



Nesgo na ciencia alimentaria: Nutri-Score e a controversia sobre os lácteos

O póster científico *A highly significant publication bias between authors that are or are not affiliated with the front-of-pack logo Nutri-Score* ['Nesgo de publicación altamente significativo entre autores que están ou non afiliados ao logotipo Nutri-Score no frontal do envase'] foi presentado recentemente nun congreso internacional de nutrición celebrado en París (Francia). Hans Verhagen, de Food Safety & Nutrition Consultancy, e Stephan Peters, da Dutch Dairy Association, son os autores do traballo, no que evidencian como as conclusións sobre Nutri-Score difiren segundo a vinculación dos investigadores co sistema. O nesgo de publicación e os propios criterios deste método de etiquetado explican en gran parte por que moitos lácteos obteñen cualificacións baixas de forma inxustificada.

Nutri-Score, que clasifica a calidade dos alimentos, gañou gran visibilidade nos últimos anos. Con todo, persisten as dúbidas sobre a solidez da evidencia que o apoia. Entre outros aspectos, penaliza especialmente os produtos con maior contido en grasas saturadas, sal ou enerxía, como sucede con numerosos lácteos, o que alimenta a polémica.

Os responsables do póster xa cuestionaran en traballos anteriores a validez deste sistema. En 2022, por exemplo, recorreron ao marco da

Autoridade Europea de Seguridade Alimentaria (EFSA) para analízalo de forma crítica. Na investigación presentada este ano poñen o foco no nesgo de publicación, particularmente nos estudos asinados por autores vinculados aos impulsores do modelo, o que reforza a necesidade de indagar máis na relación entre afiliación e resultados publicados.

Peters e Verhagen xa abordaran esta cuestión nun artigo de 2024, no que revisaron a literatura dispoñible e clasificaron as conclusións como favorables ou desfavorables ao siste-

ma, distinguindo aos investigadores afiliados dos independentes. Os seus achados recibiron unha réplica de Touvier *et al.* Os dous traballos inclúense neste póster académico para avaliar a consistencia e significación dos resultados. O que se observa en ambos, tal e como afirman os autores, foi realmente o mesmo: un claro nesgo de publicación.

Os datos obtidos son reveladores. Segundo Peters e Verhagen, o 93 % das investigacións asinadas por autores con vínculos reportaron conclusións favorables, fronte ao 39 %

► GARANTIR UNHA AVALIACIÓN CIENTÍFICA IMPARCIAL É CLAVE PARA DETERMINAR CON PRECISIÓN A VALIDEZ DE NUTRI-SCORE

Comparativa das conclusións obtidas no estudo de Peters e Verhagen de 2024 e na réplica de Touvier *et al.* do mesmo ano

Interpretation study outcomes by Peters & Verhagen PharmaNutrition 27C (2024): 100380		Interpretation study outcomes by Touvier <i>et al.</i> 2024 (rebuttal)	
Authors affiliated		Authors affiliated	
Favourable	Not favourable	Favourable	Not favourable
52	4	49 (1 COI)	0
Authors not affiliated		Authors not affiliated	
Favourable	Not favourable	Favourable	Not favourable
19	30	20 (0 COI)	24 (10 COI)

dos non afiliados. Touvier *et al.* sinalaron que os primeiros informaron exclusivamente de impactos positivos (100 %), mentres que os segundos presentaron unha distribución máis equilibrada: 45 % favorables e 55 % desfavorables. Os autores do póster académico fan fincapé en que ambas as análises demostran a forte relación entre a afiliación e as conclusións.

De aí que Verhagen e Peters sosteñan que non existe suficiente apoio científico para considerar Nutri-Score unha ferramenta fiable de saúde pública, dado que a evidencia actual resulta parcial e limitada. Garantir unha avaliación científica imparcial é clave para determinar con precisión a validez do sistema e orientar adecuadamente as decisións políticas sobre este etiquetado.

COMO AFECTA ISTO Á PUNTUACIÓN DOS LÁCTEOS?

No seu estudo de 2024 (1), os autores presentaron unha táboa comparativa de todos os traballos revisados, na que avaliaron un a un os resultados para establecer unha análise equilibrada. Nel obsérvanse valoracións moi distintas sobre como Nutri-Score cualifica certos produtos lácteos.

O primeiro exemplo é o de Charlotte van Tongeren e Léon Jansen (2). Neste caso, viu que o queixo resultou especialmente prexudicado polo sistema. Os investigadores, sen relación cos impulsores, cualificaron o seu rendemento coma desfavorable.

No artigo presentan os lácteos de maneira positiva, xa que mencionan que para a sociedade neerlandesa forman parte dos cinco gru-



pos de alimentos básicos na dieta do país, xunto coas froitas e verduras, entre outros. Os expertos analizaron, ademais do queixo, outros tres grupos de produtos: comidas preparadas, sopas e salsas.

O estudo revelou que a distribución de puntuacións non estaba equilibrada: a maioría dos queixos recibiu un D (non saudable) e só uns poucos alcanzaron un A ou B (saudables). Aínda que presentaban unha alta achega proteica, este factor quedou eclipsado polos puntos negativos asociados a graxa, sal ou enerxía. Así, produtos con bo perfil nutricional quedaron mal cualificados.

En total, incluíronse 1.396 queixos, dos cales apenas o 0,1 % logrou un A, o 0,6 % un B e o 4,1 % un C, mentres que o 83,5 % obtiveron un D e o 11,7 % un E. Os autores resaltaron que moitos produtos con cualificación baixa cumprían

coas pautas de sodio, pero aínda así non alcanzaban notas superiores, o que resulta desconcertante.

Van Tongeren e Jansen engadiron que esta situación pode confundir os consumidores neerlandeses, para quen o queixo é un produto tradicional e unha fonte esencial de calcio e vitamina B12. Tamén sinalaron que Nutri-Score non ten en conta o tamaño da porción, un aspecto crucial en certos grupos de alimentos.

Un segundo exemplo corresponde ao estudo de Cui *et al.*, de 2022 (3). Nel, analizaron que tipo de etiquetado prefiren os pais na China e, para iso, usaron cinco formatos habituais, entre eles Nutri-Score. Un dos grupos incluídos foi o leite e os seus derivados. Neste caso, os autores —tamén independentes— consideraron este método de etiquetado como non favorable. ►►

Cabe recalcar como neste traballo se fala positivamente dos lácteos fronte ás outras dúas categorías analizadas: “O leite e os seus derivados conteñen gran cantidade de nutrientes, como proteínas, aminoácidos e vitaminas. Os nenos necesitan un consumo axeitado de nutrientes para favorecer o crecemento infantil e o desenvolvemento do seu organismo. Os produtos de panadería e as bebidas azucradas, por outra banda, considéranse en xeral pouco saudables, xa que conteñen cantidades excesivas de azucre e graxa, que a miúdo contribúen á obesidade infantil”.

Curiosamente, dos cinco logotipos avaliados, Nutri-Score foi o peor valorado en tres dimensións: capacidade de guiar cara a unha dieta saudable, utilidade para os pais e atractivo.

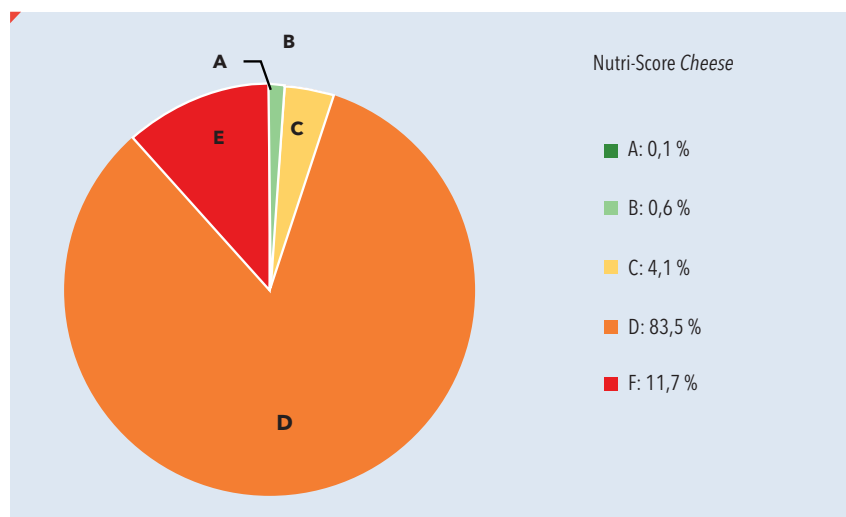
O terceiro caso corresponde ao traballo de Aguenau *et al.*, de 2021 (4). Nel, Nutri-Score preséntase de maneira positiva. Con todo, os autores manteñen vínculos cos impulsores, polo que, segundo Peters e Verhagen, as súas conclusións son cuestionables.

Un dos produtos avaliados foi o iogur, moi consumido en Marrocos e de composición nutricional variable. Os investigadores sinalaron que Nutri-Score mellorou en máis dun 30 % a precisión das respostas dos participantes en todas as categorías de alimentos avaliadas, alcanzando un 76,3 % de acertos coa etiqueta, fronte ao 46,5 % sen etiqueta no caso do iogur. Non obstante, en ningún momento especifican as características nutricionais dos iogures que utilizaron e que eles estiman coma mellores ou peores. Este factor resulta curioso tendo en conta que é habitual que Nutri-Score castigue de forma inxusta con valoracións negativas aos lácteos.

O estudo concluíu que Nutri-Score foi a etiqueta mellor valorada en canto a identificación (82,2 %), comprensión (74 %) e rapidez de información (68,8 %), e situouse como a preferida polo 64,9 % dos enquisados.

▶ O SECTOR LÁCTEO DEBE SEGUIR ESFORZÁNDOSE POR TRANSMITIRLLE Á SOCIEDADE OS BENEFICIOS E BONDANES DESTES ALIMENTOS

Distribución de puntuacións que Nutri-Score lles outorgou aos diferentes queixos analizados no estudo de Charlotte van Tongeren e Léon Jansen



Cabe remarcar que, incluso na réplica de Touvier *et al.*, desacreditábase dalgún modo os lácteos —en concreto os queixos— poñéndoos ao mesmo nivel que as carnes procesadas, así coma os alimentos e bebidas con alto contido en graxas saturadas, sal ou azucre: “O artigo de Peters e Verhagen ten como obxectivo xerar sospeitas sobre os investigadores públicos académicos e os estudos que estes publicaron en revistas con revisión por pares, co obxectivo final de desacreditar Nutri-Score, unha ferramenta de saúde pública que afecta aos intereses das empresas alimentarias”.

En definitiva, o sector lácteo debe seguir esforzándose por transmitirle á sociedade os beneficios e bondades destes alimentos, apoiándose na evidencia científica que o secunda. Deste xeito, poderase contrarrestar a discriminación que sofren con sistemas de etiquetado como Nutri-Score, que en moitas ocasións favorecen a produtos menos saudables. ■

BIBLIOGRAFÍA

- (1) Verhagen e Peters. (2024). *Publication bias and Nutri-Score: A complete literature review of the substantiation of the effectiveness of the front-of-pack logo Nutri-Score* [Nesgo de publicación e Nutri-Score: unha revisión completa dos estudos que apoian a efectividade do etiquetado frontal Nutri-Score]. Pharma-Nutrition.
- (2) Charlotte van Tongeren e Léon Jansen. (2020). *Adjustments needed for the use of Nutri-Score in the Netherlands: lack of selectivity and conformity with Dutch dietary guidelines in four product groups* [Axustes necesarios para o uso de Nutri-Score nos Países Baixos: falta de selectividade e conformidade coas pautas dietéticas neerlandesas en catro grupos de produtos]. International Journal of Nutrition and Food Sciences.
- (3) Cui *et al.* (2022). *Types and aspects of front-of-package labeling preferred by parents: insights for policy making in China* [Tipos e aspectos do etiquetado frontal preferidos polos pais: claves para a formulación de políticas na China]. Nutrients.
- (4) Aguenau *et al.* (2021). *Comparison of appropriateness of Nutri-Score and other front-of-pack nutrition labels across a group of Moroccan consumers: awareness, understanding and food choices* [Comparación da idoneidade do Nutri-Score e outras etiquetas nutricionais frontais entre un grupo de consumidores marroquís: coñecemento, comprensión e decisións alimentarias]. Archives of Public Health.

RED DE CONCESIONARIOS PARA GALICIA

FENDT



MASSEY FERGUSON

