



► 25 Abril, 2017



Tribuna

Abel Mariné. Professor emèrit de nutrició i bromatologia. Campus de l'Alimentació. UB

Etiquetes o prospectes?

En el llibre *Taula i barra* de Quim Monzó hi ha un article del 2014, *Etiquetes de vi*, que explica que els productors aragonesos del vi Torrelongares imprimeixen a les contraetiquetes de les ampolles microrelats d'escriptors. Deuen ser relats molt breus, o amb una lletra ben petita, o es tracta d'ampolles molt grosses. És una iniciativa enginyosa, que, pel que fa al vi, no aporta informació essencial al consumidor. Més transcendent és la dèria creixent de demanar que a l'etiqueta dels productes alimentosos hi hagi un cúmul d'informacions que no hi caben i que fan que la lletra sigui més petita i difícil de llegir.

EL 2004, LA FUNDACIÓ TRIPTOLEMOS, que promou el coneixement entorn del fet alimentari, va publicar el llibre *Alimentos: Qué hay detrás de la etiqueta*, per contribuir a fer-les entenedores. Les dades i els criteris necessaris per interpretar el que l'envàs ens diu no caben en una etiqueta, per més comprimida que es faci. Ara, per exemple, per la injustificada alarma entorn de l'oli de palma, s'exigeix que quedi clar els aliments que en porten, que ja ha de constar en la llista d'ingredients. D'altra banda,

és tendència posar en molts aliments que son "sense gluten" o "sense lactosa" sense que faci falta, perquè és evident que no en porten. El súmmum és una llet etiquetada "sense gluten", producte propi del blat i d'alguns altres cereals, que, evidentment, una llet, sense res afegit, no conté.

FA UNS DIES, LA REVISTA EN LÍNIA Eroski consumer publicava un article d'Aitor Sánchez amb un títol significatiu: *Mira el etiquetado sin que te lleve todo el día*. El que han d'incloure les etiquetes (denominació, ingredients, quantitat, instruccions d'ús, informació nutricional...), i com s'ha d'especificar per no induir a error, està legislat, es controla i, en general, es fa bé. És evident que a vegades hi ha informacions que poden induir a error, com confondre "sense

sucres" amb "sense sucres afegits", perquè no vol dir el mateix, ja que algun ingredient d'un producte alimentós pot portar sucres com a components propis. Les administracions sanitàries i agràries i els consumidors han d'estar atents, però no podem basar en la desconfiança sistemàtica l'exigència d'informació a les etiquetes, com si sempre ens volguessin enganyar, perquè això no és així.

JA FA UNS ANYS, ROBERT XALABARDER, un expert en aliments molt savi, em va dir que al pas que anàvem els aliments no només haurien d'anar etiquetats sinó acompanyats d'un prospecte, com els medicaments. La despesa suplementària de paper no seria gaire ecològica. Amés, ¿què és més útil per al pacient, la informació entenedora realment necessària, i el consell del metge o del farmacèutic, o la tirallonga de dades d'una fitxa tècnica del fàrmac, que la majoria de les persones no estan en condicions d'interpretar del tot? L'excés d'informació, en medicaments i en aliments, fruit de malfiances, no ajuda a desbrossar, amb base científica i no emocional, el que és realment necessari saber i tenir en compte.

“El súmmum és una llet etiquetada “sense gluten”