



El consumo de alimentos saludables aumenta un 15% en 2020

Consum ha reunido, de manera virtual, a expertos en nutrición, endocrinología, pediatría y Calidad para debatir sobre alimentación saludable, una tendencia que está en alza

València, 14 de julio de 2021- La alimentación saludable es una tendencia en auge en los últimos años, que se ha incrementado desde que se inició la pandemia. El consumo de alimentos saludables (frutas, hortalizas y pescado fresco y alimentos bajos en sal, azúcar y grasas) ha aumentado un 15% en 2020. Los hábitos de consumo de más de 3,6 millones de socios-clientes de la Cooperativa confirman esta tendencia. Esta es una de las conclusiones que se han compartido durante el Encuentro DecirHaciendo virtual, organizado esta mañana por Consum, sobre 'Alimentación saludable'. Hecho que corrobora el estudio "Salud y sostenibilidad marcan la alimentación del futuro", presentado por el área de Retail Knowledge de la Asociación Española de Codificación Comercial (AECOC) en mayo de 2021, que aglutina a fabricantes y distribuidores, que afirma que 8 de cada 10 consumidores gastan más en alimentación saludable que antes de la pandemia. También, según la consultora Nielsen, si a finales de 2019 la salud era la principal preocupación para el 19% de los españoles, a mediados de 2020 ese porcentaje ya había crecido hasta el 50%.

Por otro lado, la alimentación saludable tiene un importante componente digital. Según el estudio "La nueva conciencia saludable", realizado también por AECOC, un 56% de los consumidores buscan información de los productos online, también en redes sociales. De hecho, las búsquedas en Google de las palabras 'alimentación saludable' en España crecieron un 22%, con 5,4 millones de búsquedas, 3 de cada 10 consumidores siguen a algún influencer sobre alimentación y el 35% busca información en páginas web.

Para Elisa Escorihuela, influencer en nutrición y dietética, con más de 74,4K seguidores en Instagram, "las redes sociales y la democratización de la información han contribuido a la visualización de profesionales sanitarios que, a través de la divulgación científica, han sensibilizado a la población en temas de salud y nutrición", según ha afirmado durante el Encuentro. Escorihuela ha advertido que "el intrusismo profesional en las redes sociales es una gran amenaza para la salud" y ha apuntado que "el postureo, en las redes sociales, puede ser inspirador, si se hace bien, como una buena foto de una receta saludable".

La preocupación por llevar una alimentación saludable se debe a varios factores, según AECOC: por un lado, la preocupación por tener un sistema inmunológico fuerte que pueda combatir al virus, y, por otro, el cuidado por la salud física y la lucha contra la obesidad, un problema que ha aumentado considerablemente durante la pandemia.

"El siglo actual ha sido definido como el siglo de la epidemia de la enfermedad metabólica, con la salvedad de la actual pandemia por SARS CoV-2. Y es que las cifras son escandalosas: tenemos cifras de obesidad del 18,3% y de sobrepeso del 26,2%, con lo que sólo el 55% de la población en España está en normopeso", ha afirmado Juan Francisco Merino, director de la Unidad Mixta de Investigación en Endocrinología, Nutrición y Dietoterapia del Instituto de Investigación Sanitaria La Fe de Valencia. Merino ha advertido que el incremento de la obesidad va asociado al incremento de la diabetes mellitus tipo 2 y ha augurado que



“pasaremos de una prevalencia mundial de 463 millones de personas con diabetes a 700 millones en 2045, si no aplicamos la máxima de alimentación saludable y ejercicio diario”.

Según la Sociedad Española de Obesidad, el 58,7% de los jóvenes españoles han ganado peso durante la pandemia y, lo más alarmante, es el aumento de los niños que padecen sobrepeso u obesidad. “La obesidad infantil es un problema de salud pública que afecta a 1 de cada 3 niños en nuestro país, según la Organización Mundial de la Salud. Su importancia no sólo se debe al impacto durante la infancia, sino por la potencial proyección hacia la edad adulta, con un incremento del riesgo cardiovascular y metabólico”, ha manifestado Empar Lurbe, jefa del Servicio de Pediatría del Hospital General de Valencia y responsable del Programa PAIDO para la prevención de la obesidad infantil. Lurbe ha destacado la importancia del Programa PAIDO, creado en 2003, que cuenta con la colaboración de Consum a través de talleres de cocina de nutrición saludable, talleres que han beneficiado a más de 2.000 familias.

En este contexto, el etiquetado de los alimentos es clave para un 51% de los consumidores, según Nielsen, que demandan transparencia y autenticidad, así como una reducción de azúcares, sal y grasas saturadas en la composición de los productos.

Para dar respuesta a las demandas de los consumidores, Ricardo Fabregat, ejecutivo de Seguridad Alimentaria y Calidad de Producto de Consum, ha explicado el trabajo que viene realizando la Cooperativa en la reformulación de los productos de marca propia desde hace muchos años, eliminando aditivos innecesarios, sustituyendo grasas cuestionadas por otras de consideración nutricional más elevada, y reduciendo aquellos nutrientes que pudieran estar en exceso y cuya bajada contribuye a mejorar la ingesta nutricional para los clientes.

“Las líneas de trabajo de reducción de azúcares, sal y grasas saturadas, siguiendo la Estrategia NAOS, han sido abordadas con éxito en un trabajo que ha durado dos años y que ha implicado a muchas áreas de Consum, así como a nuestros proveedores, ya que el reto no es hacer una reducción y ya está, sino hacerlo manteniendo las garantías del producto, sin afectar a su sabor, aroma, etc. Ha sido un trabajo arduo y satisfactorio”, según Fabregat.

Consum ha reducido 502 toneladas en total de azúcar, sal y grasas saturadas en los productos de marca propia. La Cooperativa cumple su compromiso con la Estrategia NAOS y ha reformulado alimentos y bebidas de su marca propia, reduciendo estos tres componentes de manera significativa en más del 18% de todos los productos marca Consum disponibles en sus supermercados.

Sobre Consum. Consum es la mayor cooperativa del arco mediterráneo español. Cuenta con 791 supermercados, entre propios y franquiciados, distribuidos por Cataluña, Comunidad Valenciana, Murcia, Castilla-La Mancha, Andalucía y Aragón. En 2020 facturó 3.325 millones de euros, un 13,3% más, y obtuvo un beneficio de 65,5 millones de euros. Con más de 3,6 millones de socios-clientes y 17.386 trabajadores, Consum es la única empresa de distribución con el Certificado de Empresa Familiarmente Responsable (Efr). En 2020 la Cooperativa ha sido certificada con el sello Top Employers, por octavo año consecutivo, como una de las Mejores Empresas de España para trabajar, según la consultora Top Employers Institute.