

El consumo de aperitivos se realiza en compañía de familiares y amigos y de manera ocasional

- Según el estudio realizado por el Comité de Expertos Info-aperitivos, 9 de cada 10 encuestados afirma consumir productos de aperitivo.
- Las mayores consumidoras son las mujeres con un 91%, frente a los hombres con un 88%.

Madrid, 31 de marzo de 2009.- En el amplio debate actual entorno a la salud y dieta de los consumidores, todas las voces coinciden en definir como **factores clave** impulsar la **adopción de hábitos saludables**, promover la **actividad física** en la vida diaria de la población, y favorecer una **alimentación equilibrada y completa** donde tienen cabida todos los alimentos.

En este contexto, el **“Comité de Expertos Info-aperitivos. Salud y Diversión”**, ha presentado su **Estudio sobre hábitos de consumo de productos de aperitivo**, realizado sobre una muestra nacional compuesta por hombres y mujeres mayores de 15 de años, pertenecientes a todas las regiones Nielsen de España (Noroeste, Noreste, Norte, Centro, Sur y Este), considerando dichos hábitos no sólo entre la población general, sino también entre adolescentes y madres con hijos.

El objetivo del Comité de Expertos Info-Aperitivos ha sido conocer la forma en la que se consumen los productos de aperitivo en la sociedad actual para, a partir de los resultados obtenidos, elaborar un mensaje -respetando siempre el código PAOS y las recomendaciones de la estrategia NAOS- con el que quieren promover un **consumo responsable**, informar de las **propiedades y los beneficios nutricionales** de la ingesta de los productos de aperitivo e integrar el aperitivo en el contexto de la **“Dieta Mediterránea”**, dada la falta de información amplia y precisa sobre esta categoría de alimentos que existe en la actualidad.

Los datos más significativos que se extraen de los resultados obtenidos en el mencionado Estudio son los siguientes:

Nueve de cada diez entrevistados afirma consumir productos de aperitivo; destacando las mujeres (91%) frente a los hombres (88%), como las principales

Gabinete de Comunicación

Chana Calleja ccalleja@tinkle.es / Mar Yuste myuste@tinkle.es
Silvia Egea segea@tinkle.es / Gema Hidalgo ghidalgo@tinkle.es
91 702 10 10

consumidoras y las madres con hijos menores de 20 años (96%), seguidas de cerca por los jóvenes con edades comprendidas entre los 15 y los 24 años.

La situación preferida en la que se consumen aperitivos es **en compañía de amigos y/o familiares**, mencionado por 6 de cada 10 encuestados, seguida de aquellos que prefieren su ingesta mientras están viendo una película. Estos datos demuestran el importante papel de los productos de aperitivo como **vehículo socializador** vinculado a momentos de ocio. Las regiones donde se realiza una ingesta mayor coinciden con climas cálidos que invitan a pasar tiempo en compañía de amigos y/o familiares.

En lo referente a la **frecuencia** de consumo, el 71% de entrevistados que manifiestan consumir productos de aperitivo realizan dicho **consumo de manera semanal**.

La principal **razón** señalada por la cual se consumen patatas fritas, snacks, frutos secos, etc. **es el sabor** (73% de menciones.). El 48,2% los consume por la **variedad** y el **38%** reconoce tomarlos **porque son de buena calidad**.

La mitad de los consumidores destacan la **media mañana** como el momento donde suelen tomar aperitivos. A éste le seguiría los momentos previos a la cena, destacado por un 32% de menciones. En consecuencia, **su consumo no tiene la finalidad de sustituir a las comidas principales del día, sino integrarse de forma razonable en una dieta completa y equilibrada**.

Estos datos ilustran el fuerte arraigo que los productos de aperitivo tienen en nuestra cultura actual y su **aspecto socializador**, clave a la hora de entender la forma en que estos son consumidos de forma ocasional –y preferiblemente en compañía-, gracias a que son fáciles de compartir. De esta manera, su **ingesta se limita a momentos puntuales de la semana**, en compañía de familiares y amigos y **sin distinción de edad** (los mayores de 64 años reconocen consumir también productos de aperitivo). En este sentido, es muy significativo que las regiones de mayor consumo coincidan con climas cálidos que invitan a disfrutar de ellos acompañados.

Lo que hoy en día se conoce como productos de aperitivo es una gran gama de productos elaborados a partir de patata, maíz, harinas de cereales, frutos secos, etc..a los que se aplican diferentes procesos de elaboración (secado, tostado, horneado, fritura, extrusión, etc.) Dentro de esta categoría de alimentos se encuentran los **frutos secos** (almendra, avellana, nueces, cacahuete, pistachos, piñones, pecanas,

Gabinete de Comunicación

Chana Calleja ccalleja@tinkle.es / Mar Yuste myuste@tinkle.es
Silvia Egea segea@tinkle.es / Gema Hidalgo ghidalgo@tinkle.es
91 702 10 10

anacardos, macadamias), semillas como las pipas de girasol o de calabaza,, las **patatas fritas**, los productos a base de patata, **maíz u otros cereales y las frutas desecadas** (ciruelas desecadas, uvas pasas, dátiles, higos secos, orejones de albaricoque)..

Acerca del “Comité de Expertos Info-aperitivos. Salud y Diversión”

El “Comité de Expertos Info-aperitivos. Salud y Diversión” es un comité formado por la **Dra. Ascensión Marcos Sánchez** (Investigadora Científica del CSIC y Presidenta de la Sociedad Española de Nutrición), el Dr. **Francisco Rodríguez Santos** (Licenciado y doctor en Psicología) y el **Dr. Antonio Hernández Madrid** (Doctor en Medicina y Cirugía. Facultativo Especialista en Cardiología del Hospital Ramón y Cajal de Madrid), coordinados por el **Dr. August Corominas**, Catedrático de Fisiología Humana de la Universidad Autónoma de Barcelona y Jefe del Servicio de Laboratorio de Análisis Clínicos del Hospital Universitario Germans Trias i Pujol.

Durante sus más de 6 años de trayectoria desde su creación en 2004, el objetivo del “Comité de Expertos Info-Aperitivos. Salud y Diversión” ha sido investigar y dar respuesta a las demandas de información de los consumidores acerca de las propiedades y los beneficios de los productos de aperitivo dentro de una dieta equilibrada. Este Comité quiere informar a las instituciones, organismos y asociaciones de consumidores de las propiedades nutricionales de los snacks y aperitivos y su perfecta integración dentro de una dieta sana y del estilo de vida actual. El “Comité de Expertos Info-aperitivos. Salud y diversión” se propone desmitificar los tópicos sobre los productos de aperitivo e informar sobre sus beneficios dentro de una dieta equilibrada y como alimento que ayuda a la socialización al consumirse generalmente en compañía y ser fácil de compartir.

Gabinete de Comunicación

Chana Calleja ccalleja@tinkle.es / Mar Yuste myuste@tinkle.es
Silvia Egea segea@tinkle.es / Gema Hidalgo ghidalgo@tinkle.es
91 702 10 10