

**NO TE PIERDAS LAS  
HISTORIAS DE TI UTOPIA**



PINCHA AQUÍ

Buscar

lunes, 23 de febrero de 2009 Última actualización: 15:23:12

Versión RSS

Suscripción Newsletter

PORTADA ESPAÑA OPINIÓN INTERNACIONAL SOCIEDAD FAMILIA IGLESIA DEPORTES PARTICIPA SERVICIOS OCIO

EDUCACIÓN CULTURA CIENCIA

2045 de 2052 en Sociedad  
22/02/2009 11:57

Imprimir Enviar Guardar como PDF Comentar

## De la cocina a la oficina:el 18% de los empleados recurre al tupper

Opiniones (0)

Se ha reducido el consumo fuera del hogar, cada vez son más los que cambian el "menú del día" por el "tupper" o la comida rápida, y en la cesta de la compra aumentan marcas blancas, pasta, platos preparados y bollería, más que pescado y frutas.



Una persona trabaja ante el ordenador, junto a dos piezas de fruta como almuerzo. EFE

**Madrid.-** La crisis económica crea nuevos hábitos alimentarios. Se ha reducido el consumo fuera del hogar, cada vez son más los que cambian el "menú del día" por el "tupper" o la comida rápida, y en la cesta de la compra aumentan marcas blancas, pasta, platos preparados y bollería, más que pescado y frutas.

Sea por economía o por tendencia, el 18,2% de los que comen fuera de casa ha recuperado el uso de la antigua fiambarrera para almorzar en la empresa o en el parque, según datos de la consultora TNS a septiembre de 2008, una opción que se ha hecho más habitual en los últimos meses, en los que siguió el desplome del consumo familiar.

Y preocupan los cambios que pueda traer consigo esta crisis.

La obesidad está asociada a la pobreza. "Parece contradictorio -dijo a Efe Helmut Schröder, investigador del grupo de Riesgo Cardiovascular y Nutrición del Instituto Municipal de Investigaciones Médicas (IMIM) de Barcelona- pero la comida barata es más energética, y las familias intentarán ahorrar de donde puedan y seleccionar los alimentos según los precios".

El Panel de consumo alimentario en el hogar del Ministerio de Medio Ambiente, Medio Rural y Marino (MARM) referido a 2008 refleja un aumento del gasto, pero un estancamiento en el volumen de alimentos comprados respecto a 2007 -subió solo un 0,5% pese al aumento de población-, y una tendencia negativa en el consumo per cápita (-0,3%).

El bolsillo y el tiempo de preparación orientaron las compras: más pasta, aceite de oliva virgen -que bajó el precio-, platos preparados, salsas, bollería y legumbres, y menos arroz, pan, leche, pescado y fruta.

Y fuera de casa, casi la mitad de los españoles (43,7%) ha modificado sus costumbres en cuanto a comidas, cenas y gastos.

Hay un traslado del restaurante caro al barato, y del "menú del día" al "tupper" y a la comida rápida, dijo a Efe Jose Luis Guerra, adjunto al presidente de la Federación Española de Hostelería (FEHR), que cifra la caída del negocio en casi un 4%, más de 3.500 millones de euros dejaron de ingresar en 2008.

"Donde antes se tomaban tres cañas, ahora son dos, se eligen menús más económicos, se renuncia al postre y se ha vuelto a recuperar algo que se puso de moda en la crisis anterior: compartir plato", explica Guerra.

Por ese trasvase de clientes, los negocios de comida rápida -sandwich, pizza, hamburguesa, autoservicio, kebab- aumentaron sus ingresos un 4%, fundamentalmente en el almuerzo, según Juan Ignacio Díaz, secretario general de Fehrcarem, la asociación de estas cadenas.

COMER SANO, 1.700 EUROS MÁS AL AÑO

Y en esta coyuntura, el "tupper", con comida casera, ¿puede ser una alternativa saludable? "Depende de lo que lleve dentro", responde Helmut Schröder.

"La dieta saludable es más cara". Una alimentación rica en fruta, verdura y pescado, siguiendo la dieta mediterránea, "puede costar 1.700 euros más al año para una familia de cuatro miembros", asegura.

La subida del precio de esos alimentos sanos ha sido desproporcionada en los últimos años, denuncia Schröder. "Es difícil entender tal aumento desde el productor hasta el consumidor".

El "fast-food", cuyos clientes son jóvenes y familias modestas, tiene un alto contenido energético. Un plato de judías blancas cocidas con aceite de oliva, una pechuga de pollo a la plancha, dos rebanadas de pan y una copa de vino tinto, aportan unas 450 kcal. Una hamburguesa, con patatas fritas y coca-cola, son 1.000, y su capacidad de saciar es menor.

Estudios de este investigador asocian la dieta mediterránea a la prevención de problemas cardiovasculares y a una mejora de la calidad de vida y percepción de la salud física y mental. "Dedicar tiempo a preparar la comida, compartir la mesa con la familia o amigos y hablar puede ser un factor desestresante", señala.

Beneficios que destacan también los partidarios del "tupper": comer en poco tiempo, platos caseros y en compañía, incluso intercambiando recetas, mientras que comer todos los días fuera puede notarse en el colesterol y el peso.

"Había cogido cuatro kilos en menos de un año", cuenta Elena C., periodista, mientras recoge los recipientes del almuerzo en el trabajo. "Se cocina de forma más ligera y haces la digestión de otra manera". El secreto está en guisar en abundancia y congelar por raciones. "El pescado puede hacerse en el microondas mientras desayunas en casa", apunta.

## TIEMPO Y DINERO

"Es un ahorro de tiempo y dinero", resume Víctor S., empleado de una empresa de servicios en un polígono industrial madrileño. "El 90% vivimos lejos del trabajo y acabas quedándote a comer en la zona, pero en el restaurante siempre es 'sota, caballo y rey', acabas harto. Y son diez euros al día", apostilla.

Así que tres días a la semana come en la oficina, donde se ha habilitado un "office" con microondas, frigoríficos, mesas y muebles de cocina para guardar los alimentos.

"Hay de todo -explica- desde el cola-cao o el poleo al aceite virgen o hierbas para aliñar. Las mujeres son más de grandes ensaladas". Los roces -agrega- "vienen por la limpieza del microondas, cuando ha salpicado la carne con tomate".

Entre las dos y las tres se percibe el olor a estofado. Antes había sitio, ahora se hacen turnos, mientras en los restaurantes del polígono encuentras mesa. "Entre los despidos y la fiambra estoy solo", argumenta el encargado de un local.

Los que más sufren la crisis "son los restaurantes de alto nivel, que vivían de su relación con las empresas y los gastos justificados", y "locales y bares en zonas castigadas por el paro y los polígonos industriales", indica el portavoz de la FEHR.

Así que "han bajado los precios un 0,9% en tasa interanual, significativo por la resistencia que había", añade.

Se reducen costes -explica-, se sustituyen unos alimentos por otros más económicos, la merluza por la pescadilla, la gamba fresca por el congelado, "pero sin renunciar a la calidad en términos nutricionales", y se busca mantener el cliente con propuestas sorprendentes, como "un menú por un euro" un día a la semana.

Y no solo las cadenas de comida rápida incrementan el negocio, en torno a las nuevas costumbres surgen cursos de cocina para llevar, libros y recipientes. Un modelo de maletín portaalimentos, popular entre los jóvenes, "ha sido el 'boom' del invierno", señala una dependienta de unos grandes almacenes. La empresa que lo comercializa aumentó sus ventas un 26% respecto a 2007.

(EFE)

<b>Tarjeta Buen Menú</b> La tarjeta líder de comida Ahorro, seguridad y comodidad 	<b>La Franquicia Rentable</b> Mercado no Saturado en Crecimiento El Negocio que Buscabas, Infórmate!
---	---

Esta noticia ha sido vista 107 veces - Enviada 0 veces.

Imprimir    Enviar    Guardar como PDF    Comentar

2045 de 2052 en Sociedad  
22/02/2009 11:57

Tu Comentario: