

¿QUÉ ES?

Sistema de clasificación de 5 letras y 5 colores, que describen 5 clases nutricionales.

OBJETIVO

La comprensión por parte del consumidor de forma más sencilla, la información nutricional que encontramos en las etiquetas de los alimentos y, así poder elegir aquellos que resulten más adecuados para su dieta.

DESCRIPCIÓN

Es un herramienta creada por el ministerio de Sanidad, que pretende así, impulsar un entorno alimentario más saludable, en que el consumidor pueda realizar la compra y seguir una dieta más saludable y equilibrada, favoreciendo la toma de decisiones saludables, sobre todo en aquellos grupos sociales más desfavorecidos.

Se basa en la calidad nutricional de los productos, comparando siempre dentro de una misma categoría. Sólo se aplica a productos procesados envasados.

¿CÓMO FUNCIONA?

El sistema da puntos en función de la composición por 100 g o 100 ml, considerando:

- 
 Proteínas, fibra dietética, porcentaje de frutas verduras, leguminosas, frutos oleaginosos, aceites de oliva, nuez y colza.
- 
 Nutrientes desfavorables, quilocalorías, azúcares simples, ácidos grasos saturados y sodio.

