

► Si las compañías de alimentos quieren decir que sus productos rinden beneficios a la salud, deben aportar pruebas sólidas

Los estantes de los supermercados están repletos de yogures probióticos que supuestamente alivian la constipación y alejan las infecciones; sustitutos de mantequilla que según sus fabricantes reducen el colesterol; extractos de tomate de los que se afirma que mantienen un cutis juvenil y protegen del cáncer; cereales para bebé adicionados con micronutrientes esenciales para el desarrollo, y así por el estilo.

Las empresas de alimentos han dado en proclamar los supuestos beneficios de salud y nutricionales de sus productos por obvias razones: esos productos atraen tanto a compradores preocupados por la salud como a personas conscientes de que su alimentación no es sana, pero que tienen la esperanza de que unas vitaminas por aquí y unos probióticos por allá ayuden a compensar la chatarra.

Lo mejor de todo, desde el punto de vista de las compañías, es que estos "alimentos funcionales", que borran la frontera entre alimentos y fármacos, cumplen la promesa de márgenes de utilidad más altos y crecimiento más rápido. Por ejemplo, en Europa occidental las ventas de alimentos funcionales crecieron 10.2% anual entre 2004 y 2007, en tanto las de alimentos empacados crecieron 6.3%.

**EL ALEGATO DE LA INDUSTRIA DE QUE AUMENTAR EL ESCRUTINIO ACABARÁ CON LA INNOVACIÓN ES ERRÓNEO**

Todo esto ha atraído la atención de organismos reguladores en ambos lados del Atlántico. Les preocupa que algunas de esas afirmaciones sobre beneficios a la salud induzcan a confusión o no estén apoyadas en hechos, y por eso endurecen las reglas. El 20 de octubre, la Administración de Alimentos y Fármacos de Estados Unidos (FDA, por sus siglas en inglés) dio a conocer que haría más estrictas las reglas sobre las leyendas en las etiquetas de alimentos y emitiría nuevas normas a principios de 2010. Ya ha amonestado a General Mills, fabricante del conocido cereal de desayuno Cheerios, por asegurar que está "clínicamente probado que reduce el colesterol".

La Autoridad Europea de Seguridad Alimentaria también se pone más severa: ha ordenado a las empresas que sustenten con estudios

## ¿ALIMENTOS "MARAVILLOSOS"?



Un consumidor hace una cuidadosa elección de comestibles en un supermercado de Kiev, capital de Ucrania ■ Foto Reuters

científicos sus afirmaciones sobre beneficios nutricionales y de salud. Cientos de solicitudes sometidas a su comité científico han sido rechazadas. Por ejemplo, se ha concluido que no hay suficiente evidencia para sostener que el brezo ayuda a dormir, que el cacao seco contribuye a bajar de peso, que la quinoa hace crecer el cabello y que la alcahofa de Jerusalén sana el intestino.

Muchos en la industria consideran excesivas estas reglas, pues la mayoría de sus productos son perfectamente seguros y algunas de las aseveraciones sobre sus cualidades

se remontan a varias décadas atrás. Exigir costosos estudios para justificarlas, sostienen, desalentará la innovación y afectará a las empresas más pequeñas, que no podrán sufragarlos. Sostienen que las firmas que encontraron provecho en añadir hierro, yodo, zinc y vitaminas a sus productos, o en reducir los niveles de jarabe de maíz de alta fructosa o grasa saturada, son dignas de elogio, no de censura. Muchas marcas de alimentos comenzaron como un medio de fortalecer la confianza de los consumidores. El deseo de defender sus marcas da a

muchas empresas un fuerte incentivo para garantizar que sus productos sean seguros.

Pero ahora las empresas ya no sólo sostienen que sus productos son seguros, sino que proporcionan beneficios específicos. El consumidor común no tiene forma de saber si sus aseveraciones tienen validez científica, así que hay razones para someterlas a escrutinio. Y aun si es difícil imaginar que alguien resulte dañado, digamos, por comer demasiado cereal de desayuno o yogur, sí hay riesgo de daño si las aseveraciones sobre cualidades llevan a las

personas a sustituir con alimentos funcionales medicamentos o estilos de vida que probablemente les hagan falta. Unas cuantas raciones de vegetales hacen más bien que cualquier yogur probiótico.

Una lección de la industria farmacéutica es que los estudios financiados por las empresas tienen clara tendencia a producir resultados que complacen a sus patrocinadores. Así pues, se debe obligar a las compañías de alimentos a registrar todos los estudios y a publicar incluso los resultados desfavorables. También es importante contar con lineamientos claros en lo relativo a etiquetas. Hay que dar crédito a la FDA por haber propuesto normas que obligarán a las empresas a publicar todos los componentes esenciales de sus productos en el frente de sus paquetes, en vez de escoger los saludables y callar sobre grasas, sales y azúcares.

**AFIRMACIONES EXTRAORDINARIAS REQUIEREN PRUEBAS EXTRAORDINARIAS**

El alegato de la industria de que aumentar el escrutinio acabará con la innovación es erróneo. Las firmas que hagan aseveraciones engañosas sufrirán; las que estén preparadas a invertir en estudios científicos apropiados se beneficiarán. Entre las farmacéuticas, las firmas pequeñas parecen más innovadoras que las grandes. Si las empresas de alimentos quieren hacer sobre sus productos promesas semejantes a las de las farmacéuticas, deben estar dispuestas a someterse a un escrutinio similar. Afirmaciones extraordinarias requieren pruebas extraordinarias.

FUENTE: EIU

### Cambios en la forma de regular

Apenas pasa un día sin que un nuevo estudio indique los beneficios de los ácidos grasos omega-3. Se les ha atribuido reducir la tasa de depresión, de enfermedad cardiovascular y hasta de homicidios. En embarazadas, el consumo de estas moléculas maravillosas se ha asociado incluso con un incremento del cociente intelectual del bebé por nacer. La industria de alimentos ha respondido a este alud de evidencias poniendo omega 3 en toda una gama de productos, desde leche para bebés hasta bebidas y margarina, con la esperanza de incrementar las ventas en tanto se beneficia la salud de consumidores obesos o enfermos.

Sin embargo, hay una nube negra: no todos los omega 3 son iguales. Los buenos (ácidos grasos de cadena larga) vienen de fuentes caras, como el pescado. Los otros, mucho menos benéficos (ácidos grasos de cadena corta), vienen de aceites baratos como los de linaza y soya, así como de vegetales de hoja verde. No hace falta ser un genio pa-

ra adivinar qué tipo de omega 3 han escogido algunos fabricantes poco escrupulosos para agregar a sus productos y así afirmar que rinden beneficios a la salud.

El problema de las cualidades dudosas de salud y nutrición se enfrenta ahora en ambos lados del Atlántico. La Administración de Alimentos y Fármacos de EU anunció el 20 de octubre pasado que endurecería la reglamentación sobre tales afirmaciones en las etiquetas y emitiría nuevas normas en 2010. En la Unión Europea, un proceso legislativo que comenzó en 2006 se acerca a su conclusión.

La legislación europea en cuestión se propone crear un marco legal para evaluar las afirmaciones sobre salud y nutrición. Una afirmación sobre salud es aquella en la que se dice que un producto contiene calcio o vitaminas, digamos, o que es "alto en fibra". Una afirmación de salud se refiere a las supuestas consecuencias de una afirmación nutricional, por ejemplo, que

el calcio que contiene "ayuda a tener huesos sanos".

La Comisión Europea pidió a los estados miembros reunir información en todo el territorio para que se puedan evaluar todas las afirmaciones que se hagan sobre productos. La mayoría de las presuntas cualidades nutritivas fueron fáciles de manejar, pues se basan en hechos científicos bien establecidos, y se agregaron en un anexo a la legislación original. En cambio, las relativas a salud fueron un asunto tan complejo que se enviaron a un comité de revisión de la Autoridad Europea sobre Seguridad Alimentaria (AESA) para que las evalúe antes de incluirlas en la legislación.

El 1º de octubre, la AESA anunció sus decisiones sobre 523 de unas 4 mil afirmaciones. En dos de cada tres, las decisiones fueron negativas. En una, por ejemplo, el comité decidió que no había relación causal entre el consumo de extracto de cacao seco y el mantenimiento o logro de peso corporal normal.

También se dedicaron titulares al

rechazo de 180 afirmaciones sobre los denominados ingredientes probióticos, los cuales son microorganismos vivos, como bacterias, a los que se atribuyen beneficios a la salud. En realidad, sólo 10 de esas afirmaciones fueron rechazadas de plano. Las otras 170 no pudieron evaluarse porque el comité carecía de información suficiente para caracterizar las cepas de bacterias que se utilizaron.

Según Miguel Fernandes da Silva, consultor de Servicios Europeos de Asesoría, firma que asesora la sobre la regulación de productos alimenticios, la decisión fue injusta. Al principio del proceso se juzgó que faltaba información sobre la mitad de las 4 mil afirmaciones originales y se dio tiempo para suministrarla. Esa cortesía no se extendió a muchas de las afirmaciones sobre probióticos y botánicos (extractos de plantas a los que se atribuyen beneficios a la salud), así que sus fabricantes no tuvieron oportunidad de proporcionar datos adicionales.

FUENTE: EIU