

Niños en Nutrición

LA SALUD COMIENZA EN LA JUVENTUD.

Programa de Sostenibilidad Alimentaria
Boletín Semanal



www.kidsinnutrition.org



info@kidsinnutrition.org



Lección 6: Etiquetas de Alimentos & Mercadotecnia

La industria de alimentos y bebidas usa billones de dólares cada año en [dirigir publicidad y mercadotecnia hacia los niños](#) porque su influencia en la compra y su futuro como consumidores adultos. Estas prácticas publicitarias son frecuentemente engañosas y no solamente tiene un gran impacto en lo que los niños comen y lo que piden a sus padres que compran, pero también da la falsa impresión a los consumidores que los alimentos son más saludables o mejores para el medioambiente de lo que realmente son. Canales de mercadotecnia para llegar a los jóvenes incluye publicidad en televisión, Internet, mercadotecnia en escuelas, y colocación de productos. Adicionalmente, los alimentos dirigidos a los niños normalmente faltan valor nutricional y son altamente procesados con azúcar adicional, sodio, y grasa no saludable.

Objetivos de la Lección

- Entender las tácticas publicitarias.
- Entender y decodificar las etiquetas de los alimentos.

Etiquetas de Alimentos Certificados

El gobierno y organizaciones de terceros tienen [etiquetas de alimentos certificados](#) que solamente pueden ser usados si los alimentos cumplen las regulaciones y estándares correspondientes. Las etiquetas alimentarias certificadas incluyen “USDA Orgánico,” “Comercio Justo” y más. Aunque estos existen para ayudar a consumidores a mejor entender la calidad de comida que están comiendo, es importante que los consumidores examinen a los productos en su entero y comprendan la calidad de comida que consumen. Por ejemplo, mientras un paquete de galletas con un etiqueta de “No-OGM Proyecto Verificado” asegura que ingeniería genética no estuvo utilizado, no significa que el producto sea automáticamente saludable. Ejemplos de etiquetas alimentarias no certificadas que no están reguladas y por lo tanto tienen poco significado incluyen “Criados en Libertad,” “Todo Natural,” “Criado Sin Antibióticos,” y “Sin Hormonas.”



El Lavado Verde

El [lavado verde](#) es una práctica usada para falsear un producto como más ecológico de lo que es en realidad. Palabras que no están reguladas como “sostenible” o “amigables al medio ambiente” afirman que el producto es bueno para el medio ambiente cuando puede no ser el caso. Por lo tanto, estas palabras vagas tienen poco significado y no pruebas.

Otra estrategia es el uso de caricaturas coloridas de animales felices para dar la falsa impresión que los animales recibieron mejor tratamiento de lo que actualmente recibieron.



Tácticas de Mercadotecnia

[Tácticas de mercadotecnia](#) son diferentes estrategias usadas por compañías para aumentar el atractivo de su producto y para convencer a los consumidores para comprarlo. Comerciales de televisión o la inclusión de juguetes con comidas rápidas son tácticas dirigidas a niños para aumentar el atractivo de alimentos que faltan valor nutritivos. Trucos diferentes también pueden ser usados para engañar consumidores con respecto al perfil nutricional y la calidad de los alimentos, como el uso de palabras no reguladas como “natural.” También cuando las frases describen precisamente a un producto, pueden ser usadas para engañar a los consumidores con respecto a los beneficios generales de la comida. Un ejemplo es la frase “zero azúcar” en un paquete de carne seca. Aunque la afirmación puede ser cierta, sirve como una distracción y hace que el consumidor olvide los inconvenientes del alimento.

Como Descifrar las Etiquetas de Alimentos

La mejor manera para evaluar la calidad de un producto es leer la etiqueta nutricional y lista de los ingredientes. Sabiendo cuáles etiquetas son certificadas y cuales palabras tienen significados engañosos también ayuda. Adicionalmente, es importante notar que la primera impresión de un producto no es necesariamente precisa por todas las tácticas de mercadotecnia que pueden estar utilizadas. Por ejemplo, si un barra de granola dice que tiene altos niveles de proteína, vuelve a comprobar esta afirmación leyendo la etiqueta de nutrición. Entonces, mira a los otros aspectos del producto — ¿es el alimento alto en azúcar o sodio?

¡Desafío Semanal!

Esta semana, práctica a evaluar etiquetas de alimentos en casa y trata algunas de los siguientes opciones:

- Toma fotos de cinco etiquetas de alimentos poco fiables y cinco más etiquetas que son fiables (etiquetas certificadas por el gobierno o por un organización tercero)
- Mira las etiquetas de nutrición de los productos alimentarios que tienes en casa, y mira si estos productos alimenticios son “saludables” o si tienen mucha azúcar, grasa, o sodio. ¡Asegúrate de mirar el tamaño de las porciones!