

Bruñó realiza un estudio sociológico sobre los hábitos de los españoles para demostrar que "no somos perfectos, pero estamos en ello"

"¿Hemos madurado?" desvela entre otras cosas que un 72% de los españoles está más preocupado por la alimentación que hace 5 años

Bruñó, empresa referente en la producción de melón en España ha elaborado el estudio sociológico "¿Hemos madurado?", realizado por El Departamento, para comprobar en qué punto están los españoles en relación con sus hábitos en alimentación, ejercicio y sostenibilidad y qué camino les queda por recorrer. El estudio forma parte también de la nueva campaña de publicidad de la compañía, realizada de nuevo por la agencia Kids.

Frutas Bruñó, que pertenece desde julio de 2022 al grupo The Natural Fruit Company (TNFC), lleva más de 40 años trabajando por ofrecer la mejor calidad en sus productos, cultivando las mejores variedades, melones, sandías, clementinas y naranjas, y distribuyéndolas por todo el territorio nacional. Calidad con la que alcanzó hace más de 40 años la diferenciación con una nueva marca de melón: Bruñó Etiqueta de Oro.

Y para seguir buscando esa perfección y hacer algo más que una campaña, la compañía ha elaborado este estudio con preguntas como "¿tomas fruta todos los días?", "¿Qué parte de presupuesto dedicas a frutas y verduras?", "¿consumes alimentos de proximidad?", "¿haces deporte?", "¿reciclas?". Del estudio se extrae la principal conclusión de que los españoles han mejorado mucho, pero aún les queda un largo camino por recorrer: aunque no son perfectos, están en ello.

La encuesta sociológica, realizada a 1.200 personas de entre 20 y 65 años, refleja que los españoles no tienen una vida tan saludable ni sostenible como les gustaría. Y deja resultados tan interesantes como que solo el 12% se considera una persona más saludable que la mayoría, pero afirman ser conscientes de ello y trabajan para mejorarlo. Más de la mitad de los jóvenes menores de 35 años (60%) admite que su generación no es la más sana. Aun así, el 40% cree que en su estilo de vida la salud tiene más relevancia que en el de sus padres.

Cada vez más preocupados por la alimentación, especialmente en verano

Los resultados hablan claro: la sociedad ha avanzado, pero todavía queda un camino importante por recorrer. El 72% de los encuestados afirma estar más preocupado ahora que hace 5 años por los alimentos que consume. A pesar de ello, entre las personas de entre 30 y 40 años sigue abundando el consumo de procesados, y los jóvenes de entre 20 y 34 años beben menos cantidad de agua de la que deberían.

La llegada de la temporada estival suele ser un punto de inflexión a la hora de intentar mejorar

prácticas saludables, principalmente en cuanto a la alimentación: aunque a lo largo de los años los españoles destinan un tercio de su presupuesto a la compra de ambas, lo que denota la importancia que le dan, la ingesta de frutas y verduras aumenta claramente en primavera y verano, llegando a ser 1 de cada 4 españoles los que declaran comer fruta solo en verano.

En términos generales, un 64% afirma comer fruta diariamente y un 68% considera que come menos fruta de la que debería. En concreto con las verduras, no hay dudas: los españoles comen pocas y lo saben. El 45% afirma que le gustaría comer más verduras, frente al 47% que sí las come todos o casi todos los días.

Bruñó ha comprobado con este estudio que los falsos mitos alrededor de la comida influyen mucho en las conductas alimentarias: 1 de cada 3 personas considera que comer fruta por la noche no es bueno y el 57% coincide en que es mejor tomarla entre comidas y no como postre. Las conclusiones dejan datos llamativos como que 2 de cada 5 jóvenes de entre 20 y 34 años cree que los zumos envasados sustituyen a la fruta.

Al deseo de aumentar el consumo de fruta se suma también la reducción de procesados: esta es, para los treintañeros (35 – 45 años), el combo más deseado. Por su parte, los encuestados de entre 20 y 34 años se proponen tomar menos alcohol, beber más agua y elegir elementos integrales.

¿Y qué ocurre a la hora de la compra? Aunque la principal preocupación es el precio, el 79% afirma preferir gastarse el dinero en fruta de buena calidad que en otros caprichos. En general, a la hora de comprar frutas y verduras, los españoles se muestran activos y sobre todo predispuestos a ser sostenibles: el 75% está evitando comprar fruta y verdura con envase y el 20% quiere empezar a hacerlo.

"Vivimos en una época en la que todo parece perfecto, donde la mayoría de las personas afirmamos llevar un estilo de vida saludable, pero lo cierto es que España no es tan de dieta Mediterránea como se piensa", concluye Teresa González, directora de marketing y sostenibilidad de Bruñó. "Hemos realizado este estudio para conocer como han avanzado las diferentes generaciones en los últimos cinco años y en qué punto de madurez está la sociedad española en el compromiso con la salud y con el medioambiente".

Datos de contacto:

AcentoenlaCé
910299330

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

Categorías: [Nacional](#) [Nutrición](#) [Sociedad](#) [Consumo](#)

NotasdePrensa

<https://www.notasdeprensa.es>