



**KOMITET NAUKI O ŻYWIENIU CZŁOWIEKA
POLSKIEJ AKADEMII NAUK**

**COMMITTEE OF HUMAN NUTRITION SCIENCE
POLISH ACADEMY OF SCIENCES**

10-718 Olsztyn, ul. Słoneczna 45F
tel.: (48 89) 523 43 53, e-mail: lidia.wadolowska@uwm.edu.pl

Olsztyn, dn. 15.11.2023 r.

Stanowisko Komitetu Nauki o Żywieniu Człowieka Polskiej Akademii Nauk w sprawie zastosowania systemu znakowania żywności Nutri-Score

Komitet Nauki o Żywieniu Człowieka Polskiej Akademii Nauk popiera działania ukierunkowane na promowanie prozdrowotnych wyborów konsumentów w celu poprawy zdrowia Polaków. Znakowanie żywności wartością odżywczą ma na celu ułatwienie konsumentom dokonywania właściwych wyborów żywieniowych. System Nutri-Score jest dobrowolnie stosowany w kilku europejskich krajach, dlatego budzi większe zainteresowanie niż inne systemy znakowania żywności. Ponadto, coraz szersze zastosowanie tego systemu zainicjowało rozważania nad jego obligatoryjnym użyciem w Polsce. Mając na uwadze prowadzone aktualnie prace naukowe nad udoskonaleniem algorytmu obliczania punktów w systemie Nutri-Score uważamy, że system ten w odniesieniu do wielu produktów spożywczych może stymulować prozdrowotne zachowania konsumentów, ale nie powinien być stosowany obligatoryjnie, ponieważ nadal wymaga modyfikacji w celu możliwie pełnego odzwierciedlenia wartości żywieniowej produktu spożywczego. System powinien być poddany walidacji przez uprawnione do tego instytucje państwowe oraz poddany analizie pod kątem jego zgodności z krajowymi zaleceniami żywieniowymi i wytycznymi Europejskiego Urzędu ds. Bezpieczeństwa Żywności (EFSA).

Uzasadnienie

Znakowanie żywności wiąże się z umieszczaniem informacji na opakowaniu, etykiecie lub opakowaniu zbiorczym w formie wyrazów, symboli, liter, znaków firmowych lub rysunków, które muszą być czytelne i łatwe do zrozumienia przez przeciętnego konsumenta. Istotną rolę znakowania żywności jest przede wszystkim ochrona interesów konsumenta, w tym jego życia i zdrowia. Z badań przeprowadzonych w Polsce w latach 2017-2018 w ramach Narodowego Programu Zdrowia wynika, że konsumenci są bardzo zróżnicowani pod względem zainteresowania informacjami zawartymi na etykietach produktów spożywczych. Niektórzy konsumenci nie zwracają uwagi na etykiety i kupują wyłącznie to co lubią lub do czego są przyzwyczajeni. Największą grupę stanowią jednak osoby, które sprawdzają wybrane informacje umieszczone na opakowaniach produktów spożywczych – najczęściej datę ważności, gramaturę i/lub skład. Niewielka liczba kupujących kieruje się w wyborze produktu tabelą wartości odżywczej ze względu na trudności z jej zrozumieniem i interpretacją. Propozycja wprowadzenia znakowania żywności informującego o wartości odżywczej na froncie opakowań produktów spożywczych w postaci graficznej jest pozytywnie przyjmowana, ponieważ jest ono dużo bardziej zachęcające i czytelne dla konsumentów niż korzystanie z tabeli zawierającej wiele danych liczbowych. Biorąc pod uwagę rosnący odsetek osób z nadwagą i otyłością w większości państw członkowskich Unii Europejskiej oraz uwzględniając znaczne obciążenie zdrowotne wynikające z zagrożeń związanych ze stosowaniem nieprawidłowej diety, rośnie zainteresowanie organów publicznych kwestią etykietowania żywności wartością odżywczą.

W Unii Europejskiej istnieje kilka dobrowolnych systemów znakowania żywności, które mają na celu ułatwienie wyborów żywieniowych oraz podniesienie świadomości konsumenckiej na temat kupowanej żywności. Wyróżnianie produktów żywnościowych o wysokiej wartości odżywczej za pomocą specjalnego znakowania może zachęcać producentów żywności do dokonywania zmian w składzie produktów m.in. ograniczania w nich zawartości składników, które spożywane w nadmiarze mogą mieć niekorzystny wpływ na zdrowie, np. soli, nasyconych kwasów tłuszczowych czy cukrów dodanych. Obecnie stosowanymi w Europie systemami znakowania żywności wartością odżywczą są m.in.: Dobrowolny Program Znakowania Wartością Odżywczą, nazywany również "Etykieta referencyjnych wartości spożycia" – RWS, Eco-Score, Keyhole, NutriInform Battery, Nutri-Score, Planet-Score, Traffic Light Labelling.

System Nutri-Score został opracowany we Francji w 2017 roku i obecnie jest stosowany dobrowolnie również w sześciu innych krajach Europy (Belgii, Hiszpanii, Niemczech, Holandii, Luksemburgu, Szwajcarii). Z drugiej strony, w kilku krajach jest krytykowany (Cyprze, Grecji, Łotwie, Republice Czeskiej, Rumunii, Węgrzech, Włoszech), w tym przez państwowe urzędy ochrony konkurencji i konsumentów.

System Nutri-Score przedstawia skalę pięciu kolorów i liter (ciemnozielony – A, jasnozielony – B, żółty – C, jasnopomarańczowy – D, ciemnopomarańczowy – E). Kolor ciemnozielony (A) oznacza produkty spożywcze o wysokiej wartości żywieniowej, czyli takie, które należy spożywać w większej ilości, zaś ciemnoczerwony (E) określa produkty spożywcze o większej zawartości niekorzystnych dla zdrowia składników żywności i wskazuje, że ich ewentualnie nadmierne spożycie, należy ograniczać. W określaniu ogólnej oceny wartości żywieniowej produktu spożywczego w systemie Nutri-Score bierze się pod uwagę wybrane grupy żywności lub składniki, które dla uproszczenia są określone jako tzw. składniki pozytywne oraz tzw. składniki negatywne. Dla celów oceny wszystkie produkty spożywcze w systemie Nutri-Score podzielono na cztery grupy (Ogólne, Sery, Tłuszcze, Napoje), do których zastosowano różniące się w wybranych elementach kryteria oceny. Zaklasyfikowanie produktu spożywczego do jednej z powyższych kategorii (od A do E) odbywa się na podstawie opracowanego algorytmu, w którym oblicza się sumę punktów:

- dodaje punkty za obecność tzw. składników pozytywnych, które odnoszą się do procentowej zawartości: owoców, warzyw, roślin strączkowych, orzechów oraz zawartości błonnika i białka wyrażonych w g na 100 g produktu spożywczego;
- odejmuje punkty za obecność tzw. składników negatywnych, które dotyczą wartości energetycznej wyrażonej w kJ na 100 g produktu spożywczego oraz zawartości nasyconych kwasów tłuszczowych, cukrów i soli wyrażonych w g na 100 g produktu spożywczego.

System Nutri-Score ma na celu poinformowanie konsumenta czy spożycie tego produktu może korzystnie wpływać na organizm człowieka, a więc czy jest on polecany do spożycia, czy też lepiej ograniczyć jego spożycie. System ma ułatwić konsumentom dokonywanie wyborów żywieniowych, ale nie powinien być interpretowany jako zachęta do kupowania i spożywania wyłącznie produktów z oceną A lub B.

Zalety systemu Nutri-Score:

- ułatwienie konsumentom wyboru produktów poprzez orientacyjne określenie ich wartości odżywczej;
- ocena całego produktu spożywczego, a nie jego poszczególnych składników, co sprawia, że system jest łatwy do zrozumienia przez konsumentów;
- umieszczenie informacji o wartości odżywczej produktu w głównym polu widzenia, czyli zazwyczaj na frontowej części etykiety/opakowania produktu, która w przypadku innych systemów znakowania jest często umieszczana z tyłu opakowania produktu.

Ograniczenia systemu Nutri-Score:

- system nie określa w pełni wartości odżywczej produktów, ponieważ algorytm obliczania punktów odnosi się do wybranych grup żywności i wybranych aspektów wartości odżywczej, a pomija inne (np. zbilansowanie białek pod względem zawartości aminokwasów, zawartość składników mineralnych, witamin i substancji bioaktywnych);
- system nie uwzględnia obecności cukrów dodanych, dodatków do żywności i stopnia przetworzenia produktów;
- system nie odnosi się do porcji produktów spożywczych, lecz prezentuje zawartość grup żywności i składników w przeliczeniu na 100 g produktu;
- system nie uwzględnia tzw. czystości etykiet¹ produktów spożywczych, ekologicznego pochodzenia surowców, tradycyjnych receptur i lokalnego pochodzenia produktów;
- system ma ograniczone zastosowanie, ponieważ dotyczy wyłącznie pakowanych produktów spożywczych, które na opakowaniu posiadają informację żywieniową;
- system w niektórych przypadkach może wprowadzać konsumentów w błąd, np. przez zaklasyfikowanie produktu o dużej wartości odżywczej (np. tłuste ryby) do grupy D lub E z powodu jego jednostronnego składu lub zaklasyfikowanie produktu o małej wartości odżywczej (np. napoje typu light) do grupy A lub B z powodu jego małej wartości energetycznej.

Mając na uwadze trwające prace naukowe nad udoskonaleniem algorytmu obliczania punktów w systemie Nutri-Score uważamy, że system w odniesieniu do wielu produktów spożywczych może stymulować prozdrowotne zachowania konsumentów. System Nutri-Score nie powinien być jednak stosowany obligatoryjnie, gdyż nadal wymaga modyfikacji polegającej co najmniej na:

- dalszej korekcie sposobu punktacji, aby w odniesieniu do niektórych produktów spożywczych nie wprowadzał konsumentów w błąd;
- uwzględnieniu w punktacji zawartości wielu składników bioaktywnych;
- uwzględnieniu w punktacji zawartości cukrów dodanych;
- wyrażeniu wyników Nutri-Score w przeliczeniu na porcję produktu.

Ponadto, system Nutri-Score musi spełniać wymogi art. 36 rozporządzenia Parlamentu Europejskiego i Rady UE nr 1169/2011, m.in.:

1. nie może wprowadzać konsumentów w błąd;
2. nie może być niejednoznaczny ani dezorientować konsumenta, nawet jeśli nie podjęto dodatkowych działań edukacyjnych wyjaśniających sposób działania systemu;
3. musi być oparty na aktualnych danych naukowych.

Stanowisko zostało przyjęte jednomyślnie.

PRZEWODNICZĄCA
Komitetu Nauki o Żywieniu Człowieka


Prof. dr hab. inż. Lidia Wądołowska

¹ Termin 'czysta etykieta' (ang. clean label) określa nowy trend w znakowaniu żywności i odnosi się do produktów spożywczych, które składają się z ograniczonej liczby podstawowych i rozpoznawalnych składników, a nie zawierają m.in. barwników, substancji zagęszczających, stabilizatorów. Termin ten jest nadal nieformalnym określeniem żywności.

PIŚMIENNICTWO

1. Almeida HRM, Arruda IKG, Diniz ADS, Cabral EK, Santos SVD. NUTRISCORE as a tool to predict greater weight loss and longer hospital stay in cancer patients. *Nutr Hosp*. 2023, 31. doi: 10.20960/nh.04570.
2. Chen A, Kayrala N, Trapeau M, Aoun M, Bordenave N. The clean label trend: An ineffective heuristic that disserves both consumers and the food industry? *Compr Rev Food Sci Food Saf*. 2022, 21(6):4921-4938. doi: 10.1111/1541-4337.13031.
3. Dobrowolne systemy znakowania żywności. Federacja Konsumentów. Dostęp online: <http://www.federacja-konsumentow.org.pl/n.6.1488.1.1.dobrowolne-systemy-znakowania-zywnosci.html> z dnia 22.08.2023
4. Egnell M, Talati Z, Galan P, Andreeva VA, Vandevijvere S, Gombaud M, Dréano-Trécant L, Hercberg S, Pettigrew S, Julia C. Objective understanding of the Nutri-score front-of-pack label by European consumers and its effect on food choices: an online experimental study. *Int J Behav Nutr Phys Act*. 2020, 19;17(1):146. doi: 10.1186/s12966-020-01053-z. Erratum in: *Int J Behav Nutr Phys Act*. 2020, 16;17(1):164.
5. European Commission. Food labelling: revision of rules on information provided to consumers. 2022. Dostęp online: https://ec.europa.eu/info/law/better-regulation/have-your-say/initiatives/12749-Food-labelling-revision-of-rules-on-information-provided-to-consumers_enhttps://solidarites-sante.gouv.fr/prevention-en-sante/preserver-sa-sante/nutrition/nutri-score/etudes-et-rapports-scientifiques/.
6. Hercberg S, Galan P, Touvier M. European JRC Report: One More Stone for the (Scientific) Building of Nutri-Score. *Ann Nutr Metab*. 2023, 79(1):3-4. doi: 10.1159/000527852.
7. <https://nutriscore-europe.com/members/>
8. https://nutriscore-europe.com/wp-content/uploads/2023/01/NS_rapport-EU-V10_230202.pdf
9. <https://www.agcm.it/pubblicazioni/bollettino-settimanale/2022/29/Bollettino-29-2022>
10. <https://www.europafm.ro/wp-content/uploads/2022/11/Adresa-Anpc-nr.-10047.pdf>
11. Panczyk M, Dobrowolski H, Sińska BI, Kucharska A, Jaworski M, Traczyk I. Food Front-of-Pack Labelling and the Nutri-Score Nutrition Label—Poland-Wide Cross-Sectional Expert Opinion Study. *Foods* 2023, 12(12): 2346. doi: 10.3390/foods12122346.
12. Panczyk M, Traczyk I, Jaworski M, Sińska B, Kucharska A. Raport z ogólnopolskiego badania przekrojowego. Wydział Nauk o Zdrowiu, Warszawski Uniwersytet Medyczny, 2022. Dostęp online: https://wnoz.wum.edu.pl/sites/wnoz.wum.edu.pl/files/13-07-222-raport-final-version_wersja-do-dystrybucji.pdf
13. Peters S, Verhagen H. An Evaluation of the Nutri-Score System along the Reasoning for Scientific Substantiation of Health Claims in the EU—A Narrative Review. *Foods* 2022, 11(16), 2426. doi: 10.3390/foods11162426.
14. Roberto CA, Ng SW, Ganderats-Fuentes M, Hammond D, Barquera S, Jauregui A, Taillie LS. The Influence of Front-of-Package Nutrition Labeling on Consumer Behavior and Product Reformulation. *Annu Rev Nutr*. 2021, 11;41:529-550. doi: 10.1146/annurev-nutr-111120-094932.
15. Rozporządzenie Parlamentu Europejskiego i Rady Unii Europejskiej nr 1169/2011 z dnia 25 października 2011 r. w sprawie przekazywania konsumentom informacji na temat żywności. Dostęp online: <https://eur-lex.europa.eu/LexUriServ/LexUriServ.do?uri=OJ:L:2011:304:0018:0063:PL:PDF>
16. Sprawozdanie Komisji dla Parlamentu Europejskiego i Rady w sprawie stosowania dodatkowych form wyrażania i prezentacji informacji o wartości odżywczej, Bruksela, dnia 20.5.2020 r. COM(2020) 207 final. Dostęp online: <https://eur-lex.europa.eu/legal-content/PL/TXT/PDF/?uri=CELEX:52020DC0207>
17. Włodarek D, Dobrowolski H. Fantastic Foods and Where to Find Them-Advantages and Disadvantages of Nutri-Score in the Search for Healthier Food. *Nutrients* 2022, 16;14(22):4843. doi: 10.3390/nu14224843.
18. Zaręba D, Ziarno M. Nowy system znakowania żywności. *Forum Mleczarskie, Handel* 2022, 2:110. Dostęp online: <https://www.forummleczarskie.pl/raporty/1249,nutri-eco-i-planet-score-nutri-eco-i-planet-score-nowy-system-znakowania-zywnosci>