

Informació nutricional en el Reglament (UE) 1169/2011: una visió crítica i comparativa

Nutritional information in Regulation (EU) 1169/2011: a critical, comparative perspective

ANTONI GARCIA I GABARRA

Consultor en regulació alimentària

RESUM: *Aquest article no pretén informar pregonament sobre aquest Reglament d'informació facilitada al consumidor, en particular sobre la informació nutricional en l'etiquetatge que ara esdevé obligatòria en la major part dels casos, sinó analitzar d'una manera crítica les diferències del nou Reglament amb la legislació existent a la Unió Europea i alhora fer-ne la comparació amb la dels Estats Units d'Amèrica. Aquesta anàlisi crítica cerca cridar l'atenció sobre possibles aspectes susceptibles de millora en l'avenir legislatiu europeu.*

PARAULES CLAU: *Reglament 1169/2011, informació nutricional, Unió Europea, Estats Units d'Amèrica, pes, volum, ingestes de referència, energia, greixos, saturats, trans, colesterol, sodi, sal, fibra, hidrats de carboni, sucres, proteïnes, vitamines, minerals.*

ABSTRACT: *The goal of this article is not to deal in great depth with this Regulation on the provision of food information to consumers, in particular, on nutritional information in labelling that is now mandatory in most cases; instead, the aim is to conduct a critical analysis on the differences between the new Regulation and legislation currently in force in the European Union. Likewise, this article seeks to compare the new European rules with the model followed in the United States of America. The purpose of this critical analysis is to highlight possible areas for future improvement within the legal framework in Europe.*

KEYWORDS: *Regulation No 1169/2011, nutritional information, the European Union, the United States of America, weight, volume, reference intakes, energy, fat, saturated fat, trans fat, cholesterol, sodium, salt, fibre, carbohydrates, sugars, proteins, vitamins, minerals.*

Correspondència: Antoni Garcia i Gabarra
C. de Ferran Puig, 17, àtic
08023 Barcelona
A/e: ag.gabarra@terra.es

INTRODUCCIÓ

A la Unió Europea (UE) la legislació sobre l'etiquetatge, la presentació i la publicitat dels aliments era regida per la Directiva 2000/13/CE¹ i altres normes complementàries o posteriors. La informació nutricional facilitada en l'etiquetatge, de manera voluntària o obligatòria quan se'n feien declaracions nutricionals i/o de propietats saludables, era regulada per la Directiva 90/496/CEE² i les seves modificacions ulteriors.

Amb la publicació del Reglament 1169/2011³ aquesta legislació s'unifica en un sol text per agrupar les normes suara mencionades, alhora que incorpora nous requisits legals, en particular en la informació nutricional. El Reglament pretén servir els interessos del mercat interior, mitjançant una simplificació de la normativa, una garantia de seguretat jurídica i una reducció de les càrregues burocràtiques, alhora que beneficia els ciutadans en establir l'obligació d'un etiquetatge clar, comprensible i llegible.⁴

Tot i reconèixer els avenços i millores d'aquest Reglament amb relació a la normativa existent a la UE, l'objectiu d'aquest article és fer-ne una anàlisi crítica quant a la informació nutricional amb la normativa vigent i comparar-la també amb la normativa dels Estats Units d'Amèrica (EUA).

Abans, però, voldríem advertir sobre la possible confusió entre la *informació nutricional* que regula aquest Reglament i les *declaracions nutricionals* que regula el Reglament (CE) 1924/2006.⁵ En les versions castellanes⁶ anteriors del Reglament 1169/2011 la informació nutricional rebia, en la proposta de la Comissió, la denominació de *declaració nutricional* i, en el text aprovat pel Parlament i el Consell, de *declaració sobre les propietats nutritives*. La confusió estava servida. Per evitar-la, en el text publicat de la versió castellana⁷ es va substituir per *informació nutricional*, per vetar així la utilització de *declarar* i

declaració com a sinònims d'*informar* o d'*informació*.

Segons el nostre parer, hauria estat preferible mantenir el terme *al·legacions* que figurava en la primera proposta⁸ del Reglament (CE) 1924/2006, versió castellana, en comptes del de *declaracions*, que finalment es va adoptar. Perquè *informació* i *declaració* són termes que no són necessàriament voluntaris, mentre que *al·legació* està habitualment lligada a la voluntarietat.⁹ En lloc del terme *al·legació* també es podria haver emprat *reclam*,¹⁰ tot i que aquell és més proper al de *claim* de la versió anglesa del Reglament (CE) 1924/2006.

Malgrat que alguns correctors electrònics de text no accepten l'adjectiu *nutricional* en català, l'Institut d'Estudis Catalans l'incorpora en el seu diccionari.¹¹ Malauradament, el català no és encara una de les vint-i-tres llengües oficials de la Unió Europea. Per tant, seria desitjable que, si més no en aspectes cabdals per a la supervivència de la nostra llengua com és l'etiquetatge dels aliments, els poders públics financessin la traducció d'aquest Reglament, ja que no hi és la versió en català.

EUA: INFORMACIÓ NUTRICIONAL EN L'ETIQUETATGE

Als EUA existeix des de fa molts anys un etiquetatge nutricional obligatori¹² per a la majoria dels aliments. S'hi han de declarar en forma tabular, tot respectant-ne l'ordre, les dades de les taules 1 i 2, en què els percentatges estan referits a unes necessitats energètiques de 2000 kcal (Calories, amb *c* majúscula). Al peu de la taula s'ha indicar un quadre amb les quantitats diàries orientatives —similars a les GDA europees— però no referides únicament a 2000 Calories sinó també a 2500 Calories. Creiem que aquesta indicació al peu ajuda que el consumidor entengui millor què són les GDA (*guideline daily amount*) o les ingestes

diàries recomanades —segons el Reglament 1169/2011— i que entengui el significat dels percentatges (% valor diari).

En els apartats següents comentem diversos articles sobre la informació nutricional¹³ del Reglament 1169/2012, en comparació de la legislació anterior de la UE i de la dels EUA.

REGLAMENT (UE) 1169/2011: ANÀLISI CRÍTICA I COMPARATIVA

Quantitats de pes o volum com a referència per a la informació nutricional

A la UE la referència per a les dades de la informació nutricional era i continua sent per 100 g o 100 ml i, d'una manera voluntària, s'hi poden afegir les dades per a una porció. Excepcions a la informació nutricional obligatòria són els complements alimentosos,¹⁴ per als quals només s'han de declarar els nutrients i les substàncies amb un efecte nutricional o fisiològic, i s'estableix com a referència la quantitat total recomanada per al dia, atès que es tracta de petites quantitats unitàries, i les aigües minerals naturals,¹⁵ per a les quals llur composició analítica ha de recollir els components característics, normalment expressats per litre.

En la nostra opinió, si bé les dades per 100 g o 100 ml faciliten una comparació entre diversos productes de diferent grandària, les dades per porció resulten més fàcils de comprendre i aplicar per al consumidor. Als EUA la referència és sempre una porció.

Ingestes de referència (IR)

Les antigues quantitats diàries recomanades (QDR) per a vitamines i minerals de la Directiva 90/496/CEE, amb el nou Reglament passen a anomenar-se *ingestes diàries de referència* (IDR) o *ingestes de referència* (IR), que contenen, a més de les vitamines i els minerals, l'energia i els macronutrients. En vista de

TAULA 1. Informació nutricional obligatòria als EUA
TABLE 1. Mandatory nutritional information in the USA

Pes o volum d'una porció (g o ml)

Nombre de porcions contingudes en un envàs

Quantitats per porció:

Calories i Calories procedents dels greixos

Total greixos: g i % valor diari

- Saturats: g i % valor diari
- Trans: g

Colesterol: mg i % valor diari

Sodi: mg i % valor diari

Total hidrats de carboni: g i % valor diari

- Fibra dietètica (inclosa en HC): g i valor diari
- Sucres: g

Proteïnes: g

Vitamina A: % valor diari

Vitamina C: % valor diari

Calci: % valor diari

Ferro: % valor diari

	Calories	2 000	2 500
Total greixos	Menys de	65 g	80 g
– Saturats	Menys de	20 g	25 g
Colesterol	Menys de	300 mg	300 mg
Sodi	Menys de	2 400 mg	2 400 mg
Total hidrats de carboni		300 g	375 g
– Fibra alimentària		25 g	30 g

Valor diari = recomanació ingesta diària. 1 Calorie = 1 000 calories = 1 kcal
Quan la quantitat és zero, s'hi pot indicar «font no significativa de...».

la denominació indistinta IDR o IR en el nou Reglament, és necessari un aclariment sobre el terme legal i les sigles que cal emprar.

Energia

Ens preguntem quin sentit té mantenir en la legislació europea la doble indicació de l'energia en kcal

i kJ, amb les dificultats de càlcul separat de cada una. No tenim constància que els consumidors europeus es guiïn pels kJ. El nou Reglament preveu donar d'una manera voluntària el percentatge sobre la IR d'energia, sempre que al costat s'indiqui «Ingesta de referència d'un adult mitjà (8 400 kJ /

2 000 kcal)», basades en les necessitats d'una dona moderadament activa.¹⁶ Creiem que la informació només en kcal, com es fa als EUA (Calories), seria suficient.

Greixos

El nou Reglament continua donant preferència a la informació sobre

el total de greixos (grup 1 d'informació nutricional)¹⁷ i els greixos saturats (grup 2 d'informació nutricional,¹⁸ obligatori quan es fan declaracions nutricionals o de propietats saludables)¹⁹ i introdueix, d'una manera voluntària, els percentatges sobre les IR. Sorpren que el Reglament deixi per a més endavant la decisió de si es podrà o no indicar la quantitat de greixos *trans*, després que el Consell hagi estudiat la conveniència d'incloure-la. Als EUA les quantitats de greixos totals i saturats i els percentatges sobre els valors diaris són obligatoris, i també la quantitat de greixos *trans*.

Colesterol

Fins ara a la UE la informació del contingut en colesterol era voluntària, i també la d'àcids grassos mono i poliinsaturats. Amb el nou Reglament desapareix la possibilitat d'indicar el contingut en colesterol. Nosaltres opinem que això és un error. En efecte, dins de l'annex de les declaracions nutricionals del Reglament 1924/2006 no hi és la de «sense colesterol» i, per això, no es pot fer aquesta declaració, atès que podria conduir a un engany al consumidor. Però una cosa molt diferent és que en la informació nutricional no es pugui indicar el contingut en colesterol com sí que es podia fer fins ara. Als EUA la informació sobre el contingut en colesterol figura separada de la dels greixos i és obligatòria, i també el percentatge sobre el valor diari.

Sodi

Després de més de vint anys indicant la quantitat de sodi de molts aliments (grup 2 d'informació nutricional),²⁰ en el nou Reglament s'ha substituït la informació sobre el sodi per la de la sal, multiplicant la quantitat de sodi per 2,5 (clorur sòdic = 40 % sodi). Tanmateix, s'admet que quan un aliment contingui exclusivament sodi de forma natural aquesta circumstància es pugui indicar al costat de la informació nutricional.

Aquest canvi no resulta cohe-

rent amb la informació obligatòria del contingut de sodi de molts productes alimentosos destinats a una alimentació especial²¹ i de les aigües minerals naturals²² ni creiem que ajudi gaire a la comprensió per part del consumidor. En efecte, no tot el sodi contingut en els aliments és en forma de clorur sòdic, i una quantitat elevada d'una altra sal en substitució del sodi, per exemple de potassi, no sempre és perjudicial, sinó que pot resultar beneficiosa.

Als EUA el sodi, i no pas la sal, és part de la informació obligatòria: mil·ligrams i percentatge sobre el valor diari.

Fibra alimentària

La indicació de la quantitat de fibra era obligatòria en moltes ocasions (grup 2 d'informació nutricional).²³ De manera inexplicable, el nou Reglament relega aquesta informació a un caràcter voluntari i sense una referència a un percentatge sobre la IR en no existir aquesta i malgrat que el Panel de productes dietètics, nutrició i al·lèrgies (NDA) de l'Autoritat Europea de Seguretat Alimentària (EFSA) va afirmar que: «Ingestes de fibra de 25 g diaris són adequades per al normal efecte laxant en adults. En adults hi ha evidències de benefici per a la salut associat amb el consum de dietes riques en fibra d'un contingut superior a 25 g/dia, per exemple en la reducció del risc de malalties coronàries, diabetis tipus 2 i manteniment del pes».²⁴

Als EUA la quantitat total de fibra, inclosa dins del total d'hidrats de carboni, és d'informació obligatòria, i també el percentatge sobre el valor diari.

Hidrats de carboni

En el nou Reglament continua sent preferent la informació de les quantitats d'hidrats de carboni (grup 1 d'informació nutricional)²⁵ i sucres (grup 2 d'informació nutricional),²⁶ i s'introdueix, de manera voluntària, la informació dels percentatges sobre ambdues IR. Als EUA és obligatòria la informació sobre la quan-

titat d'hidrats de carboni i sucres i el percentatge del valor diari dels hidrats de carboni.

Proteïnes

Després d'uns esborranys del Reglament en què les proteïnes (grup 1 d'informació nutricional)²⁷ no apareixien com a informació obligatòria, en el text finalment aprovat sí que ho són i, voluntàriament, es pot informar del percentatge sobre la IR. Als EUA només se n'ha d'informar sobre la quantitat.

Vitamines, minerals i altres nutrients i substàncies

El nou Reglament continua permetent la informació voluntària de les quantitats de vitamines i de minerals que en 100 g o en 100 ml representin, si més no, un 15 % de les IR, que es considera una «quantitat significativa», i n'indica el percentatge respectiu.

La novetat positiva del Reglament és que aquest percentatge mínim del 15 % s'ha reduït al 7,5 % (15 g en 200 ml) en el cas de les begudes —no tots el líquids es prenen com a begudes, per exemple, la sopa. El que no arribem a comprendre és per què no s'ha modificat a l'alça la IR del calci, de 800 a 1 000 mg, en consonància amb els valors de referència per a l'etiquetatge del Comitè Científic per a l'Alimentació Humana²⁸ (SCF) de 2003. Així, la llet conté 120 mg de calci per 100 ml, la qual cosa representa un 15 % de 800 mg i el 12 % de 1 000 mg, percentatge aquest darrer superior al 7,5 % que ara és el mínim exigít a les begudes.

Una altra de les possibilitats addicionals que es manté és la de considerar com a «quantitat significativa» d'una vitamina o d'un mineral quan un 15 % o més de la IR s'aconsegueix en una porció, però només en cas que l'envàs contingui una única porció.²⁹ De manera que pot ocórrer que en el cas d'un aliment determinat, per exemple un envàs de quatre porcions de iogurt sencer de fruita de 125 g cadascuna, si cada porció conté 105 mg de fòsfor (15 % dels

700 mg de la IR), no es pugui donar cap informació, ja que l'envàs no conté una única porció, atès que 100 g d'aquest iogurt només contenen 84 mg de fòsfor (12 % de la IR), però si es ven en envasos d'una sola porció sí que s'hi pot mencionar la quantitat de fòsfor i percentatge d'IR.

Lligat a aquest mínim del 15 % (en general) o del 7,5 % (només les begudes) hi ha el fet de poder declarar «font de» determinat mineral o vitamina o «alt contingut» si supera el doble d'aquests percentatges, és a dir, el 30 i el 15 %, respectivament,³⁰ i per aquest motiu es poden fer algunes declaracions de propietats saludables.³¹ Si es tracta d'altres nutrients —no previstos com a informació obligatòria o voluntària— o substàncies, dels quals es fa una declaració nutricional o de propietats saludables, llur quantitat ha d'estar indicada en el mateix camp visual que la informació nutricional.³²

L'addició de vitamines i minerals només és factible si s'arriba a una «quantitat significativa» i llavors és obligatori indicar en l'etiquetatge el contingut total (el present naturalment més l'enriquiment) de les vitamines i minerals

afegits.³³ En el cas dels complements alimentosos, les quantitats mínimes per dosi diària de consum estan pendents de regulació.³⁴

Als EUA hi ha dues vitamines (A i C) i dos minerals (calci i ferro) la indicació dels quals, en percentatge sobre el valor diari, és obligatòria. Per a la resta de vitamines i minerals, aquesta obligatorietat només hi és quan s'han afegit a l'aliment o quan se'n fan declaracions nutricionals o de propietats saludables.

Informació nutricional voluntària

El nou Reglament estableix moltes possibilitats d'informació nutricional voluntària, en uns casos dins d'una cotilla estreta i en d'altres, obert a uns condicionants futurs poc definits:

- percentatge de la IR (energia, macronutrients i sal);
- per porció;
- en la cara principal de l'envàs (només energia, o bé energia, greixos, greixos saturats, sucres i sal);
- formes addicionals d'expressió i presentació.

Al nostre entendre, aquesta informació nutricional voluntària pretén establir una continuïtat

amb l'etiquetatge nutricional voluntari actual —no regulat— adoptat per la indústria europea (quantitats diàries orientatives [CDO/GDA] de FoodDrinkEurope i la Federació Espanyola d'Indústries de l'Alimentació i Begudes, sistemes de semàfors o de colors). Les formes addicionals d'expressió i presentació queden condicionades a certs requisits i impliquen la supervisió dels estats membres, en connexió amb la Comissió Europea.

Als EUA la informació voluntària mencionada en la taula 2 s'ha d'integrar amb la informació obligatòria que esmentem en la taula 1. No es preveu la possibilitat de duplicar algunes d'aquestes dades en diversos llocs de l'etiquetatge.

CONSIDERACIONS FINALS

La profusió de referències creuades entre uns articles i altres del nou Reglament origina una manca de claredat i interpretacions diverses pels diferents lectors i àdhuc per la mateixa persona en lectures successives. Això comportarà la necessitat que les autoritats nacionals i comunitàries formulin unes guies d'interpretació. La indústria ja n'ha començat a fer les seves d'alguns aspectes d'aquest Reglament, entre els quals hi ha la informació nutricional. En els propers anys són previsibles modificacions del Reglament per donar solució a aspectes que han romàs pendents i per encabir-hi futures millores.

AGRAÏMENT

A Silvia Bañares Vilella per les seves orientacions i crítiques a aquest article. Han estat cabdals per conferir-hi forma, claredat i fonament.

TAULA 2. *Informació nutricional voluntària als EUA*
TABLE 2. *Voluntary nutritional information in the USA*

Calories procedents dels greixos saturats

Greixos poliinsaturats: g

Greixos monoinsaturats: g

Potassi: mg i % valor diari

Fibra soluble: g

Fibra insoluble: g

Polialcohols: g

Altres hidrats de carboni (diferents de fibra, sucres i polialcohols): g

Percentatge de vitamina A que procedeix del betacarotè

Vitamines i minerals (a més de vitamines A i C, calci i ferro): % valor diari

A les dades obligatòries de la taula 1, s'hi poden afegir algunes d'aquesta taula.

NOTES

1. Directiva 2000/13/CE del Parlament Europeu i del Consell, de 20 de març de 2000, relativa a l'aproximació de la legislació dels estats membres en l'etiquetatge, presentació i publicitat dels productes alimentosos. DOCE L 109, de 6.5.2000, p. 29-42.
2. Directiva 90/496/CEE del Consell, de 24 de setembre de 1990, relativa a l'etiquetatge sobre propietats nutritives dels productes alimentosos. DOCE L 276, de 6.10.1990, p. 40-44.
3. Reglament (UE) 1169/2011 del Parlament Europeu i del Consell, de 25 d'octubre de 2011, sobre la informació alimentària facilitada al consumidor i pel qual es deroguen les directives 87/250/CEE, 90/496/CEE, 1999/10/CE, 2000/13/CE, 2002/67/CE i 2008/5/CE i el Reglament (CE) 608/2004. DOCE L 304, de 22.11.2011, p. 18-63.
4. Considerant 9 del Reglament (UE) 1169/2011.
5. Reglament (CE) 1924/2006 del Parlament Europeu i del Consell, de 20 de desembre de 2006, relatiu a les declaracions nutricionals i de propietats saludables en els aliments. Correcció d'errors DOCE L 12, p. 3-18. Aquest Reglament ha estat modificat posteriorment en diverses ocasions.
6. Reglament (UE) 1169/2011. Versions en castellà de la proposta de la Comissió de 30.1.2008, COM(2008) 40 final, i del text del Parlament i el Consell de 12.9.2011, PE-CONS 43/11.
7. Vegeu la nota 3.
8. Proposta de Reglament del Parlament Europeu i del Consell sobre les alegacions nutricionals i de propietats saludables en els aliments. Brussel·les, 16.7.2003.
9. Silvia BAÑARES VILELLA, *Los alimentos funcionales y las alegaciones alimentarias: una aproximación jurídica*, Barcelona, Atelier, 2006, p. 129-146.
10. «Allò que es fa per atreure l'atenció del públic incitant-lo a comprar, afavorir una empresa, etc.», Pompeu FABRA, *Diccionari general de la llengua catalana*, Barcelona, 1932. «**Fer el reclam** Cridar l'atenció sobre les qualitats d'una cosa», Institut d'Estudis Catalans, *Diccionari de la llengua catalana*, 2a ed., Barcelona, Edicions 62, Enciclopèdia Catalana, 2007. *Reclamo* en castellà té també aquests significats. Una de les accepcions del terme anglès *claim* és 'afirmació, pretensió': «She makes no exaggerated claims for her product».
11. «Relatiu o pertanyent a la nutrició», Institut d'Estudis Catalans, *Diccionari de la llengua catalana*, 2a ed., Barcelona, Edicions 62, Enciclopèdia Catalana, 2007. *Nutricional* no hi era en el *Diccionari general* de Pompeu Fabra (vegeu la nota 9).
12. <http://www.fda.gov/Food/GuidanceComplianceRegulatoryInformation/GuidanceDocuments/FoodLabelingNutrition/FoodLabelingGuide/ucm064904.htm> [consulta: 22 febrer 2012].
13. Articles 29 a 35 i annexos XIII a XV del Reglament (UE) 1169/2011.
14. Directiva 2002/46/CE del Parlament Europeu i del Consell, de 10 de juny de 2002, relativa a l'aproximació de les legislacions dels estats membres en matèria de complements alimentosos. DOCE L 183, de 12.7.2002, p. 51-57.
15. Directiva 2009/54/CE del Parlament Europeu i del Consell, de 18 de juliol de 2009, sobre explotació i comercialització d'aigües minerals naturals. DOCE L 164, de 26.6.2009, p. 45-58.
16. «Review of labelling reference intake values. Scientific Opinion of the Panel on Dietetic Products, Nutrition and Allergies on a request from the Commission related to the review of labelling reference intake values for selected nutritional elements», *EFSA Journal*, 7 (5) (2009), 1008, p. 1-14.
17. Article 4 de la Directiva 90/496/CEE.
18. Vegeu la nota 17.
19. Article 7 del Reglament (CE) 1924/2006.
20. Vegeu la nota 17.
21. Directives 2006/141/CE, 2006/125/CE, 1999/21/CE i 96/8/CE, derivades de la Directiva 2009/39/CE, les quals tenen normes específiques d'etiquetatge nutricional.
22. Vegeu la nota 15.
23. Vegeu la nota 17.
24. «Scientific Opinion on Dietary Reference Values for carbohydrates and dietary fibre. EFSA Panel on Dietetic Products, Nutrition, and Allergies (NDA)», *EFSA Journal*, 8 (3) (2010), 1462, p. 1-77.
25. Vegeu la nota 17.
26. Vegeu la nota 17.
27. Vegeu la nota 17.
28. «Scientific Committee on Food. Opinion of the SCF on the revision of reference values for nutrition labelling». http://ec.europa.eu/food/fs/sc/scf/out171_en.pdf [consulta: 22 febrer 2012].
29. Reglament 1169/2011, annex XIII, part A, apartat 2.
30. Annex del Reglament 1924/2006.
31. Articles 13 i 14 del Reglament (CE) 1924/2006.
32. Article 49 del Reglament (UE) 1169/2011.
33. Article 7 del Reglament (CE) 1925/2006 del Parlament i del Consell Europeu, de 20 de desembre de 2006, sobre l'addició de vitamines, minerals i altres substàncies determinades als aliments. DOCE L 404, de 30.12.2006, p. 26-38.
34. Article 5 de la Directiva 2002/46/CE.