

## **8 de cada 10 trabajadores españoles consideran que el desayuno es esencial en su jornada laboral**

**Starbucks® presenta los resultados de su "Estudio sobre el consumo de café y el desayuno en la vida de los profesionales españoles": un análisis que revela la importancia de esta bebida, así como sus preferencias y comportamientos. El 88% de los españoles considera importante un buen desayuno para rendir bien en el trabajo, sin embargo, no dedican el tiempo suficiente a ello**

Con el regreso a la rutina laboral tras las tan deseadas vacaciones de verano, Starbucks®, ha presentado los resultados de la primera edición de su "Estudio sobre el consumo de café y el desayuno en la vida de los profesionales españoles"; una investigación que revela los hábitos de consumo de café entre profesionales de Madrid, Barcelona, Sevilla, Bilbao y Valencia. Este análisis pone en relevancia cómo el café, especialmente en el desayuno, se ha convertido en una bebida indispensable para elevar cada mañana.

La compañía ha presentado los resultados de este trabajo de campo que manifiesta las preferencias y comportamientos de los profesionales en relación con el desayuno y el consumo de café. Y es que, aunque 9 de cada 10 encuestados consideran que el café es esencial para empezar su día, pocos dedican el tiempo necesario para disfrutarlo adecuadamente.

El reto del desayuno: la falta de tiempo

Uno de los principales desafíos para incorporar un desayuno completo en la rutina matutina es la falta de tiempo o priorizar otras tareas. Tanto es así, que el 41% de los encuestados señala que prefieren desayunar fuera de casa con tal de no renunciar a tiempo de descanso. Este comportamiento refleja un cambio también en los hábitos de consumo, donde el desayuno en casa está perdiendo protagonismo frente a alternativas más rápidas y convenientes, como el consumo en cafeterías, de camino al puesto de trabajo, o en el propio lugar de trabajo.

Además, al menos un tercio de los profesionales admite que dedica menos de 10 minutos al desayuno, y señala que esta prisa es una de las principales razones por las que no han llegado puntuales a su puesto de trabajo. Y es que, para el 64% de los encuestados, el tiempo que dedican al desayuno puede afectar a su puntualidad. Esto pone de manifiesto que la falta de tiempo sigue siendo el principal obstáculo para disfrutar de un desayuno completo durante la jornada laboral.

El café: un momento de bienestar para elevar el día

Tres de cada cuatro profesionales consumen una o dos tazas de café durante su jornada laboral, poniendo en relevancia el papel del café en su rutina diaria. Además, el estudio también desvela que el

30% de los encuestados utilizan el momento del café para reflexionar o no hacer ninguna tarea, mientras que el 43% aprovecha este tiempo para consumir redes sociales o leer la prensa.

Los datos demuestran que los consumidores reconocen la importancia del desayuno tanto a nivel funcional como emocional. Sin embargo, muchos no logran priorizarlo debido a la falta de tiempo. Por ello, desde Starbucks se invita a todos los consumidores a reflexionar sobre la importancia de dedicarse a uno mismo el tiempo necesario cada día para afrontar la jornada con una actitud positiva, haciendo del desayuno un momento especial que eleve el día.

La pausa para el café en la oficina

Más de un 25% de los encuestados reconoce disfrutar del café en la oficina o puesto de trabajo, ya sea nada más llegar o pausando su jornada laboral a media mañana. Y de este porcentaje, el 36% recurre a esta pausa como una forma de desestresarse en el trabajo. Esta cifra refuerza el valor del café como un momento de relajación.

¿Qué desayunan los profesionales españoles?

En cuanto a las preferencias en torno al café, los profesionales valoran especialmente la calidad, la personalización y el precio. En términos generales, la combinación de café con tostadas y sus variados acompañamientos es la opción preferida, superando a la bollería y las galletas, quedando en segundo lugar. Además, alternativas como la fruta y el yogur, así como los desayunos completos, resultan particularmente atractivas para los profesionales más jóvenes. Este análisis también desvela diferencias regionales en las preferencias de desayuno: en Sevilla, el pan lidera las elecciones matutinas, mientras que, en Barcelona, los desayunos basados en frutas y yogur son los más apreciados. En Madrid, destaca una mayor inclinación hacia el desayuno completo, evidenciando una clara preferencia por una opción más elaborada en comparación con otras ciudades.

Despertar con Starbucks®: Su nueva propuesta en desayunos... y un año de desayunos gratis

Para celebrar la vuelta a la rutina tras las vacaciones, la marca brindará la oportunidad de disfrutar un año de desayuno gratis a través de un concurso en sus redes sociales. Con esta iniciativa, Starbucks® busca seguir siendo la elección para empezar el día y presenta su nueva propuesta de desayunos, disponible en todos sus establecimientos por solo 3,40?€.

Con esta nueva oferta, la compañía responde así a las demandas de los consumidores y profesionales que buscan disfrutar de opciones de calidad y excelencia para elevar cada mañana; un momento perfecto para reflexionar, desconectar y comenzar el día de la mejor manera.

**Datos de contacto:**

Comunicación Starbucks

HAVAS PR  
91 456 90 90

Nota de prensa publicada en: [Madrid](#)

Categorías: [Nacional](#) [Gastronomía](#) [Madrid](#) [Cataluña](#) [Andalucía](#) [Valencia](#) [Consumo](#) [Oficinas](#)

---

**NotasdePrensa**

<https://www.notasdeprensa.es>