

## Correcto etiquetado de los alimentados, clave para una alimentación sana

La Fundación Española del Aparato Digestivo (FEAD) considera fundamental para la salud del consumidor un información adecuada en el etiquetado



Entre los objetivos principales de la **Fundación Española del Aparato Digestivo (FEAD)** se encuentran la **difusión sobre una alimentación saludable** y, por lo mismo, la **prevención de enfermedades cardiovasculares, tumorales y la obesidad**; todo ello, mediante hábitos de vida saludables. Sobre este aspecto el **Comité de Nutrición de la FEAD** subraya la importancia de implantar medidas del **etiquetado frontal**

**de los alimentos**, que permitan conocer al consumidor los productos más saludables, pero siempre que tengan una base científica sólida y se adapten a las peculiaridades de la sociedad española.

Según la **FEAD**, una de las herramientas para promover una alimentación saludable es el **etiquetado nutricional de los productos alimenticios**. Con la idea de facilitar la comprensión de la información nutricional y de estimular la industria alimentaria para elaborar productos más saludables, el **Ministerio de Sanidad, Consumo y Bienestar Social anunció en 2018** la necesidad de implementar el **Nutri-Score**. Consiste en una figura de cinco colores, como un semáforo ( de verde oscuro a naranja oscuro), asociado a cinco letras, que describen cinco niveles de calidad nutricional.

La clasificación en cada categoría se realiza mediante el cálculo de una puntuación global relativa al contenido de nutrientes en 100 gramos de producto. Los considerados **“menos favorables”**, desde el punto de vista nutricional, son aquellos **con más calorías, azúcares, ácidos grasos saturados y sodio**.