



## **‘Colombia está comiendo a ciegas’: experto en etiquetado de alimentos**

**Se discutirá en Congreso un proyecto de ley para regular la publicidad de productos ultraprocesados.**

Al llegar al país, Jaime Delgado, abogado peruano, magíster en Salud Pública y una de las autoridades más destacadas en el continente en el tema de etiquetado y alimentos, se dirigió a un supermercado y encontró que Colombia, al igual que el resto de países de América Latina, tiene grandes falencias en la regulación sobre las etiquetas que acompañan los productos de consumo diario para la gente.

Invitado como el conferencista principal al Primer Seminario Internacional sobre Etiquetado, realizado por la organización Educar Consumidores y la Universidad de La Salle, Delgado –quien además es el fundador de la Asociación de Defensa del Consumidor en su país y actual defensor del Consumidor del Parlamento Andino– manifiesta que la desinformación que acompaña principalmente a los alimentos es un factor que influye marcadamente en la mala alimentación de la gente y en desenlaces preocupantes como la obesidad en niños.

De paso por el país, el experto habló con EL TIEMPO.

### **¿Qué información debe tener una etiqueta de alimentos?**

Toda la información relevante para el consumidor, de tal forma que no oculte ningún dato que pueda ser de importancia para la salud y el bienestar de los consumidores.

### **¿Quién debe garantizar esto?**

El Estado debe regularlo. Ningún gobierno, ni los representantes del Legislativo pueden ponerse de costado con este tema. Ellos, con sus normas, son los responsables de la información que se entrega al consumidor.

### **Y en ese sentido, ¿qué debe tener una buena etiqueta?**

Lo importante es que no contenga mentiras y que exprese la verdad. Por ejemplo, debe informar sobre la presencia exacta de azúcar, sodio, número de calorías por porciones, grasas trans y grasas saturadas. Con que solo diga esto, de manera destacada y simple, ya es mucho. Pero además debe dejar clara la verdadera naturaleza del producto y no maquillar los contenidos reales.



### **¿Y esa no es la norma con las etiquetas?**

No. La norma es que son muy difíciles de leer. Hay una tendencia a destacar atributos que no tiene el producto, como por ejemplo, decir que un aceite vegetal es cero colesterol, cuando todo el mundo sabe que el colesterol es una grasa animal. Sin embargo, la etiqueta no dice si el aceite es natural, genéticamente modificado, si es saturado o no. Tampoco diferencian entre sal y sodio y menos entre azúcar natural o refinada. Mejor dicho, si a un nutricionista le resulta difícil entender las etiquetas, imagínese lo que pasa con un consumidor normal. Por eso, todas las tablas nutricionales han fracasado. Hoy, las etiquetas son jeroglíficos.

### **Entonces, ¿por qué siguen existiendo etiquetas?**

Eso mismo me pregunto yo, porque las etiquetas dejaron de ser un instrumento de información para convertirse de manera engañosa en elementos de mercadeo y publicidad. Son, equivocadamente, mensajes dirigidos para que la gente compre los productos.

### **¿Puede dar algunos ejemplos?**

Hay algunos productos que dicen tener miel –e incluso en la etiqueta hay una abeja de gran tamaño–, pero son melazas derivadas de la caña, que nada tienen que ver con las abejas. Y lo peor es que la gente las usa como un elemento muy saludable, pero en realidad son azúcares que pueden resultar dañinos. Otro ejemplo es ver que la mayoría de las bebidas achocolatadas no son de chocolate, porque no contienen cacao; lo mismo que las galletas con yogur y ajonjolí, que a primera vista parecen saludables, pero no cuentan que el yogur, por su condición líquida, no puede incluirse en las galletas. También hay imágenes de frutas en productos que no tienen frutas y jugos que se dicen naturales, cuando son aguas saborizadas artificialmente. Eso es un engaño.

### **¿Cómo sería la base para regular en este tema?**

Es muy simple. Todos los productos deben evidenciar con certeza sus contenidos en las etiquetas. Para eso son. Esto nada tiene que ver con las marcas; sin embargo, hay que revisar muy bien por qué algunos registros permiten de manera errada que en el nombre del producto existan falsedades como, por ejemplo, aceite 'light', el prefijo 'choco' o el complemento 'integral', con lo que se le concede, desde la denominación, atributos que el producto no tiene. Por otro lado, si un producto tiene excesos de contenidos dañinos en azúcares, grasas o sodio, debe dejarlo explícito para que el consumidor tenga la libertad de comprar, pero bien informado.



### **Usted revisó etiquetas en Colombia. ¿Qué vio?**

Exploré un poco y encontré, por ejemplo, que hay aceites de soya que se presentan como cero colesterol, y como ya dije, los aceites vegetales no lo tienen, pero lo utilizan como una ventaja falsa. También observé cereales que se anuncian como chocolate y al revisar los contenidos carecen de cacao. Observe productos integrales blanqueados y estabilizados de manera artificial, a tal punto que algunas harinas refinadas son promovidas como enteras. Y gente que cree comprar mantequillas, pero en realidad termina consumiendo margarinas. Y, por último, productos empacados que se publicitan como óptimos para loncheras, algo que no he visto en ninguna parte.

### **¿Cuál es la propuesta?**

Es hora de que estos países retomen el debate planteado por las organizaciones Mundial y Panamericana de la Salud, que sugieren un etiquetado frontal que identifique los componentes dañinos y generadores de obesidad. Hay varias iniciativas en el continente y algunas de ellas han sido aprobadas en Chile y en el Perú; sin embargo, en otros países, los fabricantes de productos dicen que dichas advertencias asustan a la gente.

De ahí que la propuesta de la Organización Panamericana de la Salud (OPS) insiste en que la información debe ser clara, sencilla y propositiva, con la intención de educar a la gente. Esto les sirve también a los industriales. Para la muestra, Chile, que después de evaluar el primer año de vigencia de esta norma hizo que las empresas reformularan muchos productos que hoy se consumen con mayor seguridad e incluso en mayor cantidad. Cuando la OPS ha planteado el etiquetado frontal para identificar los componentes que producen obesidad, hay muchos países presentando iniciativas.

### **¿Qué otros países?**

Perú ya aprobó la ley, pero en Brasil, Argentina, Uruguay y Colombia, la industria dice que las advertencias asustan a la gente. En nuestro país tenemos las guías diarias alimentarias, pero, desafortunadamente, la industria y los legisladores no saben qué significa esto. La propuesta de la OPS es incluir una información sencilla y clara. Alto en azúcar o alto en sodio. Y un capítulo especial es el de las fórmulas de los bebés. Esto debe ser inaplazable. La idea es parar esta pandemia. En Chile se evaluó el primer año de sistema de vigencia. Eso ha obligado a las empresas a reformular sus productos, dicho por los propios industriales.

En Colombia, el ministro Alejandro Gaviria ha propuesto cosas en este sentido, para regular sodio y otros contenidos que son muy lógicos y deberían prestarle atención...



Y un capítulo especial es el de las fórmulas de los bebés. Esto debe ser inaplazable.

**¿Qué recomendaciones le hace al país?**

Acabo de conocer su última encuesta de nutrición y asusta la creciente ola de obesidad que amenaza con sepultarlos. De ahí que es urgente que se conforme un sistema de vigilancia y supervisión de la publicidad y el etiquetado en este país, que por un lado fortalezca la capacidad ciudadana para vigilar y, por otro, logre que los industriales colaboren para elaborar sus productos pensando en la gente y de esta manera ganen confianza en estos y puedan ser consumidos con tranquilidad. Todo eso enmarcado en políticas serias que incluyan educación a todo nivel y sanciones para quienes no cumplan las normas. Aquí no hay excusas, esta es una tarea de todos. Aunque aún tienen plazo, esto debe ser urgente.

**¿Y este camino es fácil?**

Llevo varias décadas dedicado a este trabajo. Aquí hay muchos intereses, pero también he visto que hay esfuerzos que valen la pena. Y si se trata de la salud de la gente, no se puede desfallecer. Este país debe empezar a hacerlo y no puede seguir comiendo a ciegas.