

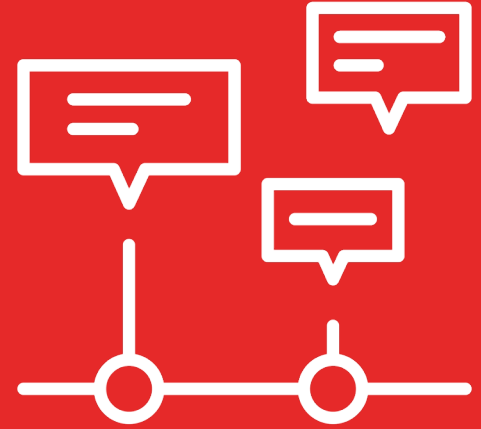
Estudio
ARAMARK / CADEM

Radiografía de alimentación en pandemia



01

Ficha Metodológica (Principales datos)





Objetivo

A través de este estudio, Aramark y Cadem quisieron entender y caracterizar la relación de los chilenos con la alimentación saludable, comprendiendo el rol y valoración que ocupa dentro de sus vidas.



Metodología

Estudio cuantitativo en base a entrevistas al Panel Cadem Online.

→ **Grupo Objetivo**

Hombres y mujeres, mayores de 18 años, pertenecientes a todos los niveles socioeconómicos, residentes en todas las regiones de Chile.

Los datos fueron ponderados a nivel de sujetos por región, sexo, edad, y GSE, obteniendo una muestra de representación para el universo en estudio.

02

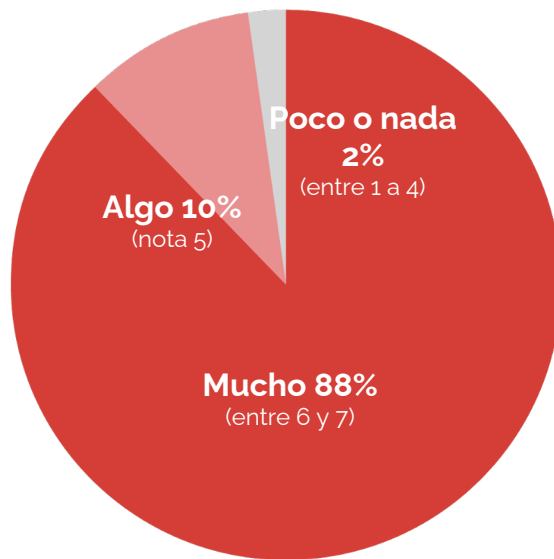
Principales hallazgos



01

Alto consenso sobre el rol que cumple una buena alimentación en la calidad de vida

Una gran mayoría, por sobre el 88% de los encuestados, considera que la alimentación tiene un impacto importante en la salud, asociándose la alimentación saludable a una serie de beneficios como sentirse mejor, prevenir enfermedades y alargar la vida.

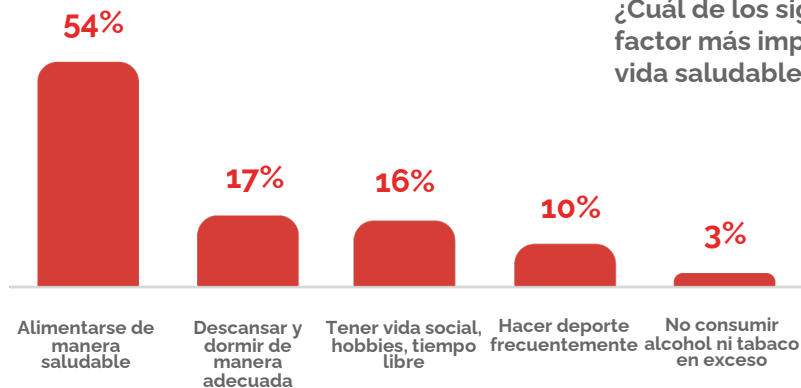


Impacto de la alimentación en la salud

Utilizando una escala de 1 a 7, donde 1 es "nada" y 7 "totalmente", ¿Cuánto crees que impacta la alimentación en la salud general de una persona?

Factor más importante para llevar una vida saludable

Sabiendo que todos son importantes, ¿Cuál de los siguientes crees que es el factor más importante para llevar una vida saludable?



02

Sobre 95%

De los encuestados está de acuerdo o muy de acuerdo que comer sano ayuda a sentirse mejor, alarga la vida y previene enfermedades

Y también puede ser sabroso

Comer sano / saludable ayuda a sentirse mejor

2

97

Comer sano / saludable previene enfermedades

3

96

La comida sana igual puede ser sabrosa

3

96

Comer sano / saludable alarga mi vida

5

93



En desacuerdo +
Muy en desacuerdo



De acuerdo +
Muy de acuerdo

03

Los responsables de preparar las comidas también son los que sostienen el hogar y deben salir a trabajar

Dentro de las cifras, destaca que las mujeres - en su mayoría- son las encargadas de preparar las comidas.



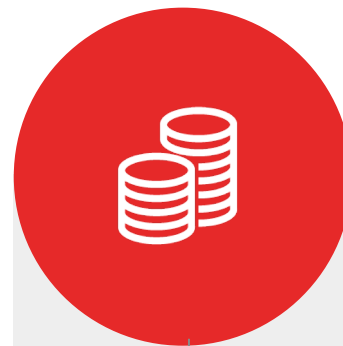
71%

De los responsables de preparar las comidas en el hogar son mujeres



55%

Trabajan y sostienen financieramente el hogar



94%

Decide la compra de los alimentos

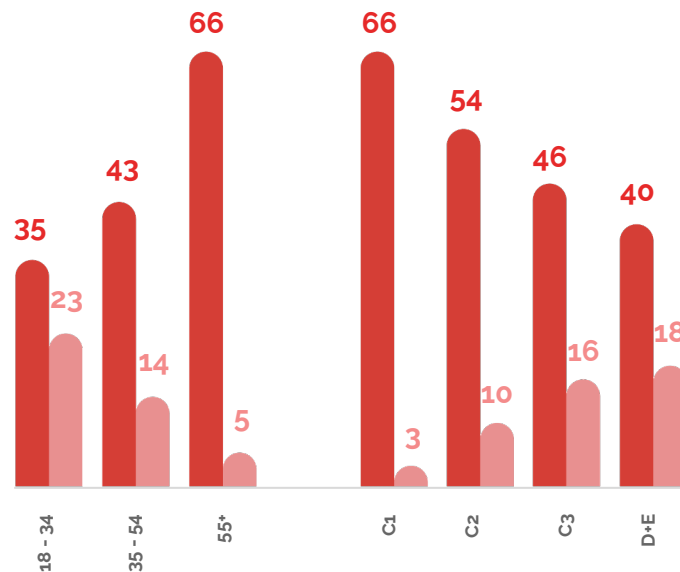
04

La percepción sobre nuestra alimentación: mejora con la edad y nivel socioeconómico

Qué tan saludable es la alimentación

¿Qué tan saludable encuentras que es tu alimentación?

Poco o nada saludable Saludable



46% de los encuestados considera que su alimentación es saludable versus un 39% que la considera algo saludable y un 15% poco o nada

05

Caro y complicado:

los principales obstáculos para una alimentación más sana

Un **72%** de los encuestados considera que es caro y un **49%** cree que es difícil o complicado.

Esta cifra aumenta en la medida que la propia alimentación es percibida como menos saludable.

	Saludable	Algo Saludable	Poco saludable
Comer sano es caro	62	78	88
Comer sano es difícil o complicado	32	59	83

05

Caro y complicado:
los principales
obstáculos para
una alimentación
más sana

Principal motivo para no tener alimentación saludable

¿Cuál es el principal motivo por el cual tu
alimentación es algo, poco o nada
saludable?



06

Conciencia y disposición de cambio



75%



6%

Un **75%** de los encuestados declara que **está dispuesto a cambiar su alimentación por una más saludable**, versus el **6%** que **no tiene la disposición**.

07

Impacto del teletrabajo: más tiempo cocinando y más tiempo con la familia



61%

Ha tenido que cocinar más que antes y un **35%** ha tenido que aprender a cocinar

74%

de los encuestados, el teletrabajo les ha permitido compartir más con la familia al momento de almorzar

La mayoría de los encuestados aseguran que le han tenido que dedicar **más tiempo a la preparación** de alimentos, **que al momento de consumir comidas como el almuerzo**

08

Pandemia: Ansiedad y comida chatarra

67% de los encuestados declara que en pandemia ha comido por ansiedad.

Esta cifra es más alta en mujeres, con un **80%** y en quienes declaran una alimentación poco saludable, llegando al **93%**.

36% de los encuestados ha consumido más comida chatarra, aumentando a **78%** para los que comen de manera poco saludable.

09

Consumo de alimentos:

el pan se mantiene como la base de la alimentación diaria



Estudio
ARAMARK / CADEM

Radiografía de alimentación en pandemia

