

La transición hacia una alimentación saludable depende del incremento diferencial de la canasta de alimentos en el presupuesto familiar en los distintos quintiles



LA TRANSICIÓN HACIA UNA ALIMENTACIÓN SALUDABLE DEPENDE DEL INCREMENTO DIFERENCIAL DE LA CANASTA DE ALIMENTOS EN EL PRESUPUESTO FAMILIAR EN LOS DISTINTOS QUINTILES

- Por Stephanie Rivero Zambrano, estudiante de Magíster en Gestión de la Sustentabilidad (UDD); Alex Godoy Faundez, investigador asociado CRHIAM y Diego Rivera Salazar, investigador principal CRHIAM.
- Versión impresa ISSN 2735-7929
- Versión en línea ISSN 2735-7910

- Un tercio del gasto total en alimentos proviene de fuentes de origen animal, lo que impacta las emisiones de gases de efecto invernadero y riesgos en la salud.
- Por ello, se ha promovido la sustitución de la dieta hacia alimentos basados de origen vegetal de un nivel nutricional similar, pero ¿cuál es el costo de esta sustitución para las familias?
- Un análisis piloto muestra que los escenarios de sustitución de alimentos más orientados a plantas generan ahorros para los hogares entre el 3% y 24% diferenciados por quintil de ingresos.

INTRODUCCIÓN

Una de las principales metas en seguridad alimentaria es la cobertura y acceso de la población hacia una alimentación que, no solo aborde la provisión de calorías necesarias, sino que también incluya la provisión nutricional necesaria y, que, además, permita reducir los desbalances nutricionales. No obstante, los sistemas alimentarios y sus cadenas de abastecimiento se han visto golpeados tanto por amenazas climáticas como por conflictos militares, causando impactos diferenciales a nivel de ingresos.

Tales eventos, han llevado al incremento del costo de los factores de producción, en donde el sector alimentario representa alrededor del 30% del consumo total de energía en el mundo, y un aporte de un 34% del total de las emisiones de gases de efecto invernadero (ONU, 2020; Crippa, *et al.*, 2021). Las posibles contribuciones de los patrones de consumo de alimentos al cambio climático han sido documentadas en el último Informe de Evaluación del IPCC. Se señala que la población, independiente de la región, ha empezado a limitar el consumo de alimentos provenientes de fuentes animales, particularmente de carnes y lácteos, siendo esta una de las propuestas con mayor potencial para incrementar la sustentabilidad medioambiental en las dietas alimenticias (Springmann *et al.*, 2020).

Los cambios en los patrones alimenticios hacia el incremento en el consumo de proteína de origen vegetal, conllevará a una disminución en la generación de emisiones relacionadas a operaciones logísticas, como a la reducción de la fermentación entérica y procesamiento de productos cárnicos que conllevan además a una disminución en la intensidad de uso de suelo. En cuanto a sus impactos en la salud, la literatura muestra que el cambio en los patrones de consumo se traduce en una reducción en el riesgo de enfermedades crónicas, infartos, enfermedades cardiovasculares, diabetes tipo 2, cáncer, entre otros (Global Burden of Disease, 2019). No obstante, a pesar de que la evidencia muestra los beneficios de tales cambios, se deben evaluar los costos asociados a nivel de presupuestos familiares, debido al incremento constante del precio de los alimentos conducidos por diversos factores y que podría limitar su acceso.

A nivel nacional, la relevancia de lo anterior radica en que el 19% del total del gasto promedio es dedicado a alimentos y bebidas (INE, 2017), teniendo impactos diferenciales a través de los distintos quintiles. En el primer quintil, con ingresos promedios mensuales de \$429.168, el gasto a nivel de la canasta de alimentos alcanza a un 27% que, no necesariamente refleja la distribución y calidad nutricional de tal consumo. Así, en los hogares con menores ingresos, el peso de los alimentos es mayor, con lo que las decisiones de consumo toman mayor relevancia debido que podría limitar el acceso e incrementar una inseguridad alimentaria. Por ello, si bien existen beneficios en relación de las emi-

siones de gases de efecto invernadero y uso de recursos y beneficios para la salud para las personas, es fundamental considerar el costo económico de la sustitución de dieta y la factibilidad de los hogares de transitar hacia un cambio en el patrón de consumo y finalmente, un cambio de dieta.

Rivero (2022) analizó la Encuesta de Presupuesto Familiar (INE, 2017) en términos de comprender la dimensión en acceso a alimentos y nutricionales que la estadística no refleja a nivel de precios. Además, por medio de entrevistas, analizó la disposición a "sustituir" (factibilidad de sustituir) alimentos de origen animal por productos de origen vegetal, a través del cambio de patrón de consumo hacia dietas vegetarianas y mediterráneas. Todo bajo la lógica de mantener una ingesta de carga proteica y función similar a las requeridas en términos nutricionales, pero adaptadas al contexto local.

Los hallazgos de Rivero se observan en la Figura 1. Para el Quintil I en términos de Gasto en Alimentación, el cual representa el 24% de del Gasto Total y un 60% de su Ingreso Disponible. Esto significa que, parte del ingreso por hogar es financiado mediante transferencias de gobiernos como de otras fuentes de aportes, siendo una de ellas la deuda.

Por otro lado, a nivel de familia de alimentos, transversalmente la carne tiene un porcentaje del gasto de alimentos cercano al 26%, independiente del quintil en estudio, salvo para el Quintil V que equivale a un 22% en proporción a su gasto. Esto refleja el peso de tal producto al interior de la canasta de alimentos. Por otra parte, la categoría más relevante son los panes y derivados, que para el Quintil I representan el 21%, mientras que, para Quintil V, representa el 15%, reflejando ya un consumo diferencial. Respecto de productos Lácteos y Huevos, reemplazantes proteicos por defecto, el Quintil V presenta un mayor consumo proporcional de 13%, mientras que en el Quintil I solo consume proporcionalmente 10,3%. Este comportamiento se repite para las categorías de frutas 6,5% en el Quintil V versus 3,9% en el Quintil I. Tales números reflejan el costo que un hogar tiene al interior de su presupuesto.

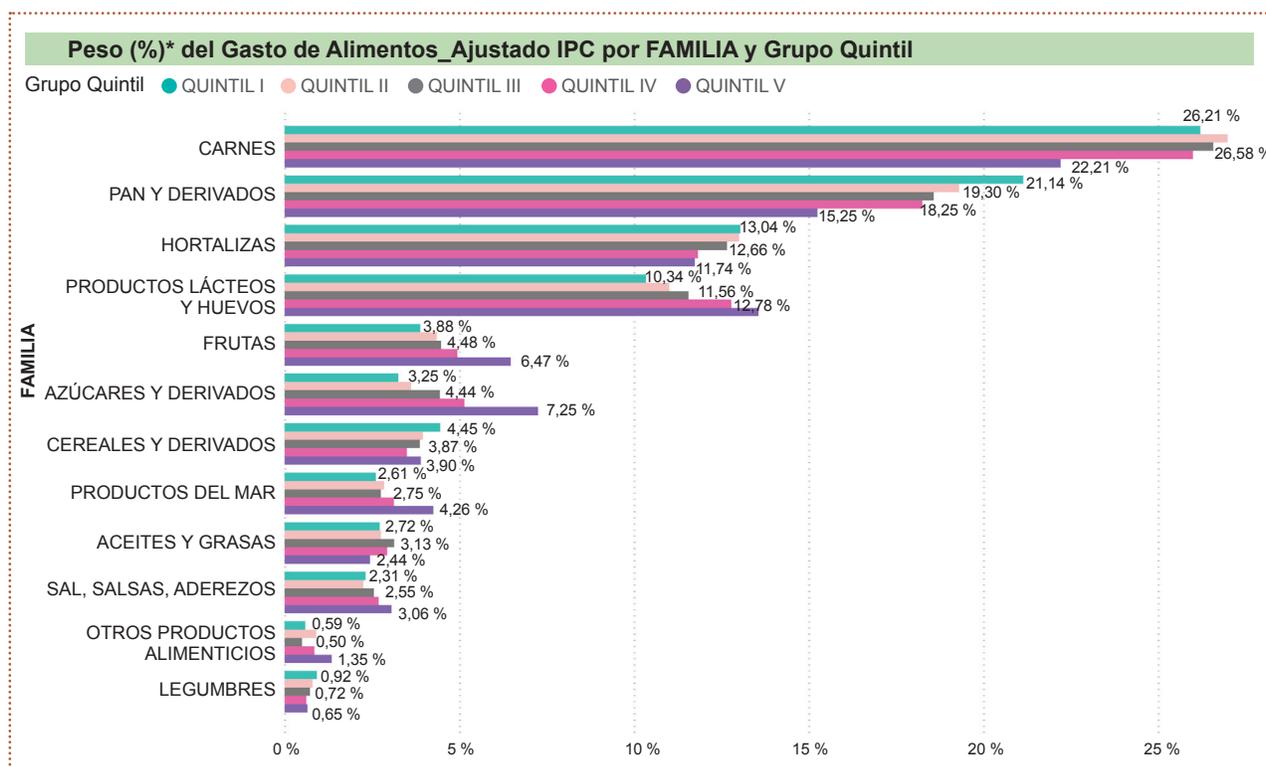


Figura 1. Estructura del gasto promedio de alimentación en Chile por Grupo Quintil de Ingresos. Fuente: Tomado de Rivero, (2022).

Mediante simulaciones sucesivas, Rivero creó diferentes escenarios de gastos por medio de asumir dietas diferenciales, buscando estimar el impacto diferenciado por quintil. El escenario 1 -vegano- y escenario 2 -vegetariano- considera dietas recomendadas a nivel nutricional. El escenario 3 y el escenario 4, toman como referencia la dieta mediterránea, pero incorporando dentro del análisis la información recopilada a través de las encuestas y tomando en consideración el impacto en términos de nutrientes, de acuerdo con las recomendaciones nutricionales según la Guías Alimentarias Basadas en Alimentos (GABA) en Chile (INTA - MINSAL, 2015). Los escenarios 6, 7 y 8 resultan de sustituciones parciales de todas las familias animales por los distribuidos en los grupos de las familias vegetales en 50%, 25% y 15%, respectivamente.

La Figura 2 muestra el Gasto por Escenario según Quintil. El E0 (Escenario Base) es el que se perfila como el de mayor gasto para los hogares, seguido del E7 (Propuesta de sustitución del 15%), y E6 (Propuesta de Sustitución del 25%), quedando como escenarios de más bajo costo el E1 (Escenario Vegano) y E4 (Propuesta Nutricional adaptada de dieta mediterránea). La combinación de Escenario-Quintil resultante con el menor gasto para las familias la obtiene el Quintil I con el E1 Vegano, seguido de E4 Propuesta Nutricional y el E2 Vegetariano. Por otra parte, los que encabezan en Gasto son el Quintil V con el E0 escenario actual, E7 Propuesta de sustitución del 15% y E6 Propuesta al 25%.

A partir de las encuestas, el escenario 4 de Propuesta Nutricional mantiene la mejor valoración, seguido de la E3 Mediterránea y del E1 Escenario Vegano casi a iguales términos.

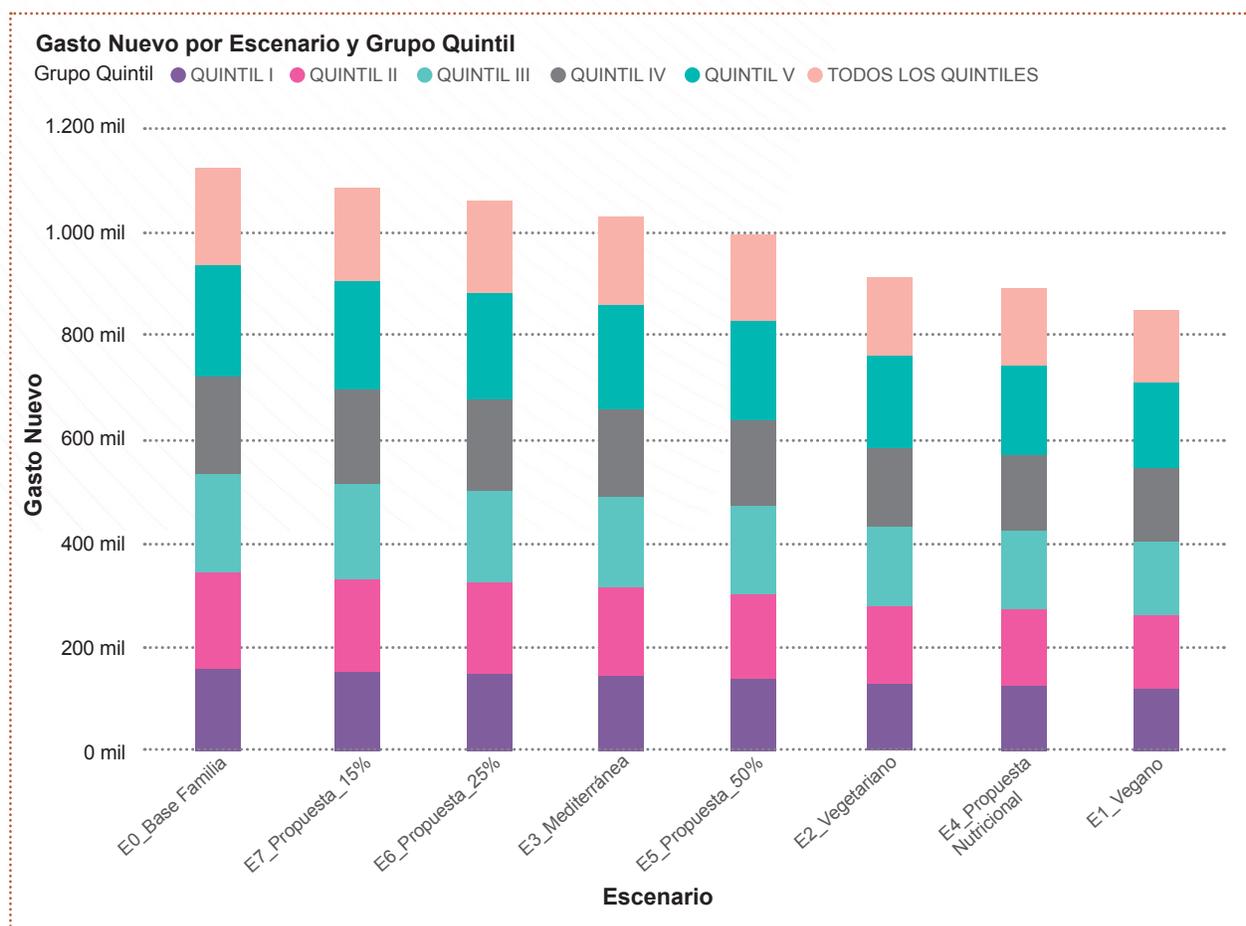


Figura 2. Distribución del Gasto de Alimentos por Escenario según Quintil.
Fuente: Tomado de Rivero, (2022).

CONCLUSIONES

Mediante el reemplazo de un 100% de alimentos de origen animal con alternativas base a plantas (E1 Vegano), puede reducir hasta en un 24% el gasto del hogar respecto al escenario base y hasta de un 35% para el Quintil más bajo. Ante una sustitución del 100% pero únicamente de carnes y pescados (sin considerar lácteos o huevos; E2 Vegetariano), la reducción equivale al 19%. Considerando inclusive un 50% de reducción general de todos los derivados animales puede reducir en un 11% el presupuesto (E5 Propuesta 50%).

Sin embargo, en términos de aportes nutricionales, no se toma en consideración la suplementación adicional para las vitaminas, lo cual puede significar una variación significativa en el ahorro para las familias.

No obstante, es necesario revisar la afectación sobre la industria productora, así como la capacidad de recepción de la demanda de las empresas sustitutas propuestas o de migración de una industria a otra. Adicionalmente, deben considerarse las variaciones en la disponibilidad, variedad y precios de las categorías que reciben las sustituciones (frutas, vegetales y legumbres) que pudiese ocasionarse los movimientos de la demanda y la oferta, así como la estacionalidad de los alimentos en los precios.

1. La dieta actual en Chile se basa principalmente en alimentos de origen animal y panes (cereales). Sustituir proteínas de origen animal por aquellas de origen vegetal puede generar ahorros entre el 3% y 24% en el presupuesto por hogar a través de los quintiles. No obstante, los beneficios económicos son diferenciales ya que no considera hábitos de consumo como culturales, así como que la contribución en la disminución del gasto es marginal a quintiles de mayor ingreso.
2. Las motivaciones al tipo de consumo son variables, tomando relevancia aspectos como la practicidad, el involucramiento del entorno familiar, adecuación al tipo de actividad física, gusto, tiempos de preparación, entre otros.
3. Si bien la alimentación vegana es asociada a las mayores disminuciones en términos de gastos y los escenarios han sugerido bajos niveles en algunos aportes nutricionales, también puede requerir tiempos de adecuación, experiencia y proceso de incorporación de alimentos.
4. Resulta un gran motivador hacia el cambio de alimentación, la preocupación sobre la salud y nutrición, así como la conciencia medioambiental.
5. La incorporación de cambios progresivos en la sustitución de alimentos de origen animal por vegetal puede resultar en una modificación de patrones de consumo beneficiosas para las familias -gasto y nutrición- además de contribuir positivamente al medioambiente como acciones de mitigación contra el cambio climático.

REFERENCIAS

Crippa, M., Solazzo, E., Guizzardi, D., Monforti-Ferrario, F., Tubiello, F., & Leip, A. 2021. Food systems are responsible for a third of global anthropogenic GHG emissions. *Nature Food*, 2(198), 1-10. doi:<https://doi.org/10.1038/s43016-021-00225-9>

FAO Chile. 07 de Julio de 2020. Naciones Unidas: aumenta la inseguridad alimentaria en Chile. Disponible en: [www.fao.org/chile](http://www.fao.org/chile/noticias/detail-events/ru/c/1298013/); <http://www.fao.org/chile/noticias/detail-events/ru/c/1298013/>

Global Burden of Disease. 2019. Health effects of dietary risks in 195 countries, 1990–2017: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2017. *Lancet*, 393(1958–72), 1-12. doi:[https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(19\)30041-8](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(19)30041-8)

Hertel, T. 2016. Food security under climate change. *Nature Clim Change* 6, 10–13. <https://doi.org/10.1038/nclimate2834>

INE. 2017. Encuesta de Presupuestos Familiares.

Springmann, M., Clark, M., Rayner, M., Scarborough, P., & Webb, P. 26 de Octubre de 2021. The global and regional costs of healthy and sustainable dietary patterns: a modelling study. *Lancet Planet Health*, 5(e797–807), 1-11. doi:<https://doi.org/10.1016/>

Universidad de Chile. 2010. Encuesta Nacional de Consumo Alimentario. Santiago de Chile: Universidad de Chile.

POLICY
BRIEFS
CRHIAM
03



CRHIAM
CENTRO DE RECURSOS HÍDRICOS PARA LA AGRICULTURA Y LA MINERÍA
ANID/FONDAP/15130015



Universidad de Concepción



UNIVERSIDAD
DE LA FRONTERA



Universidad del Desarrollo
Universidad de Excelencia



📍 Victoria 1295, Concepción – Chile

☎ 41-2661570

✉ crhiam@udec.cl

@crhiam        crhiam.cl