



EDITORIAL

Los funcionales a examen: ¿alimentos al servicio de la salud o nuevo negocio para la industria alimentaria?

Functional foods: For the health service or new business for the food industry?

Lorena Meléndez Illanes^a, Cristina González Díaz^b y Carlos Álvarez-Dardet^{c,d,*}

^a Facultad de Ciencias de la Salud, Universidad de Alicante, Alicante, España

^b Departamento Comunicación y Psicología Social, Universidad de Alicante, Alicante, España

^c Grupo de Investigación en Salud Pública, Universidad de Alicante, Alicante, España

^d Centro de Investigación Biomédica en Red de Epidemiología y Salud Pública (CIBERESP), Universidad de Alicante, Alicante, España

Disponible en Internet el 5 de marzo de 2013

Alimentos funcionales: ¿productos con propiedades saludables?

Como respuesta al gran interés por la salud y la alimentación nacieron en Japón en 1984 los alimentos funcionales¹, que se desarrollaron específicamente para mejorar la salud y reducir el riesgo de contraer enfermedades. Esto es debido a la preocupación de las autoridades sanitarias japonesas, por preservar una mejor calidad de vida a su población cada vez más longeva. Los alimentos funcionales en dicho país y en el mundo entero continúan con enorme crecimiento², para el año 2012 se estimó un valor de aproximadamente 175.000 millones de €, siendo un 25% superior a los niveles de 2007³.

La legislación no dice qué es un alimento funcional. Por lo tanto, la regulación es a través de la legislación sobre etiquetado, por medio de las declaraciones que puede llevar un alimento en su comercialización⁴.

No todo vale en publicidad y etiquetado de alimentos funcionales: la complejidad de la evidencia científica exigida

Todos quisiéramos pensar que la información presentada en el etiquetado de los alimentos o en la propia publicidad alimentaria es cierta. En este sentido, uno de los puntos más importantes en los que se centra la nueva reglamentación es en la exigencia de la evidencia científica, que respalde dichas propiedades atribuidas a cada alimento por medio de las declaraciones. El fundamento científico debe ser suficiente, del más alto nivel posible, y a su vez debe ser ratificado por expertos de la *European Food Safety Authority* (EFSA).

La exigencia de evidencia científica tiene que ir avalada por diversos estudios. Los de intervención aleatorizados y controlados son los que tienen mayor peso para demostrar el efecto que se quiere declarar. Teniendo en cuenta que es fundamental que dichos efectos sean reproducibles, se debe disponer de más de un estudio con tales características. Otro tipo de estudios como experimentales en animales o *in vitro* a nivel celular, entre otros, no tendrían el peso suficiente para validar por sí mismo una declaración, pero sí podrían aportar información complementaria.

* Autor para correspondencia.

Correo electrónico: carlos.alvarez@ua.es (C. Álvarez-Dardet).

A pesar de la exigencia científica requerida, no debemos olvidar los valores beneficiosos para la salud que se le adscriben al producto en cuestión. De este modo, creemos necesario preguntarnos si: ¿son más un alimento o más un medicamento? Porque si la respuesta es que se asemeja más al efecto de un medicamento, dicho rigor científico que la ley exige para la utilización de las declaraciones en estos supuestos alimentos con características «especiales», ¿no debería ser semejante al que se le exige a la industria farmacéutica a la hora de publicitar?

Esto es importante, teniendo en cuenta que la mayoría de los ensayos clínicos que se realizan con estos productos son contra placebo, lo que no demostraría en absoluto evidencia suficiente para su uso posterior. Es necesario, entonces, ser más exigentes, como se hace en la industria farmacéutica, requiriendo que el grupo control sea tratado como se hace en la realidad y no solo con efecto placebo. Por ejemplo, si se postula que el Danacol® reduce el colesterol, debería haber evidencia de ensayos controlados comparados con los hipolipidemiantes habituales.

El que siga existiendo esta ambigüedad a la hora de hablar de los alimentos funcionales hace que aún exista posibilidad por parte de la industria de publicitar dichos alimentos con propiedades poco claras, que los consumidores podríamos interpretar como «curativas», «preventivas» o casi «milagrosas». Es por esto que debemos adoptar una postura más crítica y exigir que se establezca una definición clara de este tipo de alimentos.

Un ejemplo del problema al que nos enfrentamos: el caso Actimel®

En Francia, desde septiembre de 2011 está prohibida la publicidad de Actimel® como respuesta al estudio llevado a cabo por el investigador francés Didier Raoult⁵, en el que se especula que la incorporación de probióticos, fundamentalmente en productos lácteos fermentados, podría tener efecto sobre una ganancia excesiva de peso de ciertos animales. Sabemos que de un estudio no podemos sacar conclusiones drásticas y menos si en él hay resultados relacionados con animales, pero, por lo menos nos da la voz de alarma y nos hace pensar en la importancia de la evidencia científica de alta calidad para demostrar si estos productos son efectivos, o si definitivamente estamos pagando de más por un producto que nos ofrece propiedades ficticias.

En otros países, como Reino Unido, han sido más cautos y solo han llevado a cabo diversas restricciones y prohibiciones relativas a determinadas campañas publicitarias, por considerar que los mensajes transmitidos no se ajustaban a la realidad al carecer de criterios científicos que certificaran tales afirmaciones⁶.

En España, la Asociación de Usuarios de la Comunicación interpuso una demanda ante Autocontrol de la Publicidad correspondiente a una campaña publicitaria donde se utilizaba el mensaje «favorece tus defensas», el cual era confuso al no dejar claro si el reclamo en sí describía los aspectos meramente saludables del producto, factor que está permitido legalmente, o podría

interpretarse también que el producto tenía propiedades curativas, característica que le otorgaba la condición de fármaco y que no está permitido por ley al tratarse de un alimento⁷.

El caso del Actimel® ejemplifica el problema al que nos enfrentamos, tanto consumidores, como autoridades competentes en el tema y profesionales de la salud, estando ante alimentos enmascarados tras propiedades de medicamentos⁸.

Diversos estudios han demostrado lo bien posicionado que está en la población el concepto de alimentos funcionales⁹, a los que, por sus supuestos efectos beneficiosos para la salud, los consumidores les están dando un «valor social» importante. Sin confirmar el real efecto de estos, en la práctica, se estaría pagando de más y obteniendo el mismo beneficio que pueda aportar un alimento normal y de forma más económica, cuestión que en los tiempos actuales no es algo menor.

Habiendo repasado el panorama actual, y yendo más allá, podríamos preguntarnos si la labor de los profesionales de la salud está siendo sobrepasada por los mensajes que entrega la industria alimentaria, ¿qué hace que una persona se quede con el mensaje entregado en una publicidad televisiva y no con el mensaje entregado por el profesional de salud?

Para todo esto necesitamos que por parte de las autoridades competentes se siga regulando el tema, para así tener mayores estándares a la hora de exigir a la industria alimentaria mayor transparencia.

Como profesionales de atención primaria debemos tener cuidado a la hora de recomendar este tipo de alimentos, advertir por ejemplo sobre posibles riesgos en el excesivo uso que se hace de ellos, o en el reemplazo de la medicación recetada por el profesional. Esto teniendo en cuenta la gran confianza que los consumidores depositan en los mensajes a través de la publicidad y que pueden producir confusión.

Finalmente, debemos recordar a la población que ningún producto, por maravilloso que parezca, va a sustituir los beneficios de una dieta sana, variada y equilibrada. Una alimentación con dichas características, compone una dieta eficiente, por lo tanto «funcional».

Bibliografía

1. Arai S. Functional food science in Japan: state of the art. *Biofactors*. 2000;12:13–6.
2. Amagase H. Current marketplace for probiotics: a Japanese perspective. *Clin Infect Dis*. 2008;46 Suppl 2:S73–5.
3. Euromonitor.com, Impact of New EU Regulations on Functional Food/Drink Claims. Oct 2012 [consultado 4 En 2013]. Disponible en: <http://www.euromonitor.com/health-and-wellness>
4. Eur-lex.europa.eu, Diario oficial de la Unión Europea. Reglamento (CE) n.º 1924/2006 del Parlamento Europeo y del Consejo relativo a las declaraciones nutricionales y de propiedades saludables en los alimentos. Ene 2007 [consultado 20 Dic 2012]. Disponible en: <http://eur-lex.europa.eu/LexUriServ/LexUriServ.do?uri=OJ:L:2007:012:0003:0018:ES:PDF>
5. Raoult D. Probiotics and obesity: a link? *Nat Rev Microbiol*. 2009;7:616.
6. Ofcom.org.uk, HFSS advertising restrictions. Jul 2010 [consultado 3 En 2013]. Disponible en: stakeholders.ofcom.org.uk/binaries/research/tv-research/hfss-review-final.pdf

7. Auc.es, Resoluciones en órganos de autorregulación. Dic 2012 [consultado 22 Dic 2012]. Disponible en: www.auc.es
8. González C, Meléndez L, Alvarez-Dardet C. Alimentos como medicamentos: la delgada línea divisoria entre la industria farmacéutica y la industria alimentaria. Rev Esp Salud Publica. 2012;86:313-7.
9. Landström E, Hursti UK, Magnusson M. Functional foods compensate for an unhealthy lifestyle. Some Swedish consumers' impressions and perceived need of functional foods. Appetite. 2009;53:34-43.