

# Módulo Alimentación

Abril 2022

Base tota: 1.062 encuestas

## ¿Cuánto nos preocupa nuestra alimentación?

¿Lees las etiquetas de los alimentos que compras?

Si, siempre 29%  
Si, a veces 56%

Datos de Nutrición	
Tabla de la porción 100g	
Cantidad por porción	
	% Valor Daily
Calorías 160	Calorías de grasa 65
Grasa total 7g	11%
Grasa saturada 2g	11%
Grasa Trans	
Colessterol 60 mg	23%
Sodio 42mg	2%
Carbohidratos totales 5g	0%
Fibra dietética 5g	0%
Zucrosos 5g	
Proteínas 21g	
Vitamina A	0% + Vitamina C
Calcio	0% + Hierro

\* Porcentaje de valores diarios basados en una dieta de 2.000 calorías. Los valores diarios pueden variar ligeramente de acuerdo a las necesidades nutricionales.

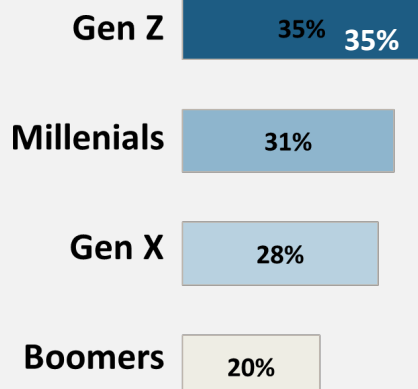
¿Te fijas en los sellos negros de los alimentos que compras?

Si, siempre 38%  
Si, a veces 44%



“Me gustaría saber más de los beneficios de una buena alimentación”

28%



“Para mí, comer es uno de los mayores placeres de la vida”

59%

Pero...

“Tengo miedo a engordar”

52%

- En nuestra relación con la alimentación, **vivimos en una tensión entre dos polos**, tensión que nos habla de un cambio que estamos viviendo en nuestra relación la alimentación.
- Jóvenes y segmentos altos conocen más opciones**, lo que sostiene la hipótesis de que esta es una tendencia que va en crecimiento. Las mujeres también son parte de este grupo.

# Módulo Alimentación

Abril 2022

Base tota: 1.062 encuestas

**PERO...**

Vivimos en tensión entre dos pulsiones:

*“Creo que desde  
la pandemia, me  
alimento peor  
que antes”*

**15%**