

## El 70 % de los hogares con niños desperdicia alimentos habitualmente

En España, siete de cada diez familias desperdician comida de manera habitual, en especial las que tienen hijos. Un estudio relaciona este grave problema social con las características socioeconómicas de la unidad familiar.

SINC

19/7/2024 09:00 CEST



Antes de acudir al supermercado, es esencial planificar las compras y elaborar una lista de alimentos para evitar su desperdicio. / [Pixabay](#)

En 2022, se tiraron a la basura 1170,45 millones de kilos de comida en toda España y **cada hogar desperdició una media de 65,5 kilos de alimentos o bebidas**, según los últimos datos del Ministerio de Agricultura, Pesca y Alimentación.

Un reciente estudio de la Universitat Autònoma de Barcelona, realizado a partir de **800 encuestas a familias españolas**, analiza la cantidad de víveres que desechan, en especial las que tienen hijos, y relaciona este **grave problema social** con las características socioeconómicas de la unidad familiar.

---

Las familias con niños pequeños y adolescentes son las que más provisiones tiran, mientras que las monoparentales y las que tienen hijos mayores, las que menos

Los resultados, publicados en la revista *Frontiers in Nutrition*, revelan que **siete de cada diez hogares españoles desperdician alimentos** de manera habitual. Además, las familias con niños pequeños y adolescentes son las que **más provisiones tiran**, mientras que las monoparentales y las que tienen hijos mayores, las que menos.

Según el trabajo, los alimentos perecederos como las **verduras** (80 %), las **frutas** (78 %) y **productos a base de cereales** (63 %) son los que más se desperdician, seguido de los **lácteos** (25 %), que se desechan en mayor medida entre las casas con niños pequeños. Los productos de origen animal, como la **carne**, el **pescado** y los **huevos**, son los que menos se desechan, junto con los **productos precocinados**.

### Principal causa de desecho alimentario

El **deterioro de los alimentos** es la principal causa del desperdicio alimentario, motivado principalmente por una mala gestión que hace que se tiren pequeñas cantidades de manera frecuente, y por la **compra excesiva de productos perecederos** que terminan en la basura antes de haber sido consumidos.

El perfil de la persona encargada de hacer la compra es el de una mujer (en el 70 % de los casos), menor de 54 años (79 %), que trabaja a tiempo completo o parcial (78 %) y que gasta una **media de 537 euros mensuales en comida**. La mitad de las familias acude a supermercados e hipermercados, y dos de cada tres hogares hacen una única compra principal a la semana y la complementan con pequeñas compras.

---

Los alimentos perecederos como las verduras, las frutas y productos a base de cereales son los que más se

desperdician, seguido de los lácteos

En cuanto al comportamiento de consumo de alimentos, el 66 % de las familias declara consumir productos frescos en casa a diario, mientras que prácticamente todas consumen productos de origen animal más de cuatro días a la semana. No obstante, **el 84 % de las familias reconoce que no cocina todos los días**.

La **tipología de hogar o la edad del comprador** son otros factores cruciales a la hora de analizar este fenómeno. Los hogares con niños de menor edad presentan una mayor probabilidad de desperdiciar alimentos, posiblemente debido a la dificultad de satisfacer sus necesidades alimentarias, así como de gestionar adecuadamente las cantidades y porciones de comida.



Infografía sobre el desperdicio alimentario en los hogares españoles. / MAPA

## Reducir el desperdicio de comida

Con el objetivo de reducir la cantidad de comida que acaba en la basura, los investigadores destacan la **necesidad de planificar las compras y elaborar una lista** de alimentos antes de acudir al mercado o supermercado. Los resultados indican que el 70 % de las familias sí lo hace.

“Planificar detalladamente las comidas previstas, revisar los alimentos que ya tenemos en casa, hacer listas de la compra, congelar los alimentos para prolongar su vida o reutilizar las sobras permite desperdiciar menos”, afirma **Pietro Tonini**, investigador de la UAB y autor principal del estudio.

Los investigadores destacan la necesidad de planificar las compras y elaborar una lista de alimentos antes de acudir al mercado o supermercado

Los hogares que declaran adquirir sus alimentos en tiendas pequeñas y mercados municipales suelen desechar menos comida que quienes compran en supermercado o hipermercado. Determinados tipos de envases, los descuentos y el marketing persuasivo con ofertas tipo 3 x 2 de **los grandes almacenes inducen a adquirir más de lo necesario** .

“La presencia en los supermercados de alimentos ultraprocesados, como aperitivos poco saludables, pizzas congeladas, helados y yogures de sabores inducen a la compra innecesaria”, añade Tonini.

## La clave, planificar la compra

Para abordar esta problemática, los investigadores reclaman **políticas públicas educativas dirigidas a las familias** que aboguen por la reducción del desperdicio, como campañas escolares de concienciación sobre el impacto social y ambiental, y el **fomento de hábitos y dietas saludables** basadas en productos locales y de temporada.

---

Otra iniciativa útil en la lucha contra el desperdicio alimentario sería incentivar la venta de productos a granel

Otra iniciativa útil en la lucha contra el desperdicio alimentario sería incentivar la venta de productos a granel, mientras que implementar la recogida separada de residuos orgánicos en los vecindarios con altos porcentajes de hogares con niños podría mejorar la gestión de los

residuos y reducir las emisiones de gases de efecto invernadero.

Además de promover buenas prácticas como la **reutilización de las sobras**, Tonini destaca que algunas herramientas y aplicaciones on line ayudan a gestionar la lista de los alimentos más consumidos y a planificar las compras de manera más eficiente. "Involucrar a los niños en la planificación y preparación de comidas también puede tener un impacto positivo", concluye.

### Referencia:

Tonini P. et al. Predicting food waste in households with children: socio-economic and food-related behavior factors. *Front Nutr* (2023)

Derechos: **Creative Commons**.

TAGS

COMIDA | DESPERDICIO ALIMENTOS | ALIMENTACIÓN | RESIDUOS |

### Creative Commons 4.0

Puedes copiar, difundir y transformar los contenidos de SINC. [Lee las condiciones de nuestra licencia](#)