

Sonia Otero Estévez | Sandra Sánchez Sánchez (coords.)

Caminando hacia una alimentación sostenible en Asturias



**Caminando hacia una alimentación
sostenible en Asturias**

Caminando hacia una alimentación sostenible en Asturias



SONIA OTERO ESTÉVEZ
SANDRA SÁNCHEZ SÁNCHEZ
(coords.)

EDICIONES TREA

Primera edición: septiembre de 2024

© del texto: los autores de cada capítulo, 2024

© de esta edición: Ediciones Trea, S. L.
Polígono de Somonte / María González la Pondala, 98, nave D
33393 Somonte-Cenero. Gijón (Asturias)
Tél.: 985 303 801 / Fax: 985 303 712
trea@trea.es / www.trea.es

Dirección editorial: Álvaro Díaz Huici
Producción: Patricia Laxague Jordán
Impresión: Gráficas Ulzama

D. L.: AS 00021-2024
ISBN: 978-84-10263-31-4

Impreso en España. Printed in Spain

Todos los derechos reservados. No se permite la reproducción total o parcial de este libro, ni su incorporación a un sistema informático, ni su transmisión en cualquier forma o por cualquier medio, sea este electrónico, mecánico, por fotocopia, por grabación u otros métodos, sin el permiso previo por escrito de Ediciones Trea, S. L.

La Editorial, a los efectos previstos en el artículo 32.1 párrafo segundo del vigente TRLPI, se opone expresamente a que cualquiera de las páginas de esta obra o partes de ella sean utilizadas para la realización de resúmenes de prensa.

Cualquier forma de reproducción, distribución, comunicación pública o transformación de esta obra sólo puede ser realizada con la autorización de sus titulares, salvo excepción prevista por la ley. Diríjase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos) si necesita fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra (www.conlicencia.com; 91 702 19 70 / 93 272 04 47).

Índice

Consorcio COMENSAL ¿Está la sociedad asturiana preparada para la sostenibilidad alimentaria?	9
CECILIA DÍAZ MÉNDEZ	
<i>Grupo de Investigación en Sociología de la Alimentación de la Universidad de Oviedo</i>	

CONTEXTUALIZANDO LA SOSTENIBILIDAD EN EL SISTEMA ALIMENTARIO ASTURIANO

1. ¿Es nuestra alimentación sostenible? Percepciones de los agentes clave de la cadena agroalimentaria	23
NEREA ESMORÍS VARELA y SONIA OTERO ESTÉVEZ	
<i>Grupo de Investigación en Sociología de la Alimentación de la Universidad de Oviedo</i>	
2. Indicadores de sostenibilidad. Aplicación al sector agroalimentario en Asturias	37
BEATRIZ GARCÍA CORNEJO, LUIS OREA SÁNCHEZ, JOSÉ ANTONIO PÉREZ MÉNDEZ y ALAN WALL	
<i>Oviedo Efficiency Group de la Universidad de Oviedo</i>	
3. La incidencia de la Ley de residuos y suelos contaminados para una economía circular en el fomento de una alimentación saludable	55
MARCOS M. PASCUAL GONZÁLEZ	
<i>Grupo de Investigación de Derecho Financiero y Tributario de la Universidad de Oviedo</i>	
4. Panorama de los biorresiduos alimentarios en Asturias	67
JOSÉ MANUEL GONZÁLEZ LA FUENTE y LAURA MEGIDO FERNÁNDEZ	
<i>Cogersa</i>	

EXPLORANDO LAS BARRERAS, LIMITACIONES Y SOLUCIONES PARA TRANSITAR HACIA LA SOSTENIBILIDAD ALIMENTARIA

5. Barreras de la producción, la distribución y la industria alimentaria para avanzar hacia la sostenibilidad	83
LYDIA CASTELLANOS HEVIA y SANDRA SÁNCHEZ SÁNCHEZ	
<i>Grupo de Investigación en Sociología de la Alimentación de la Universidad de Oviedo</i>	

- 6. Actitudes y prácticas de sostenibilidad alimentaria de los consumidores asturianos** 101
 ADRIÁN ÁLVAREZ RODRÍGUEZ e ISABEL GARCÍA ESPEJO
Grupo de Investigación en Sociología de la Alimentación de la Universidad de Oviedo
- 7. Educación, sensibilización e información ambiental: claves en la gestión sostenible de los biorresiduos alimentarios** 115
 ELENA FERNÁNDEZ MARTÍNEZ
Cogersa
- 8. ¿Influye el sistema productivo sobre el bienestar animal y la calidad de la carne de vacuno?** 129
 VERÓNICA SIERRA SÁNCHEZ, LAURA GONZÁLEZ BLANCO, JAIRO GARCÍA RODRÍGUEZ,
 ANA CASTAÑO FERNÁNDEZ, MARÍA JOSEFA GARCÍA ESPINA, JOSÉ ANTONIO GONZÁLEZ,
 SERGIO JOSÉ MARQUÉS PRENDES y MAMEN OLIVÁN GARCÍA
Serida
- 9. Moléculas en la leche que nos cuentan la vida de la vaca** 141
 LOUBNA AL-QASSIM, SENÉN DE LA TORRE SANTOS, SERGIO FORCADA MAZO,
 ADELA MARTÍNEZ FERNÁNDEZ, SILVIA BAIZÁN GONZÁLEZ, ROCÍO ROSA GARCÍA,
 MARIO MENÉNDEZ MIRANDA, FERNANDO VICENTE MAINAR y LUIS ROYO MARTÍN
Serida
- 10. Vida útil como herramienta de sostenibilidad** 153
 PELAYO GONZÁLEZ GONZÁLEZ | NATALIA PRADO MARRÓN | JUAN DÍAZ GARCÍA
Asincar
- DIALOGANDO CON LOS AGENTES PARA CONSTRUIR UN CAMINO COMPARTIDO
 HACIA LA SOSTENIBILIDAD ALIMENTARIA
- 11. Consensos y conflictos: discursos en torno a la sostenibilidad alimentaria** 171
 CECILIA DÍAZ MÉNDEZ y SONIA OTERO ESTÉVEZ
Grupo de Investigación en Sociología de la Alimentación de la Universidad de Oviedo

Actitudes y prácticas de sostenibilidad alimentaria de los consumidores asturianos

ISABEL GARCÍA ESPEJO | ADRIÁN ÁLVAREZ RODRÍGUEZ

Grupo de Investigación en Sociología de la Alimentación.

Departamento de Sociología, Universidad de Oviedo

RESUMEN

En este capítulo se exponen los principales resultados del análisis de las actitudes y prácticas de sostenibilidad de los consumidores asturianos. El interés se ha centrado en conocer la valoración de esta población respecto a los aspectos o factores que deben caracterizar una alimentación sostenible, sana y justa. Asimismo, se han abordado los problemas medioambientales que más preocupan a los consumidores y el grado de realización por su parte de una serie de prácticas motivadas por razones medioambientales. La población objeto de estudio está constituida por una muestra de consumidores miembros de la Unión de Consumidores de Asturias (UCE). Si bien se trata de un estudio piloto, sus conclusiones son de gran utilidad para establecer propuestas de desarrollo socioeconómico, ambiental y legislativo que favorezcan un contexto alimentario saludable, sostenible y justo en Asturias.

PALABRAS CLAVE: alimentación sostenible, alimentación sana, alimentación justa, problemas medioambientales

INTRODUCCIÓN

¿Qué significa ser sostenible en cuanto a consumo alimentario por parte de los hogares? La Organización Mundial de la Salud¹ lo enfoca hacia lo que ellos consideran saludable y sostenible. Se promueve la reducción del consumo de alimentos ultraprocesados y se fomenta la adopción de dietas equilibradas basadas en alimentos frescos, especialmente frutas y verduras, y la reducción de la ingesta de grasas saturadas. De hecho, dentro del marco saludable, la organización ha desarrollado

¹ A partir de ahora OMS.



el Índice de Dieta Saludable,² el cual tiene en cuenta los hábitos alimentarios en Estados Unidos. Dentro del marco de la sostenibilidad, la organización destaca la importancia de disminuir el desperdicio de alimentos en los hogares como una medida para promover un sistema más sostenible (OMS, 2019).

El Panel Intergubernamental sobre el Cambio Climático³ resalta la relevancia de adoptar hábitos de consumo sostenibles para contrarrestar el cambio climático. El enfoque principal del IPCC se centra en el cambio climático y la sostenibilidad. El organismo ha destacado la importancia de reducir el desperdicio de alimentos por el consumo en los hogares, ya que desempeña un papel importante en las emisiones de gases de efecto invernadero. Por este motivo consideran crucial fomentar prácticas de consumo más eficientes y respetuosas con el medio ambiente. Asimismo, señala que el entorno y el nivel socioeconómico desempeñan un papel determinante en el comportamiento alimentario, ya que influyen en la disponibilidad, accesibilidad y preferencias de alimentos (IPCC, 2022).

Los estudios realizados en la población adulta española sobre los hábitos de consumo aportan información valiosa sobre los conceptos de alimentación justa, sostenible y saludable. Los factores en los que están centrados principalmente son los hábitos de compra de alimentos, la composición de la dieta, la ingesta de energía y nutrientes, las porciones de alimentos y la frecuencia de las comidas. Se ha encontrado que en España las mujeres desempeñan un papel crucial en los hábitos de compra de alimentos, pues son responsables de la mayoría de las tareas de compra. Esta actividad incluye la preocupación por precios, fechas de consumo preferente y sostenibilidad de los alimentos, lo que las destaca como agentes fundamentales a la hora de preservar hábitos saludables (Achón y otros, 2017). Los patrones de consumo también se han investigado en el periodo de crisis sanitaria. Se exploraron las actitudes de los consumidores, sus patrones de compra y el comportamiento hacia productos con atributos sostenibles, detectando cambios en las preferencias de los consumidores hacia opciones alimentarias de mayor sostenibilidad (Li y otros, 2021). Estos descubrimientos están respaldados por el estudio de Díaz Méndez y Ramos Truchero, que han observado que los hábitos alimentarios de los españoles tras los periodos de crisis, incluyendo tanto la sanitaria como la económica de 2008, no solo no se han deteriorado, sino que, de hecho, han mostrado una mayor conformidad con las directrices propuestas por expertos en materia de alimentación saludable (Díaz Méndez y Ramos Truchero, 2023).

Las investigaciones españolas subrayan la importancia de mantener actitudes alimentarias justas, además de sostenibles y saludables. Los investigadores han adaptado el patrón dietético mediterráneo, que es el más seguido en el país, a las recomendaciones de EAT-Lancet considerando factores que permitan el acceso a la dieta, como el coste y la composición de una dieta sostenible y saludable (Álvarez

² También HDI, por sus siglas en inglés.

³ A partir de ahora IPCC.

y otros, 2021). La Sociedad Española de Nutrición Comunitaria⁴ destaca la importancia de prácticas alimentarias equitativas, sostenibles y saludables, promoviendo el consumo de productos locales y de temporada (Grupo Colaborativo de la SENC, 2016). En esta línea hacia la compra de proximidad, también se han explorado las oportunidades para la compra de alimentos locales en las comidas escolares, identificando estrategias que fomenten opciones alimentarias justas y sostenibles entre los estudiantes (Soares y otros, 2021).

A nivel nacional también se están realizando informes desde el sector privado, que recogen información sobre los ritmos de consumo, sociabilidad y hábitos alimentarios, cómo ha afectado la pandemia y el teletrabajo en los hábitos alimentarios, así como las comidas fuera del hogar. Estos informes (Mapfre, 2022; BBVA, 2022) reflejan conceptos sobre sostenibilidad y desperdicio alimentario en el panorama español. Además, proponen pautas nutricionales, a modo de guía, para favorecer la transición hacia hábitos más sostenibles para el consumo en hogares. Se ha buscado medir los hábitos sostenibles, identificar las barreras para adoptar estos hábitos y examinar las diferencias por generaciones, áreas geográficas y otras características sociodemográficas, siempre trabajando a nivel nacional (Laus, Carrero y Valor, 2023). Los métodos de recogida para esta clase de informes son encuestas en línea realizadas a residentes en España y mayores de 18 años. Todas ellas se han recogido en el año 2022, con un muestreo por cuotas.

Teniendo en cuenta las perspectivas de las instituciones internacionales y la situación de las investigaciones e informes recogidos a nivel nacional, en este estudio se ha pretendido llevar a cabo un trabajo en la misma línea, que busca explorar los hábitos alimentarios y su vinculación con las actitudes y percepciones hacia la sostenibilidad en el marco del Principado de Asturias. La encuesta sobre hábitos de consumo alimentario y sostenibilidad planteada por el Grupo de Investigación de Sociología de la Alimentación de la Universidad de Oviedo busca conocer la situación del sistema agroalimentario asturiano desde la perspectiva de los consumidores con el objetivo último de encaminarse hacia el logro de una alimentación saludable, sostenible y justa.

La encuesta recoge diversas preguntas orientadas a conocer datos básicos de los consumidores sobre las actitudes y prácticas que se están llevando a cabo en relación con distintas materias como la compra de productos, gestión de residuos o acciones sostenibles. La muestra está constituida por 240 consumidores, todos ellos miembros de la Unión de Consumidores de Asturias,⁵ por lo tanto, los resultados reflejan los hábitos de consumo de este grupo en particular. Se entiende que, al ser miembros y socios activos, están más concienciados con buenas prácticas. Es por ello que se ha enfocado la encuesta como una exploración inicial y un primer paso para comprender los hábitos de los consumidores asturianos, en este caso de

⁴ A partir de ahora SENC.

⁵ A partir de ahora UCE.

aquellos con un grado más avanzado que el consumidor habitual en cuanto a preocupación y predisposición por adoptar buenas prácticas para la sostenibilidad. Pese a las limitaciones que puede presentar la muestra, los resultados proporcionan una visión preliminar, que nos sirve como punto de partida para investigaciones futuras más amplias y representativas.

Por otra parte, esta primera aproximación a las opiniones y prácticas de los consumidores no supone un inconveniente mayor en el contexto de la investigación. COMENSAL es un proyecto piloto, por lo que se busca crear un precedente y comenzar a afrontar las problemáticas de las tendencias actuales. Existe un interés particular en comprender los hábitos de los consumidores asturianos, y en este proyecto se ha comenzado con aquellos a los que se presupone un mayor grado de adopción de buenas prácticas. De cara a nuevos proyectos o iniciativas en la región, los resultados obtenidos pueden tener un valor estadístico significativo.

En definitiva, el precedente que sienta esta encuesta sirve para recoger recomendaciones de mejora, tanto para identificar las prácticas positivas de los consumidores asturianos más concienciados hacia el logro de una sostenibilidad alimentaria, como para perfeccionar los campos en los que es interesante realizar preguntas y recoger información. Además, nos aporta una base importante a la hora de seleccionar en futuras investigaciones una muestra más amplia y diversa, e incluso para comparar con otros grupos de asociaciones de consumidores de otras comunidades autónomas.

METODOLOGÍA

La muestra utilizada en el estudio consta de 240 miembros activos de la Asociación de Consumidores Asturianos, cuyas opiniones y acciones se han recogido a través de un cuestionario vía internet. Los resultados obtenidos se han centrado en una serie de valoraciones y prácticas de los encuestados sobre aspectos fundamentales de las actitudes y prácticas de los asturianos relativas a la sostenibilidad del sistema agroalimentario. En primer lugar, tres preguntas valorativas sobre lo que se considera una alimentación sostenible, saludable y justa: Qué es para el encuestado una alimentación sostenible con las siguientes categorías de respuesta entre las que se debe seleccionar las tres que se consideran más importantes: «es nutritiva y saludable», «hace poco o ningún uso de pesticidas», «tiene un precio asequible para toda la población», «tiene cadenas de distribución cortas o locales», «tiene un impacto medioambiental», «genera puestos de trabajo estables y remunerados de forma adecuada», «utiliza poco plástico y reduce sus envases al mínimo», «se compone de productos con baja huella de carbono», «evita el desperdicio de comida», «se configura de productos con una larga vida útil» y «permite la supervivencia económica de todos los agentes necesarios».

Qué se considera una alimentación saludable. A elegir tres respuestas entre «tener una dieta variada», «evitar la comida alta en grasas», «azúcares y/o sal», «co-

mer fruta y verduras», «consumir menos carne», «comer elaboraciones caseras», «consumir alimentos de temporada o local», «que aporte nutrientes para el funcionamiento de nuestro organismo», «consumir alimentos que no sean perjudiciales para la salud», «evitar consumir excesivas calorías» y «evitar el consumo de comida procesada».

Respecto a las valoraciones de aquellos aspectos que se consideran deben integrar una alimentación justa —nuevamente a elegir tres— se han incorporado los siguientes ítems a la encuesta: «está elaborada y/o distribuida por empresas locales», «tiene en cuenta las especificidades éticas y culturales de cada individuo», «asegura un pago adecuado a todos los agentes del sistema agroalimentario», «debe estar disponible y resultar accesible para un gran número de personas», «respeto los derechos, la seguridad y la salud de los trabajadores», «implica consumir productos de empresas que protejan los derechos laborales de los trabajadores», «implica consumir productos que garanticen el bienestar animal», «implica consumir productos de empresas que apoyen la economía local», «implica consumir productos “kilómetro 0”» y «proviene de empresas comprometidas activamente con el medio ambiente, la salud y la sociedad».

Otro aspecto importante a analizar en la encuesta ha sido la valoración por parte de los encuestados de los cinco problemas medioambientales que más preocupan de la siguiente lista: «el agotamiento de los recursos naturales», «nuestros hábitos de consumo», «el desperdicio», «el cambio climático», «la pérdida de biodiversidad», «los desastres naturales», «los desastres causados por las personas», «la contaminación del agua», «el uso de organismos genéticamente modificados en la ganadería», «el impacto en nuestra salud de los productos químicos utilizados diariamente», «la contaminación en el aire», «la contaminación acústica», «los problemas urbanos», «el impacto de los actuales medios de transporte» y «la contaminación en la agricultura». Por último, se ha indagado sobre la realización de las acciones que más llevan a cabo los consumidores por razones medioambientales: «separar la mayor parte de sus residuos para reciclarlos», «reducir el consumo de energía» y «evitar los plásticos de un solo uso o comprar productos reutilizables».

RESULTADOS

Si nos referimos a las valoraciones sobre los tres aspectos que se consideran más importantes en la definición de lo que debe ser una alimentación sostenible, los encuestados señalan, en primer lugar, «tener un impacto medioambiental bajo», seguido de «tener cadenas de distribución cortas y locales», así como «utilizar poco plástico y reducir los envases al mínimo». Además de obtener los resultados globales, en todas las preguntas se ha pretendido analizar el perfil del consumidor más favorable a estas prácticas, teniendo en cuenta las siguientes variables sociodemográficas básicas: sexo, edad, convivientes en el hogar y nivel de estudios.

Tal como se observa en la Tabla 1, que la alimentación tenga «un impacto medioambiental y climático bajo» es el aspecto que obtiene más adhesiones por todos los grupos de población. No obstante, es especialmente significativa la superior importancia dada por las mujeres, los grupos de edad de los consumidores más jóvenes y de edades intermedias, cuya situación de convivencia es en pareja y/o con hijos, y aquellos que poseen estudios de FP y sobre todo estudios universitarios.

Respecto a que «las cadenas de distribución sean cortas o locales», destacan nuevamente las mujeres, los más jóvenes —de 30 a 44 años—, que viven solos, sin que haya diferencias especialmente significativas según el nivel de estudios. Finalmente, en la respuesta de «utilizar poco plástico y reducir los envases al mínimo», las características sociodemográficas no ofrecen diferencias muy relevantes, si bien vuelven a ser las mujeres, los consumidores más jóvenes y que viven solos los que más se decantan por su posicionamiento a favor de esta práctica.

**Tabla 1. Percepciones de una alimentación «sostenible»:
Resultados principales por grupos sociodemográficos, en porcentajes**

	Tiene un impacto medioambiental y climático bajo	Tiene cadenas de distribución cortas o locales	Utiliza poco plástico y reduce sus envases al mínimo
Sexo			
Mujer	65,0	43,3	30,8
Hombre	60,2	29,7	28,0
Edad			
De 30 a 44	69,6	52,2	34,8
De 45 a 59	73,9	34,8	30,4
de 60 a 73	48,3	36,0	27,0
Mayores de 74	45,5	27,3	27,3
Convivientes			
Solo	57,6	54,5	33,3
Con su pareja o cónyuge	61,9	32,4	28,6
Con hijos	62,5	34,1	29,5
Otras situaciones	100	20,0	20,0
Nivel de estudios			
Sin estudios o primarios	50,0	0	0
EGB, ESO o similar	50,0	38,9	38,9

Bachillerato, BUP o similar	52,6	34,2	18,4
FP	62,2	33,3	33,3
Estudios universitarios	66,9	39,1	31,6

Fuente: Elaboración propia a partir de la encuesta «Cuestionario de Hábitos Alimentarios y Sostenibilidad» realizada en 2023 por el Grupo de Investigación en Sociología de la Alimentación de la Universidad de Oviedo.

¿Qué es para usted una alimentación «saludable»? Respecto a esta pregunta la categoría con un mayor número de respuestas ha sido «tener una dieta variada», seguida de «evitar la comida alta en grasas, azúcares y/o sal» y que «la alimentación implique consumir alimentos de temporada o local». La conveniencia de tener una dieta variada es un factor en el que se observa bastante consenso entre los grupos sociales, destacando sobre todo los consumidores con edades comprendidas entre 30 y 44 años. «Evitar la comida alta en grasas, azúcares y/o sal» obtiene un porcentaje superior respecto al conjunto de la población en aquellos consumidores que tienen entre 45 y 59 años, con bajo nivel de estudios —EGB, ESO o similar— y en cuyos hogares se convive con hijos. «Consumir alimentos de temporada o locales» es una característica importante de una alimentación saludable para las mujeres, los mayores de 74 años y con niveles de estudios altos (Tabla 2).

**Tabla 2. Percepciones de una alimentación «saludable»:
Resultados principales por grupos sociodemográficos, en porcentajes**

	Supone tener una dieta variada	Evita la comida alta en grasas, azúcares y/o sal	Implica consumir alimentos de temporada o local
Sexo			
Mujer	70,2	49,6	41,3
Hombre	73,7	49,2	25,4
Edad			
De 30 a 44	82,6	47,8	17,4
De 45 a 59	70,4	53,0	32,2
de 60 a 73	72,2	45,6	37,8
Mayores de 74	63,6	45,5	45,5
Convivientes			
Solo	75,8	48,5	33,3
Con su pareja o cónyuge	75,2	46,7	35,2

Con hijos	67,4	53,9	33,7
Otras situaciones	80,0	60,0	20,0
Nivel de estudios			
Sin estudios o primarios	100	50,0	0
EGB, ESO o similar	72,2	61,6	11,1
Bachillerato, BUP o similar	65,8	52,6	21,1
FP	78,3	50,0	39,1
Estudios universitarios	71,4	47,4	38,3

Fuente: Elaboración propia a partir de la encuesta «Cuestionario de Hábitos Alimentarios y Sostenibilidad» realizada en 2023 por el Grupo de Investigación en Sociología de la Alimentación de la Universidad de Oviedo.

El tercer aspecto por analizar es la valoración o actitud de los consumidores encuestados respecto a lo que se considera una alimentación justa. Aquí destacan claramente tres aspectos de la totalidad de ítems presentados para su valoración. De mayor a menor importancia, destacan que «la alimentación justa debe asegurar un pago adecuado a todos los agentes del sistema agroalimentario», «estar disponible y resultar accesible para un gran número de personas» y «consumir productos “kilómetro 0”». A partir de estos datos generales, ser mujer, con una edad inferior a 59 años y tener estudios universitarios se asocia a la mayor importancia dada a «asegurar un pago adecuado a todos los agentes del sistema agroalimentario», mientras que los consumidores más jóvenes, que viven solos, y con estudios medios o superiores destacan del resto en la valoración de «la accesibilidad de la alimentación para un gran número de personas». Por último, «consumir productos de kilómetro 0» es un deseo señalado en mayor medida por los hombres, de mayor edad, que viven en pareja y con estudios medios (Tabla 3).

**Tabla 3. Percepciones de una alimentación «justa»:
Resultados principales por grupos sociodemográficos, en porcentajes**

	Asegura un pago adecuado a todos los agentes del sistema agroalimentario	Debe estar disponible y resultar accesible para un gran número de personas	Implica consumir productos «kilómetro 0»
Sexo			
Mujer	73,6	50,4	31,4
Hombre	67,0	54,8	39,1

Edad			
De 30 a 44	82,6	56,5	34,8
De 45 a 59	72,3	48,2	31,3
de 60 a 73	66,7	57,8	38,9
Mayores de 74	54,5	45,5	45,5
Convivientes			
Solo	72,7	57,6	42,4
Con su pareja o cónyuge	68,6	52,4	34,3
Con hijos	72,4	50,6	34,5
Otras situaciones	80,0	60,0	20,0
Nivel de estudios			
Sin estudios o primarios	0	100	0
EGB, ESO o similar	44,4	38,9	38,9
Bachillerato, BUP o similar	68,4	63,2	36,8
FP	67,4	58,7	45,7
Estudios universitarios	76,3	49,6	31,3

Fuente: Elaboración propia a partir de la encuesta «Cuestionario de Hábitos Alimentarios y Sostenibilidad» realizada en 2023 por el Grupo de Investigación en Sociología de la Alimentación de la Universidad de Oviedo.

Dentro del análisis de las actitudes y prácticas de sostenibilidad alimentaria de los consumidores asturianos, se ha considerado relevante conocer cuáles son los problemas medioambientales que más preocupan a esta población. Según las respuestas obtenidas, las cinco cuestiones más problemáticas en este ámbito han sido, por orden de importancia, «el cambio climático», «los desastres causados por las personas», «la contaminación del agua», «el agotamiento de los recursos naturales» y «el impacto que pueden tener en la salud los productos químicos utilizados diariamente». A este respecto, «el cambio climático» es considerado un factor muy importante para las mujeres, los consumidores más jóvenes, que viven solos o en pareja, y con niveles de estudios superiores a los primarios.

«Los desastres causados por las personas», que se posiciona en segundo lugar como problema más acuciante, es señalado más frecuentemente por los hombres, las personas de mayor edad, con hijos y estudios de nivel medio. Ser hombre, vivir solo y poseer estudios medios se asocia con una mayor frecuencia al problema de «la contaminación del agua». Por su parte, el perfil de aquellos consumidores más

preocupados por «el agotamiento de los recursos naturales» es el de una mujer, joven, que vive con su pareja o cónyuge, y con estudios medios. Por último, la preocupación por «el impacto en la salud de los productos químicos» está más presente en las personas mayores de 60 años y que viven solas (Tabla 4).

Tabla 4. Problemas medioambientales de mayor preocupación entre los consumidores asturianos: resultados principales por grupos sociodemográficos, en porcentajes

	El cambio climático	Los desastres causados por las personas (p. ej. vertidos o accidentes industriales)	La contaminación en el agua	El agotamiento de los recursos naturales	El impacto en nuestra salud de los productos químicos utilizados diariamente
Sexo					
Mujer	71,1	40,5	42,1	55,4	44,6
Hombre	66,9	50,8	52,5	49,2	44,1
Edad					
De 30 a 44	82,6	34,8	47,8	60,9	39,1
De 45 a 59	69,6	45,2	47,8	52,2	42,6
de 60 a 73	68,9	47,8	46,7	50,0	47,8
Mayores de 74	36,4	54,5	45,5	54,5	45,5
Convivientes					
Solo	72,7	27,3	54,5	48,5	54,5
Con su pareja o cónyuge	77,1	46,7	44,8	54,3	41,9
Con hijos	57,3	52,8	47,2	49,4	40,4
Otras situaciones	60,0	40,0	60,0	40,0	60,0
Nivel de estudios					
Sin estudios o primarios	50,0	100	50,0	50,0	50,0
EGB, ESO o similar	77,8	61,1	27,8	72,2	44,4
Bachillerato, BUP o similar	68,4	52,6	44,7	52,6	47,4
FP	73,9	52,2	56,5	45,7	34,8
Estudios universitarios	67,7	38,3	47,4	51,9	45,9

Fuente: Elaboración propia a partir de la encuesta «Cuestionario de Hábitos Alimentarios y Sostenibilidad» realizada en 2023 por el Grupo de Investigación en Sociología de la Alimentación de la Universidad de Oviedo.

Para finalizar, en este estudio también se ha preguntado por la realización de las acciones o prácticas motivadas por razones medioambientales por parte de los consumidores en los últimos seis meses (Tabla 5). A este respecto, los porcentajes más altos corresponden a «la separación de la mayor parte de los residuos para reciclarlos», que es seguida por un 88 % de la población encuestada. «La reducción del consumo de energía» por un 75 % y «evitar los plásticos de un solo uso o comprar productos reutilizables», que alcanza la cifra del 72 %. Se observan algunas diferencias según las características del consumidor. Reciclar es una práctica muy extendida entre la población, y el nivel educativo es el factor que más diferencias presenta a favor de los consumidores más educados. Dentro de la importancia del nivel educativo, cabe destacar que si bien el reciclaje de papel, vidrio y plásticos es una práctica muy adoptada por los consumidores —los encuestados lo hacen de forma habitual en más del 85 %—, la separación y reciclaje de los residuos orgánicos presenta una menor acogida —solamente lo hace de forma habitual el 55,6 % de los encuestados—. Pese a que no es la práctica de separado y reciclaje más extendida, los resultados plantean que las acciones de los consumidores van en consonancia con sus ideales, siendo «Una mejor planificación de comidas y de la compra en su hogar» y «Reutilizar las sobras de las comidas en lugar de tirarlas» las prácticas que consideran que les ayudarían a malgastar menos comida en casa, y a su vez «Planifico mis compras» y «Reutilizo las sobras de alimentos», aquellas acciones que más se aplican para evitar el desperdicio. «Reducir el consumo de energía» es más frecuente en las mujeres, con edades de 45 a 70 años y que viven con su pareja y/o hijos. «Evitar los plásticos de un solo uso o comprar productos reutilizables» también es una práctica más frecuente en las mujeres, en las edades superiores a 45 años y en los consumidores con estudios universitarios (Tabla 5).

Tabla 5. Prácticas medioambientales realizadas en los últimos seis meses: acciones adoptadas por los consumidores asturianos según grupos sociodemográficos, en porcentajes

	Separar la mayor parte de sus residuos para reciclarlos	Reducir su consumo de energía	Evitar los plásticos de un solo uso o comprar productos reutilizables
Sexo			
Mujer	86,8	79,3	80,2
Hombre	92,0	73,2	67,0
Edad			
De 30 a 44	87,0	47,8	56,5
De 45 a 59	88,2	79,1	77,3
De 60 a 73	91,0	82,0	73,0

Mayores de 74	90,9	63,6	81,8
Convivientes			
Solo	84,8	81,8	87,9
Con su pareja o cónyuge	93,3	79,8	75,0
Con hijos	87,1	71,8	68,2
Otras situaciones	75,0	75,0	100
Nivel de estudios			
Sin estudios o primarios	50,0	50,0	50,0
EGB, ESO o similar	81,3	87,5	68,8
Bachillerato, BUP o similar	86,8	78,9	68,4
FP	88,9	68,9	66,7
Estudios universitarios	90,8	77,7	79,2

Fuente: Elaboración propia a partir de la encuesta «Cuestionario de Hábitos Alimentarios y Sostenibilidad» realizada en 2023 por el Grupo de Investigación en Sociología de la Alimentación de la Universidad de Oviedo.

CONCLUSIONES

Este capítulo forma parte de una investigación más amplia (COMENSAL) orientada a facilitar la transición ecológica hacia la sostenibilidad alimentaria en Asturias, creando un entorno de consumo alimentario responsable que facilite una alimentación sostenible, saludable y justa. Dentro de este proyecto, una parte importante ha sido el diagnóstico de la sostenibilidad alimentaria dentro de los hogares asturianos cuyos resultados principales han sido expuestos en estas páginas.

A este respecto, los consumidores han señalado que una alimentación sostenible debe tener fundamentalmente un impacto medioambiental y climático bajo, con cadenas de distribución cortas y locales, a la vez que utilizar poco plástico y reducir los envases al mínimo. Además de sostenible, la alimentación debe ser saludable y para ello debe propiciar una dieta variada, evitar la comida alta en grasas, azúcares y/o sal y fomentar el consumo de alimentos de temporada o locales. También tiene que ser justa y asegurar el pago adecuado a todos los agentes del sistema agroalimentario, estar disponible y resultar accesible para un gran número de personas, y fomentar el consumo de productos «kilómetro 0».

Estas actitudes y valoraciones están presentes en la mayoría de los consumidores encuestados, si bien las mujeres expresan una mayor preocupación por los aspectos relacionados con lo que debe ser una alimentación sostenible y saludable. Igual



puede afirmarse de las personas con edades inferiores a los 60 años. El nivel de estudios también presenta algunas diferencias significativas. Se observa una tendencia a la mayor valoración de los aspectos que caracterizan una alimentación sostenible y saludable en los consumidores con niveles educativos superiores a los medios. Respecto a las características sociodemográficas más relacionadas con los factores que caracterizan una alimentación justa se observa una mayor variabilidad entre la población encuestada.

Los problemas medioambientales que son objeto de mayor preocupación por parte de los consumidores son, por este orden, el cambio climático, los desastres causados por las personas, la contaminación del agua, el agotamiento de los recursos naturales y el impacto en la salud de los productos químicos utilizados diariamente, sin que se observe claramente un perfil de consumidor más concienciado sobre estos aspectos. Asimismo, separar la mayor parte de los residuos, reducir el consumo de energía y evitar los plásticos de un solo uso o inclinarse por la compra de productos reutilizables constituyen prácticas seguidas por una gran parte de la población.

Por último, es de desear que este diagnóstico inicial sea de utilidad para establecer propuestas de desarrollo socioeconómico, ambiental y legislativo que favorezcan un contexto alimentario saludable, sostenible y justo en Asturias, así como que contribuya a la elaboración de guías de sostenibilidad alimentaria dirigidas en este caso a los hogares, en colaboración con todos los agentes del sistema agroalimentario.

BIBLIOGRAFÍA

ACHÓN, María, María SERRANO, Ángela GARCÍA-GONZÁLEZ, Elena ALONSO-APERTE y Gregorio VARELA-MOREIRAS (2017): «Present Food Shopping Habits in the Spanish Adult Population: A Cross-Sectional Study», *Nutrients*, 9(5), p. 508. Disponible en: <<https://doi.org/10.3390/nu9050508>>.

BBVA (2022): *Gastronomía Sostenible*, 5(abril). Disponible en: <<https://www.bbva.com/wp-content/uploads/2022/04/Monografico-gastronomia-sostenible-BBVA-premium.pdf>>.

CARRILLO-ÁLVAREZ, Elena, Júlía MUÑOZ-MARTÍNEZ, Blanca SALINAS-ROCA e Irene CUSÓ-PARCERISAS (2021): «Estimating the Cost of the Spanish Sustainable Food Basket through the Reference Budgets Approach», *Sustainability*, 13(16): 9401. Disponible en: <<https://doi.org/10.3390/su13169401>>.

DÍAZ MÉNDEZ, Cecilia y Guadalupe RAMOS TRUCHERO (2023): «From the economic crisis to the COVID-19 pandemic in Spain: The challenges for healthy eating in times of crisis», *International Journal of Gastronomy and Food Science*, 31: 100655. Disponible en: <<https://doi.org/10.1016/j.ijgfs.2022.100655>>.

FAO y OMS (2020): *Dietas saludables sostenibles. Principios rectores*, Roma. Disponible en: <<https://doi.org/10.4060/ca6640es>>.

GRUPO COLABORATIVO DE LA SOCIEDAD ESPAÑOLA DE NUTRICIÓN COMUNITARIA (SENC):



- Guías alimentarias para la población española (SENC, diciembre 2016); la nueva pirámide de la alimentación saludable.* Disponible en: <<https://www.nutricioncomunitaria.org/es/noticia/guias-alimentarias-senc-2016>>.
- IPCC (2022): *Climate Change 2022: Mitigation of Climate Change. Contribution of Working Group III to the Sixth Assessment Report of the Intergovernmental Panel on Climate Change*, Cambridge, Reino Unido y Nueva York: Cambridge University Press. Disponible en: <<https://dx.doi.org/10.6018/eglobal.18.3.332791>>.
- LAUS, Roberta, Isabel CARRERO y Carmen VARLOR (2023): *El consumidor sostenible en España. Informe elaborado por P&G y Universidad Pontificia Comillas*, Madrid.
- LI, Shanshan, Zein KALLAS, Djamel RAHMANI y José María GIL (2021): «Trends in Food Preferences and Sustainable Behavior during the COVID-19 Lockdown: Evidence from Spanish Consumers», *Foods* 10, núm. 8: 1898. Disponible en: <<https://doi.org/10.3390/foods10081898>>.
- SOARES, Panmela, Sandra SUÁREZ-MERCADER, Iris COMINO, María Asunción MARTÍNEZ-MILÁN, Suzi BARLETTO CAVALLI y María Carmen DAVÓ-BLANES (2021): «Facilitating Factors and Opportunities for Local Food Purchases in School Meals in Spain», *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18, núm. 4: 2009. Disponible en: <<https://doi.org/10.3390/ijerph18042009>>.

¿Está la sociedad asturiana preparada para la sostenibilidad? El libro *Caminando hacia una alimentación sostenible en Asturias* es resultado de la investigación realizada en el marco del Consorcio COMENSAL. En él se ofrece una mirada profunda y multidisciplinar sobre el desafío de transformar y conducir el sistema alimentario de la región hacia la sostenibilidad alimentaria. Esta obra es el resultado de un esfuerzo colectivo en el que se ha propiciado la colaboración entre los agentes del ámbito productivo, de la industria y la distribución alimentaria, de la restauración, de los gestores de residuos y de los consumidores, así como de la administración y la ciencia. Con un enfoque participativo en el que se promueve la co-creación de soluciones a través del diálogo y la reflexión conjunta, el libro no solo ofrece un diagnóstico de la situación actual, sino también un análisis detallado sobre las barreras y oportunidades en este camino, además de reflexiones críticas sobre cómo fomentar una alimentación sostenible, saludable y justa en Asturias. A pesar de las diferencias de poder y de las tensiones inherentes al sistema alimentario, en esta obra se constata que es posible encontrar puntos de consenso y trabajar colectivamente hacia un objetivo común. COMENSAL nos ha dejado sobre la mesa una «receta» para avanzar conjuntamente hacia la sostenibilidad: el diálogo entre todos los agentes de la cadena. La ciencia tiene ahora la responsabilidad de «cocinar» ese diálogo. Por todo ello, estamos ante una obra de lectura indispensable para investigadores, para formuladores de políticas y para todas las personas interesadas en transformar sus propias prácticas alimentarias.