

Módulo 5. Consumo responsable de las marcas de alimentos y bebidas lácteas funcionales

Objetivo

Promover en los adolescentes y jóvenes un pensamiento crítico e informado frente a los derechos y deberes como consumidores de marcas de bebidas lácteas funcionales.

¿Sabía que...?

A través del Estatuto del Consumidor se amplió el espectro de protección del Decreto Ley 3466 de 1982, ya que por medio de la Ley 1480 de 2011 se permitió defender a la parte más débil de la relación comercial, como lo es el consumidor, mediante el establecimiento de un régimen jurídico especial y completo, al que puedan recurrir en caso de ver vulnerados sus intereses. Así mismo, por medio del Decreto 3249 de 2006 se establecieron los lineamientos para la regulación publicitaria en lo que respecta a productos alimenticios y suplementos dietarios, así como lo dispuesto en la Ley 1355 de 2009 (Ley de obesidad) y el Decreto 975 de 2014, frente al contenido de la información nutricional y la manera en que debe ser presentada la información que se suministre a los niños, niñas y adolescentes en su calidad de consumidores.

Para reflexionar

El consumo responsable se entiende como la elección de consumir bienes o servicios basándose en el impacto ambiental y social que genera, y no únicamente en su precio o calidad. Al respecto, es importante reflexionar acerca de la responsabilidad individual y colectiva que tenemos cuando consumimos alimentos funcionales, e incorporar una visión crítica de qué, por qué, para qué, cómo, cuándo, cuánto consumimos. En ese sentido, es importante considerar que un producto antes de llegar a nosotros ha pasado por múltiples paisajes, caras y manos, produciendo diferentes impactos y efectos ambientales, sociales y económicas. En ese sentido, es necesario considerar que no tenemos por qué consumir tal y como la televisión y las grandes empresas nos dicen que lo debemos hacer, ya que podemos pensar realmente qué es lo que necesitamos y cómo lo queremos; es un acto de libertad con el que realmente podemos sumar un grano de arena hacia un mundo más justo.

De acuerdo con la ONG Greenpeace (2018), una buena dieta y un consumo adecuado de alimentos funcionales es sin duda una

muy buena herramienta para cuidar el planeta y mejorar la salud. De acuerdo con esto, es importante tener en cuenta:

- ▶ Comer alimentos de verdad, evitando productos elaborados y precocinados.
- ▶ No desperdiciar alimentos.
- ▶ Incrementar el consumo de productos ecológicos que contribuyan a la salud y al medio ambiente.
- ▶ Rechazar los productos que provengan de cultivos transgénicos o modificados genéticamente.
- ▶ Unirse a grupos de consumo que faciliten la relación entre agricultores y consumidores, haciendo entrega de productos directamente y reduciendo así los costos gracias a la eliminación de intermediarios.

Sesión en clase

En grupo y con base en el siguiente reportaje, *Bebidas funcionales no son cuestión de moda* (revistaalimentos, 2018), se debe reflexionar acerca del consumo responsable.

40

Recientes estudios de Nielsen han demostrado que el mundo se está inclinando por los alimentos saludables, sobre todo en la categoría de lácteos. Como firmas de investigación de mercados han mencionado, caso Nielsen, “hoy en día las tendencias del mercado y el consumo se mueven hacia categorías de alimentos y bebidas que tengan beneficios funcionales o representan un consumo mucho más light”.

En Colombia la tendencia está teniendo mucho éxito. Según Nielsen HomeScan, en el país un consumidor compra en promedio cada dos días productos de la canasta regular, y de cada seis, algún producto saludable. La bebida de mayor penetración en saludables es la leche, seguido de refrescos en polvo, jugos, bebidas lácteas y chocolate.

¿En qué consiste la categoría?

De acuerdo con Makymat, las bebidas funcionales son productos que poseen componentes fisiológicos que complementan su aporte nutricional y que representan un beneficio extra para la salud de las personas, como por ejemplo, el metabolismo, control del colesterol, la mineralización ósea y la reducción de riesgos de enfermedad.

Un mercado reciente

Alpina ha sido una de las marcas que ha conseguido el título de pionera en lácteos funcionales dentro del país. En 2007 arrancó su historia con Regeneris, un producto que es resultado del estudio de las tendencias globales y una excusa para promover el bajo consumo de leche que tiene Colombia -145 litros por persona al año, siendo 170 litros la cifra indicada por la FAO.

Para cobijar este segmento, marcas de gran trayectoria están atendiendo la creciente demanda. Pero en Gastronomy Market –supermercado enfocado en lo orgánico– también hay productos nacionales que buscan ganar espacio. Tal es el caso de Chaustre, un yogur descremado, deslactosado, con probióticos, fibra y dulce de fruta.

A sustituir y realzar la industria nacional

Las bebidas funcionales tienen más trayectoria en el exterior que en el mercado nacional. Por eso, es muy común ver el aloe, té con aportes nutricionales y otros productos en tiendas especializadas y a altos precios, pues generalmente son importados. En Colombia, dada su aptitud para la siembra de frutas y hortalizas frescas, en entornos orgánicos, se puede acudir a la sustitución de estos productos.

Con base en lo anterior se debe responder a los siguientes interrogantes:

- ▶ ¿Qué significa generar un consumo responsable y consciente?
- ▶ ¿Qué tipo de prácticas social y ambientalmente responsables se pueden generar a partir del consumo de alimentos y bebidas funcionales?

Sesión en casa

A partir de las siguientes imágenes de anuncios vistos a través de redes sociales, reflexione sobre la declaración de salud que promueve y una práctica responsable de consumo que usted puede proponer desde el consumo de marcas de alimentos y bebidas lácteas funcionales (figuras 1, 2 y 3):

41

Figura 1. Consiente tu corazón



Fuente: tomada de Colanta, s. f.

Declaración de salud: _____

Práctica de consumo responsable: _____

Figura 2. Actimel, ayuda tus defensas



Fuente: tomada de Scientia, 2014.

Declaración de salud: _____

Práctica de consumo responsable: _____

Figura 3. Benecol, reduce el colesterol



Fuente: tomado de Nutriguia.com, s. f.

Declaración de salud: _____

Práctica de consumo responsable: _____

Conclusiones y recomendaciones

Es importante destacar que los alimentos constituyen un recurso valioso, por lo mismo requieren de cuidado y responsabilidad. En la actualidad hay una gran tendencia de consumir saludablemente y esto, desde luego, ha traído consigo que cada vez haya más consumidores buscando nuevas alternativas de consumo mucho más funcionales y con beneficios medicinales. En ese sentido, las marcas de alimentos han venido desarrollando productos con propiedades nutraceuticas¹, acompañada de minerales, vitaminas, que complementan una sana nutrición.

¹ “Son productos provenientes de alimentos cuyas características nutricionales y funcionales proporcionan beneficios contribuyendo a mejorar la salud y por tanto reducir el riesgo de padecer enfermedades e inclusive colaboran en el tratamiento de enfermedades” (ESPN Run.com, 2019).

En esa línea nutraceutica, los alimentos y bebidas lácteas funcionales son una importante alternativa para complementar el cuidado de la salud; sin embargo, el mismo consumidor es víctima de señuelos y estrategias del mercado, con un consumo que, en la mayoría de las ocasiones, no es responsable y justo. De acuerdo con Greenpeace México (2019), consumir de manera responsable implica:

- ▶ Que se prefieran alimentos frescos, que no tienen aditivos ni conservantes.
- ▶ Que la publicidad no venda cuentos, haciendo uso de términos como *light*, natural, integral, entre otros.
- ▶ Que revise la caducidad de los productos, ya que en muchas ocasiones están cerca de la fecha de vencimiento.

Es importante que las empresas dueñas de las marcas de alimentos y bebidas lácteas funcionales garanticen la honestidad y la veracidad de la información entregada al consumidor. Al respecto, Ballesteros (2011) propone que se deben “crear centros de debate e información, ampliamente abiertos para la opinión pública, que suministren indicadores y datos sobre la calidad de los productos y los impactos ecológicos y sociales de su producción” (p. 14). Por lo anterior, es importante que la información que se suministre a los consumidores sobre las propiedades y beneficios de los alimentos sea soportada científicamente –respaldada por organizaciones médicas confiables–, buscando mejorar las condiciones de salud y la calidad de vida de la población.

Referencias

- Ballesteros, C. (2011). Soberanía consumidora. Más allá del consumo responsable. *Dossieres EsF*, (2), 12-15. Recuperado de <http://www.ecosfron.org/wp-content/uploads/Dossier-2-Trim-2-2011.pdf>
- Colanta (s. f.). *Inicio* [página de Facebook]. Facebook. Recuperado de <https://www.facebook.com/ColantaOficial/photos/colanta-con-su-yogur-benecol-est%C3%A1-aqu%C3%AD-para-ayudarte-reduciendo-tu-colesterol-de/1937420119648627/>
- Congreso de la República de Colombia. (12 de octubre de 2011). *Por medio de la cual se expide el Estatuto del Consumidor y se dictan otras disposiciones* [Ley 1480 de 2011]. DO: 48 220.
- Congreso de la República de Colombia. (14 de octubre de 2009). *Por medio de la cual se define la obesidad y las enfermedades crónicas no transmisibles asociadas a ésta como una prioridad de salud pública y se adoptan medidas para su control, atención y prevención* [Ley 1355 de 2009]. DO: 47 502.
- ESPNRun.com. (2019). *¿Qué son los alimentos nutraceuticos?* Recuperado de https://www.espn.com.mx/espn-run/nota/_/id/5537276/que-son-los-alimentos-nutraceuticos
- Greenpeace México. (2019). *Cómo consumir alimentos sanos*. Recuperado de <https://www.greenpeace.org/archive-mexico/es/Campanas/Agricultura--sustentable-y-transgenicos/Y-tu-sabes-lo-que-comes/Somos-lo-que-comemos-comamos-con-inteligencia/Como-consumir-alimentos-sanos/>
- Greenpeace. (2018). *Consume mejor*. Recuperado de <https://es.greenpeace.org/es/que-puedes-hacer-tu/consumo/>
- Nutriguia.com. (s. f.). Guía de Nutrición, Cocina, Salud y Estilo de vida. Recuperado de https://nutriguia.com/?id=d1b9afod;t=STORY_PRINTABLE;topic=nov
- Presidencia de la República de Colombia. (18 de septiembre de 2006). *Por el cual se reglamenta la fabricación, comercialización, envase, rotulado o etiquetado, régimen de registro sanitario, de control de calidad, de vigilancia sanitaria y control* [Decreto 3249 de 2006]. DO: 46 395.
- Presidencia de la República de Colombia. (28 de mayo de 2014). *Por el cual se reglamentan los casos, el contenido y la forma en que se debe presentar la información y la publicidad dirigida a los niños, niñas y adolescentes en su calidad de consumidores* [Decreto 975 de 2014]. DO: 49 166.
- Revistaalimentos. (2018). *Bebidas funcionales no son cuestión de moda*. Recuperado de <https://revistaalimentos.com.co/ediciones/ed-54-la-dulce-sorpresa-claves-la-consolidacion-regional/bebidas-funcionales-cuestion-moda/>
- Scientia. (22 de enero de 2014). *Actimel 0%... ¿en qué?* Recuperado de <https://scientiablog.com/2014/01/22/actimel-o-en-que/>

Glosario

Alimentos funcionales: son aquellos a los que se les añade componentes biológicamente activos que mejoran la salud.

Bebidas lácteas funcionales: son alimentos que incluyen características nutricionales y cumplen la función de mejorar la salud y reducir los riesgos de contraer enfermedades. En estos, se agregan componentes biológicamente activos, tales como las vitaminas, ácidos grasos, fibra alimenticia y antioxidantes, entre otros.

Bebidas lácteas fermentadas: son bebidas diferentes a la leche; específicamente se trata de productos lácteos procedentes de los cultivos lácticos, resultantes de la acción de las bacterias del ácido láctico (*Lactobacillales*) tales como los *Lactobacillus*, *Lactococcus* y el *Leuconostoc*.

Calcio: es un mineral que tiene como función formar y mantener los huesos fuertes, ayudando, a su vez, a prevenir la osteoporosis.

Calorías: corresponde a la energía que proveen los alimentos/nutrientes. Las calorías que aparecen en la etiqueta corresponden a una porción.

Calorías de grasa: son aquellas derivadas de las células grasas. El cuerpo las almacena para tener reservas de energía en el futuro.

Colesterol: es el nutriente contenido en alimentos que provienen de animales. El colesterol LDL es *malo* y el colesterol HDL es *bueno*.

Etiqueta nutricional: es la información que se ofrece al consumidor con respecto a los componentes/ingredientes del producto, así como sus cantidades y propiedades nutricionales.

Grasa total: es el conjunto de grasa que le provee energía al organismo. Algunos tipos de grasas son más saludables que otras.

Grasas no saturadas: son consideradas *grasas buenas* que le ofrecen ventajas al organismo, como la reducción de los niveles de colesterol malo. Se encuentran en los frutos secos, los aceites vegetales y las semillas, principalmente.

Grasas saturadas: es un tipo de grasa sólida a temperatura ambiente que generalmente proviene de los animales y se asocia con ciertos riesgos para la salud.

Grasas trans: son un tipo de grasa formada cuando una grasa líquida se convierte en una grasa sólida durante su manufactura. Las grasas trans no tienen ningún valor diario y deben ser reemplazadas por las grasas no saturadas en su dieta, en la medida de lo posible.

Nutriente: es el ingrediente que tienen los alimentos y que provee valor nutritivo o beneficio nutricional.

Porcentaje de valor diario (%vd): es el porcentaje de un nutriente en una

porción de alimento. Se basa en el estándar establecido de 2000 calorías al día.

Sodio: es un elemento químico que generalmente se encuentra en productos como la sal. La ingesta alta de sodio puede conducir a presión arterial alta y al riesgo de padecer enfermedades cardíacas.

Valor diario: cantidad de ciertos nutrientes que necesitan las personas diariamente.



Esta obra se editó en Ediciones
USTA. Se usó papel propalcote de
250 gramos para la carátula y papel
propalmate de 90 gramos para
páginas internas. Tipografías de la
familia Fira Sans y Share Tech.

2020

Este programa de educación tiene como propósitos principales promover hábitos de consumo responsable de alimentos y bebidas lácteas funcionales, con miras a la formación de hábitos de alimentación adecuados en la población adolescente y joven, fomentar conciencia sobre el consumo alimentario e impulsar estilos de vida saludable.

Este documento brinda información valiosa sobre este tipo de alimentos, la importancia del etiquetado nutricional y los aspectos legales y éticos en relación con la publicidad engañosa presente en este tipo de productos. Asimismo, aborda la influencia de las redes sociales y la responsabilidad que tienen las marcas en la comunicación adecuada de la información que suministran al consumidor.



UNIVERSIDAD SANTO TOMÁS
PRIMER CLAUSTRO UNIVERSITARIO DE COLOMBIA
FACULTAD DE MERCADEO

