

Cikkismertetés: A Nutri-Score tápértékjelölési rendszer közérthetősége és hatása az élelmiszer-választásra

Article review: Comprehensibility of the Nutri-Score front-of-pack label and its impact on food choices

Ismertető:	Éliás Anna Júlia ¹ ✉
Ismertetett cikk:	Egnell, M., Talati, Z., Galan, P. et al. (2020): Objective understanding of the Nutri-score front-of-pack label by European consumers and its effect on food choices: an online experimental study. <i>International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity</i> , 17, 146. doi: 10.1186/s12966-020-01053-z
Beküldve:	2021. 04. 06.
Doi:	10.24365/ef.v62i2.5905
Kulcsszavak:	csomagolás elülső oldalán alkalmazott tápértékjelölés; közérthetőség; élelmiszer-választás; európai fogyasztók
Keywords:	front-of-pack nutrition label; objective understanding; food choices; European consumers

BEVEZETÉS

Az élelmiszerek csomagolásának elülső oldalán alkalmazott tápértékjelölés (*front-of-pack label*) a lakosság táplálkozási szokásait javító potenciális eszköz. Jelenleg többféle, önkéntesen használt tápértékjelölési rendszer is megtalálható a piacokon. Mivel az Európai Unió belüli rendszerek egységesítéséről folyamatos egyeztetés zajlik, ezért fontos, hogy a tagországokban is megvizsgálják azok relatív közérthetőségét (a termékek tápérték szerinti helyes besorolásának képessége), valamint hatékonyságát (az egészségesebb tápanyag-összetételű élelmiszer választása) a fogyasztók körében.

Jelen tanulmány öt jelölési rendszer alkalmazhatóságát mérte fel a tápérték szerinti besorolási képesség és az élelmiszer-választás befolyásolása szempontjából a fogyasztók körében.

1. A beviteli referenciaérték rendszer monokróm formában tájékoztat az élelmiszerek adagonkénti energiatartalmáról, valamint egyes, odafigyelést igénylő tápanyagok

mennyiségéről, a napi irányadó bevitelhez viszonyítva. Az ismertetett tanulmányban ez a tápértékjelölési rendszer szolgált összehasonlítási alapként.

2. A „közlekedési jelzőlámpa” jelölési rendszer háromféle színkóddal (piros, sárga, zöld) ellátott címkét takar, amely az adott élelmiszer egy adagjára vonatkozó energia- és tápanyagtartalmáról ad információt a napi beviteli referenciaérték százalékában.
3. A figyelmeztető szimbólumokkal ellátott élelmiszerek energiatartalma vagy egy összetevője (pl. cukor) meghaladja az ajánlott napi bevittet. Tekintve, hogy minden korosztálynak más az energiaigénye, olyan modelleket alkalmaznak, melyek kiegyensúlyozzák ezeket a különbségeket.
4. A Nutri-Score rendszer 5 szintű besorolással, a zöldtől a pirosig terjedő színskála használatával jellemzi adott termék tápanyagösszetételét.
5. A Health Star jelölési rendszer egy féltől öt csillagig terjedő skálán egészségességük szerint értékeli a termékeket. Ez a táplálék

¹ Semmelweis Egyetem Egészségtudományi Kar, Morfológiai és Fiziológiai Tanszék, Budapest

jelölés információt ad egyes odafigyelést igénylő tápanyagok mennyiségéről is 100 g termék vonatkozásában.

MÓDSZER

A felmérésben 12 európai ország lakosai² vettek részt két hullámban 2018-ban, országonként mintegy 1 000 fővel (N = 12 291). Azért, hogy az egyes társadalmi csoportok egyenlő arányban képviseltessék magukat, a mintavétel kvóta alapján történt a nem, az életkor, valamint a társadalmi-gazdasági helyzet tekintetében.

A vizsgálat során 3 élelmiszerkategórián belül (pizza, sütemény, reggeli müzli) 3 egyértelműen eltérő tápanyagprofilú terméket terveztek meg, a valódihoz hasonló, de fiktív csomagolással. A vizsgálat második részében a csomagolás elülső oldalán jelölték a termék tápértékét is.

A résztvevők online kérdőívet töltöttek ki, melyben a fent említett termékcsoportokat élelmiszer-választás és tápérték szerint rangsorolták a csomagolás elülső oldalán jelölt tápanyagösszetétel ismerete nélkül, majd azt látva is.

EREDMÉNYEK, MEGBESZÉLÉS

Az eredmények alapján a Nutri-Score rendszer segítette leginkább a fogyasztókat az egyes élelmiszerek tápértékének megbecslésében, illetve azok eszerint történő rangsorolásában, a beviteli referenciaérték rendszerhez képest. Ezt követte a „közlekedési jelzőlámpa”, a Health Star és a figyelmeztető szimbólumok jelölési rendszere. Míg a Nutri-Score közérthetősége mind a 12 országban megfigyelhető volt, a többi tápértékjelölési rendszeré országonként változott.

Az élelmiszer-választásra gyakorolt hatékonyság tekintetében, a beviteli referenciaérték rendszerrel összehasonlítva, szintén a Nutri-Score érte el

a legjobb eredményeket. A figyelmeztető szimbólumok, valamint a Health Star jelölési rendszer ugyanakkor nem váltottak ki szignifikánsan jobb hatást a referenciaként használt rendszerhez képest.

A Nutri-Score eredményessége a jelölési rendszerben használt színkódolással magyarázható, mely növeli a címke figyelemfelhívó erejét és a monokróm rendszerekhez képest (pl. Health Star jelölési rendszer) lerövidíti az információ felismeréséhez és megértéséhez szükséges időt. Ezen kívül a Nutri-Score rendszer fölénye az inkább összefoglaló, mint tápanyag-specifikus formátum használatával hozható összefüggésbe, amely alacsonyabb kognitív munkaterheléssel járhat.

A TANULMÁNY KORLÁTAI

Az eredmények értékelésekor szem előtt kell tartanunk, hogy a vizsgálati minta egyik ország esetében sem volt reprezentatív. Ezenkívül a résztvevők túlnyomó többsége (országonként változó mértékben, 52–89% között) az egészséges táplálkozás témakörében részben vagy nagy mértékben jártasnak tartották magukat. A résztvevők nem ismerték a tanulmány célkitűzéseit, és további ismereteik sem voltak a tápértékjelölési rendszerekről, ami befolyásolhatta az információk értelmezését. A résztvevők preferenciái egyaránt hatással lehettek az élelmiszer-választásra és a termékek tápérték szerinti rangsorolásának képességére is. Végül a vizsgálat körülményei eltértek a valós élethelyzetektől, ahol további tényezők, például az ár is befolyásolhatják a fogyasztók élelmiszer-választását. Ugyanakkor mivel a cél a tápértékjelölési rendszerek közérthetőség, valamint hatékonyság szerinti összehasonlítása volt, ezek a torzítások mind-egyik vizsgált rendszert egyformán érintették.

² Az első hullámban Bulgária, Dánia, Franciaország, Németország, Spanyolország és az Egyesült Királyság voltak a részt vevő államok, majd Belgium, Olaszország, Hollandia, Lengyelország, Portugália és Svájc a második hullámban.

TANULSÁGOK A HAZAI SZAKEMBEREK SZÁMÁRA

Az ismertetett kutatás eredménye különösen fontos az európai harmonizáció szempontjából. Míg a Nutri-Score rendszer használatát egyre több európai uniós ország támogatja, más tagállamok — köztük Magyarország is — nem álltak a kezdeményezés mellé. A hazai szakemberek fontos feladata lehet, hogy a Nutri-Score rendszert megismerve ajánlásokat fogalmazzanak meg a döntéshozóknak. Egy, a fentihez hasonló vizsgálat kivitelezése potenciális kutatási terület lehet a hazánkban történő alkalmazhatóság felmérésére.

Fontos, hogy a hazai szakemberek is nyomon kövessék az Európai Bizottság tápértékjelölési rendszerét érintő munkáját. A Termelőtől az asztalig (*Farm to Fork*) program részeként várhatóan 2022-ben történik meg a jelölések egységesítése az Európai Unión belül.