



Quim Sánchez
CEO & FOUNDER
ALIMENTHIA

> Desde motivadoras para que practiquemos deporte hasta las que monitorean constantes vitales de nuestro cuerpo. En la actualidad disponemos de apps para satisfacer prácticamente cualquier faceta de nuestra vida y, en este contexto, no era de esperar que las apps que nos dicen qué debemos comer llegasen, y con fuerza.

Estas apps pueden ser muy útiles a la hora de elaborar un menú saludable o adaptado a nuestras necesidades alimentarias, aunque el problema está en que el consumidor, por lo general, tiene un lío monumental en cuanto a conceptos nutricionales y recibe mensajes contradictorios de publicistas, fabricantes y también de las apps que nos ocupan.

Empezamos por el principio. El funcionamiento de estas apps es muy sencillo: acercar el móvil al código de barras de un producto es suficiente para conocer la calidad nutricional de un alimento, pero ojo, porque los criterios en los que se basa la información obtenida son dispares y controvertidos.

Para empezar, hay que diferenciar en cuanto a términos nutricionales: no es lo mismo procesado, bajo en calorías o azúcares, light, sin gluten y un largo etcétera. Partiendo de esta base, un mismo producto puede ser beneficioso para una persona y

perjudicial para otra, sin entrar en las que padecen alergias o intolerancias alimentarias o quieren seguir alguna dieta.

Asumiendo que el consumidor conoce algo sobre nutrición, el principal problema se encuentra en la calidad de la base de datos que utilizan la mayoría de estas apps de escaneo y en la información que transmiten al usuario.

En España, por el momento no hay una base de datos centralizada con el 100% de los productos alimentarios que contenga información de ingredientes, alérgenos, descripción de producto, etc. La mayoría de las aplicaciones se nutre de una base de datos pública de origen francés (Open Food Facts), que se alimenta de la colaboración popular, es decir, los usuarios suben y actualizan los productos que figuran en ella. Esto la convierte en una base de datos poco fiable, ya que no existen garantías de que la información sea correcta.

El segundo gran problema es la información que nos transmiten sobre los productos que nos vamos a llevar a la boca. Por ejemplo, la tan de moda Yuka puntúa los productos de 0 a 100 calificándolos como buenos (verde), mediocres (naranja) y malos (rojo). Para otorgar dicha puntuación se basan en un 60% en la calidad nutricional, en un 30% en la presencia de aditivos y

VOZ Y VOTO PARA OTRO CONSUMO ¿QUIÉN ES EL JEFE? EL JEFE ERES TÚ

> Hoy en día consumimos productos sin saber apenas nada sobre ellos... y muy a menudo nos preguntamos de qué están hechos de verdad los alimentos que comemos. Por lo tanto, es ilusionante y esperanzador comprobar que existen entidades y movimientos que impulsan valores universales enfocados en la sostenibilidad y en procesos participativos relacionados con lo que consumimos.

Hace un año, la iniciativa ¿Quién es el jefe? no existía en España, pero poco a poco su mensaje está calando en nuestra sociedad. No existe una hoja de ruta definida para crear productos, pero nos damos cuenta de que realmente “el jefe de lo que comemos somos todos”. Sin embargo, ¿somos conscientes los consumidores de nuestra influencia, de nuestro poder de elección, de decisión? Creemos que la clave reside en dejar de ser simples consumidores para querer ser “consum-actores”.

Esta iniciativa que estamos construyendo todos, actúa como catalizador de un cambio de paradigma para integrarnos como consumidores en el proceso de fabricación de un producto. Además de poder determinar nosotros mismos el precio de los productos con características que nos parezcan fundamentales, sabiendo en tiempo real a dónde va nuestro dinero e involucrándonos como ciudadanos responsables.

La Alimentación es sinónimo de vida, es un derecho y no simplemente una mercancía. Nuestra sociedad necesita saber qué consume, cómo se produce, poner cara y ojos a los que nos alimentan... Y, de la misma manera, la agricultura necesita que la sociedad la comprenda para lograr un mejor trabajo y una conexión beneficiosa entre ambas. Desde luego, los cambios positivos surgen gracias al empoderamiento y la participación de todos nosotros consumidores hacia un consumo responsable.

OJO CON LAS APPS NUTRICIONALES PORQUE MEZCLAN CHURRAS CON MERINAS

en un 10% en el origen ecológico del producto. El problema está en que estos criterios no los sustentan estudios científicos, son totalmente subjetivos y basados en lo que un equipo de personas ha creído oportuno.

Luego está el asunto de puntuar si el producto es ecológico o no, algo que tiene mayor impacto en el medio ambiente y la sostenibilidad que en la propia salud. Un producto puede ser ecológico y nutricionalmente no considerarse saludable, y ahí es dónde se puede empezar a generar la confusión en los consumidores.

De manera que el consumidor que no dispone de la formación ni de la información necesaria, ya está sumido en el caos. Yuka dice contar con 10 millones de usuarios. MyRealFood, otra app nutricional, divide los alimentos escaneados en comida real, buen procesado y ultra procesado, sin tener en cuenta (o sí...) que ya existe una escala de valoración para ello: el sistema NOVA, desarrollado en 2010 y que clasifica los alimentos por su grado de procesamiento en base a evidencias científicas.

La preocupación por lo que comemos y por llevar un estilo de vida saludable ha propiciado la proliferación de estas apps y en manos del usuario está informarse y saber elegir la que le puede ser de ayuda. Primero, es fundamental conocer el perfil

“El principal problema se encuentra en la calidad de la base de datos que utilizan la mayoría de estas apps de escaneo y en la información que transmiten al usuario”

y necesidades alimenticias de cada uno. Después, elegir una app que responda a criterios científicos y objetivos (que no sean los usuarios los que modifiquen la base de datos a modo de Wikipedia, sino los creadores de la app en colaboración con los fabricantes, y que detrás de la app exista un equipo de dietistas -nutricionistas profesional).

Y, sobre todo, evitar aquellas apps que infunden el miedo al consumo porque, sin conocimientos nutricionales, algunas aplicaciones nos pueden llevar a un mundo paralelo de desconocimiento, dudas y desconcierto.

Lo que es seguro es que estamos en el buen camino, en el de querer saber lo que comemos, preocuparnos por nuestra alimentación y por conocernos más y mejor. ●



Annaïck Locqueneux

IMPULSORA DE LA INICIATIVA

¿QUIÉN ES EL JEFE?

Otro mundo es posible y juntos podemos contribuir y participar en su nacimiento con toda nuestra energía y sentido común colectivo. Sin olvidarnos de incorporar un enfoque basado en principios que puedan estar asociados a los ODS, columna vertebral de la Agenda 2030 con espíritu de colaboración y pragmatismo para elegir las mejores opciones con el fin de mejorar la vida, de manera sostenible, para las generaciones futuras. ¡Cuánta razón tenía Mandela cuando decía: “Solos vamos más rápido, juntos vamos más lejos”!

Entendemos también que no todo lo que es participativo es inteligencia colectiva, porque para ser eficaz, dicha inteligencia colectiva requiere de organización, información, reglas y variedad de opiniones. El conocimiento es importante pero también es relevante tener capacidad de cuestionar las creencias y seguir aprendiendo. Y si tenemos en cuenta la frase del filósofo Séneca “No es porque las cosas sean difíciles que nos atrevamos, es

“Nuestra sociedad necesita saber qué consume, cómo se produce, poner cara y ojos a los que nos alimentan...”

porque no nos atrevemos por lo que son difíciles”, ¿por qué no ATREVERSE entonces a pensar que podemos tener voz y voto para decidir de forma libre e independiente los productos que queremos consumir y encontrarlos disponibles?

En definitiva, ser actor del cambio que queremos para mañana forma parte de una toma de conciencia tremendamente positiva para todos los productores en particular y para un modelo nacional de consumo más sostenible y responsable en general. ¡Sigamos construyendo el cambio! ●