

ALIMENTOS ULTRA-PROCESADOS

Necesidad de una definición rigurosa (1)

- *“Informe sobre Clasificación de Alimentos: el concepto de ultra-procesados” (2020)*
- *“Actualización del Informe sobre Clasificación de Alimentos: el concepto de ultra-procesados” (2024).*

A día de hoy, las **definiciones** que describen el concepto de “Alimento ultraprocesado”, son **confusas y poco rigurosas**, pero el uso del término está muy extendido y arraigado en los medios de comunicación y en la sociedad en general (redes sociales, *influencers*, nutricionistas, dietistas, incluso médicos y otros profesionales sanitarios y administración).

Esta falta de rigor y concreción **potencia la incertidumbre, la desinformación y las fake news**, ya sea por ignorancia o por intereses económicos o ideológicos. Esta confusión ha propiciado la asimilación del término “alimento ultra-procesado” con “alimento procesado”, y con una connotación peyorativa de alimento poco saludable.

Ello contribuye a crear **confusión** al elaborador y al consumidor al no disponer de una información precisa y con criterio científico y objetivo, y que le ayuden a escoger los productos que más convengan a su dieta. Ello crea desconfianza y angustia en la población, y más si se tiene en cuenta que alimentarse es una necesidad biológica que debe producir satisfacción física y psicológica.

Es importante también señalar que, a día de hoy, **no se dispone de una normativa o disposición legal** referida a los alimentos ultra-procesados.

Se crea una **paradoja de los alimentos ultra-procesados**, por un lado, no existe una definición objetiva, rigurosa y consensuada por la comunidad científica, y por otro, su uso está muy extendido en la sociedad y en la propia comunidad científica. Hay que indicar que, a pesar de la confusión del término y la falta de rigor en su definición, hay muchos estudios observacionales y ensayos clínicos que lo utilizan, y empieza a ser común en guías dietéticas internacionales, aumentando la confusión de los consumidores.

Frente a este panorama actual parece lógico evidenciar la **necesidad de disponer de una definición precisa y rigurosa**, en base a criterios científicos y parámetros técnicos cuantificables y objetivos **antes de legislar**.

Se debate y ACUERDA:

La **necesidad de concretar los parámetros y las tecnologías** que permitan definir y describir el concepto de “alimento ultra-procesado”, y las características del proceso en función de la composición final, **según criterios científicos, no económicos, ni emocionales.**

Elevar esta necesidad a las instituciones científicas tanto a nivel nacional como internacional (Universidades, Consejo Superior de Investigaciones Científicas y homólogos, centros de investigación sobre alimentos y alimentación, sociedades científicas) **y a las agencias y organismos públicos y privados competentes, incluidos los profesionales.**

Asimismo, y consecuentemente, que se transmitan los resultados y los criterios que se deriven, a las **administraciones pertinentes con capacidad legislativa**, nacionales e internacionales, con el ruego de elaborar normas claras en base a criterios científicos y objetivos.

Finalmente, que estos datos y criterios consensuados, se difundan al **consumidor y a la sociedad en general**, de forma clara, rigurosa, comprensible y de fácil lectura.

Todo ello con el **objetivo** de mejorar, la disponibilidad y la producción de alimentos, garantizar la calidad y la seguridad alimentaria y asegurar un consumo responsable, facilitando a los consumidores la información alimentaria y nutricional adecuada, que genere la **confianza del ciudadano en un sistema alimentario seguro y sostenible.**

- (1) El grupo de trabajo de Fundación Triptolemos, está integrado por los investigadores autores del *“Informe sobre Clasificación de Alimentos: el concepto de ultra-procesados”* (mayo 2020) y al que se han incorporado otros investigadores para elaborar la *“Actualización del Informe sobre Clasificación de Alimentos: el concepto de ultra-procesados”* (junio 2024). Se ha decidido ampliar y actualizar dicho informe, dada la actualidad del tema.

Fundación Triptolemos

Junio 2024

triptolemos@triptolemos.org

www.triptolemos.org