

ULTRAPROCESADOS: MÁS ETIQUETAS, ¿MEJOR SALUD?

- La legítima preocupación por las altas tasas de obesidad en Chile no es suficiente para justificar nuevas regulaciones de etiquetados de alimentos si estas no cuentan con evidencia sólida de sus efectos.
- La experiencia de la Ley de Etiquetado demuestra que los sellos “ALTOS EN” han facilitado la información que llega a los consumidores y acelerado la reformulación de productos hacia alternativas más saludables. Sin embargo, no existe evidencia concluyente de que hayan contribuido a reducir la obesidad a nivel poblacional, principal objetivo de esta política pública.
- La incorporación de una nueva advertencia para identificar alimentos “ultraprocesados”, ya sea mediante un número determinado de ingredientes o mediante “marcadores”, introduce una categoría que es conceptualmente ambigua y que puede estigmatizar alimentos inocuos, desincentivar la reformulación y saturar la información disponible para los consumidores.

Chile enfrenta desde hace años una grave crisis de malnutrición por exceso. Las tasas de obesidad infantil y adulta se encuentran entre las más altas de América Latina y la OCDE¹, por lo que encontrar políticas públicas que sean capaces de revertir esta tendencia constituye una prioridad. Sin embargo, la gravedad de este problema no convierte automáticamente en adecuadas todas las soluciones que se proponen.

En este contexto, se está discutiendo en el Congreso Nacional una modificación a la Ley N° 20.606, Ley de Etiquetados de Alimentos, para incorporar un nuevo etiquetado para los alimentos denominados “ultraprocesados” y extender las restricciones a su publicidad dirigida a menores de 14 años². Algunos parlamentarios han planteado modificar el diseño original de la iniciativa –que considera dentro de esta categoría a los productos alimenticios que contengan más de cinco ingredientes formados a partir de procesos químico-industriales– para avanzar en la identificación de estos

¹ Véase en https://www.oecd.org/es/publications/2025/11/health-at-a-glance-2025-country-notes_2f94481e/chile_b440e042.html

² Boletín N° 17.176-11.

productos mediante determinados “marcadores” de ultraprocesamiento, como aditivos o ingredientes de uso predominantemente industrial.

Aunque la moción original y las indicaciones a la misma difieren en su mecanismo, comparten el mismo problema: pretenden regular una categoría cuya definición y relación causal con daños a la salud no están científicamente acreditados, y no parecen suficientemente sopesados sus costos y beneficios.

Antes de avanzar con esta política pública, es indispensable preguntarse qué ha logrado la regulación vigente en otros sectores y si las nuevas intervenciones permitirán efectivamente mejorar los indicadores de salud de la población.

LA MAYOR INFORMACIÓN Y RESTRICCIONES NO HAN DISMINUIDO LA OBESIDAD

Tras una década de aplicación progresiva de la Ley de Etiquetado de Alimentos (Nº20.606), la evidencia disponible muestra resultados positivos en algunas dimensiones, pero también limitaciones que deben ser consideradas antes de profundizar la regulación.

Por una parte, los sellos “ALTOS EN” han cumplido un rol relevante al simplificar la información nutricional para los consumidores, facilitar las decisiones de compra e incentivar a la industria a reformular sus productos para reducir los niveles de azúcar, sodio, grasas saturadas y calorías³. Asimismo, los sellos permitieron modificar percepciones de los usuarios respecto a la calidad nutricional de los productos e incentivaron el reemplazo hacia sustitutos sin sellos⁴.

De acuerdo a un informe de la Universidad de Georgetown (2025)⁵, tras la entrada en vigencia de la obligación de etiquetado en 2016 se reportaron caídas en las compras de estos productos (en un 20,2% de productos altos en azúcar, 13,8% en sodio, 9,6% en grasas saturadas y 8,3% en calorías). Sin embargo, el mismo estudio evidencia que estos datos ocultan resultados sanitarios que son menos alentadores: la obesidad en

³ Quintiliano, Daiana y otros. [“Changes in Nutrient Declaration after the Food Labeling and Advertising Law in Chile: A Longitudinal Approach”](#). Nutrients, 2020.

⁴ Otero, Sebastián and Barahona, Nano and Otero, Cristóbal. [“Equilibrium Effects of Food Labeling Policies”](#). (September 23, 2020).

⁵ Cardello, Hank. [“Can Front-of-Pack Product Labeling Fix the Obesity Crisis?”](#). Business for Impact, Georgetown University, abril de 2025.

adultos en Chile aumentó del 67,7% en 2010 al 78,8% en 2022⁶. En la población infantil, aunque la obesidad cayó entre 1 y 3 puntos porcentuales en niños de Pre-Kínder a 1° básico inmediatamente después de 2016, para 2018 las tasas ya habían retornado a los niveles previos a la reforma. El estudio sugiere que esta paradoja se explicaría por la migración del consumo hacia alimentos “no etiquetados” pero no necesariamente sanos, como comida rápida, productos de panadería o de establecimientos de servicio (como restaurantes y cafeterías). Finalmente, el estudio revela que los sistemas de etiquetado frontal sufren un problema de focalización: actúan sobre quienes menos los necesitan. El segmento de la población más saludable y con menor IMC es el que más utiliza las etiquetas (71%). En cambio, solo el 23% de los segmentos con mayor IMC y menor motivación por la salud consulta la información nutricional.

Para respaldar la efectividad de las políticas implementadas en Chile y justificar su expansión se ha citado en la discusión un reciente estudio publicado en *The Lancet* (2026)⁷. Sin embargo, sus resultados deben ser interpretados con cautela. El estudio no permite aislar el efecto de los sellos de advertencia, pues evalúa el conjunto de medidas que incluyó la ley (restricciones a la publicidad, restricciones a la venta en establecimientos escolares) y los efectos que ella generó (reformulación de productos) sin poder atribuir a una sola variable los resultados de la ley. Además, ellos se limitan a una reducción modesta –dos a tres puntos porcentuales– en la probabilidad de exceso de peso en niños de 4 a 6 años y no permiten establecer efectos de largo plazo sobre la obesidad u otros resultados de salud. Más aún, los efectos positivos se concentran en los grupos de mayor nivel socioeducativo y en zonas urbanas, lo que plantea dudas sobre su alcance y aplicabilidad general⁸.

De este modo, la experiencia sugiere que los sellos, aunque pueden ser una herramienta útil de información a los consumidores y un incentivo para la reformulación de los productos, no constituyen necesariamente una solución para un problema complejo como es la obesidad, lo que obliga a mirarlo con mayor amplitud. Una política centrada exclusivamente en alimentos envasados es capaz de abordar

⁶ Es más, otros estudios proyectan que esta cifra alcanzará en 2050 un 86,7% de la población. M. Guerrero y otros. [“Obesidad en aumento: Chile podría superar el 85% de población adulta con exceso de peso en 2050”](#). Carta al Editor, Revista Médica Chile 2025, P. 466.

⁷ Paraje, Guillermo y otros. [“The impact of Chile's multipronged food labelling and advertising law on early childhood excess weight: a cohort difference-in-differences study”](#), *The Lancet*, vol. 407, N° 10548, 2026, pp. 2630-2640.

⁸ Paganini, Pietro. *“Beyond the Headlines: What the Lancet Study on Chile's Warning Labels Actually Demonstrates”*. Competere (Policies for Sustainable Development), revisado por miembros del Comité Científico de Competere, 2026.

solo una parte de los factores que inciden en la alimentación y obesidad, pero deja de lado otros elementos esenciales como la actividad física. Por lo tanto, agregar nuevas advertencias exige demostrar que estas tendrán un impacto sanitario y no simplemente multiplicarán la información que recibe el consumidor.

EL PROBLEMA DEL ETIQUETADO “ULTRAPROCESADO”

La principal dificultad del proyecto de ley es que busca construir una nueva categoría regulatoria sobre un concepto que presenta importantes problemas de definición y delimitación. El término “ultraprocesado” no constituye hoy una categoría regulatoria reconocida en el Reglamento Sanitario de los Alimentos o en normas internacionales como el Codex Alimentarius. Su utilización proviene principalmente de la clasificación NOVA, cuya utilidad científica y regulatoria continúa siendo objeto de debate⁹.

La dificultad se vuelve evidente cuando se intenta traducir este concepto en una regla concreta. En la propuesta original de la definición de alimentos “ultraprocesados”, el criterio de contar con más de cinco ingredientes formados a partir de procesos químico-industriales podía llevar a situaciones paradójicas: alimentos nutricionalmente valiosos, como yogures descremados, panes integrales de masa madre, leches sin lactosa o suplementos destinados a adultos mayores, podrían recibir una advertencia por incorporar vitaminas, minerales, cultivos lácteos o espesantes necesarios para su elaboración, conservación o seguridad. Asimismo, muchas de las reformulaciones para disminuir el azúcar —y de esa manera evitar el sello “ALTO EN”— tendrían, ahora, el sello de “ultraprocesado”.

Por otro lado, el desincentivo a utilizar cierto tipo de ingredientes implicará mayores costos a los usuarios debido a, por ejemplo, menor duración de los productos.

Estas paradojas muestran que el número de ingredientes o el grado de procesamiento no constituyen, por sí solos, una medida adecuada de la calidad nutricional de un alimento.

⁹ Entre otros, Braesco, Véronique y otros. “Ultra-processed foods: how functional is the NOVA system?” *European Journal of Clinical Nutrition* 76(5), 2026, Pp. 724-753, sugiere que los criterios NOVA son ambiguos y subjetivos, dificultando su uso efectivo en políticas de salud pública. Por su parte, Gibney, Michael. “Ultra-Processed Foods: Definitions and Policy Issues”, *Current Developments in Nutrition*, vol. 3, 2018, ofrece una crítica académica a la clasificación NOVA, considerando que carece de rigor científico y de coherencia.

UTILIZAR “MARCADORES” NO RESUELVE EL PROBLEMA

Frente a las dificultades para definir normativamente qué es un alimento “ultraprocesado”, durante la discusión en el Senado se ha propuesto avanzar mediante “marcadores” asociados a la presencia de determinados aditivos o ingredientes de uso predominantemente industrial, como colorantes, saborizantes, edulcorantes no nutritivos, emulsionantes y espesantes. Aunque esta alternativa busca reemplazar el criterio rígido basado en el número de ingredientes, no resuelve el problema.

Además, la presencia de un aditivo no lleva a que un alimento sea perjudicial para la salud. Si fuera efectivamente dañino y existiera evidencia suficiente que así lo acreditara, no debería tener un sello, sino que debería estar prohibido por la autoridad sanitaria. Por el contrario, los aditivos permitidos han sido sometidos a evaluaciones de seguridad y cumplen funciones necesarias para la conservación, estabilidad y seguridad de los alimentos. Utilizarlos como “marcadores” de una categoría que recibe una advertencia sanitaria supone confundir dos cuestiones distintas: la inocuidad de un producto y su composición nutricional.

Finalmente, esta propuesta puede generar incentivos contradictorios con los objetivos de la propia política alimentaria. La experiencia posterior a la Ley N°20.606 mostró que la industria reformuló productos para reducir azúcares, sodio y grasas saturadas. En muchos casos, estas modificaciones requieren utilizar fibras, edulcorantes, texturizantes u otros ingredientes funcionales. Si estos mismos componentes pasan a ser considerados señales negativas, se corre el riesgo de retroceder en la reformulación de productos que logró la ley.

Existe un riesgo adicional que no debe subestimarse: la saturación de información. Los consumidores ya enfrentan un sistema de etiquetado que incorpora advertencias sobre calorías, azúcares, sodio y grasas saturadas. Agregar más etiquetas puede hacer que se acumulen múltiples señales de advertencia, dificultando la distinción entre productos con perfiles nutricionales muy diferentes. Esta sobreabundancia de sellos puede terminar debilitando el propósito original del etiquetado: entregar información simple y comprensible para facilitar mejores decisiones.

El problema no es solo la cantidad de información, sino también su calidad. Una advertencia sanitaria debe transmitir una señal clara, respaldada por evidencia y vinculada con un riesgo que el consumidor pueda comprender. Si la relación entre el sello y el daño que pretende prevenir no está suficientemente establecida, su incorporación puede terminar confundiendo más que informando. Si un producto

nutricionalmente adecuado recibe una advertencia por incorporar un aditivo autorizado, mientras otro con un perfil nutricional pobre queda fuera de la categoría por, por ejemplo, utilizar pocos ingredientes, el sistema corre el riesgo de perder credibilidad ante los consumidores.

LA POLÍTICA CONTRA LA OBESIDAD DEBE IR MÁS ALLÁ DEL ENVASE

La obesidad es un fenómeno complejo y multicausal. Combatirla requiere una estrategia que considere el conjunto de los hábitos alimentarios y de vida de la población, y no únicamente la composición de los alimentos envasados.

La experiencia de la Ley N°20.606 demuestra que es posible generar cambios positivos en la información que reciben los consumidores y en la reformulación de productos. Pero también muestra que estos avances no han tenido un mayor impacto para revertir la tendencia de la obesidad de la población en Chile. En este escenario, antes de seguir ampliando la regulación de etiquetados, la política pública debiera concentrarse en medidas con mayor potencial de impacto, como promover una adecuada gestión de porciones y formatos, involucrar activamente a restaurantes y servicios de alimentación en mejorar el perfil nutricional de los productos ofrecidos y fortalecer la educación nutricional, especialmente en los grupos y segmentos donde la obesidad presenta mayor prevalencia.

El objetivo final debe ser mejorar la salud de las personas y para ello es necesario que la regulación se base en evidencia sólida, que se entregue información clara y evitar desincentivar la innovación y la reformulación de productos.