

20 minutos

MIBOLSILLO

@20mMibolsillo

EL MEDIO DE ECONOMÍA DE 20MINUTOS Número 40. Enero de 2017

CONSUMO / 11

El grupo Iberia refuerza su liderazgo



Iberia se ha transformado profundamente en esta década y mantiene la supremacía en España, pese a la pujanza de la aerolínea Ryanair.

ENTREVISTA / 6 Y 7

Tomás Castro, presidente de AEI Ciberseguridad

CONSUMO / 13

Ocho ideas para ahorrar energía y dinero en casa

EXTRAFITUR España pulveriza todos los récords en turismo

DIME QUÉ COMPRAS Y TE DIRÉ SI COMES SANO

PERCEPCIÓN El 77% de los españoles considera que sus hábitos alimenticios son saludables

ALIMENTOS La frecuencia de ingesta de ciertos productos denota hábitos poco saludables

DIFERENCIAS En las zonas rurales la dieta es más equilibrada

JUAN FERRARI

PND@20minutos.es / @20mMibolsillo

Bajo la premisa de «dime qué compras y te diré qué comes», la Mesa de Participación, que agrupa a las asociaciones de consumidores Ceaccu, Fuci, Cecu, Unae y UCA/Cauce más Mercadona, ha realizado una encuesta de hábitos de consumo de la población de España que, además de analizar la cesta de la compra, aborda los hábitos alimenticios actuales. Como arranque, el 77% de los españoles considera que se alimenta de manera saludable, el 15% no lo sabe y solamente el 8% declara mantener hábitos no saludables.

No obstante, las percepciones varían dependiendo de la

residencia. Así, los urbanitas se muestran más optimistas, pues el 79% de los encuestados declara comer saludable, frente a un 66% de los habitantes de zonas rurales. Lo que no significa que estos últimos piensen que sus dietas son insanas; curiosamente, en los dos ámbitos, el 8% declara comer de forma inadecuada. La diferencia radica, pues, en el desconocimiento que muestran unos y otros. Mientras que el 13% de los habitantes urbanos no sabe si su alimentación es saludable, en el campo la incredulidad crece al 26%.

Cecilia Díaz Méndez, catedrática de Sociología de la Universidad de Oviedo y experta en sociología del consumo, de la alimentación y del mundo rural, matiza este tipo de respuestas: «En general cuando se pregunta a la gente si hace bien las cosas, contesta de forma afirmativa». En uno de sus estudios, algunos jóvenes reconocían tener malos hábi-

PASA A PÁGINA SIGUIENTE



LUIS F. SANZ