

Μελέτη του Γεωπονικού Πανεπιστημίου Αθηνών σε συνεργασία με τον ΕΦΕΤ σχετικά με τη διατροφική επισήμανση εμπρόσθιου πεδίου στις συσκευασίες τροφίμων (FoPNL)

Ερευνητική και Συντακτική Ομάδα

Εμμανουέλα Μαγριπλή, Επίκουρη Καθηγήτρια Διατροφικής Επιδημιολογίας & Δημόσιας Υγείας, Τμήμα Επιστήμης Τροφίμων και Διατροφής του Ανθρώπου, Γεωπονικό Πανεπιστήμιο Αθηνών (Επιστημονική Υπεύθυνη)

Ανδρέας Δριχούτης, Αναπληρωτής Καθηγητής Οικονομικών της Συμπεριφοράς του Καταναλωτή, Τμήμα Αγροτικής Οικονομίας και Ανάπτυξης, Γεωπονικό Πανεπιστήμιο Αθηνών

Δημοσθένης Παναγιωτάκος, Καθηγητής Βιοστατιστικής και Επιδημιολογίας, Τμήμα Επιστήμης Διαιτολογίας-Διατροφής, Χαροκόπειο Πανεπιστήμιο

Δρ Ασπασία Σαμωνά, Προϊσταμένη Τμήματος Επισήμανσης Τροφίμων και Ηλεκτρονικού Εμπορίου, Δ/νση Προστασίας Καταναλωτών, ΕΦΕΤ

Δρ Γεώργιος Μαράκης, Ειδικό Επιστημονικό Προσωπικό, Αναπλ. Προϊστάμενος Τμήματος Διατροφής και Προδιαγραφών, Δ/νση Αξιολόγησης Επικινδυνότητας και Διατροφής, ΕΦΕΤ

ΙΟΥΛΙΟΣ 2022

ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Στο πλαίσιο της στρατηγικής «από το αγρόκτημα στο πιάτο» (“Farm to Fork”), η Ευρωπαϊκή Επιτροπή έχει αναλάβει αριθμό δράσεων συμπεριλαμβανομένης της κατάθεσης ως το τέλος του έτους 2022, νομοθετικής πρότασης για μια εναρμονισμένη υποχρεωτική διατροφική επισήμανση στο μπροστινό μέρος της συσκευασίας τροφίμων (Front-of-Pack Nutrition Labelling - FOPNL). Παρότι τόσο κράτη μέλη της Ευρωπαϊκής Ένωσης (ΕΕ), όσο και κράτη εκτός ΕΕ έχουν αναπτύξει το δικό τους σχήμα FOPNL, όπως για παράδειγμα το Ηνωμένο Βασίλειο (Multiple Traffic Lights - MTL), η Γαλλία (Nutriscore) και η Ιταλία (NutrInform Battery), η Ελλάδα μέχρι στιγμής δεν έχει αναπτύξει δικό της σχήμα και δεν έχει υιοθετήσει επίσημα κάποιο σχήμα FOPNL άλλων χωρών.

Σε ευρωπαϊκό επίπεδο, οι κατηγορίες σχημάτων FOPNL που έχουν επιλεγεί να αποτελέσουν τη βάση των συζητήσεων και να αξιολογηθούν με στόχο την επιλογή του μελλοντικού εναρμονισμένου σχήματος FOPNL της ΕΕ είναι οι παρακάτω τέσσερις:

Επιλογή 1: **Περιγραφικό** σχήμα FOPNL εστιασμένο στην περιεκτικότητα συγκεκριμένων θρεπτικών συστατικών (π.χ. Guideline Daily Amounts (GDA), NutrInform Battery). Το σχήμα αυτό δεν αξιολογεί την περιεκτικότητα του τροφίμου σε μεμονωμένα θρεπτικά συστατικά, αλλά ούτε συνολικά το τρόφιμο, απλώς παρέχει αριθμητικές πληροφορίες σχετικά με την ενεργειακή αξία του τροφίμου, την περιεκτικότητά του σε τέσσερα θρεπτικά συστατικά (λιπαρά, κορεσμένα λιπαρά, σάκχαρα και αλάτι), καθώς και το ποσοστό τους επί της συνιστώμενης ημερήσιας πρόσληψης είτε ανά 100g ή 100ml (GDA), είτε στην προτεινόμενη μερίδα (NutrInform battery).

Επιλογή 2: **Αξιολογικό** σχήμα FOPNL εστιασμένο στην περιεκτικότητα συγκεκριμένων θρεπτικών συστατικών – χρωματικός κώδικας (π.χ. Multiple Traffic Lights - MTL). Το σχήμα παρέχει αριθμητικές πληροφορίες σχετικά με την ενεργειακή αξία του τροφίμου, την περιεκτικότητά του σε τέσσερα θρεπτικά συστατικά (λιπαρά, κορεσμένα λιπαρά, σάκχαρα και αλάτι), καθώς και το ποσοστό τους επί της συνιστώμενης ημερήσιας πρόσληψης. Τα χρώματα χρησιμοποιούνται για την ταξινόμηση της περιεκτικότητας των εν λόγω θρεπτικών συστατικών ως «χαμηλής περιεκτικότητας» (πράσινο χρώμα), «μεσαίας περιεκτικότητας» (πορτοκαλί χρώμα) ή «υψηλής περιεκτικότητας» (κόκκινο χρώμα).

Επιλογή 3: **Αξιολογικό** σχήμα FOPNL με χρήση λογότυπου (π.χ. Healthy Choice, Keyhole). Το σχήμα παρέχει εκτίμηση της συνολικής θρεπτικής αξίας ενός τροφίμου, μέσω ενός θετικού λογότυπου, που εφαρμόζεται μόνο σε τρόφιμα που πληρούν τα διατροφικά κριτήρια (διατροφικά περιγράμματα) που έχουν τεθεί.

Επιλογή 4: **Αξιολογικό** σχήμα FOPNL με χρήση βαθμολογικών και χρωματικών δεικτών (π.χ. Nutriscore). Το σχήμα παρέχει εκτίμηση της συνολικής θρεπτικής αξίας ενός τροφίμου, μέσω βαθμολογικής κλίμακας (π.χ. A, B, C, D, E) και αντίστοιχων χρωματικών δεικτών (π.χ. από το πράσινο χρώμα ως το κόκκινο).

Στην παρούσα φάση, το Joint Research Center (JRC) της Ευρωπαϊκής Επιτροπής διενεργεί μελέτη επίπτωσης (impact assessment) των διαφορετικών σχημάτων FOPNL, βάσει των διαθέσιμων επιστημονικών δεδομένων. Τα αποτελέσματα της μελέτης αναμένονται εντός του 2022.

Γνωμοδότηση της Ευρωπαϊκής Αρχής Ασφάλειας Τροφίμων (EFSA)

Τον Απρίλιο του 2022, η EFSA δημοσίευσε επιστημονική συμβουλή (scientific advice) σχετικά με τα διατροφικά περιγράμματα που μπορούν να χρησιμοποιηθούν στην ανάπτυξη ενός εναρμονισμένου υποχρεωτικού σχήματος FOPNL. Στην επιστημονική αυτή γνωμοδότηση, η EFSA κατέληξε στο συμπέρασμα ότι οι διατροφικές προσλήψεις κορεσμένων λιπαρών οξέων, νατρίου (αλατιού) και πρόσθετων/ελεύθερων σακχάρων είναι υψηλότερες από τις διατροφικές συστάσεις στην πλειονότητα των Ευρωπαϊκών Χωρών, ενώ οι προσλήψεις φυτικών ινών και καλίου είναι χαμηλότερες από τις διατροφικές συστάσεις, και επομένως τα συστατικά αυτά θα μπορούσαν να χρησιμοποιηθούν στα διατροφικά περιγράμματα για τα σχήματα FOPNL τα οποία είναι αξιολογικά (δηλ. Επιλογές 2, 3 και 4). Στην γνωμοδότηση αυτή, η EFSA δεν αξιολογεί και δεν προτείνει κάποιο συγκεκριμένο προφίλ θρεπτικών συστατικών, αλλά ούτε και κάποιο συγκεκριμένο σχήμα FOPNL, αλλά συστήνει πως μπορεί να συμπεριληφθεί και το κάλιο στα περιγράμματα αυτά. Επίσης αναφέρει πως μπορούν να διαφοροποιηθούν τρόφιμα υψηλά σε ενεργειακή αξία με βάση τα λιπαρά καθώς και τρόφιμα χαμηλά σε θερμιδική αξία αλλά και σε θρεπτικότητα με βάση τα συνολικά απλά σάκχαρα.

Εργασίες στο πλαίσιο του Codex Alimentarius

Εκτός από τις διαβουλεύσεις που γίνονται στην ΕΕ στο πλαίσιο της Στρατηγικής "Farm to Fork" για το FOPNL, συζητήσεις σχετικά με τις γενικές αρχές για τον καθορισμό σχημάτων διατροφικής δήλωσης εμπρόσθιου πεδίου "DEVELOPMENT OF GUIDELINES ON THE USE OF FRONT-OF-PACK NUTRITION

LABELLING (FOPNL) γίνονται παράλληλα και σε επίπεδο Codex Alimentarius στο πλαίσιο των εργασιών της επιτροπής CCFL (Codex Committee on Food Labelling). Τόσο στις συσκέψεις με την Ευρωπαϊκή Επιτροπή και τα άλλα κράτη μέλη (ΚΜ) της ΕΕ, όσο και στις εργασίες με την Επιτροπή του Codex CCFL, η θέση της Ελλάδας μέχρι στιγμής ήταν η κάτωθι:

ΘΕΣΗ ΑΡΧΩΝ

Η Ελλάδα διαχρονικά είχε εκφράσει την άποψη της για τα σχήματα FOPNL δηλώνοντας την προτίμησή της για ένα περιγραφικό και μονόχρωμο σχήμα (Επιλογή 1) και όχι για ένα σχήμα συνολικής αξιολόγησης του τροφίμου, θεωρώντας ότι οι επιλογές τροφίμων θα πρέπει να γίνονται αποκλειστικά βάσει της περιγραφής της περιεκτικότητας μεμονωμένων θρεπτικών συστατικών στο εκάστοτε προϊόν (περιγραφικό FOPNL) και βάσει των ιδιαίτερων αναγκών του κάθε καταναλωτή. Για το λόγο αυτό, η Ελλάδα είχε συνταχθεί με την Ιταλία, η οποία προωθεί το δικό της σχήμα FOPNL το οποίο ονομάζεται NutrInform battery. Το σχήμα αυτό είναι περιγραφικό και μονόχρωμο, και δεν διαφέρει σημαντικά από το σχήμα GDA (ή RI όπως έχει μετονομαστεί) που είχε αναπτυχθεί από την ένωση βιομηχανιών τροφίμων και ποτών στην Ευρώπη το 2006. Πάγιο αίτημα της χώρας μας επίσης ήταν η εξαίρεση από το πεδίο εφαρμογής FOPNL των παραδοσιακών προϊόντων ΠΟΠ, ΠΓΕ, ΕΠΙΠ και των προϊόντων ενός συστατικού τα οποία δεν μπορούν να ανασχεδιαστούν, όπως το ελαιόλαδο.

Ωστόσο, λόγω έλλειψης διαθέσιμων επιστημονικών δεδομένων από ελληνικές μελέτες, η θέση της Ελλάδας στο θέμα αυτό δεν ήταν επιστημονικά τεκμηριωμένη. Τον Απρίλιο του 2021 ορίστηκε Συμβουλευτική Επιστημονική Επιτροπή από το Υπουργείο Αγροτικής Ανάπτυξης & Τροφίμων, με στόχο να αξιολογήσει το σύνολο των διαθέσιμων επιστημονικών στοιχείων σχετικά με τα διαφορετικά σχήματα FOPNL, να διεξάγει ειδικά σχεδιασμένη στοχευμένη μελέτη στον ελληνικό πληθυσμό και να παράσχει τεχνική και επιστημονική υποστήριξη προς την ηγεσία του ΥΠΑΑΤ για το θέμα αυτό.

ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΕΣ ΔΗΜΟΣΙΕΥΜΕΝΕΣ ΜΕΛΕΤΕΣ ΣΤΟΝ ΕΛΛΗΝΙΚΟ ΠΛΗΘΥΣΜΟ

Μέχρι στιγμής υπάρχουν δύο μελέτες που έχουν διεξαχθεί σε Έλληνες καταναλωτές και τα αποτελέσματά τους δημοσιεύτηκαν το 2021 σε διεθνή επιστημονικά περιοδικά με κρίση:

Στην πρώτη μελέτη, Ιταλοί επιστήμονες εκπόνησαν διαδικτυακά μελέτη καταναλωτών σε επτά ευρωπαϊκές χώρες, συμπεριλαμβανομένης της Ελλάδας (440 Έλληνες καταναλωτές) και μελέτησαν την προτίμηση των καταναλωτών και την υποκειμενική κατανόηση της διατροφικής αξίας τροφίμων που φέρουν διαφορετικά FOPNL σχήματα (Mazzù MF, Romani S, Baccelloni A, Gambicorti A. (2021) *A cross-country experimental study on consumers' subjective understanding and liking on front-of-pack nutrition labels. Int J Food Sci Nutr. 72(6): 833-847*). Στη συγκεκριμένη μελέτη, οι Ιταλοί συγγραφείς κατέληξαν στην υπεροχή του NutrInform battery (μονόχρωμο, περιγραφικό σχήμα) έναντι του Nutriscore ως προς την υποκειμενική κατανόηση και την προτίμηση των καταναλωτών ("subjective understanding and liking") αλλά δεν έλεγξαν την αντικειμενική κατανόηση των καταναλωτών αυτών ως προς τη διατροφική σύσταση των τροφίμων και συστάσεις κατανάλωσης.

Στη δεύτερη μελέτη, Έλληνες επιστήμονες σε συνεργασία με Γάλλους επιστήμονες εκπόνησαν διαδικτυακή έρευνα σε 1278 Έλληνες καταναλωτές και μελέτησαν την αντικειμενική κατανόηση διαφορετικών FOPNL σχημάτων (Kontopoulou L, Karpetas G, Fradelos EC, Papathanasiou IV, Malli F, Papagiannis D, Mantzaris D, Fialon M, Julia C, Gourgoulialis KI (2021). *Online Consumer Survey Comparing Different Front-of-Pack Labels in Greece. Nutrients, 14(1):46*). Στην εν λόγω μελέτη οι ερευνητές από το Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας κατέληξαν στην υπεροχή του Nutriscore έναντι άλλων σχημάτων FOPNL ως προς την αντικειμενική κατάταξη των τροφίμων από τους καταναλωτές βάσει της διατροφικής τους αξίας. Επίσης οι ερευνητές ανέφεραν ότι οι Έλληνες καταναλωτές θεώρησαν το Nutriscore ως το πιο αξιόπιστο, χρήσιμο και εύκολα κατανοητό σχήμα διατροφικής δήλωσης εμπρόσθιου πεδίου συγκριτικά με το GDA, MTL, Health Star Rating (HSR) και Warning symbols.

ΜΕΛΕΤΗ ΚΑΤΑΝΑΛΩΤΩΝ ΓΕΩΠΟΝΙΚΟΥ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟΥ ΑΘΗΝΩΝ-ΕΦΕΤ

Στο πλαίσιο συλλογής δεδομένων, και ενόψει των αντικρουόμενων αποτελεσμάτων από τις μελέτες που έχουν ήδη εκπονηθεί σε Έλληνες καταναλωτές, τα μέλη της Επιστημονικής Συμβουλευτικής Επιτροπής στην Ελλάδα σε συνεργασία με τον ΕΦΕΤ σχεδίασαν στοχευμένη διαδικτυακή μελέτη καταναλωτών σχετικά με την αξιολόγηση διαφορετικών σχημάτων FOPNL και το ρόλο της διατροφικής επισήμανσης εμπρόσθιου πεδίου στην επιλογή τροφίμων από ενήλικες (>18 ετών) καταναλωτές που διαμένουν στην Ελλάδα. Σκοπός της μελέτης αυτής ήταν η διερεύνηση της κατανόησης, αντιλήψεων και στάσεων (πέρα

της προτίμησης) των καταναλωτών ως προς τα διαφορετικά σχήματα FOPNL που επηρεάζουν την αγοραστική συμπεριφορά, καθώς και η αντικειμενική κατανόηση των διατροφικών πληροφοριών που παρέχονται από τον Πίνακα Διατροφικής Δήλωσης στο πίσω μέρος της συσκευασίας, αλλά και των διατροφικών πληροφοριών που παρέχονται με δύο σχήματα FOPNL: ένα περιγραφικό, μονόχρωμο (NutrInform Battery) και ένα αξιολογικό με χρώματα (Nutriscore). Το ΔΣ του ΕΦΕΤ ενέκρινε τη διεξαγωγή της μελέτης αυτής σε συνεργασία με το Γεωπονικό Πανεπιστήμιο Αθηνών, σύμφωνα με την Απόφαση 15/16.02.2022, ενώ παράλληλα η μελέτη αυτή εγκρίθηκε και από την Επιτροπή Ηθικής και Δεοντολογίας της Έρευνας του Γεωπονικού Πανεπιστημίου Αθηνών.

Μεθοδολογία

Η έρευνα κοινής γνώμης έγινε σε ενήλικες (+18 ετών) από όλη την επικράτεια χρησιμοποιώντας διαστρωματοποιημένη δειγματοληψία ανά φύλο και ηλικιακή ομάδα. Χρησιμοποιήθηκε ειδικά σχεδιασμένο ερωτηματολόγιο που αναπτύχθηκε από τα μέλη της Επιστημονικής Συμβουλευτικής Επιτροπής και επιστήμονες του ΕΦΕΤ. Το ερωτηματολόγιο περιλάμβανε πληροφορίες σχετικές με το δημογραφικό προφίλ των ερωτώμενων, την αγοραστική τους συμπεριφορά καθώς και τη στάση και αντίληψη τους για μια σειρά θεμάτων σχετικών με τις πληροφορίες που υπάρχουν στις ετικέτες των τροφίμων και τη διατροφή. Ζητήθηκε από τους συμμετέχοντες να επιλέξουν υποκειμενικά το είδος σχήματος FOPNL που θα προτιμούσαν στην μπροστινή πλευρά της συσκευασίας και το οποίο θα είχε καθοριστικό ρόλο στην τελική επιλογή προϊόντος. Τέλος αξιολογήθηκε η αντικειμενική κατανόηση και αντίληψη των καταναλωτών ως προς τη συχνότητα και ποσότητα κατανάλωσης διαφορετικών κατηγοριών τροφίμων, βάσει της διατροφικής τους επισήμανσης, όπως αυτή προβάλλεται στα τρόφιμα με τα διαφορετικά σχήματα FOPNL. Συγκεκριμένα στόχος ήταν η διερεύνηση τυχών διαφορών στην αντίληψη της διατροφικής αξίας συγκεκριμένων τροφίμων βάσει των σχημάτων FOPNL και σε σύγκριση με εκείνη που έχουν για τα ίδια τρόφιμα βάσει του πίνακα διατροφικής δήλωσης (3 ομάδες τυχαιοποιημένες σε 15 τρόφιμα – 2 σχήματα FOPNL για τα ίδια τρόφιμα- 1 με στοιχεία από το πίνακα διατροφικής δήλωσης).

Το ερωτηματολόγιο διακινήθηκε διαδικτυακά με διάφορους τρόπους. Στάλθηκε ανώνυμα σε ηλεκτρονικές διευθύνσεις (email) εθελοντών που έχουν δηλώσει τα στοιχεία τους, ενώ παράλληλα έγινε διάχυση του ερωτηματολογίου μέσα από τα κοινωνικά δίκτυα όπως το Facebook και το Instagram καθώς και σε

συνεργασία με τη μη κερδοσκοπική εταιρία «50 και Ελλάς». Επίσης οι ερευνητές χρησιμοποίησαν τις επαφές τους (διευθύνσεις ηλεκτρονικού ταχυδρομείου) προτρέποντας παράλληλα τους αποδέκτες να το προωθήσουν με τη σειρά τους στις δικές τους επαφές. Ο στόχος ήταν η αντιπροσωπευτικότητα του δείγματος να είναι όσο το δυνατό μεγαλύτερη ως προς το φύλο και την ηλικιακή ομάδα. Η διάρκεια συμπλήρωσης του ερωτηματολογίου ήταν περίπου 10 λεπτά και η συλλογή δεδομένων έγινε τον Μάρτιο του 2022.

Αποτελέσματα

Χαρακτηριστικά των συμμετεχόντων

Στη μελέτη συμμετείχαν 1574 άτομα, εκ των οποίων το 65,5% ήταν γυναίκες. Η μέση ηλικία στις γυναίκες ήταν 39,5 έτη, ενώ στους άντρες τα 43,5 έτη. Οι 8 στους 10 συμμετέχοντες ήταν από τους νομούς Αττικής και Θεσσαλονίκης, ενώ οι περισσότεροι κατείχαν πτυχίο πανεπιστημίου (85%). Περίπου το ένα τέταρτο των συμμετεχόντων δήλωσε ότι ακολουθεί ειδική διαίτα, ενώ συνολικά το 0,5% δήλωσαν ότι είναι χορτοφάγοι. Πλήρη δεδομένα καταχωρήθηκαν για 1480 άτομα (94%).

Αντιλήψεις συμμετεχόντων σε θέματα επισήμανσης τροφίμων

Οι περισσότεροι συμμετέχοντες (~75%) δήλωσαν ότι προτιμούν να επιλέγουν συχνά/πάντα ελληνικά τρόφιμα, με το ποσοστό αυτό να αυξάνεται με την ηλικία (62,8% για την ηλικιακή ομάδα 18-25 ως 86,7% για την ηλικιακή ομάδα 60+). Εξοικειωμένοι με τα προϊόντα ΠΟΠ δήλωσαν ότι είναι το 45,3% των συμμετεχόντων, ενώ εξοικειωμένοι με τα προϊόντα ΠΓΕ δήλωσαν ότι είναι το 24,4%. Αξίζει να σημειωθεί ότι περίπου οι μισοί από τους καταναλωτές (46,9%) δεν γνώριζαν τη διαφορά μεταξύ των δύο σημάτων.

Κατά μέσο όρο περίπου το 60% των συμμετεχόντων δήλωσαν ότι αγοράζουν προϊόντα τροφίμων με βάση την τιμή τους (80,2% μεταξύ των νέων 18-25 ετών vs. 51,9% μεταξύ των ηλικιωμένων 60+ ετών). Όμως μόνο το 20% περίπου των συμμετεχόντων θεωρούσε την τιμή ενός τροφίμου πιο σημαντικό παράγοντα από τη διατροφική του σύσταση για την επιλογή του. Αυτό άλλωστε έρχεται σε συμφωνία με το γεγονός ότι οι περισσότεροι συμμετέχοντες (~80%) δήλωσαν ότι η διατροφική πληροφορία στην ετικέτα έχει μεγάλη σημασία. Από την άλλη πλευρά, ένα εξίσου αντίστοιχο ποσοστό των συμμετεχόντων (~80%) δήλωσε ότι αποφεύγουν τρόφιμα τα οποία θεωρούν ανθυγιεινά ανεξάρτητα από την επισήμανση τους, υποδεικνύοντας με τον τρόπο αυτό ότι η αγοραστική

συμπεριφορά δεν εξαρτάται μόνο από την επισήμανση των τροφίμων. Το 68% άλλωστε δήλωσε ότι έχει καλή γνώση διατροφικών συστάσεων για υγιεινή διατροφή και αυτό μπορεί να εξηγήσει εν μέρει το γεγονός ότι αποφεύγουν τρόφιμα που δεν θεωρούν υγιεινά ανεξάρτητα από την διατροφική επισήμανση του προϊόντος.

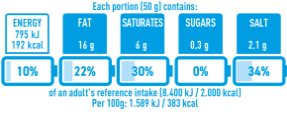



Οι 6 στους 10 συμμετέχοντες δήλωσαν ότι αναζητούν μεμονωμένα θρεπτικά συστατικά στη συσκευασία των τροφίμων (από τον Πίνακα Διατροφικής Δήλωσης) και αντίστοιχο ποσοστό (61%) φάνηκε να συμφωνεί στην υποχρεωτική αναγραφή του ποσοστού μεμονωμένων συστατικών σε σχέση με τις συστάσεις (δηλ. επιθυμεί την αναγραφή των προσλαμβανομένων ποσοτήτων αναφοράς των συστατικών όπως αυτές καθορίζονται στο Παράρτημα XIII του Κανονισμού (ΕΕ) αρ. 1169/2011), όπως συμβαίνει με τις Επιλογές 1 και 2 (π.χ. NutrInform Battery και το Multiple Traffic Lights). Ένα μικρότερο ποσοστό (και συγκεκριμένα οι μισοί από τους συμμετέχοντες) δήλωσαν ότι συμφωνούν με την υποχρεωτική αναγραφή της συνολικής διατροφικής αξίας του τροφίμου, όπως με τις Επιλογές 3 και 4 (health logo, Nutriscore). Η αναγραφή του ποσοστού μεμονωμένων συστατικών στο μπροστινό μέρος της συσκευασίας ήδη υπάρχει στην Ελλάδα πάνω από μία δεκαετία (GDA) σε πολλά προϊόντα. Η εξοικείωση των καταναλωτών γενικά έχει επισημανθεί στη διεθνή βιβλιογραφία ότι παίζει σημαντικό ρόλο στην αποδοχή κάποιου σχήματος FOPNL. Σχεδόν οι 7 στους 10 συμμετέχοντες υποκειμενικά δήλωσαν ότι είναι εξοικειωμένοι με τις ετικέτες των τροφίμων και μπορούν να επιλέξουν υγιεινά διαβάζοντας τις ετικέτες στη συσκευασία.

Όσον αφορά στην επιλογή της ενεργειακής πρόσληψης (θερμίδες) ανά μερίδα ή ανά 100 γρ. προϊόντος στην ετικέτα του τροφίμου, δεν υπήρχε από τους συμμετέχοντες κάποια σημαντική διαφορά ως προς την προτίμηση μεταξύ των δύο.

Προτίμηση συμμετεχόντων ως προς τα σχήματα FOPNL

Το σχήμα FOPNL για το οποίο οι καταναλωτές έδειξαν μεγαλύτερη προτίμηση ήταν το Multiple Traffic Lights (Επιλογή 2) (48,3%) (το οποίο είναι αξιολογικό, εστιασμένο στην περιεκτικότητα συγκεκριμένων θρεπτικών συστατικών). Ακολουθεί το NutrInform Battery (19,8%), ενώ περίπου ένας στους δέκα εξέφρασε την προτίμηση του για το Nutriscore (επιλογή 4) (12,4%) και το Healthy Choice (11,2%) (Επιλογή 3). Το Nutriscore δεν φάνηκε να προτιμάται ούτε μεταξύ εκείνων που πάσχουν από κάποιο χρόνιο μεταβολικό νόσημα, όπως

υπερλιπιδαιμία, υπέρταση και σακχαρώδης διαβήτης, συγκριτικά με τα υπόλοιπα σχήματα.

Σχήμα FOPNL	Προτίμηση (%) (N=1547)
NutriInform Battery (Επιλογή 1)  <p>Each portion (50 g) contains: ENERGY 795 kJ / 192 kcal FAT 16 g SATURATES 4 g SUGARS 0.3 g SALT 2.1 g 10% 22% 30% 0% 34% of an adult's reference intake (8,400 kJ / 2,000 kcal) Per 100g: 1,589 kJ / 383 kcal</p>	19,8%
Multiple Traffic Lights MTL (Επιλογή 2)  <p>Each 1/2 pack serving contains MED LOW MED HIGH MED Calories 353 Sugar 0.9g Fat 20.3g Salt Fat 10.8g Salt 1.1g 18% 1% 29% 34% 18% of your guideline daily amount Source: Food Standards Agency</p>	48,3%
Healthy Choice (Επιλογή 3) 	11,2%
Nutriscore (Επιλογή 4) 	12,4%

Αξιολόγηση αντικειμενικής κατανόησης και επιλογής προϊόντων (συμπεριλαμβανομένων τροφίμων εθνικής σημασίας) βάσει διαφορετικών τρόπων διατροφικής επισήμανσης.

Επιλέχτηκαν 15 τρόφιμα διαφορετικών κατηγοριών για το καθένα από τα οποία χρησιμοποιήθηκε:

1. Πίνακας Διατροφικής Δήλωσης
2. Nutriscore
3. NutriInform Battery

Οι εθελοντές χωρίστηκαν τυχαία σε τρεις ομάδες, στην κάθε μία από τις οποίες δώθηκαν ερωτήσεις που αντιστοιχούσαν στον Πίνακα Διατροφικής Δήλωσης (ομάδα 1), στο Nutriscore (ομάδα 2) και στο NutriInform Battery (ομάδα 3). Οι εθελοντές κλήθηκαν να επιλέξουν μια από τις παρακάτω επιλογές όσον αφορά στην αντικειμενική κατανόηση της διατροφικής σύστασης για κάθε ένα τρόφιμο:

“Μπορώ να το καταναλώνω χωρίς περιορισμούς”

“Πρέπει να το καταναλώνω λιγότερο συχνά”

“Πρέπει να το καταναλώνω σε μικρότερη ποσότητα”

“Πρέπει να το καταναλώνω σε μικρότερη ποσότητα και συχνότητα”

“Πρέπει να το αποφεύγω”

“Δεν γνωρίζω”

Ελαιόλαδο (προϊόν ενός συστατικού)

Ως προς το εξαιρετικό παρθένο ελαιόλαδο, το μεγαλύτερο ποσοστό των συμμετεχόντων (περίπου το 40%) δήλωσαν ότι μπορούν να το καταναλώνουν χωρίς περιορισμούς ως προς τη συχνότητα ή την ποσότητα, είτε υπήρχε κάποιο σχήμα FOPNL στη συσκευασία είτε όχι. Το ποσοστό εκείνων (περίπου 30% των συμμετεχόντων) που δήλωσαν ότι το εξαιρετικό παρθένο ελαιόλαδο πρέπει να καταναλώνεται σε λογικές ποσότητες δεν επηρεάστηκε σημαντικά από τη χρήση FOPNL, με το Nutriscore (33,85%) να μην έχει διαφορά από τον Πίνακα Διατροφικής Δήλωσης (33,89%), ενώ με το NutrInform Battery το αντίστοιχο ποσοστό ήταν 30,4%.

Βάσει του Πίνακα Διατροφικής Δήλωσης ο οποίος είναι ήδη υποχρεωτικός στις συσκευασίες ελαιολάδων, μόνο το 3,8% δήλωσε ότι πρέπει να αποφεύγει την κατανάλωση του εξαιρετικού παρθένου ελαιόλαδου (το οποίο δεν συνάδει με τις εθνικές διατροφικές οδηγίες), ενώ το 25% δήλωσε ότι πρέπει να αποφεύγει την κατανάλωση ελαιόλαδου που αποτελείται από εξευγενισμένα και παρθένα ελαιόλαδα. Η διαφορά αυτή στην αντίληψη των καταναλωτών ενδεχομένως οφείλεται στο γεγονός ότι ο Έλληνας καταναλωτής αντιλαμβάνεται την ποιοτική διαφορά μεταξύ των δύο κατηγοριών ελαιολάδου ακόμη και χωρίς την ύπαρξη κάποιου σχήματος FOPNL.

Τόσο ως προς το εξαιρετικό παρθένο ελαιόλαδο όσο και ως προς το ελαιόλαδο αποτελούμενο από εξευγενισμένα και παρθένα ελαιόλαδα, η προσθήκη κάποιου σχήματος FOPNL φάνηκε ότι μείωσε το ποσοστό εκείνων που δήλωσαν ότι πρέπει να αποφεύγεται η κατανάλωση τους. Το εύρημα αυτό επιβεβαιώνει τη σημασία του FOPNL στην προσπάθεια βελτίωσης των διατροφικών συνηθειών, καθώς δεν τονίζεται μόνο η ενεργειακή αξία του προϊόντος. Συγκεκριμένα, με το Nutriscore το ποσοστό εκείνων που δήλωσαν ότι πρέπει να αποφεύγουν την κατανάλωση εξαιρετικού παρθένου ελαιολάδου ήταν 0,88%, ενώ με το NutrInform battery το ποσοστό αυτό ήταν 1,75%. Αντίστοιχα, το ποσοστό εκείνων που δήλωσαν ότι πρέπει να αποφεύγουν την κατανάλωση ελαιολάδου αποτελούμενου

από εξευγενισμένα και παρθένα ελαιόλαδα ήταν 19,6% με το Nutriscore, ενώ με το NutrInform Battery ήταν 21,1%. Επομένως, μεταξύ των δύο σχημάτων FOPNL, η χρήση αξιολογικού σχήματος FOPNL με χρωματική διαβάθμιση φαίνεται ότι μείωσε σε μεγαλύτερο βαθμό το ποσοστό εκείνων που δήλωσαν ότι πρέπει να αποφεύγεται η κατανάλωση ελαιόλαδου.

Τυρί φέτα (ΠΟΠ προϊόν) και λευκά τυριά

Ως προς το τυρί φέτα ένα μικρό ποσοστό συμμετεχόντων θεωρεί ότι μπορεί να το καταναλώνει χωρίς περιορισμούς. Η χρήση σχήματος FOPNL, είτε Nutriscore (σκορ D) είτε NutrInform Battery, δεν φάνηκε να επηρεάζει αυτή τη στάση.

Βάσει του Πίνακα Διατροφικής Δήλωσης, το ποσοστό εκείνων που θεωρούσαν ότι μπορούν να καταναλώνουν χωρίς περιορισμούς το τυρί φέτα με λιγότερο αλάτι είναι μεγαλύτερο (15,3%) σε σύγκριση με αυτό που αφορά στη φέτα (8,85%). Μάλιστα με τη χρήση FOPNL σχημάτων φαίνεται ότι αυξάνεται το ποσοστό εκείνων που θεωρούν ότι μπορούν να καταναλώνουν χωρίς περιορισμό τυρί φέτα με λιγότερο αλάτι [17% με το Nutriscore (σκορ D), 22,56% με το NutrInform Battery] παρότι το σκορ του Nutriscore δεν άλλαξε σε σύγκριση με τη φέτα, ενώ για την κανονική φέτα το ποσοστό αυτό δεν επηρεάζεται ιδιαίτερα με τη χρήση FOPNL σχημάτων (8,52% με το Nutriscore και 8,91% με το NutrInform Battery).

Και στις τρεις επιλογές (Nutriscore, NutrInform Battery, Πίνακας Διατροφικής Δήλωσης) η πιο ορθή αξιολόγηση στην κατανάλωση των προϊόντων αυτών (κατανάλωση λιγότερο συχνά και σε μικρότερη ποσότητα) ήταν με το Nutriscore, με μεγάλη διαφορά στο τυρί φέτα με λιγότερο αλάτι (30,1% Nutriscore, 22,3% NutrInform Battery και 26,3% Πίνακας Διατροφικής Δήλωσης) και στο λευκό τυρί χαμηλό σε λιπαρά (26,6% Nutriscore, 16,1% NutrInform Battery και 13,9% Πίνακας Διατροφικής Δήλωσης). Η διαφορά αντικειμενικής κατανόησης για το τυρί φέτα δεν ήταν σημαντική μεταξύ των σχημάτων FOPNL (40,8% Nutriscore vs. 38,0% NutrInform Battery).

Το ποσοστό εκείνων που δήλωσαν ότι πρέπει να αποφύγουν την κατανάλωση κανονικής φέτας βάσει του Πίνακα Διατροφικής Δήλωσης ήταν 14,35%. Μικρότερα ποσοστά συμμετεχόντων δήλωσαν ότι πρέπει να αποφεύγεται η κατανάλωση τυριού φέτας με τη χρήση σχήματος FOPNL (13,9% για το Nutriscore και 11,1% για το NutrInform Battery) συγκριτικά με τον Πίνακα Διατροφικής Δήλωσης (14,3%). Επομένως δεν αναμένεται να επηρεαστούν

δυσμενώς οι πωλήσεις τυριού φέτας από τη χρήση κάποιου σχήματος FOPNL. Με το Nutriscore, για το τυρί φέτα με λιγότερο αλάτι που είχε το ίδιο σκορ με την κανονική φέτα (σκορ D), χαμηλότερο ποσοστό συμμετεχόντων (8,5%) επέλεξαν πως πρέπει να το αποφεύγουν συγκριτικά με το συνηθισμένο τυρί φέτα. Το γεγονός ότι το NutriInform Battery, είχε τα μικρότερα ποσοστά στην δήλωση ότι πρέπει να αποφεύγεται η κατανάλωσή του, οφείλεται στο ότι ένα μεγάλο ποσοστό των συμμετεχόντων κατανοούν ότι μπορούν να το καταναλώνουν χωρίς περιορισμούς στην ποσότητα, το οποίο δεν συνάδει με τις οδηγίες διατροφικής πρόσληψης για βέλτιστη υγεία.

Γιαούρτι

Όσον αφορά στο λευκό γιαούρτι πλήρες (5%) σε λιπαρά (Nutriscore A, open food facts database), μεγαλύτερο ποσοστό συμμετεχόντων δήλωσε ότι μπορεί να το καταναλώνει χωρίς περιορισμούς βάσει του Nutriscore (37,09%), συγκριτικά με το ποσοστό εκείνων που απάντησαν το ίδιο βάσει του Πίνακα Διατροφικής Δήλωσης (25,37%) ή του NutriInform Battery (24,45%). Αντίστοιχα μικρότερα ποσοστά δήλωσαν ότι πρέπει να το καταναλώνουν είτε λιγότερο συχνά είτε σε μικρότερη ποσότητα βάσει του Nutriscore, συγκριτικά με το ποσοστό εκείνων που απάντησαν το ίδιο βάσει του Πίνακα Διατροφικής Δήλωσης ή του NutriInform Battery, υποδεικνύοντας ότι το Nutriscore δεν βοήθησε στην αντικειμενική κατανόηση της διατροφικής σύστασης αυτού του τροφίμου, συνιστώντας πως πρέπει να δοθεί μεγαλύτερη βαρύτητα στο κορεσμένο λίπος σε σχέση με τη συνολική ενεργειακή αξία. Τα πλήρη γαλακτοκομικά προϊόντα έχουν μεγαλύτερη περιεκτικότητα κορεσμένων λιπαρών οξέων συγκριτικά με εκείνα που είναι με χαμηλά λιπαρά, και επομένως η κατανάλωση τους δεν συνιστάται να γίνεται χωρίς περιορισμούς, ακόμη και αν το Nutriscore έχει μια διαβάθμιση του πράσινου χρώματος.

Το ποσοστό των καταναλωτών που δήλωσαν ότι μπορούν να καταναλώνουν γιαούρτι με χαμηλά λιπαρά (2% λιπαρά) χωρίς περιορισμούς ήταν γενικά μεγαλύτερο από το αντίστοιχο εκείνων για το πλήρες γιαούρτι, ενώ και τα δύο προϊόντα είχαν το ίδιο σκορ (Nutriscore A), το οποίο είναι ένα εύρημα επιθυμητό διότι συνάδει με τις εθνικές και διεθνείς διατροφικές οδηγίες για κατανάλωση γαλακτοκομικών χαμηλών σε λιπαρά, ανεξαρτήτου επισήμανσης. Επίσης για το γιαούρτι με χαμηλά λιπαρά, μεγαλύτερο ποσοστό συμμετεχόντων δήλωσε ότι μπορεί να το καταναλώνει χωρίς περιορισμούς βάσει του Nutriscore (59,6%), συγκριτικά με το ποσοστό εκείνων που απάντησαν βάσει του Πίνακα

Διατροφικής Δήλωσης (54,63%) ή του NutrInform Battery (51,54%). Το αποτέλεσμα αυτό δείχνει ότι το Nutriscore βοηθάει τους καταναλωτές να κατανοήσουν καλύτερα τη διατροφική σύσταση ενός γιαουρτιού με λιγότερα λιπαρά σε σύγκριση με τον Πίνακα Διατροφικής Δήλωσης ή το NutrInform Battery, αλλά όχι στην περίπτωση του πλήρους.

Επιδόρπιο γιαουρτιού και φυτικό επιδόρπιο

Όσον αφορά στα επιδόρπια γιαουρτιού καθώς και στα φυτικά επιδόρπια με φρούτα, συνίσταται περιορισμός στη συχνότητα κατανάλωσης τους λόγω των πρόσθετων σακχάρων ή των γλυκαντικών που πολλές φορές περιέχουν. Αναφορικά με την αντικειμενική κατανόηση της διατροφικής σύστασης των προϊόντων αυτών, τα αποτελέσματα ήταν μεικτά. Ως προς το επιδόρπιο γιαουρτιού 0% λιπαρά με φρούτα (Nutriscore A) μεγαλύτερο ποσοστό συμμετεχόντων δήλωσε ότι πρέπει να το καταναλώνει λιγότερο συχνά βάσει του Πίνακα Διατροφικής Δήλωσης (21,2%), συγκριτικά με το ποσοστό εκείνων που απάντησαν βάσει του Nutriscore (15,9%) ή του NutrInform Battery (14,1%), ενώ το 54,5% των εθελοντών που εκτέθηκαν στο Nutriscore και το 50% αυτών που εκτέθηκαν στο NutrInform Battery, απάντησαν πως μπορούν να το καταναλώνουν χωρίς περιορισμούς. Ως προς το φυτικό επιδόρπιο αμυγδάλου με φρούτα (Nutriscore B), μεγαλύτερο ποσοστό συμμετεχόντων δήλωσε ότι πρέπει να το καταναλώνει λιγότερο συχνά βάσει του Nutriscore (30,68%), συγκριτικά με το ποσοστό εκείνων που απάντησαν βάσει του Πίνακα Διατροφικής Δήλωσης (20,24%) ή του NutrInform Battery (23,62%).

Ενδιαφέρον παρουσιάζει το γεγονός ότι το ποσοστό εκείνων που δήλωσαν ότι πρέπει να αποφεύγεται η κατανάλωση τόσο του επιδόρπιου γιαουρτιού 0% λιπαρά με φρούτα όσο και του φυτικού επιδόρπιου αμυγδάλου με φρούτα ήταν μικρότερο με το Nutriscore, συγκριτικά με τα ποσοστά εκείνων που απάντησαν βάσει του Πίνακα Διατροφικής Δήλωσης ή του NutrInform Battery, το οποίο είναι σύμφωνο με τη γενική αντίληψη ότι στο πλαίσιο μιας μεικτής και ισορροπημένης διατροφής θέση έχουν όλα τα τρόφιμα, αρκεί να καταναλώνονται στη σωστή συχνότητα και ποσότητα. Η αναλογία όμως σακχάρων-ενέργειας στον αλγόριθμο του NutriScore, πιθανόν να πρέπει να διερευνηθεί περαιτέρω, για βελτίωση της αντικειμενικής αξιολόγησης των τροφίμων.

Χυμοί και φρουτοποτά

Ένας φυσικός χυμός (100%) μπορεί να αποτελέσει καθημερινά μέρος μιας ισορροπημένης διατροφής, παρότι κάποιοι οργανισμοί όπως το American Heart Association συστήνουν την κατανάλωση ολόκληρου φρούτου αντί του χυμού, λόγω της σημασίας των φυτικών ινών στην υγεία. Μεγαλύτερο ποσοστό συμμετεχόντων δήλωσε ότι μπορεί να καταναλώνει φυσικό χυμό “χωρίς περιορισμούς” βάσει του Nutriscore (42,79%), συγκριτικά με το ποσοστό εκείνων που απάντησαν το ίδιο βάσει του Πίνακα Διατροφικής Δήλωσης (24,51%) ή του NutrInform Battery (27,81%). Παρότι το σύστημα Nutriscore κατατάσσει τον φυσικό χυμό στην καλύτερη δυνατή βαθμίδα (score A) και βάσει αυτού απάντησε το 42,8% ορθά, οι οδηγίες για ποικιλία στην κατανάλωση φρούτων και την αύξηση των φυτικών ινών συνιστούν ότι η ποσότητα κατανάλωσης δεν είναι χωρίς περιορισμούς διότι αυτό μπορεί να οδηγήσει στην αυξημένη πρόσληψη απλών σακχάρων και αύξηση του σωματικού βάρους. Έχοντας αυτό το κριτήριο ως δεδομένο, μεγαλύτερο ποσοστό απάντησε ότι πρέπει να καταναλώνεται σε μικρότερη ποσότητα βάσει του Πίνακα Διατροφικής Δήλωσης (18,38%) συγκριτικά με εκείνους που απάντησαν το ίδιο βάσει του Nutriscore (10,86%) ή του NutrInform Battery (14,13%). Τα αποτελέσματα για φρουτοποτό λεμονάδας (όχι φυσικός χυμός) (Nutriscore B), έδειξαν ότι μεγαλύτερο ποσοστό απάντησε ότι πρέπει να καταναλώνεται λιγότερο συχνά και σε μικρότερη ποσότητα βάσει του Πίνακα Διατροφικής Δήλωσης (19,12%) συγκριτικά με εκείνους που απάντησαν σωστά βάσει του Nutriscore (14,41%) ή του NutrInform Battery (17,7%).

Πίτες

Ως προς την αντικειμενική κατανόηση της διατροφικής σύστασης των διαφόρων ειδών πίτας, το Nutriscore φάνηκε να βοηθάει τους συμμετέχοντες πολύ περισσότερο συγκριτικά με τον Πίνακα Διατροφικής Δήλωσης και το NutrInform Battery. Συγκεκριμένα, για τις πίτες ολικής άλεσης (τύπου τортίγια) (Nutriscore A), μεγαλύτερο ποσοστό συμμετεχόντων δήλωσε ότι μπορεί να τις καταναλώνει χωρίς περιορισμούς βάσει του Nutriscore (48,1%), συγκριτικά με το ποσοστό εκείνων που απάντησαν βάσει του Πίνακα Διατροφικής Δήλωσης (25,25%) ή του NutrInform Battery (28,51%), ενώ μόλις το 11,6% και των δύο ομάδων που εκτέθηκαν σε σχήματα εμπρόσθιας επισήμανσης σε σχέση με 12,6% της ομάδας που είχαν τους Πίνακες Διατροφικής Επισήμανσης επέλεξαν χωρίς περιορισμούς την κατανάλωση για τις λευκές πίτες (Nutriscore B). Αξίζει επίσης να σημειωθεί πως το 2,9% της ομάδας Nutriscore, το 6% της ομάδας NutrInform Battery και το 5% της ομάδας που εκτέθηκε στους Πίνακες Διατροφικής Δήλωσης, λανθασμένα

απάντησαν πως πρέπει να αποφεύγουν την κατανάλωση αυτών. Αντίστοιχα για το φύλο σφολιάτας (Nutriscore D), μεγαλύτερο ποσοστό συμμετεχόντων δήλωσε ότι πρέπει να το καταναλώνει λιγότερο συχνά και σε μικρότερη ποσότητα βάσει του Nutriscore (40,49%), συγκριτικά με το ποσοστό εκείνων που απάντησαν βάσει του Πίνακα Διατροφικής Δήλωσης (27,23%) ή του NutrInform Battery (29,91%). Σημειώνεται ότι και τα δύο σχήματα FOPNL βοήθησαν περισσότερο στην αντικειμενική κατανόηση της διατροφικής σύστασης σε σύγκριση με τον Πίνακα Διατροφικής Δήλωσης στο πίσω μέρος της συσκευασίας.

ΓΕΝΙΚΑ ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ

Τα κυριότερα αποτελέσματα της μελέτης συνοψίζονται στα κάτωθι:

Παρότι η πλειοψηφία των συμμετεχόντων (8 στους 10) δήλωσαν ότι η διατροφικές πληροφορίες στις συσκευασίες των τροφίμων έχουν μεγάλη σημασία, ένα αντίστοιχο ποσοστό (~80%) δήλωσε ότι αποφεύγουν τρόφιμα τα οποία θεωρούν ανθυγιεινά ανεξάρτητα από την επισήμανση τους, υποδηλώνοντας με τον τρόπο αυτό ότι η αγοραστική συμπεριφορά των Ελλήνων καταναλωτών δεν εξαρτάται μόνο από την επισήμανση των τροφίμων. Σκοπός της μελέτης δεν ήταν η αξιολόγηση των διατροφικών γνώσεων των καταναλωτών, αλλά η αντικειμενική κατανόηση του αξιολογικού σχήματος Nutriscore σε σχέση με το περιγραφικό σχήμα εμπρόσθιας επισήμανσης τροφίμου NutrInform Battery όσον αφορά στη διατροφική σύσταση του τροφίμου, καθώς και η αντικειμενική κατανόηση των καταναλωτών όταν δεν υπάρχει κανένα FOPNL σχήμα παρά μόνο ο Πίνακας Διατροφικής Δήλωσης. Κατά συνέπεια δεν αξιολογήθηκε κατά πόσο αυτή η στάση και αντίληψη οδηγεί και σε υγιεινότερες επιλογές τροφίμων.

Τα αποτελέσματα της μελέτης έδειξαν ότι τα σχήματα διατροφικής δήλωσης εμπρόσθιου πεδίου βοηθούν στις περισσότερες περιπτώσεις τους καταναλωτές να κατανοήσουν καλύτερα τη διατροφική σύσταση των τροφίμων. Εξαιρέσεις αποτέλεσαν τα επιδόρπια γιαουρτιού, οι χυμοί, καθώς και τα φρουτοποτά που περιέχουν πρόσθετα σάκχαρα όπου ο Πίνακας Διατροφικής Δήλωσης φάνηκε ότι βοήθησε περισσότερο τους συμμετέχοντες να κατανοήσουν τη διατροφική σύσταση των προϊόντων αυτών συγκριτικά με τα σχήματα FOPNL. Όσον αφορά σε προϊόντα εθνικής σημασίας (ελαιόλαδο και τυρί φέτα) και λαμβάνοντας υπόψη τις εθνικές και διεθνείς διατροφικές συστάσεις για τη μείωση θερμίδων, κορεσμένων λιπαρών οξέων και αλατιού στη διατροφή, η χρήση του σχήματος Nutriscore

βοήθησε το ίδιο (στην περίπτωση του εξαιρετικού παρθένου ελαιολάδου) ή και καλύτερα (στην περίπτωση του ελαιόλαδου αποτελούμενου από εξευγενισμένα και παρθένα ελαιόλαδα και στην περίπτωση του τυριού φέτας) στην αντικειμενική κατανόηση της ποσότητας και συχνότητας κατανάλωσης των εν λόγω τροφίμων εθνικής σημασίας, συγκριτικά με τον Πίνακα Διατροφικής Δήλωσης και το σχήμα NutrInform.

Ως προς την προτίμηση συγκεκριμένων σχημάτων, η μελέτη έδειξε ότι οι συμμετέχοντες προτίμησαν το Multiple Traffic Lights (MTL) το οποίο είναι ένα σχήμα αξιολογικό, με χρωματική κωδικοποίηση που συστήθηκε από την κυβέρνηση του Ηνωμένου Βασιλείου το 2013 ως εθελοντικό σχήμα FOPNL στα τρόφιμα. Το αποτέλεσμα αυτό είναι συνεπές με το εύρημα ότι οι 6 στους 10 αναζητούν μεμονωμένα θρεπτικά συστατικά στη συσκευασία των τροφίμων και συμφωνούν στην υποχρεωτική αναγραφή του ποσοστού μεμονωμένων συστατικών σε σχέση με τις συστάσεις.

Έχοντας υπόψη ότι πολλές Ευρωπαϊκές χώρες έχουν υιοθετήσει το σχήμα Nutriscore και ότι η Ελλάδα μέχρι στιγμής έχει συνταχθεί με την Ιταλία που υποστηρίζει το σχήμα NutrInform Battery, στη μελέτη ΓΠΑ-ΕΦΕΤ επιλέχθηκαν τα δύο αυτά σχήματα FOPNL καθώς και ο Πίνακας Διατροφικής Δήλωσης, προκειμένου να συγκριθεί η αποτελεσματικότητά τους στην αντικειμενική κατανόηση των διατροφικών πληροφοριών. Στη μελέτη φάνηκε ότι το Nutriscore βοηθάει τους καταναλωτές να κατανοήσουν καλύτερα τη διατροφική σύσταση των περισσότερων τροφίμων, αν και προτείνεται ο αλγόριθμος του Nutriscore να επαναξιολογηθεί και ενδεχομένως να τροποποιηθεί προκειμένου να αξιολογεί σωστότερα όλα τα τρόφιμα βάσει των διατροφικών συστάσεων. Τα αποτελέσματα της μελέτης είναι παρόμοια με εκείνα της μελέτης που εκπονήθηκε από το Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας σε συνεργασία με Γάλλους επιστήμονες. Τα αποτελέσματα του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας αν και ανέδειξαν την υπεροχή του Nutriscore έναντι άλλων σχημάτων FOPNL ως προς την αντικειμενική κατανόηση των συμμετεχόντων σχετικά με τη διατροφική ποιότητα των τροφίμων, δεν αμφισβήτησαν την ορθότητα του αλγορίθμου. Παρότι μελέτη που χρησιμοποίησε δεδομένα της επιδημιολογικής μελέτης EPIC¹ έδειξε ότι η κατανάλωση τροφίμων με σκορ που υποδεικνύει "χαμηλότερη διατροφική ποιότητα" βάσει του αλγορίθμου

¹ Deschasaux M. et al.(2020) Association between nutritional profiles of foods underlying Nutri-score front-of-pack labels and mortality: EPIC cohort study in 10 European countries, BMJ, 370

του Nutriscore σχετίζεται με υψηλότερη θνησιμότητα από όλες τις αιτίες αλλά και με αυξημένο κίνδυνο εμφάνισης καρκίνου και άλλων μη μεταδιδόμενων νοσημάτων, θεωρούμε ότι υπάρχει περιθώριο βελτίωσης του αλγορίθμου του Nutriscore (π.χ. για το ελαιόλαδο, τους φυσικούς χυμούς, γιαούρτια).

Αξίζει να σημειωθεί επίσης ότι σε κάθε τρόφιμο, με εξαίρεση το φυτικό επιδόρπιο γιαουρτιού με φρούτα, μεγαλύτερο ποσοστό συμμετεχόντων δήλωσε ότι δεν γνωρίζει ποια είναι η συνιστώμενη/ορθή κατανάλωση βάσει του Nutriscore συγκριτικά με τα ποσοστά εκείνων που απάντησαν ότι δεν γνωρίζουν βάσει του Πίνακα Διατροφικής Δήλωσης ή του NutrInform Battery, ενδεχομένως λόγω του ότι το Nutriscore ήταν αναγνωρίσιμο μόνο από το 47,6% των συμμετεχόντων. Οι καταναλωτές είναι πιο οικείοι α) με τον Πίνακα Διατροφικής Δήλωσης που εφαρμόζεται υποχρεωτικά στα τρόφιμα (87,9% δήλωσαν ότι αναγνωρίζουν τον Πίνακα Διατροφικής Δήλωσης) και β) με το NutrInform Battery το οποίο αποτελεί μια παραλλαγή του σχήματος GDA ή RI (69,4% δήλωσαν ότι αναγνωρίζουν το NutrInform Battery). Επομένως, σε περίπτωση που συμφωνηθεί σε ευρωπαϊκό επίπεδο οποιοδήποτε FOPNL, απαιτούνται δράσεις ενημέρωσης και εκπαίδευσης όλων των καταναλωτών για το σχήμα αυτό, παράλληλα με καμπάνιες ενημέρωσης για τη Μεσογειακή διατροφή ως ένα βιώσιμο μοντέλο διατροφής που συνάδει με την καλύτερη υγεία και ποιότητα ζωής.

Λαμβάνοντας επίσης υπόψη ότι α) στην ΕΕ δεν έχει οριστεί το μέγεθος της μερίδας για τις διάφορες κατηγορίες τροφίμων παρόλο που είχε ζητηθεί στο παρελθόν από διάφορα κράτη μέλη (συμπεριλαμβανομένης της Ελλάδας), και β) ότι αυτές δεν μπορούν να θεσπιστούν βάσει επιστημονικών δεδομένων αλλά καθορίζονται από την εκάστοτε βιομηχανία που παράγει ένα τρόφιμο, η έκφραση ενός FOPNL σχήματος ανά μερίδα ελλοχεύει αρκετούς κινδύνους καθώς μια αλλαγή της ποσότητας της μερίδας μπορεί να επιφέρει σημαντική αλλαγή στην παρουσίαση του FOPNL. Επιπλέον, η σύγκριση προϊόντων με διαφορετικά μεγέθη μερίδων είναι πολύ δύσκολη, εάν όχι αδύνατη, από τον μέσο καταναλωτή.

Με βάση τα παραπάνω και λαμβάνοντας υπόψη τα δεδομένα της μελέτης ΓΠΑ-ΕΦΕΤ που δείχνουν ότι το NutrInform Battery το οποίο βασίζεται στο μέγεθος της μερίδας και όχι στην περιεκτικότητα των θρεπτικών συστατικών ανά 100g ή 100ml δεν είναι περισσότερο κατανοητό από το Nutriscore, προτείνεται το οποιοδήποτε διατροφικό σχήμα υιοθετηθεί, να ανάγεται στα 100 g ή στα 100 ml.

Τέλος, παρότι τα αποτελέσματα της μελέτης επίπτωσης (impact assessment) της ΕΕ θα δείξουν το καταλληλότερο FOPNL σχήμα για να υιοθετηθεί σε ενωσιακό επίπεδο, θεωρείται μείζονος σημασίας το ότι στην περίπτωση που υιοθετηθεί το σχήμα Nutriscore ο αλγόριθμος δεν θα πρέπει να ανήκει σε κανένα Πανεπιστήμιο ή Κράτος-Μέλος, αλλά θα πρέπει να συσταθεί ειδική ομάδα στην ΕΕ και η οποία θα αξιολογεί και επαναξιολογεί σε τακτά χρονικά διαστήματα τον αλγόριθμο και θα τον διαφοροποιεί, όποτε κρίνεται αναγκαίο.