

Elección de frutas para licuados y frecuencia de consumo

Resultados preliminares de un estudio de percepción de producto alimenticio saludable e intención de consumo

Choice of fruits for shakes and frequency of consumption

Preliminary results of a perception study toward healthy food products and consumption intention

VÁZQUEZ MARISA B¹, ELORRIAGA NATALIA², EARSMAN SABRINA², WATSON DANA Z², HOUGH GUILLERMO³

¹Doctora de la Universidad de Buenos Aires, Licenciada en Nutrición. ²Licenciada en Nutrición. ³Doctor de la Universidad de Buenos Aires.

^{1,2}Universidad de Buenos Aires. Facultad de medicina. Escuela de Nutrición. ³Departamento de Evaluación Sensorial, ISETA

Correspondencia: mbvazquez@fmed.uba.ar - Recibido: 13/08/2011. Aceptado en su versión corregida: 10/04/2012.

Resúmen

Siendo necesario desarrollar y articular estrategias que permitan a los consumidores elegir alimentos y productos alimenticios saludables resulta de utilidad estudiar la influencia de los motivos de los consumidores en la elección de alimentos y su disposición a consumir comidas saludables. Se presentan aquí los resultados de la primera etapa de un estudio sobre percepción de producto saludable, intención de consumo y motivos de elección de alimentos referidos a licuados de frutas.

Se realizó una encuesta auto-administrada a 104 consumidores ≥ 18 años, en la que se indagó sobre las 3 frutas de elección en orden de preferencia, la frecuencia de consumo durante el último año y los momentos del día preferidos para consumirlos. Se aplicó una regresión log-lineal para analizar los efectos de Frutas, Orden, Edad y Género sobre los conteos. Las frutas preferidas fueron banana, durazno y frutilla. Durante el último año, el 43,3% de los participantes consumió licuados de frutas una o más veces por semana en verano y el 16,3% consumió licuados una vez por semana el resto del año. Aunque los consumidores escogen distintos momentos del día para tomar licuados, la tarde es un momento elegido por la mayoría.

Palabras clave: Alimentos Saludables, Frutas, Preferencias, Frecuencia de consumo.

Abstrac

As it is necessary to develop and articulate strategies that allow consumers to choose healthy foods and products, it is useful to study what influences the consumers on their choice of certain foods as well as their willingness to eat healthy foods. We present here the results of the first stage of a study upon healthy product perception, consumption intention and food choices in connection with fruit shakes. A self-administered survey was conducted among 104 consumers ≥ 18 years old, who had to mention which three fruits they liked most taking into account order of preference, frequency of consumption in the past year and favorite moment of the day to consume them. We applied a log-linear regression to analyze the effects of Fruits, Order, Age and Gender upon the counts. The favorite fruits were banana, peach and strawberry. In the past year, 43.3% of the participants consumed fruit shakes once or more than once per week in summer and 16.3% consumed them once a week the rest of the year. Even though consumers choose different moments of the day to take shakes, the afternoon is the moment chosen by the majority.

Keywords: Healthy Foods, Fruits, Preferences, Frequency of Consumption.

Introducción

Según la primera Encuesta Nacional de Salud y Alimentación (1), el 73,3% de las mujeres argentinas de 10 a 49 años presentaron una ingesta de vitamina C menor al requerimiento medio estimado (mediana de ingesta: 29,18mg). En el mismo grupo, el 94,3% de las encuestadas presentó una ingesta menor a la ingesta adecuada de calcio (mediana de ingesta: 367mg), mientras que en el 97,2% se estimó un consumo de fibra menor a la ingesta adecuada (mediana de ingesta: 9,39g). Además, el consumo de frutas y hortalizas, así como su contribución a la ingesta energética fue notablemente inferior al recomendado por las Guías Alimentarias para la Población Argentina (2).

Los factores que influyen en los consumidores para la elección de sus comidas son diversos, incluyendo entre otros: la tradición culinaria, la educación nutricional, el precio, la disponibilidad en los comercios cercanos, la facilidad de preparación, las características sensoriales y la información de medios masivos de comunicación, entre otros (3, 4).

Siendo necesario desarrollar y articular estrategias que permitan a los consumidores elegir alimentos y productos alimenticios saludables (4, 5, 6) resultaría de utilidad estudiar la influencia de los motivos de los consumidores en la elección de alimentos y su disposición a consumir comidas saludables. Se presentan aquí los resultados de la primera etapa de un estudio sobre percepción de producto saludable, intención de consumo y motivos de elección de alimentos. El estudio se centró en los licuados frutales teniendo en cuenta que son preparaciones simples que pueden incluir los grupos de frutas y lácteos, por su aporte de vitaminas, minerales y fibra. En base al concepto de licuados de frutas, se definieron 3 categorías: líquido base, fruta y endulzante. Para la categoría fruta, fue necesario seleccionar las 3 frutas preferidas entre los consumidores de licuados. Con este fin se llevó a cabo esta encuesta exploratoria.

Objetivos

- Determinar las frutas más populares para incluir en licuados

- Describir el/los momento/s del día preferidos y la frecuencia de consumo de licuados durante el último año entre los consumidores

Metodología

Diseño: estudio de corte transversal.

Participantes: Consumidores de licuados de edad ≥ 18 años, de ambos sexos, residentes en la Ciudad Autónoma de Buenos Aires o el Conurbano Bonaerense. La edad se dividió en 2 grupos utilizando como punto de corte la mediana.

Se realizó una encuesta auto-administrada a los consumidores, en la que se indagó sobre las 3 frutas de elección en orden de preferencia para utilizar en licuados, la frecuencia de consumo durante el último año y los momentos del día preferidos para consumirlos (Figura 1).

Para el análisis de resultados el primer paso fue tabular el número de veces que fue mencionada una determinada fruta, en un determinado orden (primero, segundo o tercero), por un consumidor de una determinada edad (adultos jóvenes y adultos) y un determinado género (mujer y varón). Por ejemplo, hubo 5 mujeres jóvenes que ubicaron al durazno en el primer lugar. A esta tabla de conteos en función de Frutas, Orden de Preferencia, Edad y Género se le aplicó una regresión log-lineal siguiendo la distribución de Poisson (7). La regresión se calculó utilizando el paquete estadístico Genstat- 12th Edition (VSN International, Hemel Hempstead, UK).

Resultados

Se incluyeron 104 consumidores, (50% de sexo femenino y 50% de sexo masculino). La edad promedio fue de 49,5 años (desvío estándar: 20,7 años).

Se establecieron 2 grupos de 52 de consumidores cada uno, según edad: Adultos Jóvenes (≤ 47 años) y Adultos (≥ 48 años).

Se mencionaron en total 41 frutas o combinaciones de frutas y se definió la categoría Otros para todas las frutas y combinaciones con menores frecuencias. Las 3 frutas más elegidas sin tener en cuenta el orden fueron banana ($n=77$), durazno ($n=50$) y frutilla ($n=40$) (Tabla 1). La regresión log-lineal permitió definir los efectos significativos:

**¡Hola! Te invitamos a participar de una encuesta sobre licuados de fruta. Solo te llevará 5 minutos responderla.
Por favor completa sobre las líneas o marca la opción correcta.**

Por favor completa tus datos personales

1. Iniciales del Nombre y Apellido

2. Sexo: Varón Mujer

3. Edad: _____ Años:

4. Ocupación: _____

5. Si tuvieras que elegir 3 licuados de frutas
¿qué fruta/s elegirías para cada uno en orden de preferencia? (Para cada uno podés elegir una o más frutas)

LICUADO 1 (el que más me gusta): _____

LICUADO 2: _____

LICUADO 3: _____

6. ¿Tomaste algún licuado de frutas en los últimos 12 meses? Sí No

7. ¿Con que frecuencia tomaste licuados de fruta en el verano?

Más de una vez por semana Menos de 3 en todo el verano
 Una vez por semana Nunca
 Una vez cada 15 días o por mes

8. ¿Con que frecuencia tomaste licuados de fruta el resto del año?

Más de una vez por semana Menos de 9 en el resto del año
 Una vez por semana Nunca
 Una vez cada 15 días o por mes

9. ¿En qué momento del día tomarías un licuado? (Podés marcar más de una opción)

A la mañana temprano A la tarde
 A media mañana A la noche
 Al mediodía

¡Muchas gracias por participar de esta encuesta!

Figura 1. Cuestionario de encuesta utilizado

Frutas, FrutasxOrden y FrutasxOrdenxEdad. Los resultados se presentarán en función de la interacción significativa de mayor orden, o sea FrutasxOrdenxEdad (Gráfico 1). Los consumidores Adultos (≥ 48 años) eligieron más frecuentemente la banana y el durazno como primera opción, y la frutilla fue elegida con mayor frecuencia por el grupo de Adultos Jóvenes (≤ 47 años).

En la tabla 2 se muestra la frecuencia de consumo de licuados. Durante los últimos 12 meses, el 43,3% de los participantes consumió licuados de frutas una o más veces a la semana en verano. Considerando los momentos del día preferidos por los consumidores para tomar licuados, el 44% de los encuestados ($n=46/104$) escogió más de un momento del día para consumirlos. La tarde fue el momento del día más elegido ($n=90/104$), seguido por la media mañana ($n=36/104$).

Conclusiones

Las frutas preferidas fueron banana, durazno y frutilla. Las mismas serán incluidas en el estudio principal. Durante el último año, el 43,3% de los participantes consumió licuados de fruta una o más veces por semana en verano y el 16,3% los consumió una vez por semana en el resto del año. Aunque los consumidores escogen distintos momentos del día para tomar licuados, la tarde es un momento elegido por la mayoría.

Agradecimientos

Este trabajo fue parcialmente financiado por el subsidio UBACyT 20020090200137.

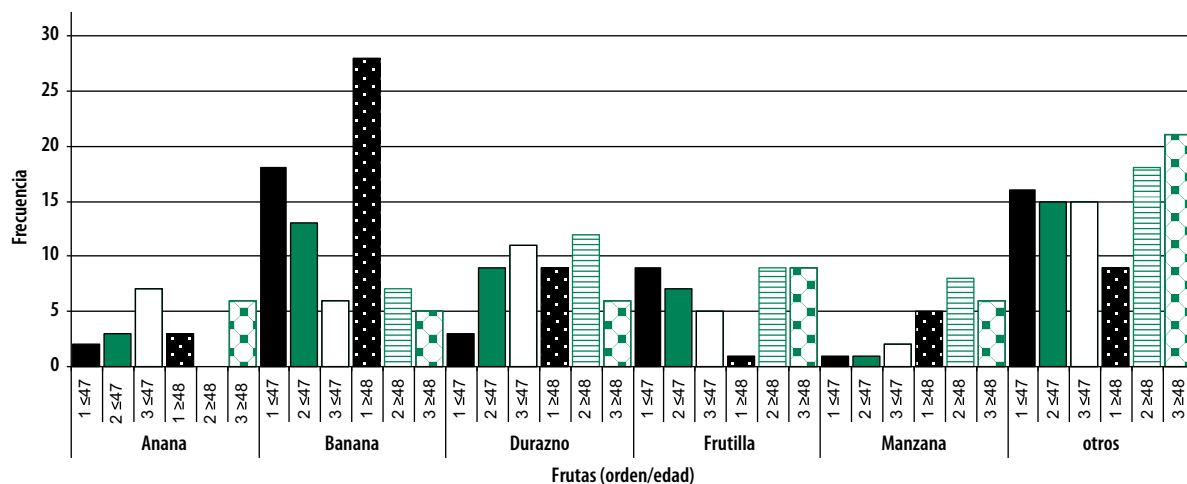


Gráfico 1. Preferencias de las frutas según orden (1,2,3) y edad (≤ 47 años y ≥ 48 años) en 104 consumidores.

Tabla 1. Frutas preferidas según orden de elección en 104 consumidores de licuados frutales.

Frutas	Orden de elección		
	1°	2°	3°
Banana	46	20	11
Durazno	12	21	17
Frutilla	10	16	14
Manzana	6	9	8
Ananá	5	3	13
Otros*	25	33	36

*Otros incluye melón, sandía, mandarina, naranja, frambuesa y distintas combinaciones de estas frutas y las incluidas en la tabla.

Tabla 2. Distribución de la muestra según frecuencia de consumo de licuados durante el año anterior.

Frecuencia de Consumo	Verano, n (%)	Resto del año, n (%)
Más de una vez por semana	32 (30,8%)	-
Una vez por semana	13 (12,5%)	17 (16,3%)
Quincenal/Mensual	27 (26%)	22 (21,2%)
Menos de 1 vez/mes	30 (28,8%)	41 (39,4%)
Nunca	2 (1,9%)	24 (23,1%)
Total	104 (100%)	104 (100%)

Referencias bibliográficas

- ENNYs. Encuesta Nacional de Nutrición y Salud. Documento de Resultados. Ciudad Autónoma de Buenos Aires, Argentina: Ministerio de Salud de la Nación, 2007.
- AADYND. Guías Alimentarias para la Población Argentina. Lineamientos Metodológicos y Criterios Técnicos. República Argentina: Asociación Argentina de Dietistas y Nutricionistas Dietistas, 2000.
- Steptoe A, Pollard T, Wardle J. Development of a measure of the motives underlying the selection of food: The food choice questionnaire. *Appetite* 1995, 25:267-284
- Ares G, Gambaro A. Influence of gender, age and motives underlying food choice on perceived healthiness and willingness to try functional foods. *Appetite* 2007, 49:148-158
- Vázquez MB, Curia A, Hough G. Sensory descriptive analysis, sensory acceptability and expectation studies on biscuits with reduced added salt and increased fiber. *Journal of Sensory Studies* 2009, 24:498-511.
- Lee CM, Moskowitz HR, Lee SY. Expectations, needs and segmentation of healthy breakfast cereal consumers. *Journal of Sensory Studies* 2007, 22:587-607.
- McConway KJ, Jones MC and Taylor PC. 1999. *Statistical Modeling Using Genstat*. London: Arnold Publishers.