



Good food, Good life

Nota de prensa

Esplugues de Llobregat (Barcelona), 29 de diciembre, 2021

VIII OBSERVATORIO NESTLÉ SOBRE HÁBITOS NUTRICIONALES Y ESTILO DE VIDA

No solo son buenos propósitos:
las cifras confirman la tendencia hacia una alimentación cada vez más sostenible

Los españoles estrenan el año sin desperdicio alimentario

- El 82 % de los españoles asegura que desperdicia muy poca comida o nada durante las fiestas.
- La comida que sobra no se tira en estas fechas. Según el *VIII Observatorio Nestlé*, el 92 % de los hogares reaprovecha las sobras y el 72 % de los que comen en un restaurante se las lleva en un *tupper*.
- Además, los españoles reciclan más. El 31 % confiesa que recicla más en estas fechas que el resto del año.

¿Te preocupa el desperdicio alimentario durante estas fiestas? Mucho o bastante. ¿Cuánta comida sueles tirar estos días? Nada o poca. Es lo que han respondido el 82 % de los españoles a las preguntas lanzadas por el *VIII Observatorio Nestlé sobre Hábitos Nutricionales y Estilo de Vida de las Familias¹* que, en su último análisis, ha querido comprobar si la crisis climática está llevando a los españoles hacia una alimentación más sostenible incluso en momentos tan tradicionales como las fiestas navideñas.

Los datos revelan que en la mayoría de los hogares españoles (el 92 %) la comida que sobra en Navidad no se tira frente al 4,5 % que reconoce abiertamente que acaba en la basura. El hecho de tirar comida cuando hay gente que lo necesita (62 %), el derroche económico (23,8 %) y la sostenibilidad del planeta (14,3 %) son, por este orden, los motivos principales que llevan a los españoles a evitar el desperdicio alimentario en estas fechas.

La principal forma de aprovechar las sobras es guardarlas para otro plato o para comer en otro momento. Es lo que hace el 88 % de los encuestados. En esta línea, el 15,4 % también se las da a la mascota y el 9,8 % la usa incluso como compost. Por otro lado, un 8 % reconoce que, aunque guarda los restos de comida en un primer momento, finalmente los acaba tirando.

Los que han optado por disfrutar de las tradicionales comidas navideñas en un restaurante también se muestran muy concienciados. El 72 % confiesa que se lleva las sobras de los platos que han degustado en un *tupper* para aprovecharlas en casa.

En fiestas... reciclamos más

Según el Observatorio Nestlé, el 62 % recicla igual que el resto del año, pero hasta un 31 % adicional está incluso más concienciado en estas fechas y, por tanto, separa más los envases domésticos que en otros momentos del año.

En el otro lado de la balanza, el 5,4 % de los españoles recicla menos estos días. Algunos de los motivos señalados es que son muchos en casa y es más difícil reciclar. El resto, el 1,6 %, admite que no recicla nunca, tampoco en estas fiestas.

Dispuestos a cocinar diferente por el planeta

Seis de cada diez españoles creen que lo que compran y consumen en estas fiestas repercute en el planeta. Conscientes de que el consumo navideño repercute en la sostenibilidad, la mitad de los españoles asegura que estaría dispuesto a cambiar el menú para ser más sostenible.

Por el contrario, el 22 % considera que una vez al año, no hace daño y el 20 % restante no lo ve necesario.

"A pesar de que cada vez estamos más predispuestos a cambiar los platos, muchos no saben cómo hacerlo. Por ejemplo, el 43 % de los encuestados dice que no encuentra tantas ideas como les gustaría y el 14 % de los españoles que mantiene los platos tradicionales confiesa que no sabe preparar un menú más veggie. Herramientas como, por ejemplo, [Menú Planner](#) son muy útiles en estos casos porque te plantean opciones de menús vegetarianos completos y saludables", destaca Noelia López, nutricionista de Nestlé España. "Una alimentación flexitariana, vegetariana o vegana mal planificada puede ser tan perjudicial como una dieta omnívora desequilibrada por lo que es importante asegurarnos de que

los platos aportan los nutrientes necesarios y en las cantidades correctas para que nuestra alimentación sea equilibrada”, remarca.

Una vuelta a la rutina más “verde”

Independientemente de los menús de estos días, la tendencia de los españoles a aumentar la proteína vegetal se nota antes y después de las fiestas.

Casi el 60 % de los encuestados asegura que come más saludable en enero para compensar los excesos de estas fechas y el 40 % afirma que lo hace antes; es decir, come más saludable y con más vegetales a principios de diciembre de cara a los festines navideños.

Acerca de Nestlé

Nestlé está presente en 186 países de todo el mundo y cuenta con 273.000 empleados, firmemente comprometidos con el propósito de desarrollar todo el poder de la alimentación para mejorar la calidad de vida, hoy y para las futuras generaciones. Su oferta de productos y servicios cubre las necesidades nutricionales de las personas y de sus mascotas en todas las etapas de la vida.

En España, Nestlé instaló su primera fábrica en La Penilla de Cayón (Cantabria) en 1905. En la actualidad, cuenta con 10 centros de producción distribuidos en 5 Comunidades Autónomas. El 57 % del total de la producción española se destina a la exportación, principalmente a países de Europa.

Con una facturación de 2.050 millones de euros y una plantilla media de 3.940 personas en 2020, Nestlé lidera el mercado alimentario español con una amplia gama de productos: alimentos infantiles, lácteos, chocolates, cafés y bebidas a base de cereales, culinarios, cereales para el desayuno, aguas minerales, especialidades de nutrición clínica y alimentos para mascotas. Más datos clave en [Nestlé en España](#).

¹Los resultados de este estudio se han obtenido a través de 1.044 entrevistas online a individuos de 20 a 70 años residentes en España, representativos a nivel nacional por sexo, edad y zona geográfica.