



# PERSONALIZADOS Y SOSTENIBLES: el camino de la alimentación

La personalización es una realidad. Era cuestión de tiempo para que llegara al sector alimentario y en concreto al industrial, pues ya ofrece productos para segmentos específicos (destinados a lactantes y niños, para usos médicos y sustitutivos de la dieta para control de peso). Son regulados en la UE con un reglamento que establece los requisitos que deben cumplir. • **Esther Vázquez (\*)**

Cuando se habla de alimentos para usos médicos especiales nos referimos a aquellos destinados a una población que tiene alguna patología relacionada (directa o indirectamente) con los alimentos como una alergia o intolerancia alimentaria, hipertensión, diabetes, deficiencias nutricionales, etcétera.

Hoy lo que se encuentra con mayor frecuencia en el mercado bajo el concepto de “personalización” referido a alimentos es:

**1) A nivel industrial:** envases personalizados en los que se puede imprimir una foto personal o escribir un mensaje propio. O bien, la venta de un kit con distintos ingredientes destinados a montar una galleta con el diseño que se quiera.

**2) A nivel minorista (restaurantes, heladerías, etcétera):** ofrecen la opción de elegir ingredientes para elaborar una ensalada, ingredientes para una pizza, las bolas de sabores y toppings para un helado. Y no olvidemos que desde hace mucho tiempo en las cocinas de hospitales o de caterings de colegios se elaboran menús adaptados al consumidor.

En los últimos años, con la incursión de la tecnología 3D se ha avanzado en la personalización en cuanto a la forma tridimensional de los productos, por lo que ahora nos podremos encontrar con un pastel con la forma que el cliente desee.

Pero deberíamos preguntarnos y profundizar más en el verdadero significado que tiene el concepto de “alimentos personalizados”. ¿Qué está demandando el consumidor cuando se habla de ellos?, ¿quiere que respondan a sus necesidades nutricionales? o ¿deben responder a otros criterios de compra como tamaño de la porción, tipo de envase, exclusividad de éste y de los ingredientes, etcétera?

La respuesta a esa última pregunta puede estar en la disciplina llamada Foodómica, cuyo objetivo es el de mejorar la salud de los consumidores a través de los alimentos. Un investigador del Consejo Superior de Investigaciones Científicas (CSIC) que dirige el laboratorio de Foodómica declaró en 2013: “A muy largo plazo estaremos capacitados para darle a cada persona pautas sobre la alimentación que proporcionen los mayores estándares de salud y el menor riesgo de padecer determinadas enfermedades, es decir, será posible la alimentación personalizada”.

(\*) Directora de EV Consultoría Alimentaria. Interim Manager en Empresas Alimentarias. España.

# LOS ALIMENTOS PERSONALIZADOS

y sostenibles tienen algo en común, en ambos casos se busca promover la salud del consumidor, donde sin duda lo deseable es apostar por la sostenibilidad en sus procesos de producción

Ya existen proyectos en los que participan expertos en genética y cocineros para diseñar platos a la medida según el perfil genético del comensal, estudiar las percepciones sensoriales de las personas a la hora de comer y buscar soluciones gastronómicas a los problemas de salud.

En resumen, se puede concluir que el concepto de alimentos personalizados responde a las siguientes características

- Engloba a toda la población, tanto la que está sana como la que padece alguna patología asociada con los alimentos.
- Aborda una personalización individualizada y no por segmentos de población.
- Habla de la composición nutricional de los alimentos.
- Ayuda a mejorar la salud, aumentar las defensas y fortalecer la homeostasis del cuerpo a través de los alimentos.

La industria alimentaria tiene varias opciones para ofrecer alimentos personalizados. La personalización puede referirse al alimento en sí mismo o bien al envase. En ambos casos, la tarea no es complicada. Afortunadamente el sector cuenta con una amplia gama de materiales de envasado y con varias opciones de impresión sobre los mismos. Por otro lado, adaptar la composición de un alimento a unas determinadas necesidades nutricionales es fácil de conseguir con asesoramiento de un nutriólogo.

Gracias a las distintas opciones que se pueden encontrar bajo la definición de alimentos personalizados, es fácil deducir que los establecimientos minoristas tienen una mayor capacidad de adaptación productiva para ofrecer este tipo de alimentos. Para llevar a cabo esta estrategia habrá que trabajar en la planificación y organización.

Sin embargo, el verdadero reto para ofrecer productos personalizados recae en la industria alimentaria, en concreto en su capacidad para producir lotes de alimentos tan pequeños para reducir la cantidad a 1. Venimos de la producción masiva de alimentos y de las economías de escala, pero hoy se camina hacia el otro extremo.

Esa realidad, la de producir lotes pequeños, ya la contempla una de las herramientas de Lean Manufacturing llamada reducción del tamaño de lote (One Piece Flow). Por lo tanto, entre las investigaciones que se están llevando a cabo en la disciplina de la Foodómica y en ese tipo de tecnologías o herramientas no parece descabellado que la alimentación personalizada llegue a ser una realidad.

## Sostenibilidad en los bienes y productos

Otra de las tendencias dentro del consumo es la sostenibilidad. El sector alimentario no queda ajeno a este concepto, pues se trata de un sector que consume una cantidad considerable de recursos naturales y que contribuye a la contaminación ambiental.

¿Qué son los alimentos sostenibles? Se relaciona con el uso eficiente de los recursos, el cuidado del medioambiente, el desarrollo social y económico de la comunidad o región y también incluye el concepto saludable. Este tipo de alimentos serán la consecuencia de la Economía Circular.

El término sostenibilidad en la producción de alimentos no nace como una moda. Muchos estudios y análisis ya lo cuestionan a largo plazo de los actuales métodos de producción. En este sentido, la industria alimentaria se enfrenta a distintos retos:

- Abastecerse de materias primas que hayan sido cultivadas o producidas de forma respetuosa con el medioambiente.
- Buscar la mayor eficiencia en el consumo de energía en todos los procesos de la cadena alimentaria, incluyendo producción primaria, transformación y transporte.
- Buscar la manera de reutilizar o dar valor añadido a los residuos generados durante los procesos de transformación.
- Evitar generar productos contaminantes al ambiente.
- Aportar por el residuo cero.
- Usar de manera más eficiente el agua y buscar formas de reutilización.
- Y otras estrategias encaminadas a producir alimentos saludables siendo a la vez respetuosos social, económica y medioambientalmente.

Eso indica que para la industria va a ser una tarea muy amplia. Actualmente son muy pocas las situaciones en las que encontramos alimentos que respondan a la definición. Lo que hoy existe en el mercado bajo el título de "alimentos sostenibles", tiene que ver con estrategias individuales que llevan a cabo las empresas y solo cumplen con algún aspecto de la definición. Algunos ejemplos son:

- Estrategias encaminadas a reducir la cantidad del envase utilizado en los productos finales o, bien, a cambiar el envase de un solo uso por otro multiusos o compostable.
- Para generar una menor huella ambiental respecto de la huella ambiental de los productos hechos de manera tradicional.
- Para utilizar eficientemente los recursos, como el agua y la tierra. Un ejemplo son los cultivos hidropónicos.
- Para generar valor añadido de los subproductos o los residuos generados durante la producción.
- Para evitar la contaminación ambiental y utilizar más eficientemente los recursos naturales. Un ejemplo es la carne de laboratorio.

Los alimentos que más se acercan al concepto de sostenibilidad son los ecológicos, locales, km 0 y los procedentes del comercio justo. Y le siguen un poco más de lejos aquellos que tienen alguno de los muchos sellos ambientales que existen en el mercado. ■