

"Nola jaten dugu? Elikagaien eta edarien kontsumoaren analisia nutrizioaren ikuspegitik (2022-2024)"

**EAE DA OSASUN ALDETIK ONDOENA JATEN DEN BIGARREN
AUTONOMIA ERKIDEGOA, EROSKI FUNDAZIOAREN TXOSTEN
BATEN ARABERA**

- **Kontsumo bolumen guztiaren %79 egunerokoan maiztasunez jatea gomendatzen diren kategoriei dagokie; Espainiako batezbestekotik gorago dago, %73koa baita.**
- **Egunerokoan jatea gomendatzen den produktu proportzio handiari eusten dio EAEk, %45 inguruan, Espainiako Estatuko baliorik handienetako bat.**
- **Azterketak nabarmentzen du EAEko herritarren kontsumo ohituretan eboluzio positibo bat izan dela 2022tik 2024ra.**

Elorrio, 2025eko azaroaren 13a.- Espainian, autonomia erkidego bat bera ere ez da iristen gomendatzen diren lau elikagai taldeen kontsumo maila idealetara. Azterketak lau gune horietan jartzen du ardatza (fruituak eta barazkiak, lekaleak, fruitu lehorrak eta arraina). Dena den, EAEk estaldura erlatiboki ona du; hala, bigarrena dago Espainian elikadura osasungarria daramatenen zerrendan. Hala berretsi du "Nola jaten dugu? Elikagaien eta edarien kontsumoaren analisia nutrizioaren ikuspegitik (2022-2024)" azterketak, Eroski Fundazioarenak. Lan horretan, elikagaietan eta edarietan gastatzen eta kontsumitzen dena aztertu dute, Kontsumo Paneleko 2022ko eta 2024ko datuetan oinarrituta. Panel hori Nekazaritza, Arrantza eta Elikadura Ministerioak eskaintzen du.

Gomendaturiko kategoriei dagokie EAEko herritarren kontsumo bolumen osoaren %79 (frutak, barazkiak, lekaleak, fruitu lehorrak, arraina eta abar). Horren aldean, %60-70ekoak dira, esaterako, Murtziakoa eta Andaluziako, eta Espainiako %73ko batezbestekoa gainditzen du. Noizbehinka edo oso noizbehinka kontsumitzeko diren kategoriei dagokienez, berriz (produktu ultraprozesatuak, gozokiak, snackak, edari alkoholodunak), Espainiako batezbestekotik beherago dago. Horrek erakusten du patroi orekatsuagoa daramala. EAEk kontsumo guztiaren %21 inguru eskaintzen die "noizbehinka edo oso noizbehinka" jateko diren elikagai; Espainian, berriz, %26,5 da batez beste. Nabarmentzeko beste datu bat zera da,

EROSKI - Komunikazio Korporatiboko

arduraduna

Patricia Martin Sanchidrian

Tel: 946 211 214

comunicacion@eroski.es

INCÓGNITO - Prensa bulegoa

Nora Garay/Nagore Garcia de Vicuña

Tel: 677719568



EAEk proportzio altuan eusten diela egunero kontsumitzeko diren produktu osasungarriei (frutak, barazkiak, zereal integralak), %45 inguruan, herrialdeko baliorik handienetako bat.

Nahiz eta autonomia erkidego batek ere ez dituen betetzen azterketaren ardatz diren lau elikagai taldeen kontsumo maila idealak (frutak eta barazkiak, lekaleak, fruitu lehorrak eta arraina), EAEk estaldura maila ona bat erakusten du erlatiboki. Hala, EAEko herritarrak frutetan eta barazkietan gomendatzen den kontsumoaren %73ra iristen dira (Espainiako %65eko batezbestekoaren gainetik), beheraldi txiki bat izan da 2022ko datuekin alderatuz gero (-0,8 puntu). Fruitu lehorretan, berriz, gomendaturiko kontsumoaren %50era (Espainiakoa %45 da), eta datu hori igo eginda 2022arekin alderatuta (4,9 puntu). Lekaleetan, gomendaturikoaren %33ra bakarrik iristen da; 2,7 puntu igo da 2022koarekin alderatuta, eta Espainiako %27ko batezbestekoa gainditzen du. Azkenik, arrainetan, EAE gomendaturiko kontsumoaren %76ra iristen da; eta Espainiako %61eko batezbestekoa gainditzen du, baina beherakadatxo bat izan du 2022ko kontsumoarekin alderatuta (-0,6 puntu).

Azterketak azpimarratzen du EAEko herritarren kontsumo ohituretan eboluzio positibo bat izan dela 2022tik 2024ra: egunerokoan kontsumitzea gomendatzen diren kategorietan, 0,44ko bolumen igoera izan da (%77,64 2022an eta %78,81 2024an), eta, egunerokoan maiztasunez kontsumitzea gomendaturikoetan, berriz, 1,17koa (%44,71 2022an eta %45,15 2024an).

Gastuaren eta prezioen eboluzioa

EAE da hiru autonomia erkidegoetako bat, Kataluniarekin eta Aragoirekin batera, non 2022tik 2024ra prezioak batez beste gutxiago igo baitziren (%10 baino pixka bat gorago). Horrek iradokitzen du elikagaien prezioak egonkorragoak izan direla, ziurrenera kontsumo mix jakin bati lotuta: kontsumo orekatsuagoa eta inflazioa gogorra izan duten produktuekin mendetasun txikiagoa (hala nola olio eta haragi prozesatuak). Per capita izandako gastua pixka bat igo da batez beste, baina kontsumo bolumena ia ez da jaitsi; horrek iradokitzen du EAEko etxeetan dieta doitu egin dutela kalitateari muzin egin gabe.

Ondorioak eta gomendioak

EAEk oinarri sendoa du kontsumo ohituretan, eta elikagaien inflazioa izan denean, erresilentzia erakutsi du, baina, EROSKI Fundazioko Alejandro Martinez Berriochoa zuzendariaren arabera: *"Ez dugu erlaxatu behar, zeren eta beti dago hobetzeko marjina. Heziketa eta sentsibilizazio programak bultzatu behar dira fruten, berduren eta arrainen erorketa geldiarazteko. Horretaz gainera, lehentasuna eman behar diogu tokiko kontsumo iraunkorrari: eskualdeko barazki eta arrain ekoizpena aprobetxatu behar dugu, eta, zergatik*

EROSKI - Komunikazio Korporatiboko

arduraduna

Patricia Martín Sanchidrián

Tel: 946 211 214

comunicacion@eroski.es

INCÓGNITO - Prentsa bulegoa

Nora Garay/Nagore García de Vicuña

Tel: 677719568



ez, euskal dieta tradizionala berreskuratu, aberatsa baita lekaleetan, berduretan eta arrainetan, baina gaur egungo bizimodura egokituta. Horretarako, giltzarria da sektore publikoak eta pribatuak elkarrekin kooperatzea”.

EROSKI FUNDAZIOAri buruz

EROSKIk 1997an bultzatutako ekimena da EROSKI Fundazioa, helburu duena gizartearentzako ekintza sozialeko ekimenak garatzea. Batez ere, ikerketa, berrikuntza, sustapena, hezkuntza eta kontsumitzaileen zein ingurunearen babesa dute ardatz ekimenek, eta betiere elikadura eta ohitura osasungarriak zaintzea. Gizarte bidezkoagoa, solidarioagoa eta kohesionatuagoa sustatzen du fundazioak, jardunaren oinarrian beti interkooperatibismoa hartuta.

**EROSKI – Komunikazio Korporatiboko
arduraduna**

Patricia Martin Sanchidrian

Tel: 946 211 214 comunicacion@eroski.es

INCÓGNITO – Prentsa bulegoa

Nora Garay/Nagore Garcia de Vicuña

Tel: 677719568