

Elorrio, noviembre de 2015



LA FUNDACIÓN EROSKI ANALIZA LA ALIMENTACIÓN EN CLAVE DE FUTURO EN EL V ENCUENTRO DE SU ESCUELA DE ALIMENTACIÓN

El director científico del Estudio ENPE, Dr. Javier Aranceta, ha presentado esta mañana los resultados de la investigación que perfilan la radiografía del estado nutricional de la población española.

EROSKI presenta los resultados del estudio científico más completo sobre hábitos alimentarios que permitirá planificar actuaciones para impulsar una alimentación equilibrada

El V Encuentro de Salud, organizado por la Escuela de Alimentación de la Fundación EROSKI, celebrado hoy en Bilbao, ha acogido la presentación de los [resultados finales del 'Estudio sobre Hábitos Alimentarios y Estado Nutricional de la Población Española' \(ENPE\)](#) ante más de 150 profesionales de la Nutrición y Medicina. Una investigación cuyo objetivo es conocer y evaluar los hábitos alimentarios y estado nutricional de la población española a través de una muestra representativa de 6.800 personas distribuidas por cada una de las

Comunidades Autónomas.

Se trata del *"estudio científico más riguroso y completo tras la crisis económica sobre los hábitos de alimentación y el estado nutricional que permite evaluar los patrones de alimentación en España y planificar actuaciones sostenibles encaminadas a mejorar los hábitos alimentarios y estilos de vida"*, ha recordado el Dr. Javier Aranceta, presidente del Comité Científico de la Sociedad Española de Nutrición Comunitaria (SENC), profesor asociado de Nutrición Comunitaria en la Universidad de Navarra, vicepresidente de

la Academia Española de Nutrición (AEN), y director científico de este estudio impulsado por la Fundación EROSKI.

En el V Encuentro se han analizado los desafíos, oportunidades y perspectivas en la nutrición del mañana a través

La investigación ha entrevistado a 6.800 personas de todas las Comunidades Autónomas



El director científico del Estudio ENPE, junto a representantes institucionales, doctores y responsables de EROSKI que participan en el V Encuentro de la Escuela de Alimentación de la Fundación EROSKI.

de la visión de expertos en el campo de la Salud, la Nutrición, la Gastronomía y el Medio Ambiente, entre otros.

El Dr. Aranceta ha presentado los resultados de las encuestas realizadas a hombres y mujeres a partir de los tres años de edad y hasta más de 65 años entre mayo de 2014 y mayo de 2015.

Crece la prevalencia de la obesidad

La principal conclusión que reflejan los resultados es el incremento en la prevalencia de la obesidad en España. Los valores más elevados se encuentran en la población infantil y juvenil y se describen, con un aumento del 9% de la tasa de obesidad desde 2000 hasta el 22,8%. La prevalencia actual de obesidad en la población adulta (edad entre 25 y 64 años) es de 19,8%, cuatro puntos superior a los

datos de 2003. En cuanto a la población mayor de 65 años la cifra de prevalencia de obesidad es ligeramente superior a datos precedentes y se sitúa en el 36,4%.

En población infantil, juvenil y adulta la prevalencia de la obesidad es superior en hombres que en mujeres hasta los 65 años, a partir de dicha edad se invierte la tendencia.

Tasa de obesidad por Comunidades Autónomas

El análisis de la distribución geográfica de la obesidad revela tasas más elevadas en Asturias, Aragón y Andalucía, por este orden. Por el contrario, las comunidades autónomas con menor prevalencia de obesidad son Baleares, País Vasco y Cantabria.

El Estudio ENPE pone en evidencia una vez más

los principales factores determinantes del aumento de peso, que en el caso de la población infantil se asocian con mayor intensidad a las clases sociales modestas y grupos de población sedentaria que manifiestan bajo consumo en frutas, verduras y hortalizas.

Ante los datos recogidos el Dr. Aranceta ha valorado que *“la conclusión que se puede extraer de estos resultados es que hoy más que nunca son necesarias acciones que permitan la implementación de programas de educación nutricional prioritariamente en el ámbito escolar, laboral y comunitario a partir de iniciativas que favorezcan el empoderamiento individual para el conjunto de la población”*.

El director de la Fundación EROSKI, Alejandro Martínez Berriochoa, ha recordado que esta iniciativa *“es un proyecto ambicioso que ratifica el compromiso de EROSKI con la salud. Además de una referencia para la comunidad científica y los profesionales de la salud, el estudio servirá, para orientar las actividades formativas para el consumidor que impulsamos desde la Escuela de Alimentación de la Fundación EROSKI”*.

¿QUÉ ELEGIMOS AL SENTARNOS A LA MESA? PREFERENCIAS Y AVERSIONES

El Estudio ENPE ha analizado también las preferencias y aversiones alimentarias de la población. Tanto para las mujeres como para los hombres, las judías verdes son la verdura preferida, en contraposición con las borrajas y las berzas que son por las que menos optan. Entre las hortalizas el tomate es la preferida para hombres y la lechuga para las mujeres.

En el grupo de frutas, tanto por sexos como por grupos de población según edad, la manzana es la elegida en primer lugar frente al albaricoque, la que menos se prefiere. Igual ocurre en la familia de las legumbres, en la que las lentejas son las preferidas frente a la soja en

último lugar de preferencias. En el grupo de los cereales el arroz blanco es el favorito para toda la población.

La ternera y el pollo son las carnes que más gustan a hombres y mujeres, respectivamente. La merluza es el pescado favorito para todos los segmentos de población, tanto por sexo como por edades. Entre los menos preferidos, el verdel y el chicharro.

El agua es la bebida sin alcohol que más gusta. La cerveza y el vino son las bebidas alcohólicas estrella, siendo preferida la primera por los hombres y la segunda por las mujeres.