

LOS PERUANOS NO CUENTAN CON LA INFORMACION NUTRICIONAL NECESARIA PARA SEGUIR UNA DIETA SALUDABLE

Estudio de Opinión Pública sobre nutrición y hábitos de alimentación saludable.

Datum Internacional realizó una investigación a pedido de Arcos Dorados, y difundido con motivo del Día Mundial de la Alimentación, para saber cuánto conocen los peruanos sobre el contenido nutricional de los alimentos que ingieren y cuáles son las actitudes ligadas a la alimentación saludable. Esta investigación es representativa a nivel nacional y se realizó mediante 1200 entrevistas cara a cara en población adulta peruana en Septiembre de 2013.

Los principales resultados del estudio muestran que:

- Los peruanos manifiestan altos niveles de desconocimiento y falta de información sobre temas de nutrición y alimentación saludable.
- Al indagar sobre la cantidad de calorías que deben ingerirse en un día, descubrimos que el desconocimiento de información nutricional más específica es casi total. 9 de cada 10 desconocen la cifra exacta; de los cuales, 7 de cada 10 no pueden mencionar ninguna y otros 2 de cada 10 que creen saberlo, en realidad tienen una creencia errónea sobre la cantidad de calorías que deben consumirse diariamente. Solo un 8% sabe que una dieta requiere ingerir 2000 calorías en promedio por día. El desconocimiento es alto incluso entre quienes se declaran informados sobre temas de alimentación.
- Ante este desconocimiento generalizado, los peruanos demuestran gran interés en recibir información nutricional y la amplia mayoría de la población valora que se incluya la información calórica en los menús de los restaurantes porque consideran que los ayudaría a tomar mejores decisiones a la hora de elegir qué comer.

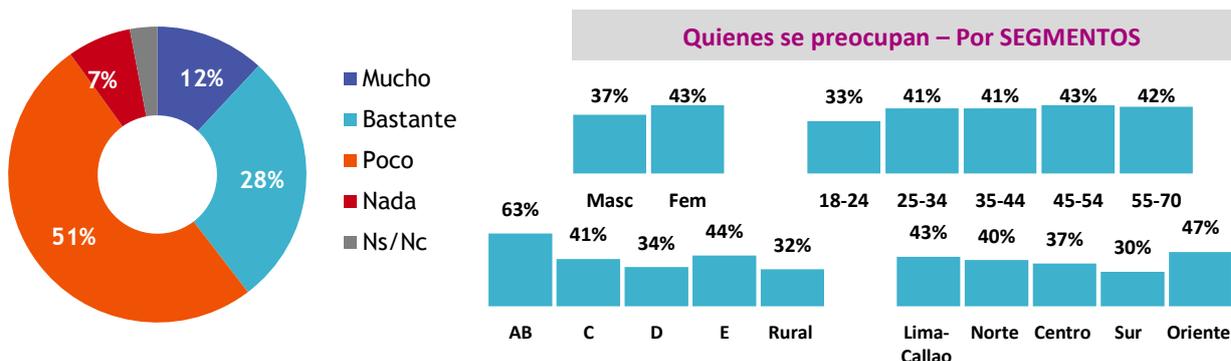
ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS INFORMACIÓN NUTRICIONAL, POCO DISPONIBLE Y DESCONOCIDA

Al ser consultados acerca de su preocupación por mantener una alimentación sana, 4 de cada 10 peruanos (el 40%) señala que se preocupa por seguir una dieta saludable; un 12% afirma que se preocupa mucho y un 28% dice que se preocupa bastante. Contrariamente, el 58% manifiesta que el tema le preocupa poco (51%) o nada (7%).

Al analizar los resultados por los diferentes segmentos sociodemográficos, se observa que la preocupación por seguir una dieta sana es algo mayor entre las mujeres (43% vs 37% entre los hombres) y crece en los niveles altos (63%).

MÁS DE LA MITAD DE LA POBLACION NO SE PREOCUPA POR SEGUIR UNA DIETA SALUDABLE

¿Cuánto se preocupa Ud. por seguir una dieta saludable?



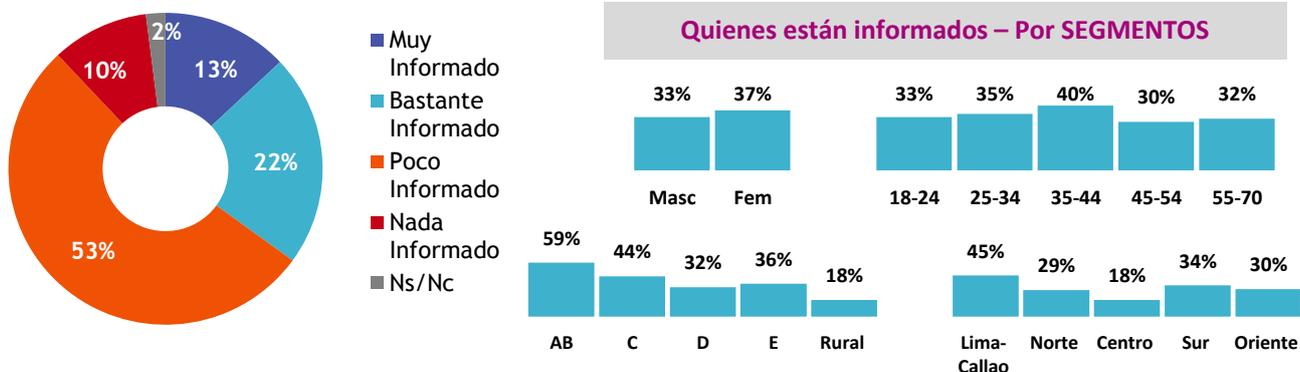
Fuente: Datum. Base: población adulta peruana.

En relación al bajo nivel de preocupación declarada por llevar una dieta saludable, sólo un 35% de los peruanos consideran estar informados sobre lo que implica tener una alimentación sana; mientras un 13% dice estar muy informado, un porcentaje mayor, 22%, declara estar bastante informado. Por el contrario, 6 de cada 10 declaran estar desinformados, un 53% declara saber poco y otro 10% desconoce completamente las implicancias de una dieta saludable.

Si la gran mayoría de los peruanos declara no conocer las implicancias de alimentarse sanamente, ya sea por estética o mayor conciencia sobre el impacto de la alimentación sobre la salud, algunos segmentos sociodemográficos declaran estar más informados que otros. Los sectores altos (59% vs 36% de los sectores bajos y 18% de quienes habitan en zonas rurales) y los habitantes de Lima (45% vs. un promedio de 28% en el resto del país) son quienes más informados se consideran.

LOS PERUANOS NO CREEN ESTAR INFORMADOS SOBRE LO QUE IMPLICA TENER UNA ALIMENTACIÓN SANA

¿En qué medida diría Ud. que está informado acerca de lo que es tener una alimentación sana?



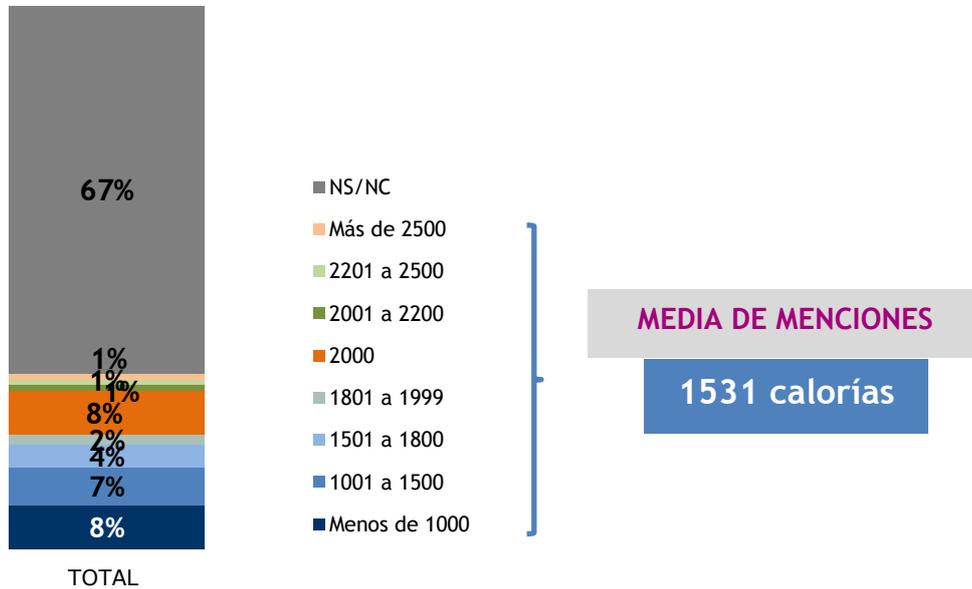
Fuente: Datum. Base: población adulta peruana.

Teniendo en cuenta la falta de información sobre temas de alimentación existentes en la población; indagamos más específicamente sobre temas nutricionales y descubrimos que el desconocimiento es casi total.

Con el fin de conocer cuánto sabe la población sobre alimentación sana, preguntamos cuántas calorías en promedio se recomienda consumir en un día. Mientras que 7 de cada 10 (67%) desconoce el número exacto, otros 2 de cada 10 (24%) tienen una percepción errónea sobre la cantidad de calorías que deben ingerirse. Solo un pequeño porcentaje, 8%, sabe que una dieta saludable requiere la ingesta de 2000 calorías por día en promedio. Entre aquellos que declaran saber cuántas calorías deben consumirse diariamente, el promedio de calorías declarado es 1531; valor que demuestra una subestimación, atribuible a la falta de información y desconocimiento, de la cantidad de calorías que deben consumirse diariamente.

LA GRAN MAYORÍA DESCONOCE CUANTAS CALORIAS DEBEN INGERIRSE POR DIA.

¿Cuántas calorías en promedio se recomienda que debe consumir diariamente una persona?

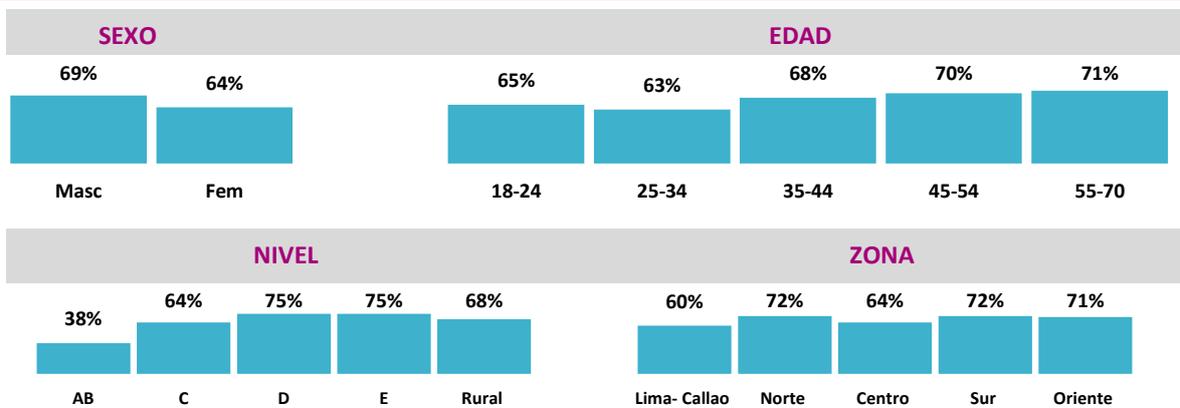


Fuente: Datum. Base: población adulta peruana.

El desconocimiento es generalizado en todos segmentos sociodemográficos. Existen sin embargo algunas leves diferencias; el desconocimiento crece en los niveles socioeconómicos más bajos (75% de los sectores medios bajos y bajos, vs un 38% en los sectores altos) y en las regiones del Norte y Sur (ambas con 72%) y Oriente (71% vs 64% en el centro del país y 60% en Lima).

DESCONOCIMIENTO DE LAS CALORIAS - POR SEGMENTOS

¿Cuántas calorías en promedio se recomienda que debe consumir diariamente una persona?

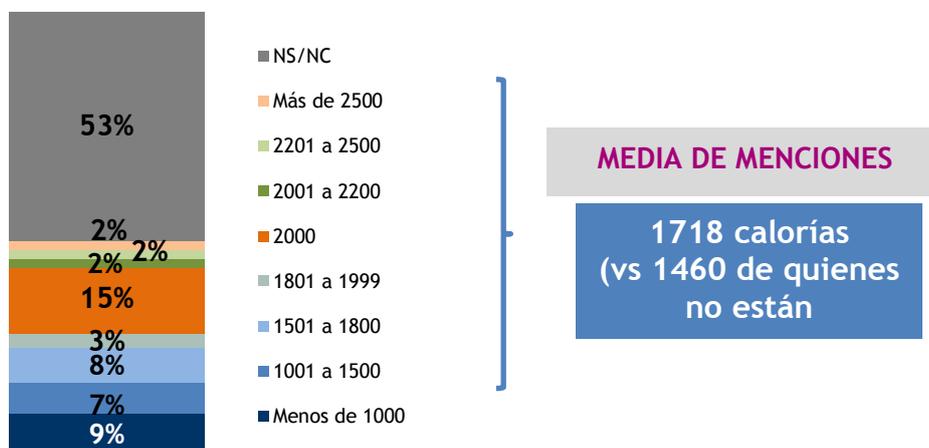


Fuente: Datum. Base: población adulta peruana.

Una mención especial merece el análisis del conocimiento de consumo de calorías diarias manifestado por quienes declaran estar informados acerca de lo que implica una alimentación sana. En este grupo, el desconocimiento también es elevado; 5 de cada 10 personas (53%) que declaran estar informadas sobre la alimentación sana, desconocen la cantidad de calorías a consumir diariamente y otros 3 de cada 10 (33%) tienen una creencia equivocada sobre el consumo calórico diario. Un 15% dice la cifra correcta. Quienes mencionan alguna cifra declaran un promedio de calorías de 1718; mientras que comparativamente, aquellos que se manifiestan desinformados estiman un promedio diario de 1460 calorías.

ENTRE QUIENES DECLARAN ESTAR INFORMADOS SOBRE LO QUE IMPLICA TENER UNA ALIMENTACIÓN SANA, EL DESCONOCIMIENTO TAMBIÉN ES ALTO

¿Cuántas calorías en promedio se recomienda que debe consumir diariamente una persona?



QUIENES DICEN ESTAR INFORMADOS SOBRE ALIMENTACION SALUDABLE

Fuente: Datum. Base: quienes declaran estar informados sobre los que implica una alimentación saludable.

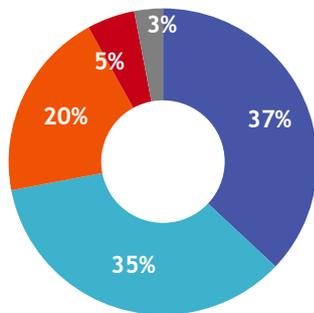
Frente a los altos niveles de desconocimiento sobre temas nutricionales, los peruanos están abiertos a recibir más información que los ayude a alimentarse mejor. En sintonía con esto, la gran mayoría de la población se muestra interesada en que los restaurantes incluyan en sus menús información calórica (72%); adicionalmente, una gran proporción considera que contar con información nutricional en el menú (85%) los ayudaría a elegir mejor qué alimentos consumir.

7 de cada 10 peruanos considera que incluir información nutricional en el menú de los restaurantes es una iniciativa positiva. Un 37% está muy interesado en que esto ocurra y un 35% se encuentra bastante interesado. Entre los desinteresados, 2 de cada 10 (20%) está poco interesado, mientras que al 5% no le interesa en absoluto que los restaurantes incluyan esta información en sus menús.

Entre los más interesados se destaca el segmento de 25 a 34 años (77%), los sectores altos (93% vs. 68% de los sectores bajos y 56% del sector rural) y los habitantes de Lima (85%) y Oriente (76%).

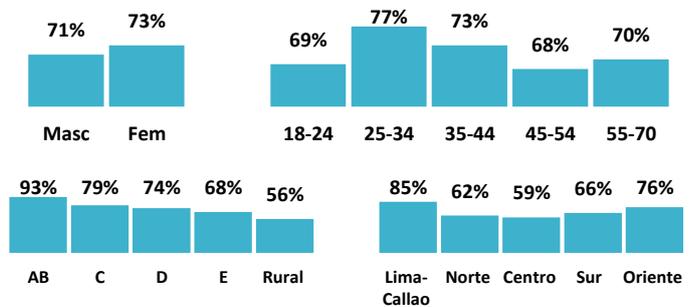
EXISTE INTERES EN QUE SE INCLUYA INFORMACIÓN CALÓRICA EN LOS MENÚS DE LOS RESTAURANTES

¿Cuán interesado estaría Ud. en que los restaurantes incluyan en sus menús información sobre las calorías de los alimentos que ofrecen?



- Muy Interesado
- Bastante Interesado
- Poco Interesado
- Nada Interesado
- Ns/Nc

Quiénes están interesados – Por SEGMENTOS



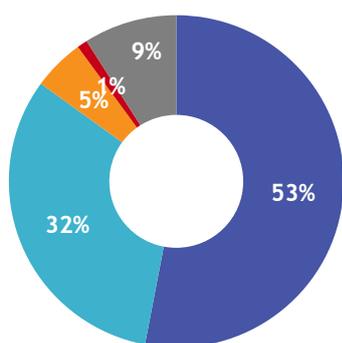
Fuente: Datum. Base: población adulta peruana.

Al preguntar más concretamente sobre la importancia de contar con esta información a la hora de elegir los alimentos que se consumen, la proporción de quienes opinan que esta información los ayudaría a elegir mejor los alimentos que ingieren asciende a casi 9 de cada 10 peruanos (85%); 53% está totalmente de acuerdo con el aporte que brinda la información nutricional y otro 32% se encuentra algo de acuerdo. Mientras que los porcentajes negativos descienden a 5% para quienes están algo en desacuerdo y 1% para quienes están totalmente en desacuerdo. Un 9% no sabe si contar con esta información influiría en su decisión de consumo. En general, la información nutricional es valorada por los consumidores y favorece una elección informada sobre los alimentos que consumen.

Son los sectores altos y medios (96% a 89%) y los habitantes de Lima (95%) y Oriente (88%) quienes también consideran que elegirían mejor los alimentos que consumen si la información nutricional estuviera disponible en el menú de los restaurantes.

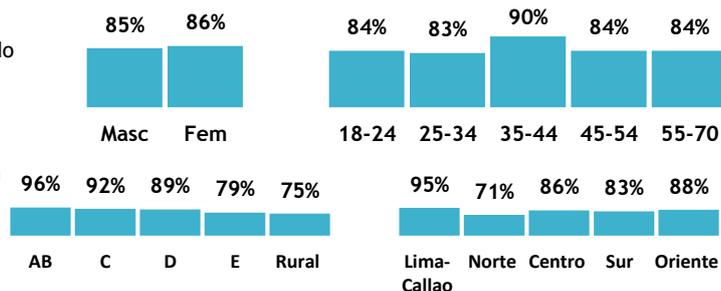
LA INFORMACION NUTRICIONAL DISPONIBLE EN EL MENÚ FAVORECE UNA MEJOR ELECCION DE LOS ALIMENTOS QUE SE CONSUMEN

¿En qué medida está Ud. de acuerdo o en desacuerdo con la siguiente afirmación... Tener disponible la información nutricional en el menú me ayuda a elegir mejor los alimentos que voy a consumir



- Totalmente de Acuerdo
- Algo de acuerdo
- Algo en desacuerdo
- Totalmente en desacuerdo
- Ns/Nc

Quienes están de acuerdo— Por SEGMENTOS



Fuente: Datum. Base: población adulta peruana.

CONCLUSIÓN

Los peruanos manifiestan altos niveles de desconocimiento y falta de información sobre temas de nutrición y alimentación saludable. La información nutricional, está poco disponible y los hábitos alimenticios saludables poco arraigados en la mayoría de la población.

De todas formas, se percibe un gran interés por conocer el contenido nutricional de los alimentos que se consumen y se valora contar con la información necesaria para tomar mejores decisiones en materia de alimentación. Esto genera un espacio para la intervención y la acción. El desafío está en educar sobre lo que implica una alimentación sana, promover hábitos alimenticios que contribuyan a una dieta saludable e informar sobre los productos que se ofrecen, para que los consumidores puedan elegir con mayor conciencia.

El primer paso consiste entonces en proveer al consumidor de información sobre el contenido nutricional y acerca de lo que implica alimentarse de manera saludable para que puedan elegir mejor los alimentos que consumen. La información nutricional es fundamental para promover un cambio de conductas positivo orientado a la adopción de hábitos de alimentación más saludables en la población.

PARA MAYOR INFORMACIÓN

Gustavo Yrala Bustamante
Director de Investigación
Datum Internacional
gyrala@datum.com.pe
(511) 215 0600

Ángeles Arano
Directora del Proyecto
Opinión Pública TNS Argentina
angeles.arano@tns-gallup.com.ar
+54 11 4891 6400

FICHA TÉCNICA DEL ESTUDIO

Cobertura: **Nacional**. Universo: **Hombres y mujeres, de 18 a 70 años de edad, pertenecientes a todos los niveles socioeconómicos, considerando zonas urbana y rural**. Tamaño Muestral: **1200 entrevistas**. Margen Error: **±2.8%** para los totales, con un nivel de confianza del **95%**. Método Muestral: **Probabilístico, polietápico, estratificado con cuotas de sexo y edad en el hogar**. Técnica de Recolección: **Entrevistas personales domiciliarias**. Fecha de Campo: **30 de agosto al 03 de setiembre de 2013**.

NOTA IMPORTANTE: Se permite la reproducción total o parcial de la información incluida en el presente informe siempre que se cite la fuente de la encuesta como Datum o Datum Internacional.

SOBRE DATUM INTERNACIONAL

Datum Internacional contribuye desde hace más de 30 años a la consolidación de los negocios y futuro de empresas locales y extranjeras. Somos también promotores de estándares para la industria e impulsamos la adopción de nuevas tecnologías. Contamos con un equipo de profesionales altamente calificado, comprometido y con gran experiencia en investigación de mercados y estudios sociales. Desarrollamos más de 100 estudios, sobre la base de técnicas cualitativas, y 600 mil encuestas en promedio por año. Asimismo contamos con más de 300 proveedores de campo a nivel nacional distribuidos en los 24 departamentos del país.

<http://www.datum.com.pe>