

¿Qué conoce la población extremeña respecto del etiquetado de los alimentos?

Artículo extraído del Proyecto de Investigación denominado "Conocimiento de la población extremeña en materia de etiquetado de alimentos" presentado en la Diplomatura de Salud Pública de 2017.

salud pública
y medio ambiente



salud pública y medio ambiente

Introducción

El etiquetado de los alimentos constituye uno de los instrumentos más importantes para garantizar la protección de los consumidores. Este facilita la información necesaria sobre la naturaleza y las características de los productos, permitiendo así a los consumidores adquirirlos y consumirlos de forma segura.

Desde hace algunos años se está otorgando cada vez más importancia a la salud y el bienestar personal, ya que la sociedad actual evoluciona hacia estilos de vida más saludables. Por eso se buscan dietas equilibradas, se analiza más la composición de los productos alimenticios y se adquieren alimentos más acordes a las necesidades personales.

El **estilo de vida** constituye uno de los determinantes que más influencia ejerce en el estado de salud de una población. Teóricamente, la adopción generalizada de un estilo de vida saludable podría reducir la mortalidad global, los índices de obesidad y de dolencias derivadas de forma muy significativa. Sin embargo, en esta búsqueda no se pueden catalogar los alimentos como buenos o malos, ya que depende de cada persona y de su situación. No obstante, todos los profesionales en alimentación y salud coinciden en señalar la importancia de conocer lo que comemos y de cómo incide la ingesta de alimentos en nuestra salud. La orientación nutricional de los productos conduce a una sociedad más informada y saludable.

En muchos lugares del mundo, las empresas de alimentación, los consumidores y los gobiernos están reexaminando el tipo de información que aparece en las eti-

quetas de los alimentos. Es importante que la información que se facilite sea apropiada y comprensible para los consumidores ya que, a pesar de no ser el único condicionante, va a afectar a la elección de alimentos y sus comportamientos. Potencialmente, el etiquetado de alimentos representa una valiosa herramienta para ayudar a los consumidores a tomar decisiones informadas acerca de su dieta y estilo de vida.

El etiquetado y la presentación de los alimentos en el mercado no dejan de ser una forma de publicidad y, gracias a ello, la industria alimentaria consigue que el consumidor se sienta atraído no sólo por la calidad y seguridad del alimento en sí, sino también porque lo reconozca posteriormente y lo sepa distinguir de otros parecidos o muy similares en su etiquetado.

Está demostrado que la publicidad influye de forma evidente en la elección de los alimentos y en la salud de las personas. Esto justifica la valoración del contenido de los mensajes publicitarios en el ámbito alimentario.

La correcta presentación de la información que aparece en el etiquetado puede evitar enfermedades transmitidas por alimentos y también reacciones alérgicas e incluso problemas de intolerancias alimentarias. La manera en que se comunica al consumidor la información sobre los alimentos es uno de los aspectos más importantes, ya que en muchas ocasiones és-

tos no comprenden correctamente la información que aparece en las etiquetas, resultando así completamente inútil o, lo que es peor, induciendo a engaño.

Por otro lado, el etiquetado y la publicidad de un número cada vez mayor de alimentos de la Unión Europea **contienen declaraciones nutricionales y de propiedades saludables**. A fin de garantizar un elevado nivel de protección de los consumidores y de facilitar que éstos elijan entre los diferentes alimentos, los productos comercializados, incluyendo los importados, deben ser seguros y poseer un etiquetado adecuado. Una dieta variada y equilibrada es un requisito previo para disfrutar de buena salud, y los productos por separado tienen una importancia relativa respecto del conjunto de la dieta.

Para lograr un alto nivel de protección de la salud de los consumidores y garantizar su derecho a la información se debe velar por que los consumidores estén debidamente informados respecto a los alimentos que consumen. Las decisiones de los consumidores pueden verse influidas, entre otras, por factores sanitarios, económicos, medioambientales, sociales y éticos.

En los últimos años ha habido una evolución en cuanto a la normativa de etiquetado de los alimentos en toda la Unión Europea y, por supuesto, en nuestro país. Estos **cam bios legislativos** no tienen sentido si no



llegan al consumidor. Por ello se ha propuesto la realización de un análisis del mismo, mediante una encuesta para determinar el conocimiento y percepción por parte de los consumidores de la información a la que se puede acceder a través del etiquetado de los alimentos.

Actualmente el Reglamento UE 1169/2011 establece los principios generales, así como las responsabilidades y los requisitos que rigen la información alimentaria. Esta norma, aplicable desde el 13 de Diciembre de 2014, viene a refundir toda la normativa que existía en la Unión Europea y en todos sus Estados Miembros en materia de etiquetado general de alimentos y vincula a todos los operadores económicos así como a todas las autoridades competentes de los distintos Estados Miembros de la Unión Europea, eliminando así las diferencias establecidas entre cada uno de ellos.

Transcurridos tres años desde la entrada en vigor de dicha norma y un año de la obligatoriedad de cumplir con los requisitos de la información nutricional (desde el pasado 13/12/2016), **se plantea comprobar el impacto que dicha norma ha provocado en la población consumidora y, en concreto, en la de Extremadura**.

Considerando el objetivo principal de informar a los consumidores ha surgido la incógnita del conocimiento que estos tienen al respecto y para ello se ha propuesto la **realización de una encuesta**. Además, la falta de formación acerca del etiquetado de los productos y una limitada publicidad acerca de la normativa que lo regula, hacen que pocos



consumidores conozcan los cambios al respecto. Dentro de las novedades en dicha información se incluyen, entre otras, la presencia de la información nutricional, los alérgenos, el país de origen o la actual importancia sobre la legibilidad del etiquetado, que son el resultado de la implantación del Reglamento UE 1169/2011, del Parlamento Europeo y del Consejo, de 25 de Octubre, sobre la información alimentaria facilitada al consumidor.

Objetivos

El nivel formativo y educativo de la población se ha demostrado que es un factor determinante en la interpretación adecuada de las etiquetas. Las poblaciones menos favorecidas y con menor educación malinterpretan con mayor frecuencia la información en las etiquetas.

De acuerdo con los **Indicadores Clave del Sistema Nacional de Salud** (Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad) la población de Extremadura, en el año 2015, era la que tenía el mayor porcentaje de población (entre 25 y 64 años) con nivel de estudios de primera etapa de educación secundaria o inferior (56,5%) frente a la de Madrid con el 28,5% y frente a una media nacional del 42,6%. Así mismo esos Indicadores Clave del Sistema Nacional de Salud, para el año 2015, reflejan una tasa de pobreza del 29%, solamente superada por Ceuta, Murcia y Andalucía con tasas del 31%, 31,8% y 35,7% respectivamente y frente a una media nacional del 22,1%.

Bajo estas premisas de un bajo nivel educativo y una alta tasa de pobreza, el **objetivo principal** de este trabajo de investigación es demostrar que **el nivel de información que la**

población de la Comunidad Autónoma de Extremadura tiene respecto a las indicaciones que aparecen en el etiquetado de los alimentos es bajo.

De igual modo y, como **objetivo secundario**, se plantea **evaluar la atención, lectura, comprensión y uso de esas indicaciones del etiquetado de los alimentos por parte del consumidor a la hora de elegir los alimentos libremente y con conocimiento de causa**, eligiendo aquellos que resulten más adecuados a sus necesidades nutritivas así como el uso de los mismos, permitiéndoles consumirlos con las mayores garantías sanitarias.

Material y Métodos

Se realiza un estudio descriptivo del conocimiento que tiene la población extremeña respecto del

...El estilo de vida constituye uno de los determinantes que más influencia ejerce en el estado de salud de una población...

etiquetado de los alimentos, mediante una encuesta. La utilización de la encuesta para la investigación se debe a que éste método permite obtener datos impor-

salud pública y medio ambiente

tantes y permite conocer características de individuos y de grupos. El instrumento utilizado es el cuestionario, el cual ha necesitado de una planificación previa de las preguntas para que sean claras, fáciles de interpretar, en un formato sencillo de responder y que permita a los investigadores obtener una información relevante. Con el cuestionario se pretende que todas las personas encuestadas lean o escuchen y entiendan la misma pregunta.

En este proyecto se propone la utilización del método probabilístico de muestreo aleatorio estratificado. La principal ventaja que presenta éste frente a los otros es la



capacidad de reducir la variabilidad de la muestra, siempre y cuando el criterio de estratificación se elija correctamente. De este modo se obtienen poblaciones más homogéneas, permitiendo mejorar los resultados, ya que con el mismo número de encuestas se reduce el error.

Se ha considerado como población de estudio a todos los extremeños de 18 años y más de edad (18+), censados en la Unidad Central de Gestión Poblacional y de Recursos Sanitarios CIVITAS, de la Dirección General de Planificación, Formación y Calidad Sanitaria y Sociosanitaria de la Consejería de Sanidad y Política Sociales de la Junta de Extremadura.

Sobre una población total de 885.696 personas de 18+ años censados en Extremadura y objeto de estudio, se propone una

muestra representativa de 384 personas a encuestar, supuesto un error del 5% y un IC del 95%, repartidas entre las 8 Áreas de Salud que conforman el mapa sanitario de Extremadura mediante un muestreo aleatorio estratificado.

Respecto al trabajo de campo, las encuestas serán realizadas a la salida de los supermercados y tiendas de alimentación, considerándolos como el lugar más adecuado al suponer una relación directa de la actividad de compra

con el tema de la encuesta y dirigiendo dichas encuestas sobre el sector de la población que habitualmente realiza la compra de alimentos para el hogar.

Los horarios para la realización de dichas encuestas serían, dentro del intervalo de las 12:00 a las 14:00 horas y por la tarde entre las 17:00 y las 19:00 horas. En cada Área de Salud se seleccionarían previamente los supermercados donde realizar las entrevistas.

Por lo tanto, la información más relevante del estudio la podemos resumir en una ficha técnica sobre el modelo de la Tabla 1.

El instrumento utilizado para la encuesta es el cuestionario que es un instrumento de recopilación de información compuesto de un conjunto limitado de preguntas mediante el cual la persona entrevistada proporciona información sobre sí mismo y/o sobre el entorno.

La entrevista personal es el tipo de encuesta más utilizado. Implica la participación directa del entrevistador que es quien plantea las cuestiones a los sujetos. El entrevistador:

- Es una persona con cierta formación y experiencia en la realización de entrevistas personales.
- Utiliza un guión de entrevista o cuestionario.
- Formula las preguntas en el mismo orden y con los mismos planteamientos.

Para el diseño del cuestionario y a la hora de redactar las preguntas, se ha tenido en cuenta que sean fáciles de contestar por el entrevistado y que inviten a colaborar al mismo. Todas las preguntas son cerradas y se han tenido en cuenta todas las posibilidades de respuesta a las mismas.

En total el cuestionario cuenta con 21 preguntas, de las cuales las 20 primeras recogen los dos objetivos fundamentales del trabajo y la pregunta número 21 recoge, de forma anónima, las características personales de los encuestados.

El cuestionario se divide en 3 bloques:

Bloque 1: comprende las preguntas con números 1, 2 y 7, donde se recogen las respuestas que nos indican la preocupación de la población adulta extremeña por la

| Evaluación del conocimiento del etiquetado de alimentos en la población Extremeña | |
|---|--|
| Técnica de investigación | Encuesta |
| Ámbito geográfico | Comunidad Autónoma de Extremadura |
| Población | Habitantes de Extremadura de 18 y más años |
| Tamaño de la muestra | 384 |
| Tipo de muestreo | Muestreo aleatorio estratificado por Áreas de Salud, con afijación proporcional al tamaño de la población. |
| Error permitido | 5% |
| Nivel de confianza | 95% |
| Lugar donde realizarlo | Salida de los Supermercados y tiendas de alimentación. |
| Periodo para ejecutarlo | 3 meses |

Tabla 1. Ficha Técnica del Estudio.

| | Hombres | Mujeres | Total |
|------------------|---------|---------|-------|
| Extremadura (EX) | 43,5 | 31,59 | 37,75 |
| España (ES) | 43,6 | 28,05 | 35,74 |

Tabla 2. Prevalencia de sobrepeso en población de 18 y más años. Año 2014.

información del etiquetado de los alimentos en general y, por la información nutricional en particular, así como la importancia que supone dicho etiquetado para el consumidor.

Bloque 2: Comprende las preguntas con número del 3 al 6 y del 8 al 20, donde se recogen el nivel de conocimientos que los entrevistados tienen respecto a la información que debe aparecer en el etiquetado de los alimentos y la forma de presentarla, así como la comprensión que la población adulta extremeña hace de dicha información del etiquetado a la hora de adquirir los alimentos en el mercado.

Bloque 3: se recogen las características personales de los entrevistados y corresponde a la pregunta número 21.

El sexo del entrevistado se indica en la encuesta como hombre o mujer según corresponda. La importancia de indicar el sexo del entrevistado en el cuestionario, deriva de los datos aportados por los Indicadores Clave del Sistema Nacional de Salud, donde se re-

coge que la población adulta de Extremadura, en el año 2014, presentó una prevalencia de sobrepeso del 37,75%, frente a una media nacional del 35,74%, la cual estaba influenciada principalmente por el **sobrepeso en la población adulta femenina**. Tabla 2.

En cuanto a la edad de los entrevistados, se establecen 7 grupos de edad, similares a los grupos de edad en adultos que se indican en la Evaluación y seguimiento de la estrategia NAOS: conjunto mínimo de indicadores. Estos grupos de edad son:

- De 18 a 24 años.
- De 25 a 34 años.
- De 35 a 44 años.
- De 45 a 54 años.
- De 55 a 64 años.
- De 65 a 74 años.
- 75 y más años.

El nivel de estudios de la población a encuestar se clasifica en 4 categorías (sin estudios, estudios primarios, secundarios y superiores) y se definen como:

- Sin estudios.
- Estudios primarios (título de primaria o haber asistido a la escuela más de 5 años).
- Estudios secundarios (ESO/Bachillerato/Formación Profesional de grado medio).

- Estudios superiores (Universitarios/Formación Profesional Superior).

El entorno de residencia bien sea rural o urbano puede, a su vez, estar directamente relacionado con el entorno económico y social e influir directamente en la educación que el consumidor tenga respecto del etiquetado de los alimentos y el uso que haga del mismo. Para definir este apartado y, dada las características poblacionales de la Comunidad Autónoma de Extremadura, consideraremos como entorno urbano de residencia a toda aquella persona que reside en una población de 10.000 habitantes o más y como entorno rural al resto.



No hay cuestionarios validados para este tipo de encuestas, por lo tanto se ha realizado un pilotaje del mismo. Para ello se propuso realizar un 10% del total de encuestas de la muestra poblacional (384 encuestas) realizándose 42 encuestas de pilotaje del cuestionario y, sobre las cuales, se extraen los resultados que aquí se publican.

salud pública y medio ambiente

Resultados

Tratándose del diseño de un proyecto de investigación y, dado que no se tienen datos reales de la muestra propuesta (384 encuestas), se han estimado los resultados en base a los datos obtenidos en la prueba piloto realizada con un total de 42 encuestas.

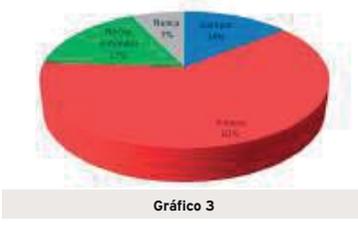
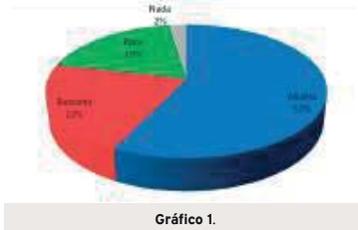
En cuanto a las características personales de los encuestados y, en relación al sexo un 62% corresponden a mujeres y un 38% a hombres y respecto a la edad, el 36% se encuentra en el grupo de 35-44 años, el 33% en el grupo de 45-54 años y el 23,81% corresponde al grupo de 55-64 años. No se encuesta a nadie con edad de 75 o más años.

En cuanto al nivel de estudios, el 60% declararon tener estudios superiores, el 21% estudios secundarios, el 19% estudios primarios. No ha sido encuestada ninguna persona sin estudios.

En relación al entorno de residencia, el 64% de los encuestados declararon residir en un entorno urbano y 36% en un entorno rural. Del total, el 45,24% corresponden a personas que residen en un entorno urbano y con estudios superiores, de los cuales el 23,81% son mujeres y el 21,43% son hombres.

Respecto a la importancia que le da la población al etiquetado de los alimentos (gráfico 1), un 57,14% le da mucha importancia, el 21,43% de la población encuestada le da bastante, el 19,05% le da poca y sólo el 2,38% de la población no le da nada de importancia a la información que aparece en el etiquetado de los alimentos.

Respecto a la frecuencia con la que la población encuestada lee



...la población extremeña presenta un nivel aceptable de conocimiento respecto a las indicaciones obligatorias del etiquetado de los alimentos...

las indicaciones del etiquetado de los alimentos (gráfico 2), un 28,57% la lee siempre, el 50% lee, a veces, sólo la parte que le interesa del etiquetado y el 14,29% no la lee porque encuentra dificultad en la lectura debido al tamaño de las letras. Sólo el 7,14% no lee nunca dichas indicaciones. En cuanto a la frecuencia de lectura de la información nutricional (gráfico 3), contenida en el

etiquetado de los alimentos, el 14,29% de los encuestados afirma que la revisa siempre, el 61,90% afirma leer dicha información algunas veces, depende del alimento, y el 16,67% no la lee porque no la entiende. Sólo el 7,14% de la población no la lee nunca.

En cuanto a la presentación de la información obligatoria del etiquetado sólo el 66,67% conoce correctamente cómo presentarla (pregunta 5) y el 57,14% conoce qué información se debe presentar en los alimentos sin envasar, expuestos a granel (pregunta 10).

Además en cuanto comprobación de la información de los productos sin envasar que hace el consumidor en el mercado, se obtiene un resultado del 95,24% de aciertos en dicha pregunta (pregunta 19), no obstante, de ese porcentaje de aciertos, el 42,86% corresponde a la respuesta en la cual se manifiesta que en la mayoría de las veces no aparece dicha información en los productos sin envasar expuestos a la venta en el mercado.

Así mismo y respecto a la información obligatoria de los alimentos sin envasar en los establecimientos que manipulan, venden o sirven alimentos y/o comidas (pregunta 20), sólo el 59,52% de los encuestados conocen que dicha información debe estar disponible para los consumidores en cualquier establecimiento, incluidos aquellos dedicados a las bebidas y a las comidas.

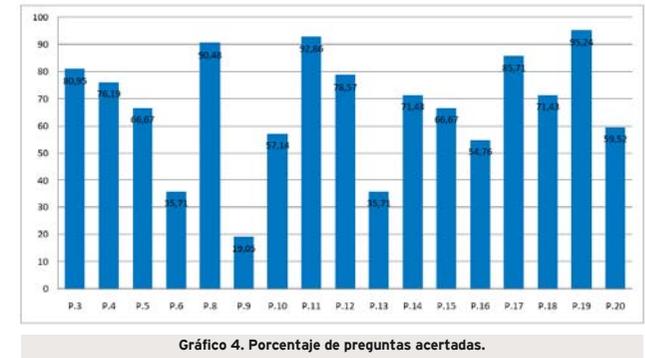
Por otro lado, sólo el 35,71% de la población encuestada conoce cómo se indican, en el etiquetado de los alimentos, las sustancias que causan alergias o intolerancias (pregunta 6), sin embargo el 85,71% comprende y utiliza

correctamente el término "sin gluten" a la hora de realizar la compra de alimentos (pregunta 17).

A pesar de que el 90,48% de los encuestados conocen qué información debe aparecer en el etiquetado nutricional de los alimentos (pregunta 8), sólo el 19,5% sabe cómo viene expresado el valor energético en dicha información nutricional (pregunta 9).

Respecto a la denominación de venta de los alimentos (pregunta 11), el 92,85% de los encuestados identifica claramente el producto que compra en el etiquetado y en relación con la fecha de duración mínima, el 78,57% de los encuestados conocen correctamente el término de fecha de caducidad en los alimentos (pregunta 12), sin embargo sólo el 35,71% de la población encuestada sabe qué hacer con un alimento que ha rebasado la fecha de consumo preferente (pregunta 13).

En relación al uso que se hace de la lista de ingredientes a la hora



de comprar un alimento (pregunta 14), el 71,43% de los encuestados tiene claro que los aditivos se incluyen en la lista de ingredientes, al igual que el 71,43% de los encuestados saben que los azúcares añadidos deben incluirse en dicha lista de ingredientes (pregunta 18).

En cuanto a otras denominaciones no obligatorias del etiquetado de los alimentos y en referencia a las declaraciones saludables

de los mismos (pregunta 15), un 66,67% de los encuestados conoce que dichas indicaciones deben estar contrastadas para ser utilizadas y que informan sobre la relación del consumo de ese alimento con la salud pero sin que sea concebido como un medicamento. Respecto a la mención "casero" o "tradicional" en el etiquetado (pregunta 16), sólo el 54,76% de la población encuestada conoce que el uso de ese término va ligado exclusivamente a la utilización de una receta tradicional, sin que dicho alimento pueda haber sido elaborado en condiciones de calidad y seguridad diferentes a otro similar. Gráfico 4.

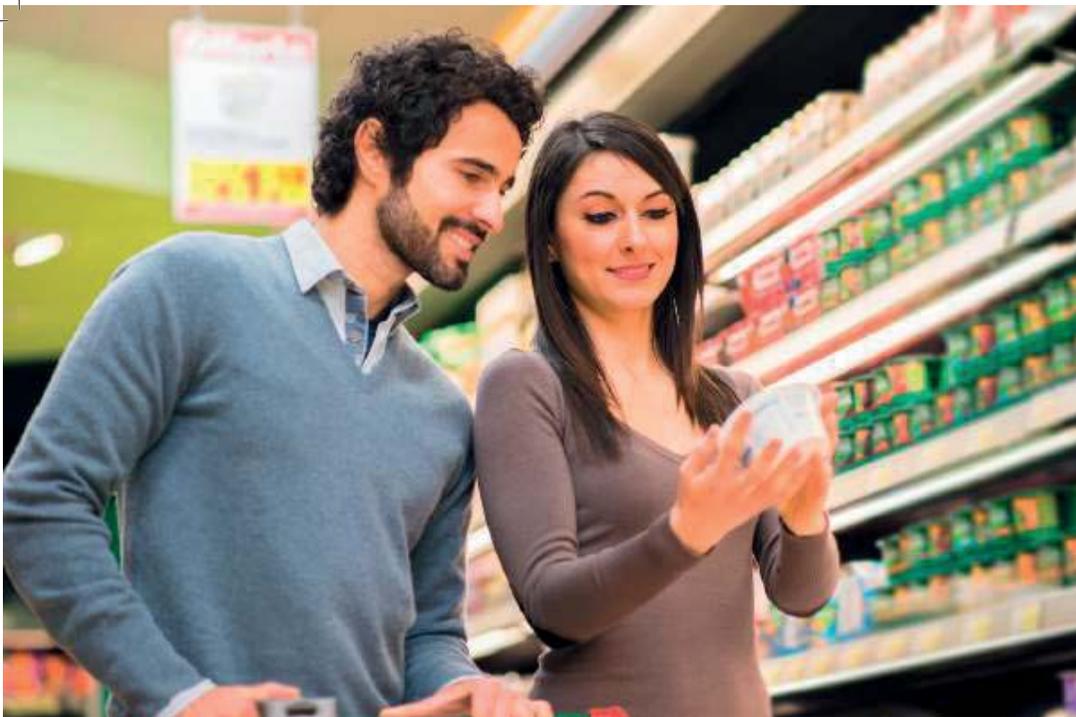
Discusión y Conclusiones:

Las mujeres extremeñas hacen la compra en mayor proporción que los hombres y el grupo de edad que hace habitualmente la compra se encuentra entre los 35 y 64 años.

A pesar que más de la mitad de la población encuestada le da mucha importancia al etiquetado, sólo el 28,57% lo lee siempre y, es leído en su mayoría (al igual que el etiquetado nutricional), por la población con estudios superiores. Sin embargo nos encontramos con un porcentaje del 14,29% que no lee por encontrar dificultad en su lectura debido al tamaño de las letras, precisamente, una de los objetivos de la nueva normativa es corregir esto, introduciendo un mayor tamaño en las letras del etiquetado. Estos resultados no difieren de otros obtenidos en estudios similares.

Un alto porcentaje de la población encuestada conoce cuál es la información obligatoria que debe aparecer en el etiquetado ya que ésta difiere





muy poco respecto a las normativas anteriores, salvo en el apartado de la información nutricional y las indicaciones de las sustancias que causan alergias e intolerancias, las cuales han sido las que han tenido peores resultados en la encuesta. No obstante se desconoce cómo se debe presentar esa información obligatoria, sobre todo en productos sin envasar y además, todo ello, incrementado por la ausencia que encuentra el consumidor en el mercado frente a dicha información, lo cual nos lleva a que hay que potenciar campañas de control e información respecto al etiquetado de los productos a granel no envasados.

A pesar de que un alto porcentaje de la población (79%) conoce y comprenden la fecha de caducidad de los alimentos, sólo un 36% conoce correctamente la fecha de consumo preferente y sabe hacer uso correcto de la misma. En realidad, la mayoría de los encuestados (64%) entienden la

fecha de consumo preferente de forma similar que la fecha de caducidad de los alimentos.

Respecto a la comprensión de las expresiones de la información nutricional y, en concreto, respecto al contenido calórico de los alimentos, encontramos un gran desconocimiento de la población en general (sólo 19,5% aciertos), además, los mejores resultados se encuentran entre la población con estudios superiores, lo cual es muy parecido a los resultados obtenidos de estudios similares.

Con respecto a las indicaciones no obligatorias del etiquetado, en concreto de las declaraciones saludables y nutricionales de los alimentos, se observa que hay cierta fiabilidad y confianza del consumidor hacia la información que aparece en el etiquetado tales como "ayuda a regular tu nivel de colesterol" o "sin azúcares añadidos", sin embargo no es así con otro tipo de indicaciones que tratan de atribuir al producto carac-

terísticas particulares en cuanto a su modo de fabricación u obtención, como las de "casero" o "tradicional" que crean desconfianza en el consumidor.

Por lo tanto podemos concluir diciendo que la **población extremeña presenta un nivel aceptable de conocimiento respecto a las indicaciones obligatorias del etiquetado de los alimentos, a excepción de la correspondiente a la información nutricional y la de las sustancias que causan alergias e intolerancias, que son las dos grandes desconocidas.** Por ello, se sugiere la realización de actividades formativas e informativas en la población para cubrir dichas carencias.

Para más información:

En el Colegio Oficial de Veterinarios de Badajoz, se podrá consultar la bibliografía completa correspondiente a este artículo para todos aquellos interesados.



CAJA RURAL DE EXTREMADURA

PREMIO ESPIGA JAMONES IBÉRICOS D.O. DEHESA DE EXTREMADURA

PREMIO ESPIGA IMPULSO A LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE

PREMIOS ESPIGA DEL VINO D.O. RIBERA DEL GUADIANA

PREMIO ESPIGA MUNDO RURAL

PREMIO ESPIGA COCINA CORDEREX - CAJA RURAL DE EXTREMADURA

PREMIO ESPIGA EDUCACIÓN

LA CAJA DE NUESTRA TIERRA