

Resumen N°6 | Alimentos y contexto social

Estudio de un caso: conocimiento de la lectura de la etiqueta de los alimentos

Raggio, L. ¹; Berrondo, V. ²

¹Departamento de Alimentos, Escuela de Nutrición, Universidad de la República, Uruguay

²Egresada, Colaboradora Honoraria. Departamento de Alimentos, Escuela de Nutrición, Universidad de la República, Uruguay

Contacto: iraggio@nutricion.edu.uy

Palabras claves: etiquetas, alimentos, consumidor

Keywords: labels, food, consumer

Objetivo

Evaluar algunos conocimientos relacionados con el etiquetado de alimentos envasados, en personas que residen en Uruguay.

Metodología

El etiquetado de alimentos es una de las herramientas que utiliza el consumidor para elegir los alimentos que va a comprar. Muchos países han establecido el uso del etiquetado en alimentos envasados como medida obligatoria de política pública. Es de interés determinar cómo ha evolucionado el conocimiento y percepción en la lectura de la etiqueta de los alimentos, después de una década de implementada la Legislación Nacional, referida al etiquetado nutricional. Se diseñó una encuesta que incluyó datos sociodemográficos y preguntas sobre la información contenida en las etiquetas de los alimentos envasados, separado en función de si la persona entrevistada lee «siempre/ocasionalmente la etiqueta» o «nunca lee la etiqueta». Además se exploró los conceptos de dos términos técnicos: light y porción.

Resultados

Participaron de la encuesta un total de 588 uruguayos, con una edad promedio de 36±14 años. Un 88% de los encuestados dicen leer la etiqueta de los alimentos, siendo mayoritariamente mujeres. Con respecto a la información que más leen de las etiquetas, la fecha de vencimiento fue el dato que más menciones tuvo. Específicamente en relación a la información nutricional, el contenido de grasa fue considerado el dato más relevante y el contenido de proteínas el menos relevante. El concepto técnico de porción parece ser entendido por más de la mitad de los encuestados, no así para el concepto light.

Conclusiones

Este estudio refleja la carencia de conocimientos con respecto a aspectos nutricionales fundamentales en la vida de las personas. Trabajar en un etiquetado claro, en la educación profunda y constante de la población con respecto a este tema, es de primordial importancia para lograr un impacto en la elección de los alimentos que contribuya al mantenimiento de la salud y prevención de enfermedades.

Agradecimientos

A los estudiantes que demostraron un gran interés por la temática y eso se observó en su activa participación en el análisis de resultados: Marianela Iriarte Farias, Emiliano Moraña, Ana Laura López, Ramiro Silveira, María José de la Llana.

A las personas que colaboraron de forma honoraria en las encuestas y sin su participación esto no hubiera sido posible.