención de compra). Los modelos permiten estimar el efecto de cada uno de los sistemas antes y después de ver la etiqueta y permite estimar la diferencia entre los dos sistemas de etiquetado, por lo que los resultados permiten ver el efecto del sistema EFAN comparado con el sistema GDA.

Los resultados se ajustaron por sexo, edad, nivel educativo, etnicidad. También se realizaron modelos estratificados diferenciando niños, adultos, área rural, urbana y nivel educativo.

Resultados

Los consumidores que vieron productos con el sistema de sellos octagonales de advertencia obtuvieron mejores resultados sobre la intención de compra, sobre la correcta identificación del producto menos nocivo y sobre la presencia de un exceso de nutrientes críticos en los productos.

CORRECTA IDENTIFICACIÓN DEL PRODUCTO ALIMENTICIO MENOS NOCIVO

En cuanto a la percepción de saludable y la identificación de si es un producto saludable, los análisis permiten ver cual sistema es más efectivo; cuanto mayor es la frecuencia con que los entrevistados identifican correctamente el producto menos nocivo, mostraron que la probabilidad de identificar correctamente el producto menos nocivo fue significativamente mayor cuando se aplicó el sistema de **etiquetado frontal de advertencia nutricional (EFAN)**:

- Al ver un solo producto, en niños y adultos, se **añtó en un 26%** la posibilidad de escoger al producto menos nocivo al usar el etiquetado frontal de advertencia nutricional (EFAN) comparado con el GDA.
- Al comparar entre dos productos diferentes de la misma categoría, se evidencio que la posibilidad de escoger un producto menos nocivo se **incrementó 5,6 veces** más, es decir **más de un 500%** la posibilidad de escoger un producto menos nocivo, al usar el etiquetado frontal **etiquetado frontal de advertencia nutricional (EFAN)** comparado con el GDA.

✓ **Mejor resultado:** Etiquetado frontal de advertencia nutricional (EFAN).
✗ **Peor resultado:** GDA. Este sistema fue menos eficaz para disminuir la intención de compra de productos nocivos.

INTENCIÓN DE COMPRAR EL PRODUCTO MENOS NOCIVO

Los participantes mostraron que la probabilidad de optar por la compra del producto menos nocivo fue significativamente mayor cuando se aplicó

el sistema de **etiquetado frontal de advertencia nutricional (EFAN)**

- **Aumentó en un 20%** la opción de escoger la opción menos nociva al tener el sistema EFAN en niños y adultos al evaluar un solo producto.
- **Aumento 4 veces (400%)** la posibilidad de escoger el producto menos nocivo cuando se comparan dos productos.

✓ **Mejor resultado:** Etiquetado frontal de advertencia nutricional (EFAN).
✗ **Peor resultado:** GDA. Este sistema fue menos eficaz para disminuir la intención de compra de productos nocivos.

CORRECTA IDENTIFICACIÓN DEL CONTENIDO EXCESIVO DE NUTRIENTES CRÍTICOS

Los participantes mostraron que la probabilidad de identificar correctamente cuándo un producto contiene cantidades excesivas de nutrientes críticos (azúcar, sodio, grasas, grasas saturadas, grasas trans) fue significativamente mayor para los participantes expuestos al **etiquetado frontal de advertencia nutricional (EFAN)**

- Aumentaron en **20 puntos** en la escala de comprensión del contenido nutricional con el EFAN comparado con GDA
- Aumentaron **13 puntos** en la escala de comprensión del contenido nutricional con el EFAN comparado con GDA
- Aumentaron **14 puntos** en la escala de comprensión del contenido nutricional con el EFAN comparado con GDA.

✓ **Mejor resultado:** Etiquetado frontal de advertencia nutricional (EFAN).
✗ **Peor resultado:** GDA. Este sistema fue menos eficaz para ayudar a los participantes a identificar correctamente el contenido de nutrientes de los productos.

Conclusiones

Los resultados del presente estudio indican que los individuos expuestos al sistema EFAN mejoraron su comprensión objetiva sobre la presencia de cantidades excesivas de nutrientes críticos relacionados con las ENT en los productos. La exposición a EFAN también disminuyó la intención de compra de productos con cantidades excesivas de estos nutrientes y mejoró su percepción errónea sobre “que tan saludable” son los productos al evaluar productos individuales y en pares, en comparación con GDA. El efecto se mantuvo en niños, adultos y aun cuando las personas tenían un bajo nivel educativo o viven en áreas rurales.

Por el contrario, el sistema GDA fue ineficaz para mejorar la comprensión de los consumidores sobre el contenido de nutrientes de los productos, su percepción errónea sobre “que tan saludable” son los productos y su intención de comprar opciones más saludables.

Según nuestros hallazgos, el sistema EFAN debería adoptarse como parte de una política pública de alimentación saludable en Guatemala. Su adopción como política alimentaria brinda a Guatemala, y a los países centroamericanos, la mejor oportunidad para cumplir efectivamente el propósito de permitir a los consumidores identificar fácilmente productos con exceso de azúcares, sodio, grasas, grasas saturadas y grasas trans, y tomar decisiones de compra de alimentos más saludables.

