

Funcionales

DIETÉTICOS, COMPLEMENTOS...

DRA. ANA ISABEL SÁNCHEZ MARCOS. MIEMBRO ÁREA DE NUTRICIÓN SOCIEDAD ESPAÑOLA DE ENDOCRINOLOGÍA Y NUTRICIÓN (SEEN)

“El reto es lograr que los consumidores asimilen los beneficios reales que aporta un alimento funcional”

El etiquetado de las propiedades de un alimento funcional es voluntario; si se lleva a cabo, desde hace más de una década, debe sujetarse a unas normas que regulan que sea de forma veraz, fiable y útil para los consumidores.



RA. La alimentación funcional se ha hecho hueco en canales tan diferentes como el supermercado y la farmacia. ¿A qué responde este interés creciente?

ANA ISABEL SÁNCHEZ MARCOS. El consumidor actual es cada vez más consciente de que los alimentos producen efectos en su organismo. De esta manera, quiere consumir más alimentos que le procuren beneficios y, al mismo tiempo, reducir aquellos que considera que son perjudiciales para su salud. Buscan su bienestar físico y mental, mantener una dieta adecuada, que cubra sus necesidades nutritivas básicas para mantener un buen estado de salud, y además una nutrición óptima para prevenir enfermedades mediante su compra, también en el súper. El consumo de alimentos funcionales se ha extendido a la dieta diaria en parte para compensar los desequilibrios que producen los nuevos estilos de vida, donde el ritmo de vida acelerado y la falta de tiempo para cocinar y los desequilibrios dietéticos impulsan a cubrir las necesidades de salud a través de alimentos funcionales.

RA. ¿La pandemia ha llevado a que crezca esta concienciación del consumidor por la salud y su relación con la alimentación?

La alimentación saludable es una de las preocupaciones que más ha crecido en los últimos meses, especialmente, desde el inicio de la crisis sanitaria. El consumidor busca especialmente productos que refuercen el sistema inmunitario. Además, el mayor riesgo hacia una evolución desfavorable de la infección por SARS-CoV2 en las personas con obesidad y enfermedades metabólicas y cardiovasculares ha empujado a algunas personas también hacia la modificación de estilos de vida favorezcan mejoras en salud.

RA. ¿Y en qué se traduce esta mayor preocupación?

En consonancia con el binomio alimentación y salud existen otras demandas en auge en la población como: la reducción calórica de los alimentos, la disminución de grasa y azúcares y aquellas marcadas por factores como el aumento de la esperanza de vida; que han impulsado

el desarrollo de productos dirigidos a colectivos con necesidades nutricionales especiales.

RA. En el caso el gran consumo, cada vez más marcas se apuntan a sumarse a esta corriente de la alimentación funcional. ¿Existe control o debería incrementarse para no confundir al consumidor?

Aunque el etiquetado de las propiedades de un alimento funcional es voluntario, si se hace, desde hace más de una década, debe sujetarse a unas normas que regulan que se haga de forma veraz, fiable y útil para los consumidores. Debemos saber que todas las declaraciones nutricionales y de propiedades saludables que se encuentran autorizadas han tenido que someterse previamente a un procedimiento en el que tienen que demostrar que están basadas en datos científicos sólidos evaluados por la Autoridad Europea de Seguridad Alimentaria (EFSA) y autorizadas a nivel europeo. Recordar que hay dos tipos de declaraciones: nutricionales y de propiedades saludables.

La normativa que las regula es el Reglamento (CE) N° 1924/2006 del Parlamento Europeo y del Consejo. Adicionalmente, la Agencia Española de Seguridad Alimentaria y Nutrición facilita un buscador de “Declaraciones nutricionales y de propiedades saludables” que contempla todas las declaraciones autorizadas bajo el Reglamento 1924/2006.

RA. Vivimos tiempos en los que los influencers y redes sociales se han convertido en prescriptores de productos funcionales y consejos relacionados con la nutrición. ¿Cómo se puede poner en valor la profesionalidad de especialistas ante estas figuras?

Supongo que como en cualquier otro campo de conocimiento, el problema no es el canal por el que se recibe o busca la información (RRSS) que puede ser tan válido como cualquier otro, sino que la fuente de dicha información no tenga la formación apropiada para emitir dichas recomendaciones. Creo que siempre es más fiable acudir a una fuente de formación oficial y científicamente contrastada, como la antes mencionada Agencia Española de Seguridad Alimentaria y Nutrición que, por cierto, también está presente en RRSS.

RA. Bajo su punto de vista, ¿qué retos tiene este campo de la alimentación funcional en gran consumo para el futuro a corto, medio plazo?

En mi opinión el gran reto a corto-medio plazo es lograr que los consumidores asimilen los beneficios reales que un alimento funcional les puede ofrecer, que nunca servirá para compensar en la salud los desequilibrios dietéticos o la falta de actividad física. Tener unas expectativas reales respecto a lo que ofrecen estos alimentos es fundamental para que su consumo sea sostenido en el tiempo y es entonces cuando se logra el beneficio en líneas generales.

Fuentes:

- Barómetro de AINIA Consumer 2021: “El mercado de alimentación desde la perspectiva del consumidor”
- www.aesan.gob.es/AECOSAN/docs/documentos/seguridad_alimentaria/gestion_riesgos/Tabla_declaraciones_NUTRICIONALES_autorizadas.pdf

PROTEÍNAS VEGETALES Y NUEVA GENERACIÓN DE PROBIÓTICOS



El Centro de Convenciones Internacional de Barcelona- CCIB acogerá la sexta edición de Nutraceuticals Europe, la cita profesional por excelencia en nuestro país focalizada en los ingredientes funcionales, ‘novel foods’ y producto acabado (8 y 9 de marzo de 2023). En la pasada convocatoria, organizada por Feria Valencia, recibió una gran afluencia de profesionales del sector la alimentación, suplementos dietéticos, sector farmacéutico o del ámbito de la industria cosmética altamente especializado y con un perfil internacional, en busca de las últimas innovaciones de un sector en expansión al calor del ‘boom’ que está registrando el segmento de la alimentación saludable, productos dietéticos y sector nutricional en general.

Nutraceuticals, en este sentido, irrumpe como un foro de innovación y de tendencias donde se muestran los últimos avances del sector y que marcan el camino en la alimentación del futuro. Entre estas novedades, están destacando de forma importante los avances en el desarrollo de nuevas proteínas vegetales así como la nueva generación de probióticos, destinados a mejorar tanto el rendimiento físico como la calidad de vida de los usuarios. Por ejemplo, en la feria se muestran ejemplos como pulpa de baobab para la intolerancia alimentaria, chitosán de origen vegano o cúrcuma para dietas de adelgazamiento, proteína de guisante alternativa a la soja, extracto de lúpulo que alivia los trastornos de la menopausia o un compuesto de algas marinas que mejoran la memoria y al capacidad cognitiva.

En la feria también destacan entre las novedades de los expositores los llamados ‘gummies’ o alimentos funcionales en forma de golosina que facilitan la ingesta de este tipo de componentes. En esta línea diversas empresas expositoras mostraron colágeno para mejorar las articulaciones en el ámbito ‘senior’ o incluso una nueva forma de golosinas con capacidad relajante. Al calor de la alimentación vegana también se están presentado componentes que mejoran la textura, color y composición de las ‘carnes artificiales’ así como innovaciones más llamativas como una proteína de insecto destinada a batidos proteicos y alimentación deportiva.

También se presentaron los últimos estudios en torno a la proteína vegetal de guisante, la puesta en el mercado de un nuevo componente que ayuda a mejorar la calidad del sueño a través de una mezcla botánica natural o nueva plataforma de cribado para la obtención de nuevos ingredientes de origen natural con propiedades naturales.