**Conocimiento e importancia atribuida por los argentinos a la alimentación**

Continuando con el programa de estudios sobre salud (Proesa), las consultoras Poliarquia y Prosanity realizaron una investigación acerca del conocimiento y la importancia atribuida por la población a la ingesta de alimentos. El estudio se realizó a través de un sondeo de 1300 casos a nivel nacional a fines de julio de este año.

En primer lugar se indagó sobre el conocimiento acerca de las Guías Alimentarias, elaboradas por el Ministerio de Salud de la Nación y dadas a conocer el año pasado. El resultado obtenido indica que sólo un tercio de los argentinos tiene noticia de la existencia de este material (Ver Gráfico Nº1).

**Gráfico Nº 1**

**Conocimiento de las guías alimentarias**

*“¿Escuchó hablar alguna vez sobre las guías alimentarias?”*



El conocimiento sobre las guías alimentarias no registra diferencias significativas por sexo, incrementándose levemente a medida que aumenta la edad de la población (Ver Gráfico Nº2).

**Gráfico Nº 2**

**Conocimiento de las guías alimentarias según edad**

*“¿Escuchó hablar alguna vez sobre las guías alimentarias?”*

Si se considera la cobertura de salud, se observa un poco más de conocimiento entre la población que se atiende en prepagas y en PAMI, en comparación con quienes lo hacen en Obras Sociales y hospitales públicos (Ver Gráfico Nº 3).

**Gráfico Nº 3**

**Conocimiento de las guías alimentarias según cobertura de salud**

*“¿Escuchó hablar alguna vez sobre las guías alimentarias?”*



De los datos obtenidos se deduce que solo el 10% de los argentinos posee un conocimiento pormenorizado de las Guías Alimentarias. Esta conclusión surge del siguiente cálculo: tiene noticia sobre este material algo menos de un tercio de la población y de éste apenas un tercio declara conocer “mucho” las Guías (Ver Gráfico Nº 4).

**Gráfico Nº 4**

**Nivel de conocimiento de las guías alimentarias**

*“¿Usted diría que conoce mucho, bastante, poco o nada de las guías alimentarias?”*



A la hora de comprar y consumir alimentos el 29% de los que conocen las Guías dice orientarse por ellas “siempre” y el 24% “casi siempre” (Ver Gráfico Nº5).

**Gráfico Nº 5**

**Nivel de uso de las guías alimentarias**

*“A la hora de comprar y consumir alimentos, ¿usted con qué frecuencia utiliza la información y los consejos de las guías alimentarias?”*



En este contexto de relativo desconocimiento de las orientaciones básicas de la alimentación saludable, no sorprende que 4 de cada 10 argentinos declare no tomar en cuenta su peso corporal a la hora de elegir alimentos, y 1 de cada 10 no se pronuncie sobre la cuestión (Ver Gráfico Nº6).

**Gráfico Nº 6**

**Influencia del peso en la elección de alimentos**

*“¿Cuánto diría que influye su peso actual a la hora de elegir los alimentos que va a consumir?”*



La impresión de que entre los argentinos no está difundida la cultura de la alimentación saludable, se refuerza al constatar que más del 50% de la población declara que sólo “algunas veces” o “nunca” se preocupa por el nivel de colesterol y grasas cuando elige un alimento. Lo mismo sucede con los contenidos saludables: la mayoría no toma en cuenta la presencia de fibras en los alimentos que consume (Ver Gráfico Nº7).

**Gráfico Nº 7**

**Tipo de alimentos que intenta consumir**

*“A la hora de elegir los alimentos que va a consumir, ¿con que frecuencia elige alimentos que…?”*



Cuando se indaga si determinados componentes perjudiciales para la salud contenidos en los alimentos llevan a evitar su consumo, se comprueba la alta proporción de población que permanece indiferente a los estragos de la mala alimentación. En efecto, el 50% no evita consumir por los altos contenidos de sal, el 49% por la presencia de ciertos tipos de grasas, y el 56% debido al alto contenido calórico (Ver Gráfico Nº8).

**Gráfico Nº 8**

**Tipo de alimentos que evita consumir**

*“A la hora de elegir los alimentos que va a consumir, ¿con que frecuencia evita consumir alimentos que tengan…?”*



En contraposición a los hábitos de alimentación poco cuidadosos que practican, los argentinos son ampliamente conscientes de los serios perjuicios que tiene para la salud la mala alimentación. Eso induce la siguiente hipótesis: en Argentina se trasgreden las reglas de la alimentación por indolencia, antes que por desconocimiento de las consecuencias.

Así, el 61% afirma que los alimentos y bebidas muy azucarados influyen en el sobrepeso y la obesidad; el 64% dice que el exceso de kilos favorece la diabetes. Asimismo, el 78% está de acuerdo con que el consumo de tabaco potencia las enfermedades pulmonares y el 72% que atenta contra la salud cardiovascular futura. Por último, la población también establece una correlación negativa entre consumo de tabaco y cáncer: el 71% sostiene que fumar influye mucho o bastante en el desarrollo de tumores malignos (Ver Gráficos Nros. 9, 10 y 11).

**Gráfico Nº 9**

**Influencia de alimentos en el sobrepeso**

*“¿Usted cree que el consumo de bebidas azucaradas y productos ricos en azúcar influye mucho, bastante, poco o nada en el sobrepeso y obesidad?”*



**Gráfico Nº 10**

**Influencia del sobrepeso en el desarrollo de diabetes**

*“¿Usted cree que el sobrepeso y la obesidad influye mucho, bastante, poco o nada en desarrollar diabetes en la vida adulta?”*



**Gráfico Nº 11**

**Influencia del consumo de cigarrillos en diferentes enfermedades**

*“¿Usted cree que el consumo de cigarrillos influye mucho, bastante, poco o nada en…?”*



También es importante señalar que la correlación entre la mala alimentación y la aparición de enfermedades cardiovasculares y tumorales es claramente inferior a la que establece el público en comparación al consumo de tabaco. Las respuestas han sido un 59% de personas que respondieron que el tipo de alimentación influye mucho en la aparición de enfermedades del corazón, mientras que para el consumo de tabaco las respuestas asociativas fueron del 72%. También hay un registro significativamente inferior entre la asociación de enfermedades tumorales y el consumo de alimentos en términos comparados al consumo de tabaco; en el primer caso es del 35%, y en el segundo caso es del 71%. (Ver Gráfico Nro. 12).

**Gráfico Nº 12**

**Influencia del consumo de cigarrillos en diferentes enfermedades**

*“¿Usted cree que el tipo de alimentación influye mucho, bastante, poco o nada en…?”*



FICHA TÉCNICA:

Universo: Población, mayor de 18 años.

Tipo de encuesta: Telefónica (IVR).

Características de la muestra: Estratificada, polietápica y aleatoria. Por cuotas de edad y sexo para la selección del entrevistado.

Tamaño de la muestra: 1308 casos nacionales.

Error estadístico: +/- 2,75 % para un nivel de confianza del 95%.

Fecha del trabajo de campo: Del 28 de julio al 1º de agosto de 2017.

Empresa ejecutora: Poliarquia Consultores en asociación con Prosanity.



Reservados todos los derechos, prohibida la reproducción total o parcial de contenidos de esta presentación por cualquier

medio o procedimiento y con cualquier destino, sin previa autorización escrita de Poliarquía Consultores.

| Tel: (+5411) 5219-2500 | www.poliarquia.com; info@poliarquia.com

| Tel: (+5411) 4783-8197 | www.prosanity.com.ar; info@prosanity.com.ar