

redacción médica

Digestivo pide que el sistema Nutri-Score no penalice al aceite de oliva

La FEAD recomienda que esta herramienta se adapte a las singularidades alimentarias de la dieta mediterránea



La Fundación Española del Aparato Digestivo (**FEAD**) tiene entre sus objetivos la difusión de información sobre alimentación saludable y la prevención de la aparición de enfermedades cardiovasculares, tumorales o la obesidad, mediante hábitos alimentarios saludables. En este sentido, el Comité de Nutrición de la FEAD pone de manifiesto que está de acuerdo con la **implantación de medidas en el etiquetado frontal de los alimentos** que permitan conocer al consumidor los productos más saludables, pero siempre que tengan una base científica sólida y se adapte a las singularidades alimentarias, como el **consumo de aceite de oliva, de la dieta mediterránea**.

Con la **implementación del Nutri-Score**, se han generado varias críticas, pero el hecho que ha creado mayor debate ha sido la valoración de "mala

calidad" del aceite de oliva, debido a su contenido en grasa. Esta calificación ha provocado que diferentes voces se hayan levantado para reclamar que se tenga en cuenta la cantidad y también la calidad de la grasa, para que no se graven alimentos de alto valor nutricional, reconocidos incluso en la dieta mediterránea, y que se recomiendan para una vida saludable.

Múltiples **estudios científicos manifiestan el beneficio del aceite de olivano** solo en la prevención de la obesidad y/o las enfermedades cardiovasculares, también destacan la gran capacidad antioxidante y su efecto antiinflamatorio en diversas patologías, incluyendo algunas digestivas. Incluso algunas investigaciones apuntan que las dietas altas en grasa de aceite de oliva causan un cambio en la microbiota intestinal que se relaciona con la prevención del cáncer colorrectal o un menor porcentaje de riesgo de padecer enfermedades coronarias.

En este sentido, la **situación del jamón ibérico es similar** y cabe destacar su calidad proteica, de ácidos grasos y aporte de micronutrientes, siempre considerando que su consumo debe ser moderado.

Aplicación del sistema Nutri-Score

Además de este reclamo, también se han suscitado otras discusiones sobre la **aplicación práctica del sistema Nutri-Score**, ya que sólo se puede aplicar a productos envasados, quedando excluidos, por tanto, todos los productos **no envasados**. Por otro lado, los expertos apuntan a una necesaria y adecuada formación e información del consumidor para asegurar su comprensión. Además, la herramienta Nutri-Score no tiene en cuenta las necesidades nutricionales de cada persona, e incluso el algoritmo utilizado para el cálculo se ha establecido es por 100 gramos, y no por raciones. Sin olvidar que la implementación de la herramienta es voluntaria, lo que puede crear confusión si los productos menos saludables no incluyen este logotipo.

"La alimentación tiene un papel importante en la preservación de la salud, ya que una alimentación desequilibrada, carental o de baja calidad se puede relacionar con el riesgo de presentar **enfermedades cardiovasculares, diabetes, distintos tipos de cáncer**, etc. Por este motivo, desde distintas Instituciones, entre las que se encuentra la FEAD, se quiere fomentar la alimentación saludable, la actividad física e invertir la tendencia ascendente de la prevalencia de la obesidad", sentencia Frances Casellas Jordá, responsable del Comité de Nutrición de la FEAD