



Seis de cada diez colombianos sigue algún tipo de dieta

8% de los colombianos practica dietas motivadas por convicciones personales como el vegetarianismo, señala el estudio.

En el mundo cada vez se impone más la tendencia de los consumidores a modificar sus hábitos alimentarios debido a la sensibilidad a algunos alimentos, las alergias, el deseo de mantenerse saludable o por otro tipo de convicciones personales. Y Colombia no es la excepción.

Seis de cada diez consumidores nacionales sigue algún tipo de dieta especializada que omite determinados ingredientes, y 39 de cada 100 prefiere las dietas bajas en grasa. Además 8 % de los colombianos practica dietas motivadas por convicciones personales como el vegetarianismo.

Así está contenido en el más reciente Estudio Global de Nielsen sobre Salud y Percepciones de Ingredientes, una encuesta que se aplicó vía Internet a más de 30.000 personas de 63 países de Asia Pacífico, Europa, América Latina, Medio Oriente, África y América del Norte.



En nuestro caso, los colombianos reportaron las tasas más altas de restricción dietaria por motivos de alergias o sensibilidad a algunos ingredientes (42 %). Por esta última



razón, 28 % de los nacionales reporta intolerancia a los productos lácteos o con lactosa, 8 % a los mariscos, 5 % a los huevos y 5 % al pescado.

“Datos de Nielsen en los diferentes mercados están sugiriendo que las percepciones de los consumidores sobre los ingredientes están impactando realmente en sus decisiones de compra”, explicó Camilo García, líder de la Industria de Alimentos de Nielsen Colombia.

Las metas mundiales de nutrición señaladas por la OMS al 2025 son:

- Reducir 40% el retraso en el crecimiento (talla baja para la edad) en los niños menores de cinco años.
- Reducir 50% la anemia en mujeres en edad reproductiva.
- Reducir 30% el bajo peso al nacer.
- No aumento del sobrepeso en niños.
- Aumentar la lactancia materna exclusiva en los primeros seis meses hasta al menos 50%.
- Reducir y mantener por debajo de 5% la emaciación (adelgazamiento morboso) en niños.

Los ingredientes

El estudio también estableció que los consumidores colombianos (67 %) prestan mucha atención a los ingredientes de las bebidas y alimentos que consumen, y dan prioridad a ingredientes naturales y comidas menos procesadas.

Los alimentos que prefieren no incluir en sus dietas son: huevos (64 %); aves, pescado/mariscos, granos (61 %); carnes rojas y alimentos orgánicos (60 %); ingredientes artificiales como conservantes (58 %), colorantes (56 %) y saborizantes (55 %), y los alimentos modificados genéticamente (52 %).

De otra parte, 43 % de los encuestados en Colombia se muestran totalmente satisfechos por la oferta de los detallistas, 50 % parcialmente satisfecho y apenas 6 % nada satisfechos.

Al respecto, el vocero de Nielsen Colombia explica que “los servicios y asesores en temas de salud y bienestar son muy valorados por los consumidores, por tanto enfocarse en públicos con necesidades de alimentación especiales, ya sea por preferencia, por razones médicas o por edad, es cada vez más prioritario”.



Ingredientes y tendencias de comida en Colombia



Dispuestos a **pagar más** por alimentos y bebidas que **no contengan** ciertos ingredientes.



De los colombianos sigue una **dieta especial** que los **limita** de ingredientes específicos.

SE EVITAN



LAS MÁS SEGUIDAS



PERO SE INTENTAN INCLUIR:



Fuente: The Nielsen Company

Gráfico: El País

En las estanterías

Nielsen añade en su análisis que 70 % de los colombianos quisiera ver en los estantes de las tiendas más productos cuyos ingredientes sean 100 % naturales; 59 % busca productos bajos o sin azúcar; 58 % bajos o sin grasa; 52 % alimentos libres de colorantes artificiales y 49 % de sabores artificiales.



Sala de Prensa

“Incluir alimentos sanos es una preocupación de los consumidores de todos los niveles socioeconómicos, por eso los fabricantes deben promover la masificación de los productos saludables a través de los diversos canales”, explica García.

Y mientras 71 % de los encuestados muestra su preocupación por los daños a la salud que pueden generar los alimentos elaborados con ingredientes artificiales, el 80 % dice que las comidas hechas en casa son más saludables y más seguras.

“Los fabricantes deben concentrarse en desarrollar productos simples, libres de los ingredientes que los consumidores buscan restringir, pero también que aporten valores adicionales para la salud y el bienestar. El reto es lograr el equilibrio entre lo saludable, lo delicioso, lo asequible y lo conveniente para el consumidor con poco tiempo”, concluye Camilo García.

Diario El País 7 de Octubre de 2016. Página B3