Etikettenwijzer – de voorkant

Etikettenwijzer – de voorkant. Een vervolg op mijn andere blog etikettenwijzer – de achterzijde.

Ook de voorkant heeft mysteries. Een paar tips om rekening mee te houden als je voor het schap in de supermarkt staat.

Foto

Producten in een pak (of zak of blik) hebben meestal aan de voorkant fantastische foto's. Alleen al door het zien van de foto loopt het water je in de mond. Vaak geven ze je ook nog het gevoel dat je een supergezond product koopt. Totdat je kritisch het recept leest, bijvoorbeeld een wereldgerecht pak waarop staat dat je zelf nog alle groenten en vlees moet toevoegen.

Zo heeft de consumentenbond de "wall of shame" .

Producten die de indruk wekken dat ze boordevol zitten met fruit of groenten.

Laatst is er een klacht binnen gekomen bij de Stichting Reclame Code over een product waarbij de producent suggereert dat het product uit 50% pinda's en 50% hazelnoten bestaat. De achterkant laat zien dat dit niet klopt. Suggestie blijft weliswaar vaak ook een interpretatie, maar in dit geval was het zo duidelijk, dat de SRC uitspraak heeft gedaan dat deze suggestie de grenslijn overschrijd. Het bedrijf moet nu de verpakking aanpassen.

Tekst

En dan heb je ook nog de kreten die er gebruikt worden. Kreten die de producent zondermeer mag gebruiken. Wat dacht je van "*ambachtelijke jam uit grootmoeders tijd*". Alsof oma echt in haar eigen keukentje staat om deze jam te maken.

"*Natuurlijk*" is ook zo'n woord. Het triggert ons, geeft ons het gevoel dat we goed bezig zijn, maar zou alles wat we eten en drinken niet "natuurlijk" moeten zijn?

Claims

Deze zijn onder te verdelen in **medische claim, voedingsclaim of gezondheidsclaim**.

Een paar voorbeelden:

Het is aangetoond dat plantensterolen het bloedcholesterol kunnen verlagen met 10%. Dit is een gezondheidsclaim. Deze tekst mag niet, is in strijd met de wetgeving (art. 14).

Voedingsmiddelen rijk aan onverzadigde vetzuren verlagen het risico op coronaire hartziekten ten opzichte van voedingsmiddelen rijk aan verzadigde vetzuren. Dit is een medische claim en medische claims zijn niet toegestaan op voedingsproducten.

Bekende voedingsclaims: light, suikervrij, vetarm, bron van…

De voedingsclaims zijn inmiddels gelukkig wat specifieker omschreven in de wet. Zo betekent "bron van vezels" dat er minimaal 3 gram per 100 gram aan vezels in het product zit. En "vezelrijk" betekent minimaal 6 gram per 100 gram vezels. En light betekent dat er in ieder geval 30% minder van… in moet zitten t.o.v. het reguliere product.

Let op: dit betekent niet dat het ook light is, want het woord

light wekt bij ons de suggestie dat het licht d.w.z. minder calorieën heeft. Helaas, is dit bij de lightproducten zelden het geval.

(meer over voedingsclaims)





Stichting Reclame Code (SRC)

Iedereen kan en mag bij de Stichting Reclame Code een klacht indienen over een product.

Kortom, er valt veel over gezondheid en gezond eten te halen als je de verpakking kritisch bekijkt. Geloof niet alleen de voorkant maar kijk ook wat men schrijft met de kleine lettertjes op de achterkant.