



Sesgo en la ciencia alimentaria: Nutri-Score y la controversia sobre los lácteos

El póster científico *A highly significant publication bias between authors that are or are not affiliated with the front-of-pack logo Nutri-Score* ['Sesgo de publicación altamente significativo entre autores que están o no afiliados al logotipo Nutri-Score en el frontal del envase'] fue presentado recientemente en un congreso internacional de nutrición celebrado en París (Francia). Hans Verhagen, de Food Safety & Nutrition Consultancy, y Stephan Peters, de la Dutch Dairy Association, son los autores del trabajo, en el que evidencian cómo las conclusiones sobre Nutri-Score difieren según la vinculación de los investigadores con el sistema. El sesgo de publicación y los propios criterios de este método de etiquetado explican en gran parte por qué muchos lácteos obtienen calificaciones bajas de forma injustificada.

Nutri-Score, que clasifica la calidad de los alimentos, ha ganado gran visibilidad en los últimos años. Sin embargo, persisten las dudas sobre la solidez de la evidencia que lo respalda. Entre otros aspectos, penaliza especialmente los productos con mayor contenido en grasas saturadas, sal o energía, como sucede con numerosos lácteos, lo que alimenta la polémica.

Los responsables del póster ya habían cuestionado en trabajos anteriores la validez de este sistema. En 2022, por ejemplo, recurrieron

al marco de la Autoridad Europea de Seguridad Alimentaria (EFSA) para analizarlo de forma crítica. En la investigación presentada este año ponen el foco en el sesgo de publicación, particularmente en los estudios firmados por autores vinculados a los desarrolladores del modelo, lo que refuerza la necesidad de indagar más en la relación entre afiliación y resultados publicados.

Peters y Verhagen ya habían abordado esta cuestión en un artículo de 2024, en el que revisaron la literatura disponible y clasificaron las con-

clusiones como favorables o desfavorables al sistema, distinguiendo a los investigadores afiliados de los independientes. Sus hallazgos recibieron una réplica de Touvier *et al.* Los dos trabajos se incluyeron en este póster académico para evaluar la consistencia y significación de los resultados. Lo que se observa en ambos, tal y como afirman los autores, fue realmente lo mismo: un claro sesgo de publicación.

Los datos obtenidos son reveladores. Según Peters y Verhagen, el 93 % de las investigaciones firmadas por autores

► GARANTIZAR UNA EVALUACIÓN CIENTÍFICA IMPARCIAL ES CLAVE PARA DETERMINAR CON PRECISIÓN LA VALIDEZ DE NUTRI-SCORE

Comparativa de las conclusiones obtenidas en el estudio de Peters y Verhagen de 2024 y en la réplica de Touvier *et al.* del mismo año

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)		

con vínculos reportaron conclusiones favorables, frente al 39 % de los no afiliados. Touvier *et al.* señalaron que los primeros informaron exclusivamente de impactos positivos (100 %), mientras que los segundos presentaron una distribución más equilibrada: 45 % favorables y 55 % desfavorables. Los autores del póster académico hacen hincapié en que ambos análisis demuestran la fuerte relación entre la afiliación y las conclusiones.

De ahí que Verhagen y Peters sostengan que no existe suficiente respaldo científico para considerar a Nutri-Score una herramienta fiable de salud pública, dado que la evidencia actual resulta parcial y limitada. Garantizar una evaluación científica imparcial es clave para determinar con precisión la validez del sistema y orientar adecuadamente las decisiones políticas sobre este etiquetado.

¿CÓMO AFECTA ESTO A LA PUNTUACIÓN DE LOS LÁCTEOS?

En su estudio de 2024 (1), los autores presentaron una tabla comparativa de todos los trabajos revisados, en la que evaluaron uno a uno los resultados para establecer un análisis equilibrado. En ella se observan valoraciones muy distintas sobre cómo Nutri-Score califica ciertos productos lácteos.

El primer ejemplo es el de Charlotte van Tongeren y Léon Jansen (2). En este caso, se vio que el queso resultó especialmente perjudicado por el sistema. Los investigadores, sin relación con los desarrolladores, calificaron su rendimiento como desfavorable.

En el artículo presentan a los lácteos de manera positiva, ya que



mencionan que para la sociedad neerlandesa forman parte de los cinco grupos de alimentos básicos en la dieta del país, junto con las frutas y verduras, entre otros. Los expertos analizaron, además del queso, otros tres grupos de productos: comidas preparadas, sopas y salsas.

El estudio reveló que la distribución de puntuaciones no estaba equilibrada: la mayoría de los quesos recibió una D (no saludable) y solo unos pocos alcanzaron una A o B (saludables). Aunque presentaban un alto aporte proteico, este factor quedó eclipsado por los puntos negativos asociados a grasa, sal o energía. Así, productos con buen perfil nutricional quedaron mal clasificados.

En total, se incluyeron 1.396 quesos, de los cuales apenas el 0,1 % logró una A, el 0,6 % una B y el 4,1 % una C, mientras que el 83,5 % obtuvieron una D y el 11,7 % una E. Los autores resaltaron que muchos productos

con calificación baja cumplían con las pautas de sodio, pero aun así no alcanzaban notas superiores, lo que resulta desconcertante.

Van Tongeren y Jansen añadieron que esta situación puede confundir a los consumidores neerlandeses, para quienes el queso es un producto tradicional y una fuente esencial de calcio y vitamina B12. También señalaron que Nutri-Score no tiene en cuenta el tamaño de la porción, un aspecto crucial en ciertos grupos de alimentos.

Un segundo ejemplo corresponde al estudio de Cui *et al.*, de 2022 (3). En él, analizaron qué tipo de etiquetado prefieren los padres en China y, para ello, usaron cinco formatos habituales, entre ellos Nutri-Score. Uno de los grupos incluidos fueron la leche y sus derivados. En este caso, los autores —también independientes— consideraron este método de etiquetado como no favorable. ►

Cabe recalcar cómo en este trabajo se habla positivamente de los lácteos frente a las otras dos categorías analizadas: “La leche y sus derivados contienen gran cantidad de nutrientes, como proteínas, aminoácidos y vitaminas. Los niños necesitan un consumo adecuado de nutrientes para favorecer el crecimiento infantil y el desarrollo de su organismo. Los productos de panadería y las bebidas azucaradas, por otra parte, se consideran en general poco saludables, ya que contienen cantidades excesivas de azúcar y grasa, que a menudo contribuyen a la obesidad infantil”.

Curiosamente, de los cinco logotipos evaluados, Nutri-Score fue el peor valorado en tres dimensiones: capacidad de guiar hacia una dieta saludable, utilidad para los padres y atractivo.

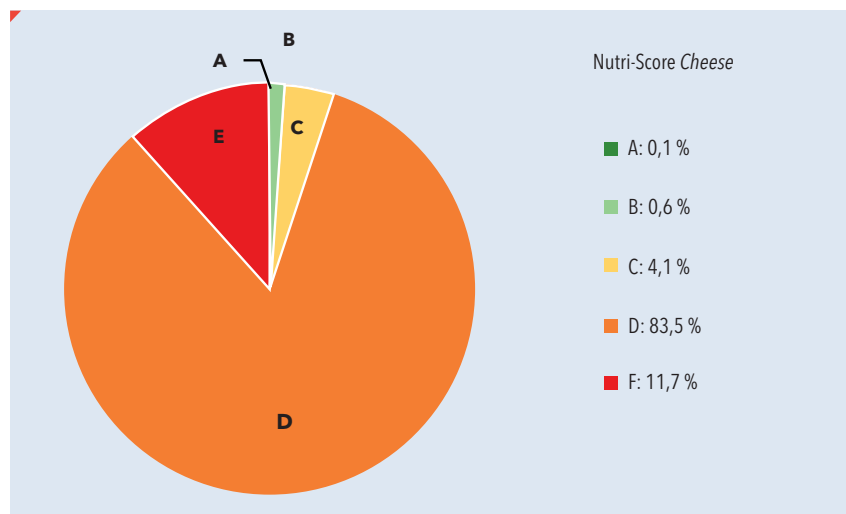
El tercer caso corresponde al trabajo de Aguenau *et al.*, de 2021 (4). En este, Nutri-Score se presenta de manera positiva. Sin embargo, los autores mantienen vínculos con los desarrolladores, por lo que, según Peters y Verhagen, sus conclusiones son cuestionables.

Uno de los productos evaluados fue el yogur, muy consumido en Marruecos y de composición nutricional variable. Los investigadores señalaron que Nutri-Score mejoró en más de un 30 % la precisión de las respuestas de los participantes en todas las categorías de alimentos evaluadas, alcanzando un 76,3 % de aciertos con la etiqueta, frente al 46,5 % sin etiqueta en el caso del yogur. No obstante, en ningún momento se especifican las características nutricionales de los yogures que utilizaron y que ellos estiman como mejores o peores. Este factor resulta curioso teniendo en cuenta que es habitual que Nutri-Score castigue de forma injusta con valoraciones negativas a los lácteos.

El estudio concluyó que Nutri-Score fue la etiqueta mejor valorada en cuanto a identificación (82,2 %), comprensión (74 %) y rapidez de información (68,8 %), y se situó como la preferida por el 64,9 % de los encuestados.

► EL SECTOR LÁCTEO DEBE SEGUIR ESFORZÁNDOSE POR TRANSMITIR A LA SOCIEDAD LOS BENEFICIOS Y BONDAD DE ESTOS ALIMENTOS

Distribución de puntuaciones que Nutri-Score otorgó a los diferentes quesos analizados en el estudio de Charlotte van Tongeren y Léon Jansen



Cabe remarcar que, incluso en la réplica de Touvier *et al.*, se desprestigia de cierto modo a los lácteos — en concreto a los quesos— poniéndolos al mismo nivel que las carnes procesadas, así como los alimentos y bebidas con alto contenido en grasas saturadas, sal o azúcar: “El artículo de Peters y Verhagen tiene como objetivo generar sospechas sobre los investigadores públicos académicos y los estudios que estos han publicado en revistas con revisión por pares, con el objetivo final de desacreditar Nutri-Score, una herramienta de salud pública que afecta a los intereses de las empresas alimentarias”.

En definitiva, el sector lácteo debe seguir esforzándose por transmitir a la sociedad los beneficios y bondades de estos alimentos, apoyándose en la evidencia científica que lo respalda. De esta manera, se podrá contrarrestar la discriminación que sufren con sistemas de etiquetado como Nutri-Score, que en muchas ocasiones favorecen a productos menos saludables. ■

BIBLIOGRAFÍA

- (1) Verhagen y 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* [‘Sesgo de publicación y Nutri-Score: una revisión completa de los estudios que respaldan la efectividad del etiquetado frontal Nutri-Score’]. PharmaNutrition.
- (2) Charlotte van Tongeren y 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* [‘Ajustes necesarios para el uso de Nutri-Score en los Países Bajos: falta de selectividad y conformidad con las pautas dietéticas neerlandesas en cuatro grupos de productos’]. 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 y aspectos del etiquetado frontal preferidos por los padres: claves para la formulación de políticas en 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 de la idoneidad del Nutri-Score y otras etiquetas nutricionales frontales entre un grupo de consumidores marroquíes: conocimiento, comprensión y decisiones alimentarias’]. Archives of Public Health.

RED DE CONCESIONARIOS PARA GALICIA

FENDT



MASSEY FERGUSON

