



Los hábitos alimentarios de los españoles. Claves para la comprensión de su transformación en tiempos de crisis

Guadalupe Ramos Truchero y Cecilia Díaz-Méndez
Grupo de Investigación en Sociología de la Alimentación
Departamento de Sociología
Universidad de Oviedo

III Encuentro Desarrollo Rural Sostenible
Zaragoza, 22 abril 2015

Encuesta de Hábitos Alimentarios ENHALI 2012 (Ficha técnica)

- **Encuesta telefónica Sistema CATI Departamento Sociología
Universidad de Oviedo**
- **Muestra: 1.504**
- **Error muestral: +/- 2 nivel confianza 95,5%**
- **Muestra polietápica, estratificada por Comunidades
Autónomas, edad y sexo**
- **Trabajo de campo: Febrero-Agosto 2012**



Hábitos alimentarios de la población española

● 1. ORGANIZACIÓN DE LA ALIMENTACIÓN

- Organización de la comida
- Organización de la compra

● 2. CONFIANZA Y RIESGO

- Confianza en la alimentación, en las instituciones y en las empresas
- Participación social y alimentación

● 3. ACTITUDES HACIA LA ALIMENTACIÓN

- Actitudes hacia cambios de hábitos
- Hábitos saludables

● Crisis como contexto de consumo alimentario

- Lentitud de los cambios
- No contrastación
- Privación material excluida (factor renta)



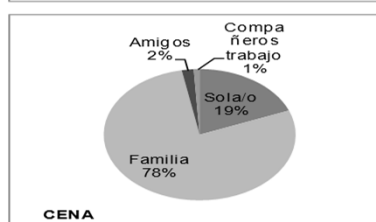
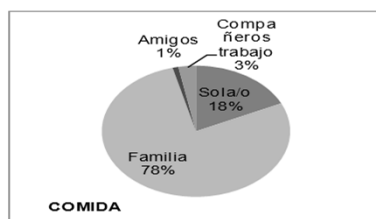
La organización de la alimentación

La comida

- **Cultura alimentaria tradicional compartida por toda la población y estructurada en torno al hogar**

- Tres comidas principales y dos secundarias: desayuno, pincho, comida, merienda y cena
- Mayoritariamente en el hogar
- Comida en compañía

- **Personas con las que come y cena**



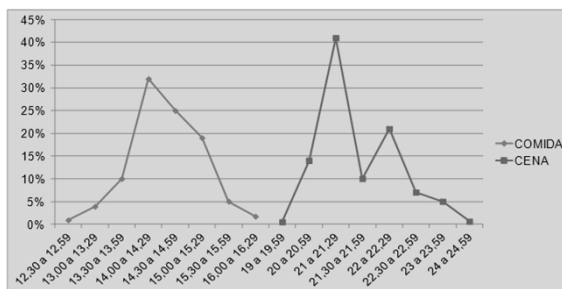
Los horarios

- **Horarios ampliados**

- Incidencia del trabajo externo y estudios
- Efecto género

- **Ambigüedad en la comida fuera del hogar**

- Ocio y/o trabajo
- Voluntad y/o obligación



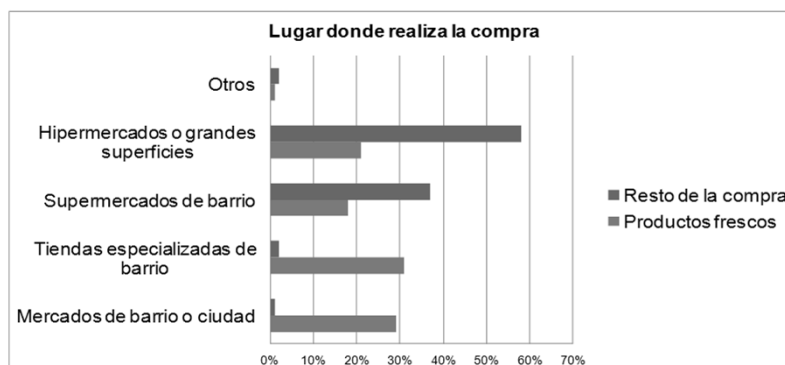
La preparación

- **Preparación individual y femenina. Los criterios son salud, gusto.**



La compra

- **Compra individual y femenina: calidad (frescura) y frecuencia (proximidad)**



- **La crisis refuerza el papel del hogar como lugar preferente de alimentación y el rol de ama de casa de la mujer**

- Comer más en casa
- Llevar de casa comida para comer fuera
- Comer con familiares con los que no se reside
- Aumentar la dualidad del perfil del comensal dentro y fuera por razones laborales

- **La crisis afecta más a la compra que a la preparación y al consumo**

- **Preparación :**
 - No se altera la composición de la dieta: salud y gusto
 - Se cocina para comer con otros: sociabilidad
 - Se ahorra comiendo en casa
- **Compra:**
 - Se buscan establecimientos más baratos: marcas blancas
 - Se confía la seguridad al establecimiento: de frescos y/o de proximidad

Confianza y riesgo en la alimentación

Preocupación por lo que se come

● Preocupaciones acerca de la alimentación

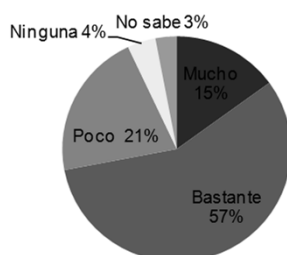
- Por la contaminación de los alimentos
- Por los riesgos que entraña para la salud
- Por la información que se recibe
- Más confianza en los lácteos, las verduras y las frutas
- Más confiados los jóvenes y los de niveles educativos altos, menos los adultos experimentados

Preocupaciones acerca de la alimentación



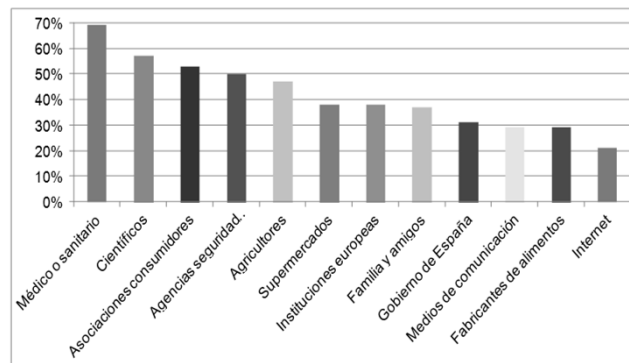
Entorno confiable

Confianza en los alimentos



Confianza en las instituciones

- Desconfianza en las instituciones
- Confianza en los profesionales de la salud, en los científicos y en las asociaciones de consumidores y la AECOSAN



Participación social y alimentación



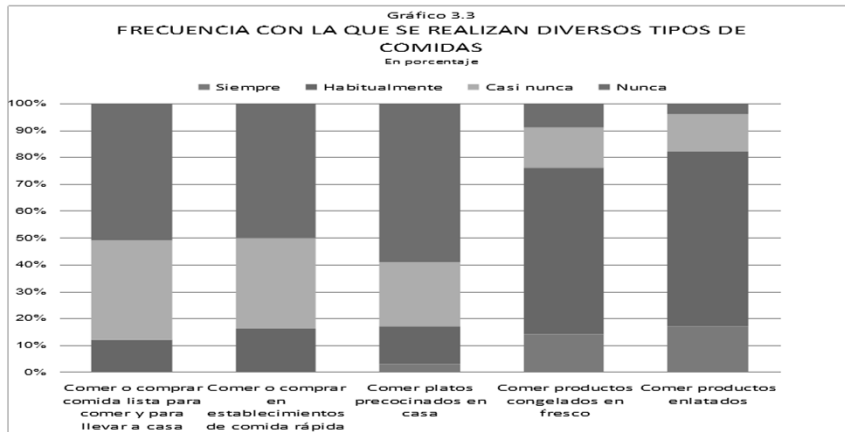
2. CONFIANZA Y RIESGO

- **La desconfianza en los agentes alimentarios es anterior a la crisis económica**
- **Desconfianza derivada de**
 - El riesgo alimentario y sus implicaciones sobre la salud
 - La distancia entre productor y consumidor y el desconocimiento creciente entre ambos
- **Desconfianza hacia instituciones formales (gobiernos) y valoración de las nuevas (asociaciones)**
- **Confianza (relativa) depositada en los agentes intermedios de la cadena agroalimentaria: distribución intermedia y/o comercio de proximidad**
- **Participación “silenciosa”**

Actitudes ante la alimentación

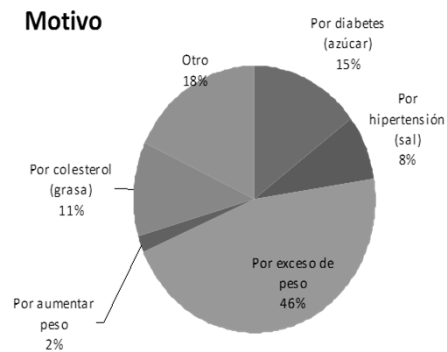
Hábitos saludables y novedad

- Tendencia a adoptar hábitos más saludables
- Repliegue hacia lo casero (doméstico y familiar)
- **Pocos hábitos novedosos**
 - No comida en la calle ni en el coche
 - Preferencia por formatos tradicionales (congelados mejor que precocinados)

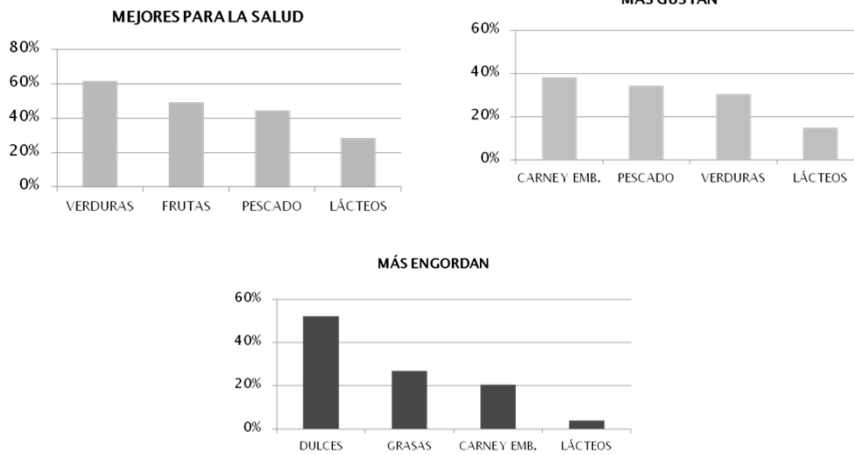


Dietas

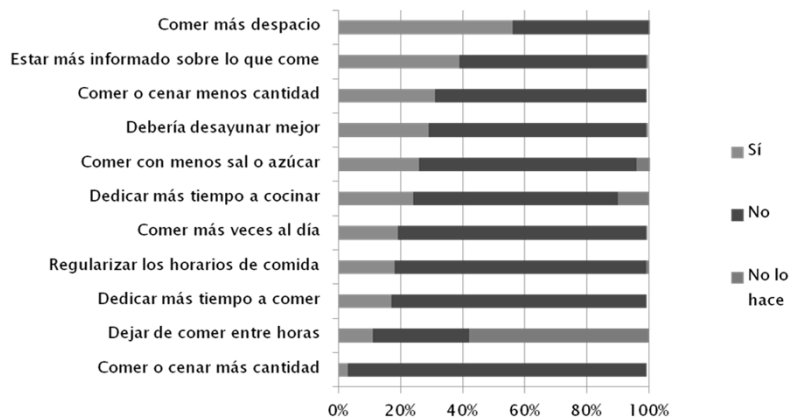
- Uno de cada cuatro hace dieta



Salud y placer



Actitud hacia hábitos más saludables



- Actitudes favorables hacia hábitos saludables
- Salud asociada a delgadez
- Jóvenes más abiertos al cambio de hábitos
- Satisfacción con los hábitos actuales

CONCLUSIONES

Claves del modelo alimentario español

- Concordancia en valores, actitudes y comportamientos
 - Rutinas compartidas y valores comunes
- Mujeres clave del modelo
 - Preocupaciones por comer correctamente
- Entorno de consumo confiable
 - Establecimientos confiables, instituciones nuevas de confianza, entorno regulado
- Salud y placer
 - Contradicción entre placer y salud
- Crisis y comida doméstica
 - Estrategia doméstica de ahorro y compras más baratas

**Guadalupe Ramos Truchero y Cecilia Díaz-
Méndez**

(guadalupe.ramos@uva.es; cecilia@uniovi.es)

**Grupo de Investigación en Sociología de la
Alimentación**

Departamento de Sociología
Universidad de Oviedo

III Encuentro Desarrollo Rural Sostenible
Zaragoza, 22 abril 2015