

Alimentos funcionales: análisis de la recomendación en la práctica diaria

Functional foods: analysis of the recommendation in the daily practice

Millone MV¹, Olagnero GF², Santana EC³

¹ Licenciada en Nutrición, Universidad Maimónides.

² Profesora - Licenciada en Nutrición, Universidad Maimónides.

³ Magister - Licenciada en Nutrición, Universidad Maimónides.

Correspondencia: nutrisantana@yahoo.com || Recibido: 9 de septiembre 2010. Aceptado en su versión corregida: 18 febrero 2011.

Resumen

Introducción: La investigación científica, la innovación tecnológica y la tendencia hacia lo saludable revolucionaron la industria alimenticia con el nuevo concepto de “alimentos funcionales”. Surgen en Japón en los años 80 y actualmente el mercado internacional se encuentra en pleno auge. Los Licenciados en Nutrición, como nexo entre ciencia, industria y consumidor, constituyen una pieza clave y cumplen un rol fundamental en educación y asesoramiento.

El objetivo del estudio fue establecer el nivel de conocimiento que poseen los Licenciados en Nutrición en éste área sobre el concepto de “alimento funcional”, fuentes de información y capacitación utilizadas, recomendación y uso adecuado.

Material y métodos: se realizó un estudio cualitativo, descriptivo y transversal. Se entrevistaron 57 Licenciados de Ciudad de Buenos Aires y Conurbano Bonaerense.

Resultados: La mitad de los entrevistados tenía información previa sobre los alimentos funcionales y, aunque el 63% desconocía su definición, los identificaban correctamente. Los más nombrados fueron los diseñados. Las fuentes bibliográficas y medios de información más nombrados fueron: “Internet”, “libros”, “congresos”.

El 91% consideró importante conocerlos y/o usarlos por el beneficio a la salud y utilidad. El resto no los consideró importantes por ausencia de necesidad, falta de información y desconfianza. El 72% recomendaría alimentos funcionales entre los que destacan lácteos (con probióticos, fitoesteroles y omega 3), cereales, frutas y hortalizas (semillas de lino, chía, salvado de avena). Entre las causas de no recomendación destacan precio y rótulos poco claros. Existe un marcado interés sobre capacitación y uso adecuado.

Conclusiones: Los conocimientos que poseen los expertos en nutrición sobre alimentos funcionales son claves ya que deben interpretar y “traducir” la información científica y de la industria a la comunidad en general, como fuentes confiables e idóneas. Asegurar información adecuada a la población permitiría facilitar elecciones saludables y mejorar la calidad de vida.

Palabras clave: alimentos funcionales, recomendación, conocimiento, Licenciados en Nutrición, educación, asesoramiento.

Diaeta (B.Aires) 2011;29 (134):7-15. ISSN 0328-1310

Abstract

Introduction: Scientific research, technological innovation and the ongoing trend towards healthy things revolutionized the food industry with the new concept of “functional foods”. They emerged in Japan in the 80’s and nowadays, the international market is booming. Dietitians, as the link between science, industry and consumer, are a key piece and fulfill a fundamental role in education and advising. The *aim* of this study was to establish the level of knowledge Dietitians have on the functional food concept, sources of information and training, recommendation and suitable use.

Methods: A qualitative, descriptive and cross-sectional study was carried out. 57 Dietitians were interviewed in Buenos Aires City and Buenos Aires suburbs.

Results: Half of the interviewed people had previous information on functional foods; although 63% did not know their definition, they identified them correctly. The most named were the designed ones. The bibliography and means of information most named were:

“Internet”, “books”, “congresses”. 91% considered important to know them and/or use them due to health benefits and utility. The rest did not consider them important because of absence of necessity, lack of information and distrust. 72% would recommend functional dairies (with Probiotics, Phytosterol and Omega 3) and cereals, fruits and vegetables (flax seed, chia, oat bran). Among the causes of non-recommendation, Dietitians emphasize price and unclear labels. There is a strong interest in training and proper use.

Conclusion: The knowledge of experts in nutrition on functional foods is key because they must interpret and “translate” the scientific and industrial information to the community as reliable and appropriate sources. The right information enables people to make healthy choices to improve their quality of life.

Keywords: functional foods, recommendation, knowledge, dietitians, education, advising.

Introducción

La investigación científica, la innovación tecnológica y la actual tendencia hacia lo saludable revolucionaron la industria alimenticia con el nuevo concep-

to de “*alimentos funcionales*”. Surgen en Japón en los años 80’s y, en la actualidad, su mercado mundial se calcula en 45.000 millones de euros, estimándose que podría alcanzar los 550.000 millones en 2010 (1). La

Cuadro 1: Categorías de Alimentos Funcionales (ADA)

Alimentos convencionales	Alimentos no modificados
Alimentos modificados	Alimentos fortificados, enriquecidos o mejorados
Alimentos medicinales	Alimentos formulados para ser consumidos o administrados bajo supervisión médica
Alimentos para usos dietéticos especiales	Alimentos infantiles, hipoalergénicos (por ej. alimentos libres de gluten y libres en lactosa) y alimentos que se ofrecen para descenso de peso

Fuente: Position of the American Dietetic Association: Functional Foods. J Am Diet Assoc. 2009;109:735-746.

aceptación de estos alimentos se relaciona con diversos factores: gusto, calidad, precio, comodidad, fiabilidad de las alegaciones, familiaridad con el producto, naturaleza de la compañía oferente, forma de comunicar los efectos en la salud y de los conocimientos y conciencia que se tengan sobre los mismos; reflejando la importancia y necesidad de comunicar e informar a los consumidores con mensajes sencillos, claros y de fácil comprensión.

Por estas razones, resulta relevante analizar el conocimiento de los expertos en nutrición sobre los alimentos funcionales, ya que actúan como referentes y líderes de opinión en temas relacionados con la alimentación y la salud, ejerciendo un importante papel en el tratamiento nutricional de enfermedades crónicas y en la mejora de la calidad de vida de la población. Como nexo entre ciencia, industria y consumidor, constituyen una pieza clave y cumplen un rol fundamental en educación y asesoramiento. De ahí la importancia de actualización sobre los productos con el fin de tomar decisiones óptimas, con fundamentos científicos.

El objetivo de este estudio fue establecer *cuál es el conocimiento que tienen los Licenciados en Nutrición sobre los alimentos funcionales*. Considerando al conocimiento como la facultad que tienen los seres vivos de almacenar, recuperar, reconocer, comprender, organizar y usar la información recibida a través de los sentidos, se indagó sobre cómo los definen, qué alimentos funcionales conocen, cuáles son las fuentes de información y capacitación utilizadas, la importancia que le otorgan a conocerlos/ usarlos, la intención de recomendación con sus razones y la población considerada adecuada.

Si bien no existe una definición aceptada universalmente para los alimentos funcionales, aquellas generadas por organismos expertos poseen un denominador común: el *beneficio* para la salud más allá de los nutrientes que aportan y la capacidad de ser promotores de la misma. Según ADA son *“Alimentos que tienen potencialmente un efecto beneficioso en la salud,*

cuando se consumen como parte de una dieta variada, en forma regular y a niveles efectivos, incluidos los alimentos fortificados, enriquecidos, ó mejorados”. Actualmente ADA ha categorizado a los alimentos funcionales como se observa en el cuadro 1. (2, 3, 4)

ILSI Europa en el proyecto FUFUSE (Functional Food Science in Europe - Ciencia de los Alimentos Funcionales en Europa) los definió como *“Un alimento que demuestre satisfactoriamente que ejerce un efecto beneficioso sobre una o más funciones selectivas del organismo, además de sus efectos nutritivos intrínsecos, de modo tal que resulte apropiado para mejorar el estado de salud y bienestar, reducir el riesgo de enfermedad, o ambas cosas”* (5). Pero a diferencia de ADA, se refiere a los diseñados, ya que el aumento de las propiedades saludables se realiza a través de la transformación tecnológica del alimento, pues desde su punto de vista práctico, un alimento funcional puede ser:

- Un alimento natural, donde un componente se mejoró bajo condiciones especiales de cultivo.
- Un alimento con un componente añadido para que produzca beneficios (ej: bacterias probióticas)
- Un alimento con un componente eliminado para que produzca menos efectos adversos sobre la salud (ej: disminución de ácidos grasos saturados).
- Un alimento en el que la naturaleza de uno o más de sus componentes se modificó químicamente para mejorar la salud (ej: hidrolizados proteicos adicionados en preparados de lactantes para reducir el riesgo de alergenicidad).
- Un alimento en el que la biodisponibilidad de uno o más de sus componentes se aumentó para mejorar la asimilación de un componente beneficioso.
- Cualquier combinación de las posibilidades anteriores

Los aspectos regulatorios sobre la comunicación de alimentos funcionales se caracterizan por su

novedad, complejidad, dinamismo y por la falta de uniformidad en las perspectivas sobre los mismos, que se manifiestan en la diversidad y flexibilidad de criterios adoptados en las legislaciones de cada región, e incluso en cada país. A nivel internacional, el Codex Alimentarius es la referencia normativa en materia alimentaria. Protege a consumidores y fomenta lealtad comercial, otorgando un marco legal para las normas nacionales. Identifica dos tipos de alegaciones para la comunicación de cualquier tipo de alimento al consumidor: Higiénicas o de *Salud y Medicinales* (expresamente prohibidas). Según Codex, las Alegaciones de Salud se dividen en “Declaraciones de Función”, “Otras declaraciones de Función” y “Declaraciones de Reducción de Riesgo de Enfermedad”. No deben ser falsas, confusas ni engañosas, deben apoyarse en pruebas científicas y no implicar la prevención de enfermedades ni fomentar malos hábitos dietéticos, deben ser coherentes con la política de salud del país y destacar el consumo del alimento en el contexto de la dieta total. (6, 7, 8)

Aunque la oferta de alimentos funcionales en el mercado argentino es creciente, actualmente no se dispone de normas específicas para regular su comunicación al consumidor y se rige por las disposiciones generales del Código Alimentario Argentino. En 2009, la Coordinadora de Industrias de Productos Alimenticios (COPAL) presentó el proyecto “Alimentos y Salud, Alimentos Funcionales” cuyo objetivo es proteger al consumidor, brindar información necesaria y veraz para que elija sus alimentos con conocimiento, generar un ambiente de igualdad en la industria alimentaria y estimular el desarrollo y la innovación de productos. El proyecto se basa en Codex Alimentarius, incluye los tipos de alegaciones para comunicación pero incorpora antecedentes y bases científicas aceptadas por agencias de seguridad alimentaria como FDA (EEUU) o EFSA (CE).

Materiales y métodos

El estudio tuvo enfoque cualitativo, descriptivo y transversal. Se entrevistó a 57 Licenciados en Nutrición, en diferentes establecimientos de salud, públicos y privados, de Ciudad de Buenos Aires y Conurbano Bonaerense. Para la recolección de datos se utilizó un cuestionario con once preguntas abiertas y cerradas. Las citas para las entrevistas en los establecimientos

se realizaron por teléfono. Pese al justo derecho de negarse con libertad, en todos los lugares consultados los profesionales accedieron con muy buena disposición a excepción de un sólo lugar.

Se incluyó a Licenciados en nutrición de sexo femenino/ masculino que ejerzan ó no la profesión y que tengan ó no conocimientos académicos teóricos sobre alimentos funcionales. Se excluyó a profesionales que se desempeñen en la industria alimentaria y/ o que en su pasado o al momento de la realización del estudio hayan enseñado, dictado cursos, y demás capacitaciones sobre alimentos funcionales y/ o que en su pasado o al momento de la realización del estudio hayan publicado libros y/ ó información científica sobre alimentos funcionales. El criterio establecido para evaluar el “conocimiento de la definición de alimentos funcionales” se basó en la definición de ADA, estableciéndose tres niveles de respuesta: “Conoce Adecuadamente” (nombra el atributo “beneficio” y otros según la definición: “dentro de una dieta variada, en forma regular, a niveles efectivos, más allá de sus nutrientes básicos”); “Conoce Parcialmente” (nombra sólo el atributo “beneficio a la salud”); “No conoce adecuadamente” (no nombra el atributo beneficio a la salud, aunque nombra otros atributos).

Los porcentajes se calcularon sobre el total de las respuestas para cada ítem evaluado, pudiendo existir más de una respuesta por profesional entrevistado según el caso.

Para evaluar aquellos alimentos indicados como funcionales, así como la asociación entre alimento y componente activo, se tomó como base el “Vademécum Nutricional - Alimentos Funcionales” y la información científica y de producto para profesionales de la salud provista por las empresas elaboradoras. En este caso las respuestas se categorizaron en: correctas, regulares, incorrectas y asociación no indicada. El listado no exhaustivo de alimentos funcionales disponibles y su/s componente/s activos se muestra en el anexo N° 1. Las respuestas categorizadas como “regulares” fueron aquellas en las que se nombró un componente correctamente y el resto, si lo había, se indicó erróneamente o se omitió. (4)

Resultados

Todos los entrevistados fueron de sexo femenino, con un rango de edad de 22 a 78 años, siendo el

Anexo 1: Alimentos funcionales disponibles en Argentina con detalle de componente/s funcional/es, marca y Empresa elaboradora.

Producto funcional	Componente funcional	Marca	Empresa
LS Fe, Leche fortificada con hierro y calcio	Hierro, calcio, vitamina C	La Serenísima®	MHSA
Leche con fitoesteroles y omega 3, fortificada con calcio	Fitoesteroles, omega3, calcio	Serecol®	MHSA
Leche reducida en lactosa, fortificada con calcio	Reducción del 80% en contenido de lactosa, calcio.	La Serenísima Deslactosada®	MHSA
Leche con fibra en polvo	Oligosacárido, Vitamina A, D, C, E, B9, Calcio, Hierro, sin grasa	Svelty Actifibras® Svelty Calcio Plus®	Nestlé
Leche en polvo con fibra	Prebióticos	Nido Crecimiento®	Nestlé
Leche con fibra 0 %	Inulina	Sancor Bio Balance®	Sancor
Leche con Fibra Activa	Prebióticos	Ser®	MHSA
Yogur simbiótico	<i>B lactis</i> DN173010 e inulina	Activia®	LS-Danone
Yogur con probióticos	L casei - B lactis	Yogurísimo®	LS-Danone
Yogur con probióticos	Probióticos, vitaminas A, D, E, B9	Sancor®	Sancor
Yogur dietético fortificado con B-puritas	<i>L casei</i> , <i>B lactis</i> , vitaminas A, B9, D y E	Ser®	LS-Danone
Leche fermentada	<i>L casei</i> , <i>L acidophilus</i> y oligofruktosa (F.O.S) , inulina	BioSancor®	Sancor
Leche fermentada	<i>L casei</i> Shirota	Yakult®	Yakult
Leche fermentada	<i>L casei</i> Defensis	Actimel®	LS-Danone
Leche fermentada	Fitoesteroles	Vidacol®	LS-Danone
Leche fermentada	Cultivos (<i>L casei</i> y <i>L acidophilus</i>)	Sancor®	Sancor
Alimento lácteo fortificado	Hierro, zinc, Vit A, D, B9, probióticos	Danonino®	LS-Danone
Bio queso	Probióticos	Ilolay Vita®	Williner
Margarina para untar	Fitoesteroles	Danicol	Flora Dánica
Fideos dietéticos de sémola con vegetales fortificados	Vitaminas y minerales	Lucchetti / Matarazzo	Molinos-Río de la Plata
Spaghetti Favorita ²	Vitaminas y minerales	Lucchetti / Matarazzo	Molinos Río de la Plata
Galletitas con avena y pasas ²	Vitaminas, minerales, avena y omega 9	Frutigran	Granix
Biscochitos ²	Vitaminas y minerales, omega 9	Biscochitos Granix	Granix
Galletitas de agua reducida en grasas ²	Vitaminas y minerales, omega 9	Express Light	Kraft Foods
Galletitas de agua blancas con fibra ²	Vitaminas y minerales, inulina y omega 9	Express fibras blancas	Kraft Foods
Buñuelos / ñoquis y pizza / harina con levadura Pureza -harina integral ²	Vitaminas y minerales	Pureza	Molino Cañuelas
Polenta con fibra	Salvado	Presto Pronta con fibra	Arcor
Pan con semillas y omegas	Semillas lino, girasol, amapola / avena / omega 6 y 9	Oroweat semillas Bimbo	Bimbo
Pan de salvado fortificado	Hierro, vitaminas, 7 cereales (avena, trigo, sésamo, maíz, centeno, girasol, cebada)	Pan Light 7 granos	Bimbo
Pan salvado	Fitoesteroles, omega 9, salvado de trigo	Salvado doble con fitoesteroles	Fargo
Pan rayado y rebozadores	Fortificados con hierro	Favorita Nutrihierro	Molinos Río de la Plata
Avena Arrollada	Fibra soluble	Granix	Granix
Cereales para desayuno fortificados	Vitaminas E, B1, B3, B6, B9 y B12	Azucopos Granix	Granix
Cereal para desayuno	Vitaminas C, B1, B2, B3, B6, B9, B12, ác. pantoténico, hierro, zinc, calcio y fósforo	Cereal Fitness	Nestlé
Alimento para lactantes	Prebio 1: oligofruktosa e inulina	Nestum	Nestlé
Postre en polvo Flan en polvo	Vitamina A, E y D, zinc	Exquisita	Molinos Río de la Plata
Barras de cereal	Avena, omega 9	Cerealitas	Kraft Foods
Barras de cereal	Omega 9, salvado	Fritugran	Granix
Postre / Flan	Vitaminas A, D, E, B2, B9, B12, calcio y fósforo	Ser Tentación	LS-Danone
Helado	Calcio	Luxor Bombón	Nestlé
Chicles sin azúcar	Azúcares alcoholes: sorbitol, manitol, xilitol	Beldent	Cadbury
Huevos	Omega 3	Cormillot	Cabaña Avícola Jorju
Bebida dietética con vitaminas y minerales	Vitamina E y potasio	Dasani	Coca- Cola
Bebida de soja fortificado	Vitamina C, B1, B2, B3, B6, B12 Y B9, calcio, hierro y zinc	Ades	Unilever
Jugo	Calcio y Vitamina D	Cepita	Coca-Cola
Jugo	Vitamina B5, B9, B12	Ivess- Cormillot	Ivess
Jugo en polvo fortificado	Vitamina C	Verao / Tang	Kraft Foods

² con harina enriquecida Ley n° 25630

Fuente: elaboración propia a partir de datos publicados en el libro "Vademécum Nutricional" y por empresas alimenticias.

promedio 37 años de edad. Con respecto a las fuentes de información, el 51% de los entrevistados asistieron a capacitaciones y eventos sobre alimentos funcionales organizados por asociaciones científicas, empresas alimenticias y laboratorios, lo que refleja que poseían información previa e interés en el tema.

Entre las fuentes bibliográficas y medios de información los más nombrados en orden decreciente fueron: “Internet”, “libros”, “congresos”, “colegas y revistas especializadas” y “asociaciones de profesionales”.

Los sitios más visitados en Internet para obtener información fueron: páginas específicas de nutrición, medicina y/o salud, buscadores y/o bases de datos científicos y sitios varios.

Las páginas más nombradas en orden decreciente fueron: “...Nutrinfo...”, “...Nutrar...”, “...Intram...”, “...ADDYND...”; “...Páginas científicas...”, “...Consumer Eroski...”; “...Pubmed...” y “...Google...”. Las menos nombradas en orden decreciente fueron: “...Google científico...”; “...SAN...”; “...LILACS...”; “Nutrición Hospitalaria...”; “...FAO...”; “...Medline...”.

El 89% de los entrevistados definió el concepto de “alimento funcional”, observándose un 8% de respuestas adecuadas. Aquellos que conocían parcialmente la definición (29% de respuestas) indicaron que eran “...Alimentos de la dieta que aportan un beneficio para la salud...”.

El resto de las definiciones asociaron a estos alimentos principalmente a:

- Una función orgánica específica: “...Aquel que mejora el funcionamiento de un sistema, por ejemplo el digestivo, etc...”
- Una función terapéutica: “...Alimento que contiene un componente para la ayuda de una patología o deficiencia...”
- Una función nutricional: “...Alimento que por alguno de sus componentes ejerce una función de nutrición complementaria con el objetivo de mejoramiento de la salud...”.
- Otras respuestas fueron: “...Aquel cuyos elementos actúan aumentando la respuesta inmune de nuestro cuerpo...”; “...Alimento modificado para mejorar y aprovechar su potencialidad. En algunos casos indicados para diferentes patologías...”.

Al indagar sobre qué alimentos funcionales conocen y cuáles son su/s componente/s activos, el 89%

de los entrevistados indicó un total de 263 asociaciones de las cuales el 51% fueron correctas (gráfico 1). El 11% de los entrevistados no respondió la pregunta. Los alimentos diseñados y sus componentes funcionales, referidos por su marca comercial, fueron los más nombrados con el 71% de respuestas.

Coincidentemente con lo anterior, fue notable el conocimiento de alimentos funcionales asociados a Marca Comercial y/o Empresa Elaboradora. A esta pregunta respondió el 82,5% de los entrevistados y las asociaciones correctas ascendieron al 87,5%, evidenciando un amplio conocimiento sobre la disponibilidad de alimentos funcionales diseñados.

Consultados sobre la importancia de conocer y/o usar alimentos funcionales, el 91% de los profesionales brindó una respuesta positiva enumerando las siguientes razones:

- El beneficio a la salud (“...Porque hay que promocionar el consumo de alimentos útiles para la salud...”)
- La información y/o recomendación (“...Para saber para que sirven y ver si es necesario...”; “...Para indicarlos correctamente...”)
- La utilidad (“...Es una herramienta a tener en cuenta dentro de los productos que ofrece la industria...”).

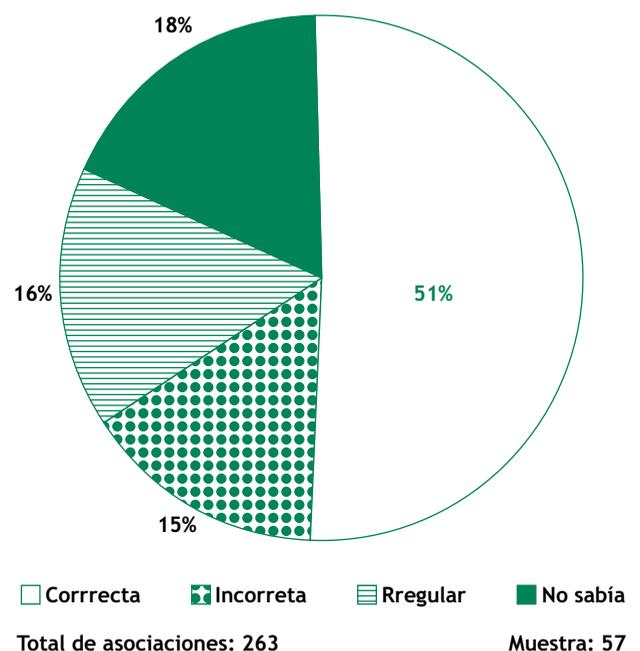


Gráfico 1: Clasificación de respuestas según asociación alimento y componente funcional

Otras razones llamativas: “...Porque contribuye a reconocer el valor de los alimentos en su estado natural, y valorar a la alimentación saludable...”; “... Cubren necesidades nutricionales en alimentos específicos”.

Solo el 7% no los consideró importantes por:

- Ausencia de necesidad (“...Porque se puede obtener los beneficios con una buena alimentación por algo no están en las Guías Alimentarias...”)
- Falta de información y desconfianza (“...No siempre sirve utilizar alimentos funcionales...” / “Con la alimentación completa se cubren los requerimientos...”).

El 2% restante eligió *No sabe/ No responde*.

Con respecto a la intención de recomendación de los diferentes alimentos funcionales, el 72% de los entrevistados los recomendaría, un 10,5% expresó que no los recomendaría y un 17,5% no sabía o no contesto. De aquellos que los recomendarían el 46 % nombró la marca, el 34 % nombró el grupo de alimento y el 20 % nombró el tipo de alimento (Ver detalle en el cuadro 2).

Las causas de no recomendación indicadas fueron: precio, rótulos poco claros, falta de sustento científico, que el paciente no presente necesidades específicas, por falta de información, etc.

Otras razones: “...Porque con una alimentación saludable no son necesarios...”; “...Trabajos científicos elaborados por las mismas empresas que las promocionan...”; “...No los conozco...”; “...No los indicaría si el paciente hace una dieta equilibrada y completa...”

En el gráfico 2 se presentan las opciones que propusieron los entrevistados para el ítem “población adecuada para recomendación de alimentos funcionales”. Para la opción “Enfermos”, el detalle de patologías se muestra en el gráfico 3.

Discusion

Los avances en diferentes áreas científicas, el aumento creciente de las enfermedades crónicas y el hecho de que los consumidores reconozcan la relación entre dieta y salud - siendo cada vez más conscientes de su autocuidado y buscando en el mercado productos que contribuyan a su bienestar - propició el desarrollo de alimentos funcionales por parte de la industria alimentaria. En este punto cobran relevancia los conocimientos que los expertos en nutrición tengan sobre el tema, ya que deben interpretar

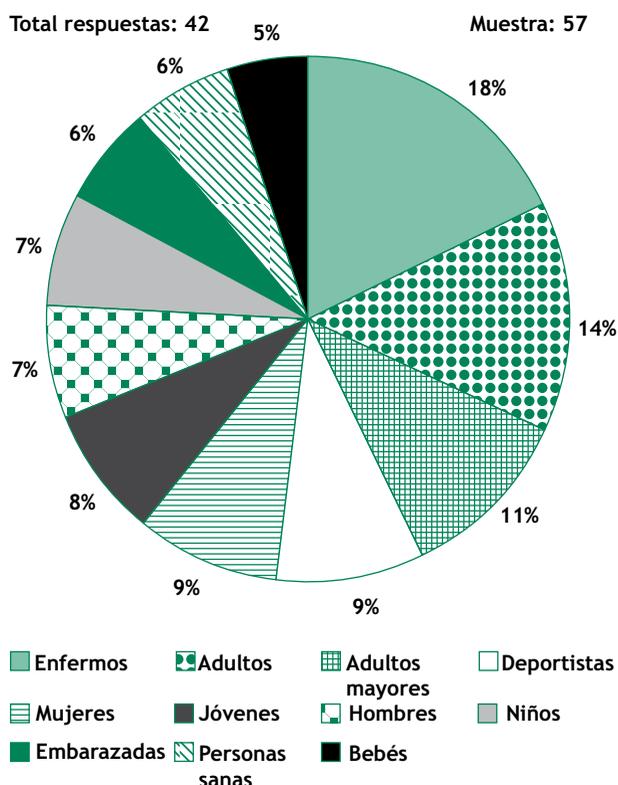
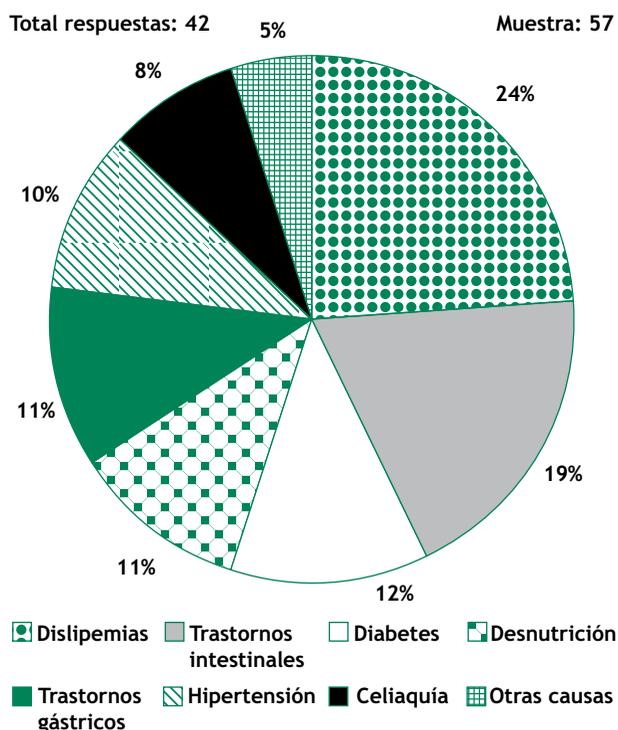


Gráfico 2: Intención de recomendación según características de los pacientes.



Otros
 “para pacientes oncológicos” / “A ninguno”
 “Según el alimento” / “Enfermos que poder adquisitivo lo permita”
 Gráfico 3: Patologías y/o sintomatología.

**Cuadro 2: “Intención de Recomendación de Alimentos Funcionales”
según “Razones de recomendación” (n= 41)**

Mención de Alimento Específico		
% de mención	Alimento / Producto	Razón ¹
20	Semillas de lino y chía	“...Constipación...” “Dislipemias...” “Energía...” “Aporte de w3, antioxidantes y oligoelementos...”
15	Salvado de Avena	“Dislipémicos...” “Bajar el colesterol...” “Constipación...”
10	Leche fermentada con probióticos	“Beneficiar a las defensas...”
10	Yogur con prebióticos	“Normalizar tránsito intestinal...” “Disminuir riesgo cáncer de colon...”
Otros	“Aceite de soja por ser alto en fitoestrógenos...” “Tomate por cáncer de próstata...”	
Mención de Grupo de Alimentos		
% de mención	Alimento / Producto	Razón ²
40	Lácteos	“Normalizar / regular / movilizar tránsito intestinal...” “Prevenir osteoporosis...” “Bajar el colesterol...”
26,5	Frutas y Hortalizas	“Omega 3, antioxidantes y oligoelementos...” “Es el mejor polivitamínico y es natural...”
Otros	Pescados Aceites y semillas	“por Omega 3...”
Mención de Marcas Comerciales		
% de mención	Alimento / Producto	Razón ³
22	Leche con fitoesteroles y omega 3	“Hipercolesterolemia...” por “Omega 3, Fitoesteroles”
22	Yogur simbiótico <i>Bifidobacterium lactis</i> DN 173010 e inulina	“Constipación...” “Calcio...”
18	Leche fermentada con fitoesteroles	“Hipercolesterolemia...” “Regenerar flora intestinal...”
10	Leche fermentada con <i>L. casei Shirota</i>	“Regenerar flora...” “Antibioticoterapia agresiva...”
8	Leche fermentada con <i>L casei</i> DN114001	“Tratamientos prolongado con ATB...” por “ <i>L. casei</i> Defensis...”
Otros	“Margarina para untar” por “fitoestanoles “Pan de salvado por fitoesteroles y Omega 9...” “Alimento lácteo fortificado con Zn, Fe y vitaminas...” “Leche fermentada simbiótica...” “Leche con fibra...” “Galletas con omega 9...” “Polenta con fibra...”	

1, 2, 3 Las respuestas se enumeran sin clasificar como correctas o incorrectas.

Fuente: Elaboración propia

y “traducir” la información científica y de la industria a la comunidad en general, pues son las fuentes más confiables e idóneas. El presente trabajo muestra que los profesionales entrevistados no conocen con claridad el concepto “alimento funcional”, ya que es referido correctamente por una minoría, en coincidencia con la primera fase de un estudio realizado en Salta a estudiantes, profesores y administrativos de diferentes facultades (las respuestas correctas ascendieron al 11%). La segunda fase del estudio y a partir de intervenciones educativas muestra un aumento significativo de las respuestas correctas al 70%. (9, 10)

Por otra parte, se evidencian dos posiciones distintas y opuestas con respecto a estos alimentos. La mayoría de los profesionales de la nutrición muestra una actitud positiva, credibilidad e inclinación a su recomendación; en el otro extremo, se muestran más desconfiados y cautelosos. Algo similar surge de un estudio cualitativo realizado en Uppsala, Suecia, en 2003 sobre la confianza y voluntad de profesionales de salud (médicos, dietistas y enfermeras) a recomendar a los alimentos funcionales. Si bien el grupo de enfermeras y médicos tuvieron muchas similitudes y coincidencias en su perspectiva hacia estos alimentos (mostraron falta de confianza, interés y competencia), no fue así con los dietistas, que marcaron claramente otra visión: curiosidad y entusiasmo, actitud positiva y confianza hacia el desarrollo de alimentos funcionales; pensando que estos alimentos eran necesarios entre sus pacientes. Evaluaron positivamente a productos probados clínicamente que eran comercializados con un logotipo específico. A diferencia de los nutricionistas argentinos, los suecos consideraron como fuentes fiables tanto a los informes científicos como a los representantes y el material desarrollado por la industria alimentaria. La conclusión mostró que los tres grupos de profesionales tenían diferentes niveles de experiencia con los alimentos funcionales, y por lo tanto sus percepciones y actitudes se expresaron en formas sustancialmente distintas, pues a mayor experiencia de uso existía mayor confianza. Un estudio reciente realizado en Corea entre profesionales de la nutrición coincide con esta conclusión, indicando que

la eficacia en el resultado del uso de alimentos funcionales correlaciona positivamente con la frecuencia de consumo por parte de los nutricionistas y con su intención de recomendación. (11, 12)

Finalmente y en coincidencia con estudios similares realizados en Holanda y Oregon (USA), se destaca el conocimiento general sobre los alimentos funcionales diseñados por sobre los naturales y la intención de recomendación, observándose cierta confusión sobre los beneficios, la eficacia y la indicación de los productos. (13, 14)

Conclusiones

Es importante resaltar el interés que existe entre los profesionales en profundizar los conocimientos de esta área, tornándose un campo fértil para las acciones de capacitación e investigación. De esta manera se podría optimizar la recomendación de los alimentos funcionales para todas las áreas de responsabilidad del nutricionista: en educación alimentaria - nutricional, en dietoterapia y como respuesta a la demanda de formas alternativas para mejorar la salud y prevenir enfermedades (8, 15). En este campo, son destacables las acciones de capacitación desarrolladas por instituciones relacionadas con la nutrición como los grupos de estudio (AADYND 2007 - Alimentos Funcionales), grupos de trabajo (SAN - Alimentos Funcionales), cursos de posgrado y la misma experiencia en la Universidad Nacional de Salta antes mencionada, que han permitido capitalizar el interés de los profesionales en acciones concretas. La inclusión del tema alimentos funcionales en el plan de estudio de las carreras de nutrición permitiría realimentar el sistema educativo para intensificar el interés hacia esta emergente área de la ciencia de los alimentos y la nutrición.

Los profesionales de la nutrición deben trabajar de manera sinérgica con la industria alimentaria, con otros profesionales de la salud, el gobierno, la comunidad científica y los medios de comunicación para asegurar que la población reciba información adecuada sobre los alimentos funcionales, para realizar elecciones saludables y mejorar su calidad de vida ■

Referencias bibliográficas :::::::::::::::::::::

- 1- Agencia de Innovación y Desarrollo de Andalucía, IDEA. Concedería de Innovación, Ciencia y Empresa. Vigilancia Tecnológica Estudio Sectorial. Alimentos Funcionales. Junio 2007.
- 2- Position Paper of the American Dietetic Association: Functional Foods. *J Am Diet Assoc.* 2004;104(5):814-826.
- 3- Position of the American Dietetic Association: Functional Foods. *J Am Diet Assoc.* 2009;109:735-746.
- 4- Santana E. Vademécum nutricional, Buenos Aires, Argentina, Akadia, 2008.
- 5- Ashwell M. Conceptos sobre Alimentos Funcionales. ILSI Europe Concise Monograph Series, ILSI Press 2005.
- 6- Codex Alimentarius CAC/GL 23 - 1999, Rev. 1 - 2004.
- 7- Hawkes C. 2004. "Nutrition labels and health claims: the global regulatory environment". WHO.
- 8- Olagnero G, Genevois C, Irei V, Marcenaro J, Bendersky S. Alimentos funcionales: Conceptos, Definiciones y Marco Legal Global. *Diaeta (B. Aires)* 2007;25(119):31-39.
- 9- Jiménez MJ, Margalef MI, Casermeiro MA, Gasparini SR, Guanca R, Martínez Bustos M, Palópoli C, Pérez MI, Piú C. Conocimientos y percepción de nuevos alimentos en la comunidad universitaria. *Diaeta (B.Aires)* 2007;25(121):7-13.
- 10- Jiménez MJ, Margalef MI, Casermeiro MA, Gasparini SR, Guanca R, Martínez Bustos M, Palópoli C, Pérez MI, Piú C, Aré ME. Evaluación de intervenciones educativas en el conocimiento y opinión de la comunidad universitaria sobre alimentos funcionales. *Diaeta (B.Aires)* 2010;28(132):23-28.
- 11- Myeong Hwa Cha, Jiyeon Lee and Mi Jung Song. Dietitians' intentions to recommend functional foods: The mediating role of consumption frequency of functional foods. *Nutr Res Pract.* 2010;4(1):75-81.
- 12- Landström E, Sidenvall B, Ulla-Kaisa KH, Magnusson M. Health-care professionals perceived trust in and willingness to recommend functional foods: A qualitative study. *Appetite* 2007;48: 241-247.
- 13- de Jong N, Hoendervangers CT, Bleeker JK, Ocke MC. The opinion of Dutch dietitians about functional foods. *JHum Nutr Diet.* 2004 Feb;17(1):55-62.
- 14- Lee YK, Georgiou C, Raab C. The knowledge, attitudes, and practices of dietitians licensed in Oregon regarding functional foods, nutrient supplements, and herbs as complementary medicine. *J Am Diet Assoc.* 2000 May;100(5):543-8.
- 15- Bhaskaran S, Hardley F. Buyer beliefs, attitudes and behaviour: foods with therapeutic claims. *J Consumer Marketing* 2002;19(7): 591 - 606.

