



CONSUMO DE CARNES FRESCAS

Mar del Plata

Diciembre de 2018



CONSUMO DE CARNES FRESCAS

Dirección: Dra. Amelia Ramírez

Investigadores: Lic. Mónica Pascual

Prof. Santiago Cueto

Lic. Mariana Gonzalez

Auxiliar: Lic. Gisele Morales Falcone

Trabajo realizado con la colaboración de Micaela Urbistondo, estudiante avanzada de la Lic. en Nutrición.

observatorio@ufasta.edu.ar

www.ufasta.edu.ar/observatorio

Introducción

La Argentina se ubica entre los principales productores y exportadores de carnes de la región¹. Además, las carnes frescas son uno de los alimentos ampliamente consumidos y culturalmente aceptados en la mayoría los hogares. Desde el punto de vista nutricional aportan proteínas de alto valor biológico, hierro hemínico, fósforo, vitamina B12, como también gran saciedad, brindando beneficios durante todas las etapas de la vida.

Considerando que la evolución de la alimentación está condicionada por cambios sociales, culturales, políticos y económicos, y teniendo en cuenta la situación actual del país en términos de aumento de los precios en detrimento del poder adquisitivo de la población, las variaciones y estrategias de ahorro en la compra de los alimentos pueden influir en la diversificación de la dieta y en el acceso a una alimentación saludable y equilibrada.

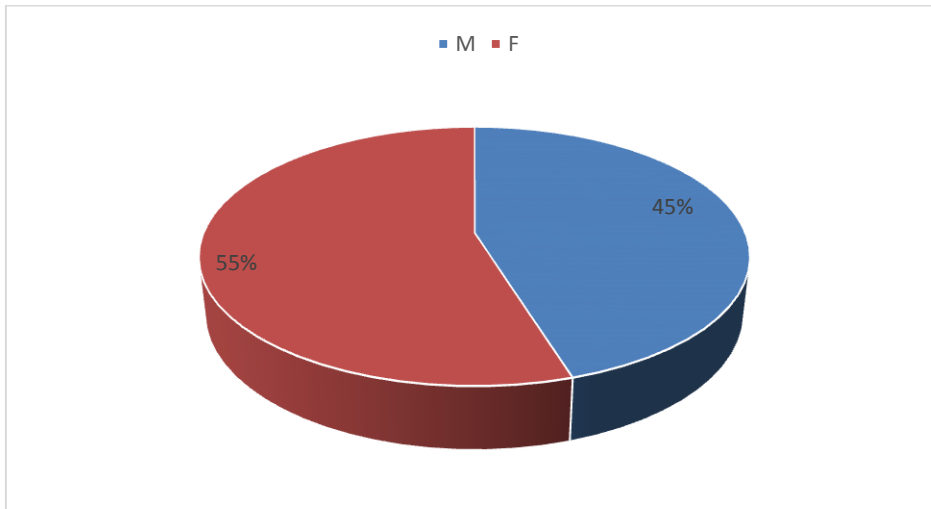
Es por esto que surge como objetivo principal de este estudio, caracterizar el consumo de carnes frescas en los habitantes de la ciudad de Mar del Plata indagando sobre modalidad de compra de carnes en general durante los últimos 3 meses. En especial el estudio caracteriza variables tales como tipo de carnes consumidas y frecuencia de consumo, preferencias de cortes, sustitución por otras carnes o alimentos, lugar de elección para la compra, aspectos al momento de comprar, beneficios y grado de acuerdo en distintas afirmaciones sobre las mismas.

Perfil de la muestra

Se trabajó en base a una muestra integrada por 500 personas con al menos 18 años cumplidos que consuman algún tipo de carne y que participen de la decisión de compra o de la adquisición de la misma. El trabajo de campo se realizó durante el mes de noviembre de 2018 en base a un muestreo por cuotas. Se tomó una encuesta semiestructurada con algunas preguntas abiertas en distintos puntos de la ciudad.

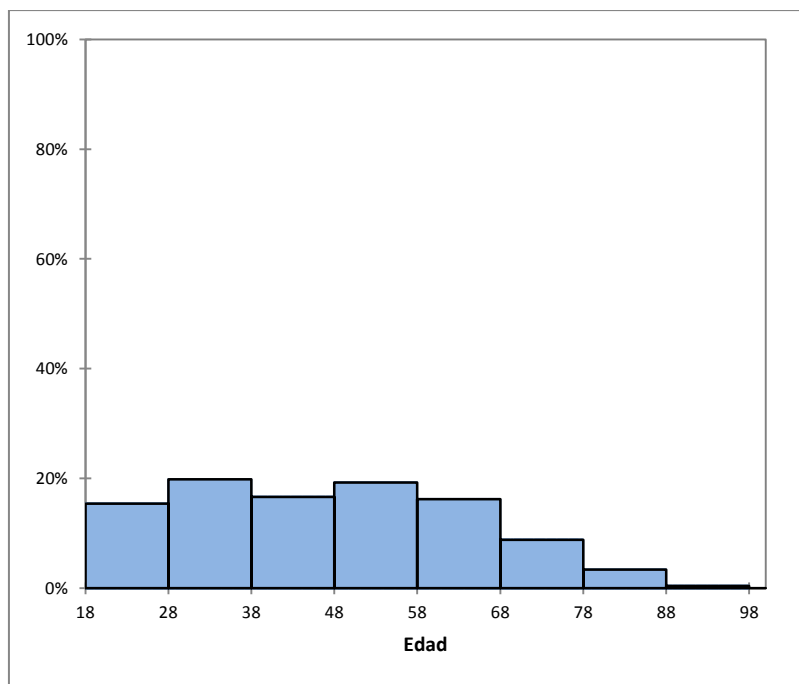
¹ Fuente: OCDE/FAO (2017), "OCDE-FAO Perspectivas Agrícolas", Estadísticas de la OCDE sobre agricultura (base de datos), <http://dx.doi.org/10.1787/agr-data-en>.

Sexo



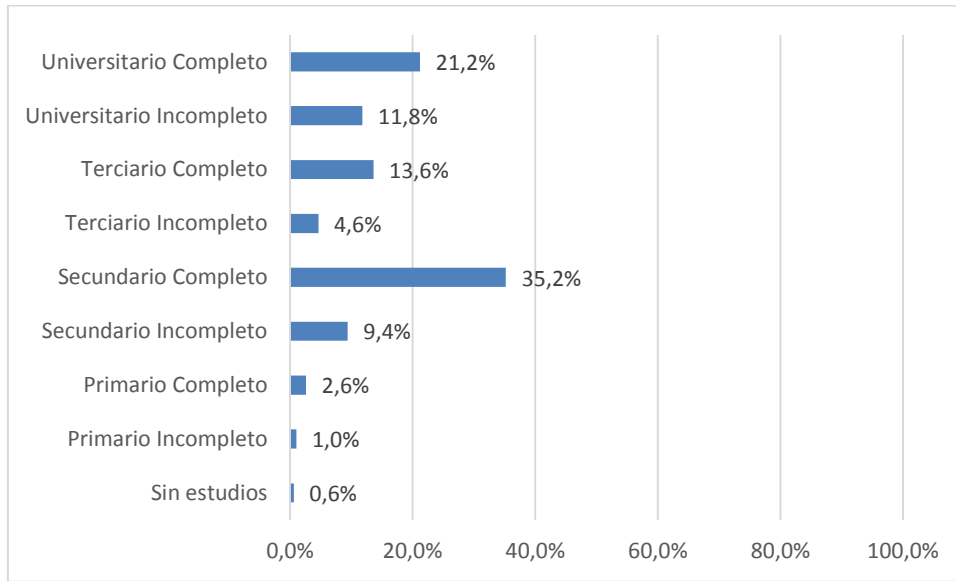
La distribución según sexo es equitativa, con leve predominio de las mujeres. En cuanto a la caracterización etaria, el promedio de es 46,4 años.

Edad

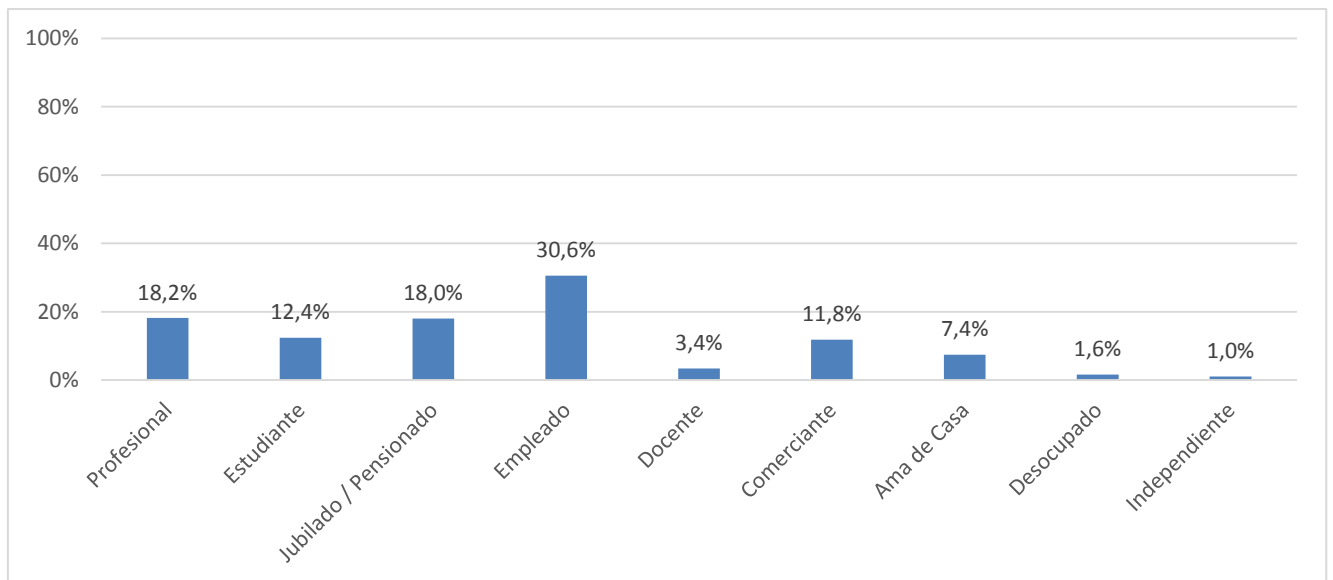


El 86,4% posee como mínimo el secundario completo, y el 50% ha realizado estudios terciarios y/o universitarios. En cuanto a la ocupación, son empleados, profesionales, jubilados o estudiantes.

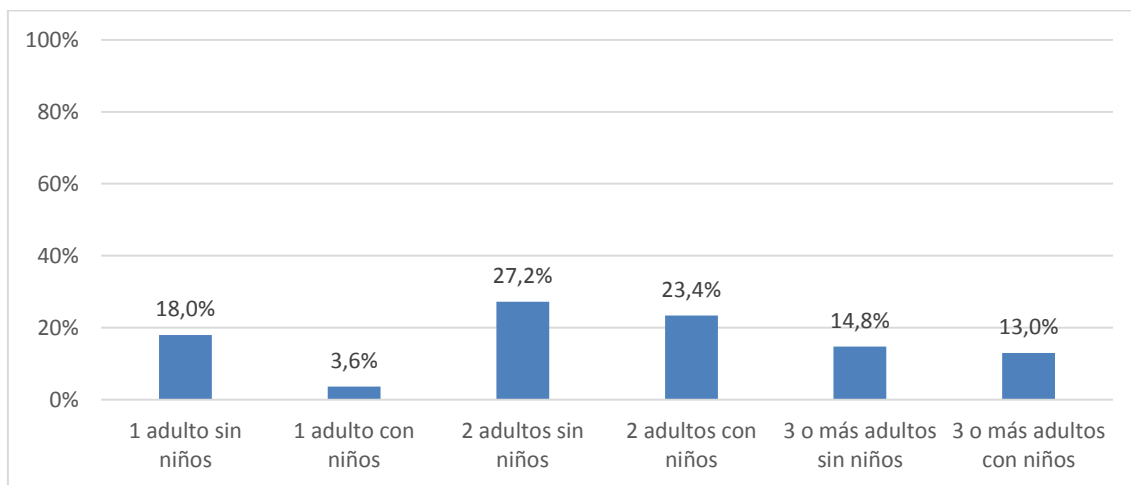
Nivel educativo



Ocupación

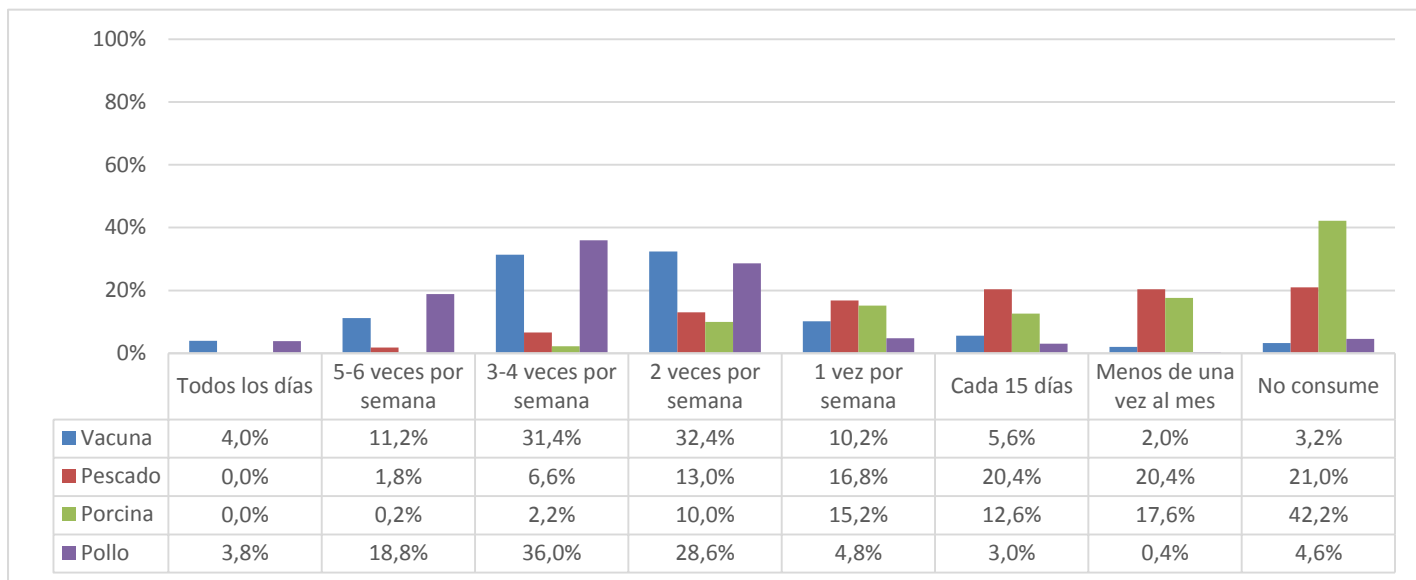


Cantidad de integrantes del grupo familiar



La composición familiar de los integrantes de la muestra consiste principalmente en familias de dos adultos sin hijos, y dos adultos con niños. El 60% en la muestra corresponde a familias sin niños y el 40% a familias con hijos.

Frecuencia de consumo de distintos tipos de carnes



Un elevado porcentaje de personas consumen carne vacuna en su dieta habitual; la mayoría de los encuestados lo hace por lo menos entre tres y cuatro veces por semana. Si se tiene en cuenta las recomendaciones nutricionales, que establecen consumir carne rojas

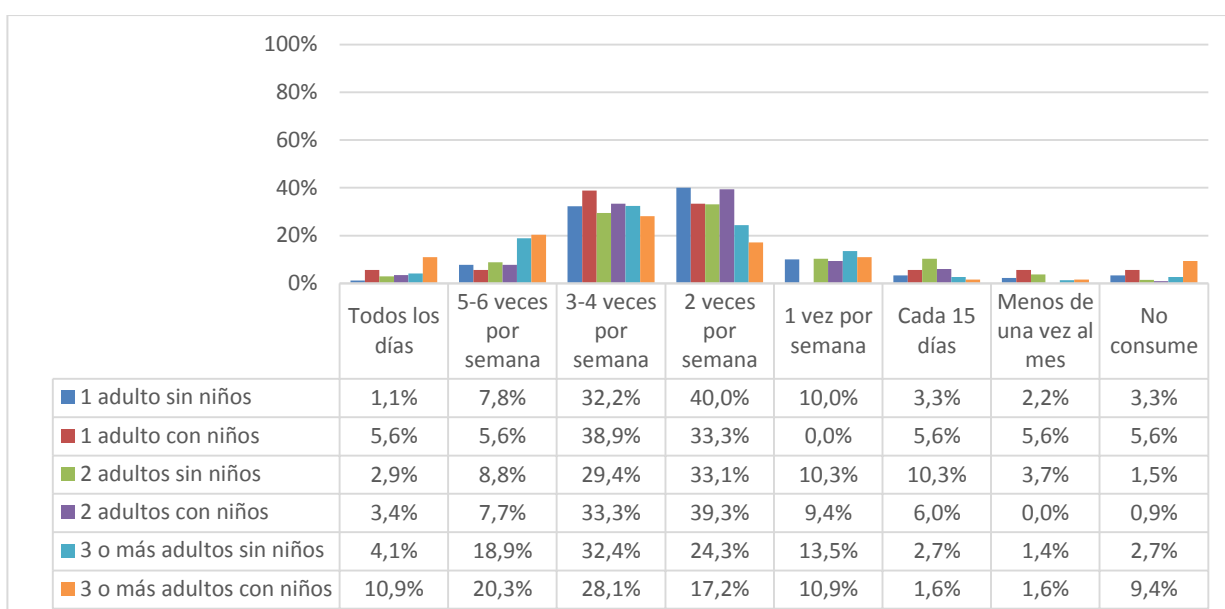
magras dos o tres veces por semana, el consumo de las mismas es elevado. Se evidencia un alto grado de aceptabilidad de esta variedad, ya que solo el 3,2% no lo consume.

La carne de pollo es la variedad que más se consume a nivel general, incluso siendo mayor a la vacuna, concentrando su consumo entre tres a cuatro veces por semana o más.

El consumo de pescado es muy bajo considerando las recomendaciones nutricionales, refiriendo consumirse frecuentemente cada 15 días o menos de una vez al mes. 2 de cada 10 encuestados refiere no consumir esta variedad de carne. Lo mismo sucede en el caso de la carne porcina; casi el 30% lo hace cada 15 días o menos, y 4 de cada 10 no lo consumen.

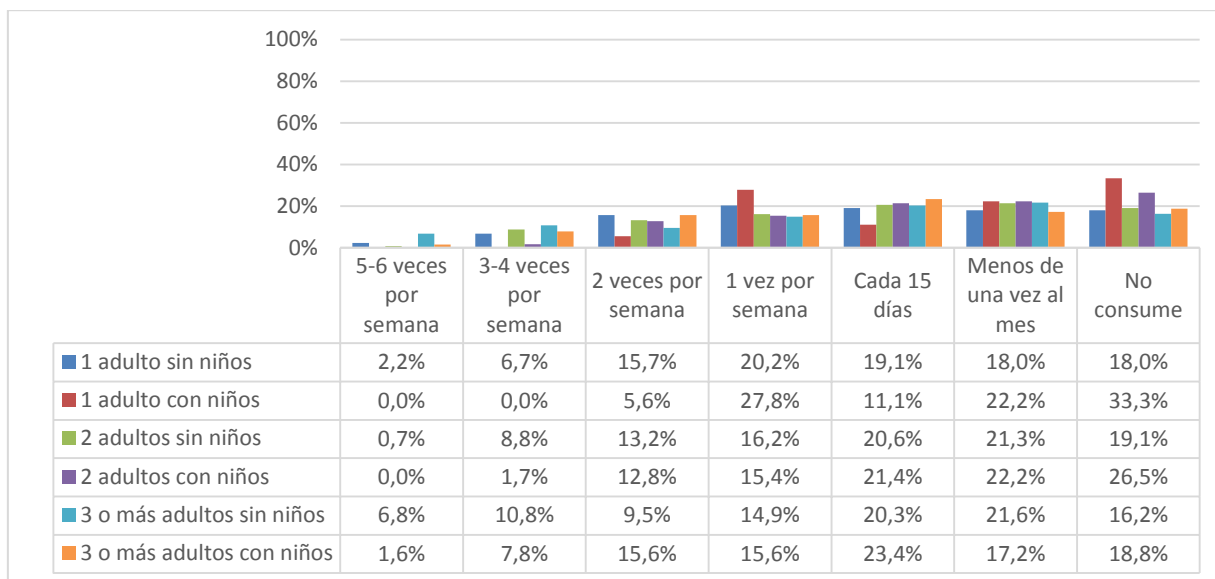
Frecuencia de consumo de cada tipo de carne en relación a la composición del grupo familiar

a. Carne vacuna por grupo familiar



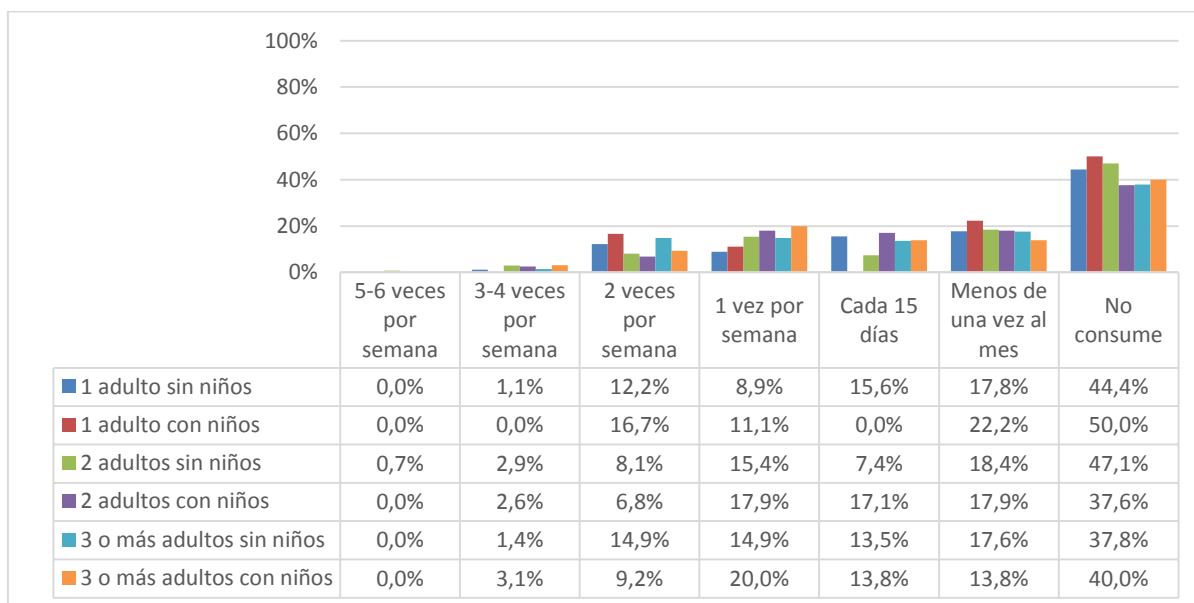
Si se desagrega la frecuencia de consumo de carne vacuna en función de la conformación familiar, se advierte que no varía, sino que predominan en las distintas composiciones familiares el consumo de 2 a 4 veces semanales.

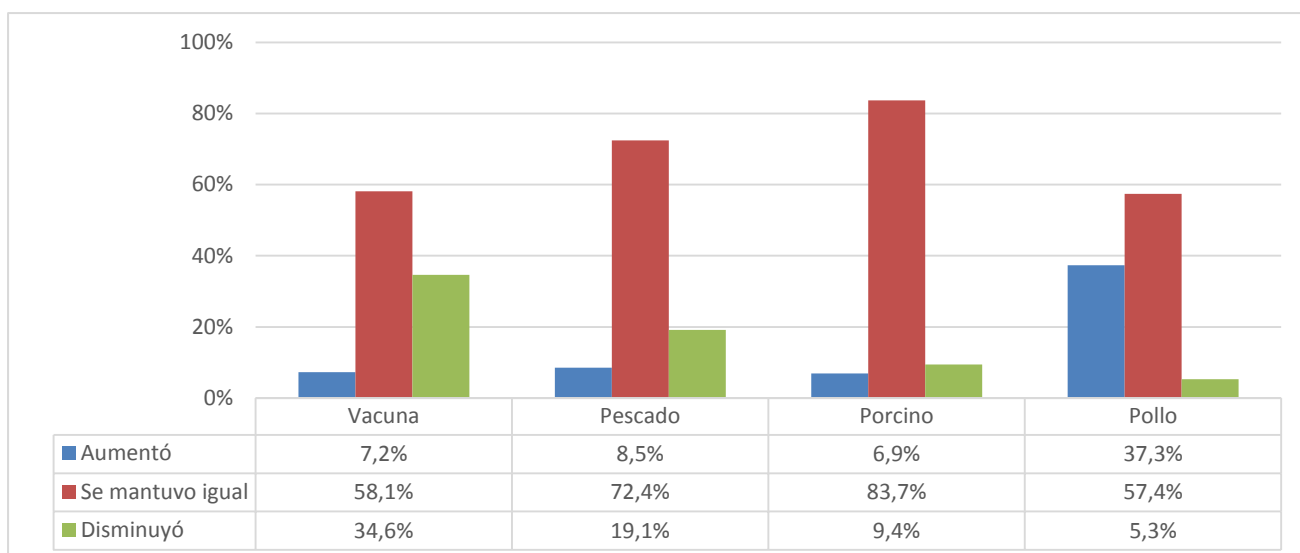
b. Carne de pescado por grupo familiar



Las familias con niños son las que menos consumen pescado. Esto es de relevancia, considerando los nutrientes que tiene este tipo de carne y su impacto en la salud. Entre los que lo consumen, la mayor proporción de encuestados lo hacen cada 15 días o al menos una vez por mes, ya sean familias con o sin niños.

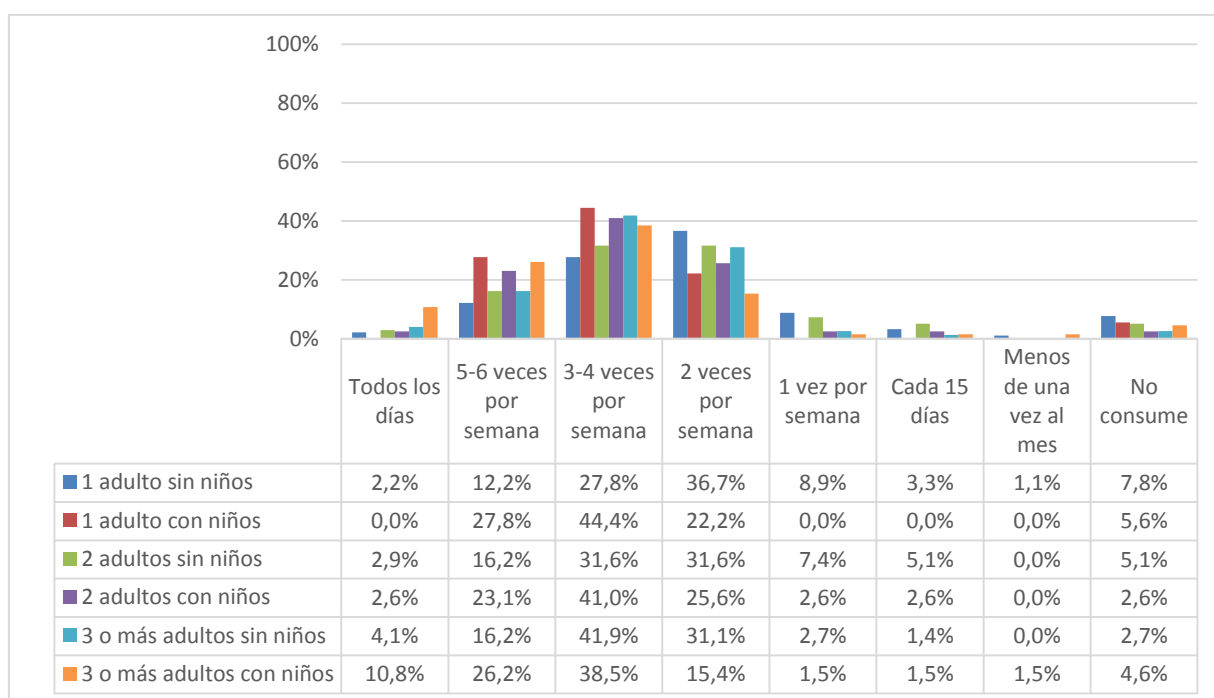
c. Carne de cerdo por grupo familiar





Como se mencionó previamente, es alto el porcentaje de familias que no consumen carne de cerdo. Entre quienes sí lo hacen, se observa un consumo un poco más frecuente a medida que aumenta la composición del grupo familiar.

d. Carne de pollo por grupo familiar

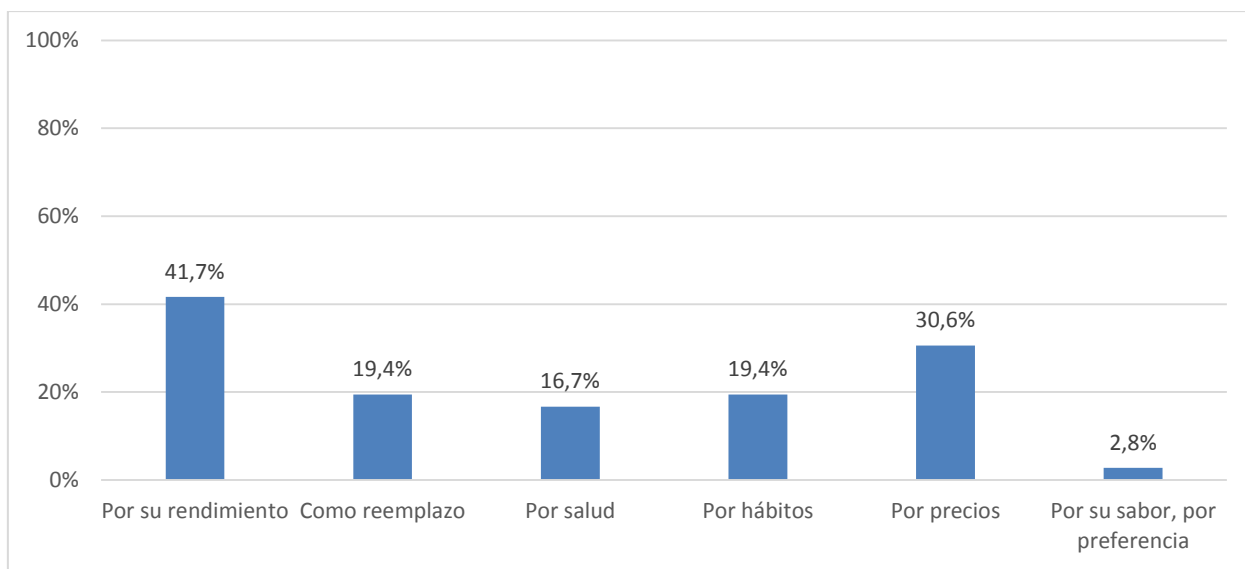


En el caso del pollo, en los grupos familiares más numerosos se observa mayor frecuencia de consumo.

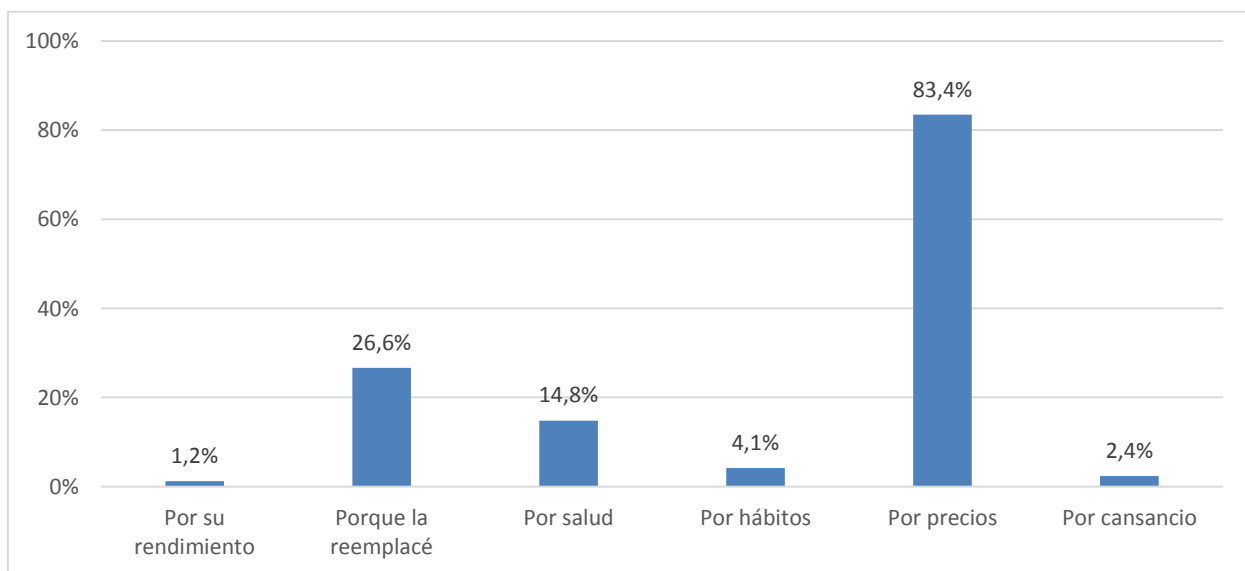
Variación del consumo de carnes frescas en los últimos 3 meses

Al momento de indagar sobre la actitud frente al consumo de carnes frescas en los últimos 3 meses, se puede observar una notoria caída del consumo de carne vacuna disminuyendo un 34,6%, acompañado de un decrecimiento del consumo de pescado. En contraposición a esta tendencia, el consumo de carne aviar presenta un alto predominio en el incremento del mismo expresado por el 37,7% de los encuestados.

Motivos para el aumento de consumo de carne vacuna (n = 36)

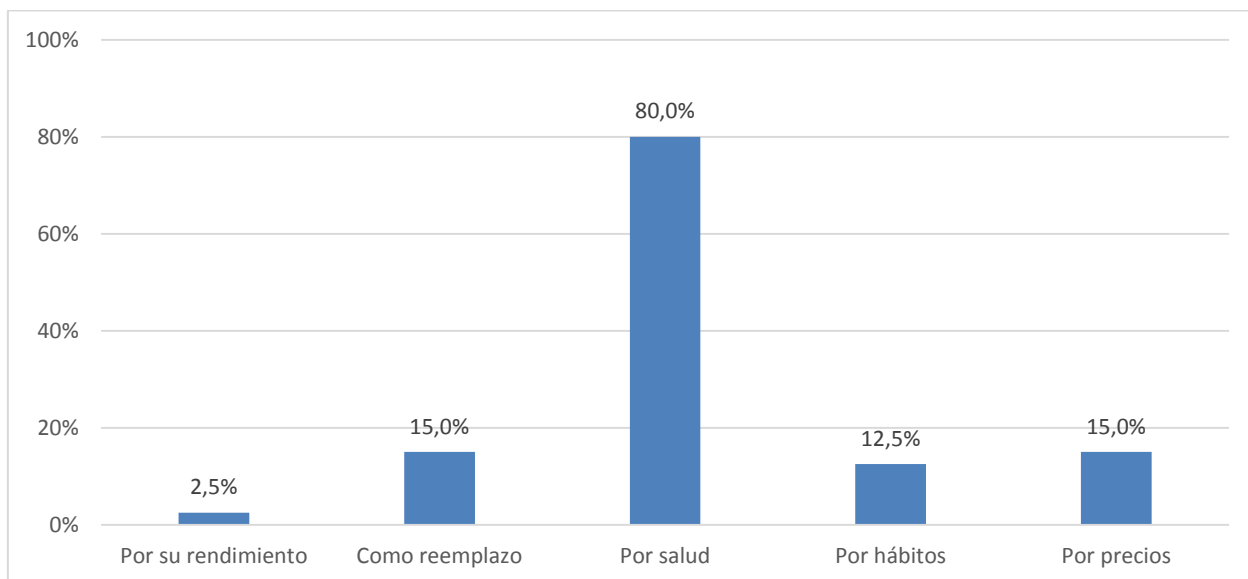


Motivos para la disminución del consumo de carne vacuna (n = 169)

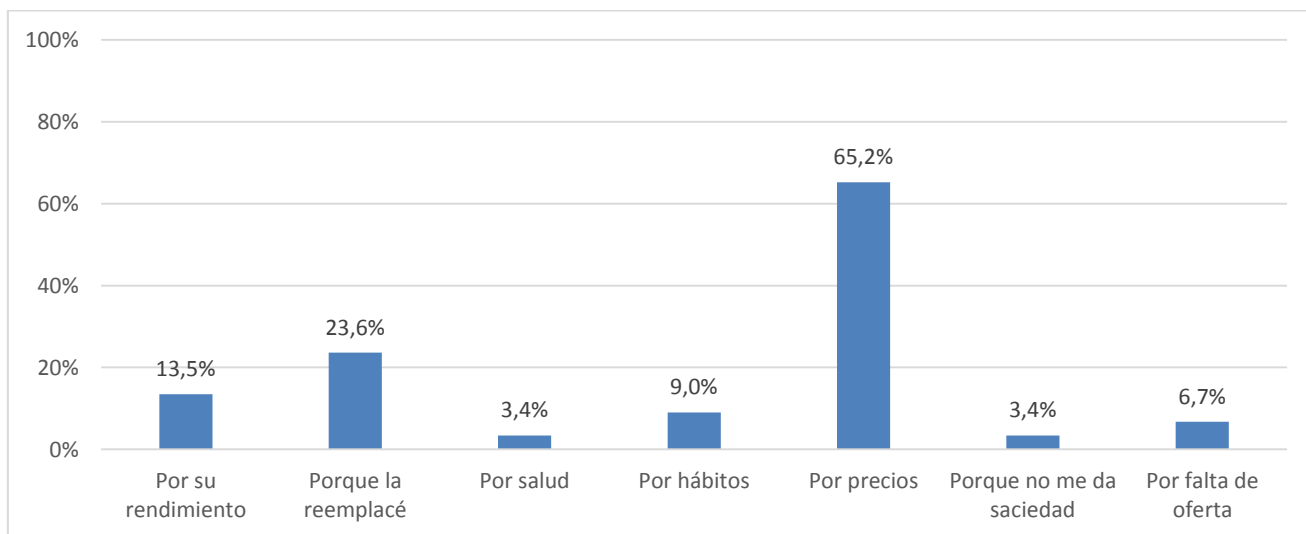


La disminución del consumo de carne vacuna tiene como principal motivo su precio, mientras que la ínfima alza en su consumo refiere ser en respuesta al rendimiento que brinda la misma frente a otros cortes.

Motivos para el aumento del consumo de carne de pescado (n = 40)

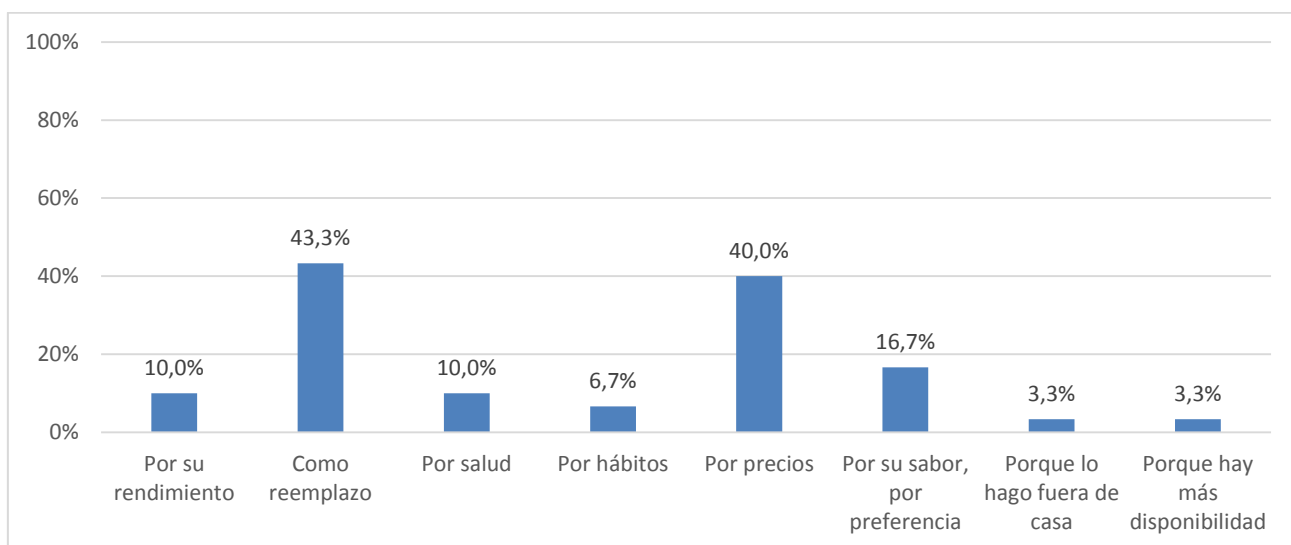


Motivos para la disminución del consumo de carne de pescado (n = 89)

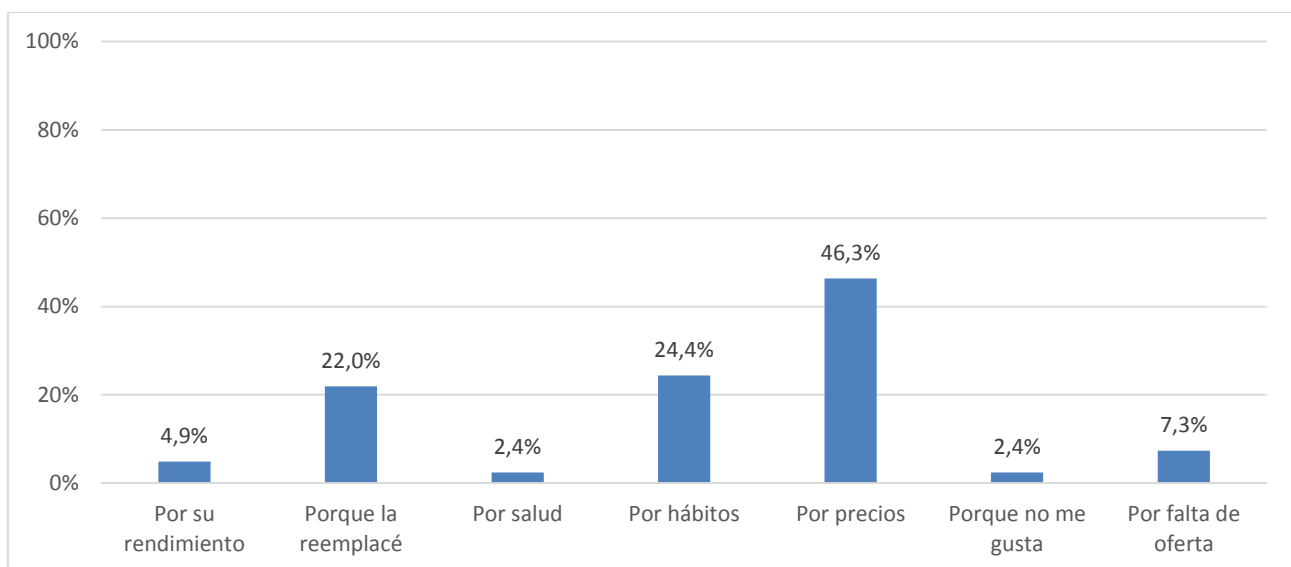


Al evaluar la ingesta de la carne de pescado, se menciona como fundamental motivo para el incremento de su consumo (80%) el beneficio que otorga para la salud. La disminución del consumo (65,2%) obedece al precio. En este punto es relevante considerar que en el caso de algunos tipos de pescado hay además un menor aprovechamiento, al considerar las pérdidas y desechos en cuanto a la limpieza y eviscerado.

Motivos para el aumento del consumo de carne de cerdo (n = 30)

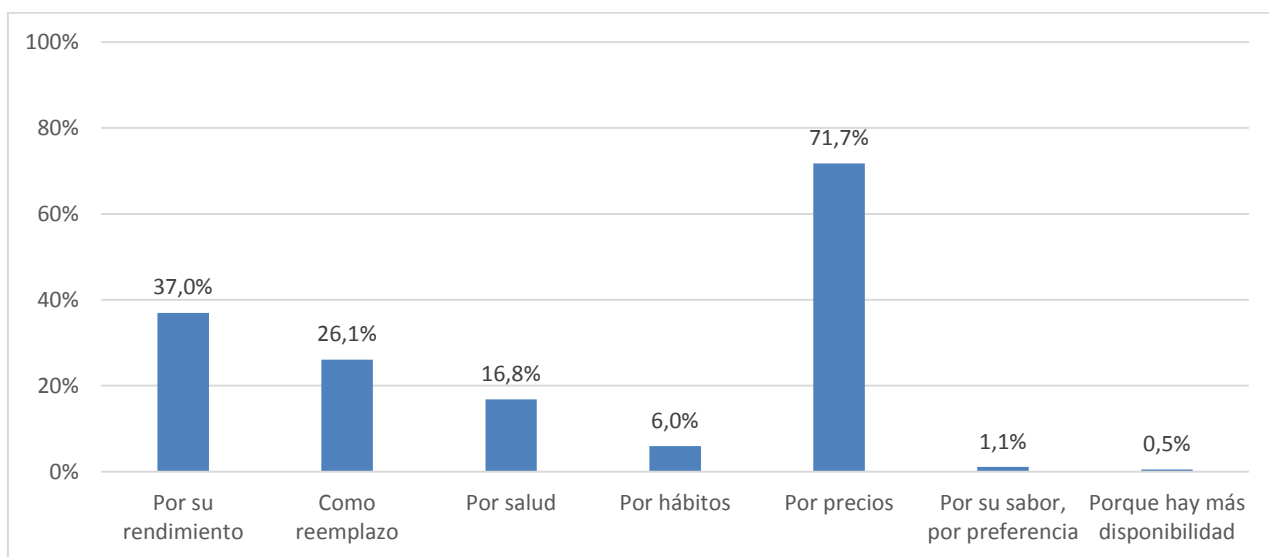


Motivos para la disminución del consumo de carne de cerdo (n = 41)

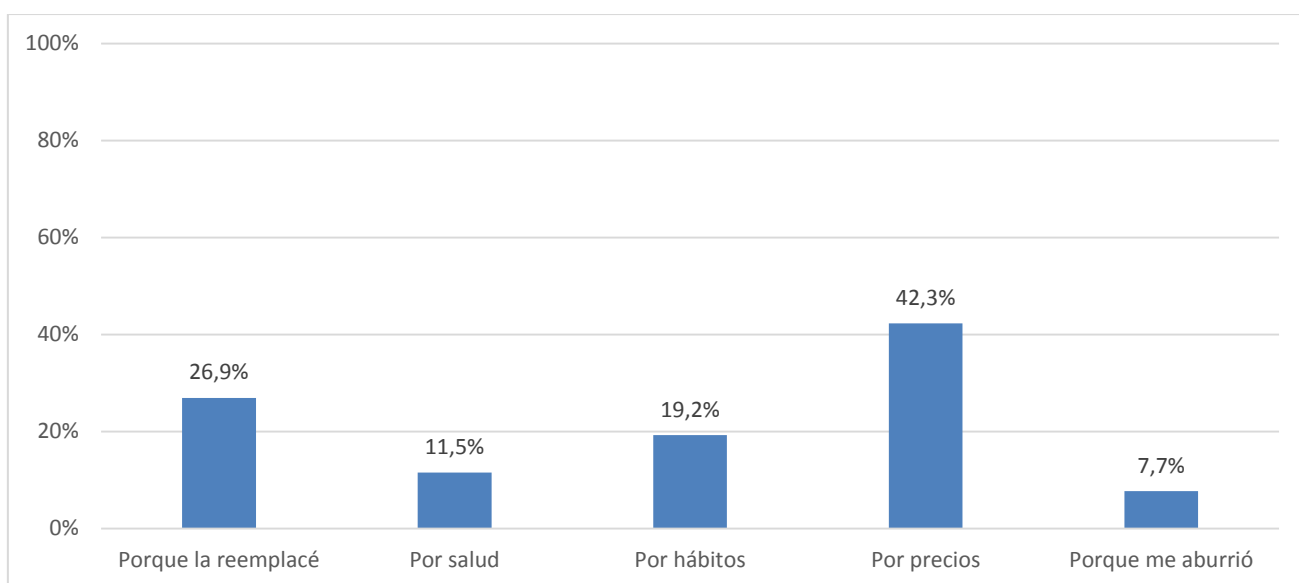


Aunque son pocas las personas que variaron su consumo de carne de cerdo, el aumento se debe al reemplazo de otro tipo de carne, y a su valor. Este último fue nombrado de igual manera como factor para la disminución del consumo de este tipo de carne.

Motivos para el aumento del consumo de carne de pollo (n = 184)



Motivos para la disminución del consumo de carne de pollo (n = 26)



El 71,7% manifestó que aumentó su consumo por su bajo precio, y un porcentaje inferior pero vinculado a esto se señaló el rendimiento y que es reemplazo de otro tipo de carne. Muy pocos encuestados (n=26) disminuyeron su consumo, mencionando también el precio.

Tipos de cortes de cada tipo de carne que consume con mayor frecuencia

Carne Vacuna (n = 484)

| | 1ro | 2do | 3ro |
|--------------------------------|-------|-------|-------|
| Cuadril | 5,8% | 5,2% | 4,5% |
| Bola de Lomo | 12,4% | 10,7% | 6,0% |
| Nalga | 12,8% | 7,9% | 2,9% |
| Bife de chorizo | 3,7% | 5,4% | 2,1% |
| Vacío | 2,7% | 6,8% | 6,0% |
| Asado² | 6,6% | 8,0% | 12,2% |
| Cuadrada | 6,4% | 5,0% | 3,3% |
| Carne picada común | 11,0% | 8,1% | 6,8% |
| Paleta | 10,5% | 6,6% | 2,5% |
| Peceto | 5,0% | 6,0% | 2,5% |
| Roast Beef | 5,4% | 4,3% | 1,4% |
| Milanesas ya preparadas | 2,5% | 2,7% | 1,4% |
| Picada especial | 3,5% | 2,9% | 4,1% |
| Lomo | 1,9% | 2,9% | 2,7% |
| Bifes³ | 6,7% | 4,7% | 5,1% |

En primer lugar, los encuestados manifiestan elegir tanto la nalga como la bola de lomo, cortes que suelen utilizarse en diversas preparaciones, entre ellas milanesas, que es una comida muy típica de los argentinos. En segundo lugar el corte más mencionado es la carne picada y como tercera opción señalan el asado. En esta elección se puede hacer una lectura asociada a los precios y al rendimiento, ya que están priorizando cortes más económicos y rendidores.

En estudios realizados por el Observatorio de la Ciudad en los años 2010 y 2014, el asado y el vacío eran los cortes más elegidos. En la investigación actual, estos cortes han cedido posiciones en la elección de los consumidores, por los motivos que ya han sido señalados.

² Se agruparon bajo la categoría "Asado" a los siguientes términos: Asado, Tira de asado y Tapa de asado.

³ Se agruparon bajo la categoría "Bifes" a los siguientes términos: Bifes, Ojo de bife, Bife Ancho, Bife Angosto, Bife Americano, Bife de costilla, Churrasco, Churrasco con hueso.

Carne Porcina (n = 285)

| | 1ro | 2do | 3ro |
|----------------------------|-------|-------|------|
| Bife | 9,5% | 3,9% | 1,4% |
| Matambre | 3,2% | 4,6% | 2,8% |
| Carré de cerdo | 7,0% | 4,2% | 1,4% |
| Pechito | 6,7% | 8,1% | 2,5% |
| Pernil | 1,8% | 1,8% | 1,4% |
| Lomo | 2,1% | 5,3% | 2,1% |
| Bondiola | 15,1% | 10,2% | 4,2% |
| Churrasco | 2,8% | 1,8% | 1,8% |
| Costilla | 11,2% | 5,6% | 2,5% |
| Paleta | 6,3% | 6,3% | 1,8% |
| Chuleta⁴ | 21,1% | 4,3% | 1,8% |

Bondiola, costilla y chuleta son los cortes más consumidos de carne porcina.

Carne de Pollo (n = 476)

| | 1ro | 2do | 3ro |
|---------------------------|-------|-------|------|
| Milanesas/Supremas | 6,3% | 5,3% | 1,5% |
| Entero | 23,1% | 8,0% | 6,1% |
| Pata/Muslo | 27,7% | 32,4% | 6,7% |
| Pechuga | 38,0% | 24,2% | 8,6% |
| Alas | 3,8% | 9,0% | 7,4% |

Según lo observado las categorías que más se repiten según su frecuencia de consumo son: en primer lugar pechuga, en segundo lugar pata-muslo, y por último se hizo referencia al pollo entero. Si tenemos en cuenta el valor monetario de las mismas, la pechuga posee un precio más elevado respecto del resto, pero no posee desperdicios como el pollo entero. Además, a nivel nutricional la pechuga es la parte más saludable y con menos contenido graso.

⁴ Se agrupa además bajo la categoría el término costeleta.

Tipos/variedades de pescado que consume con mayor frecuencia

| | 1ro | 2do | 3ro |
|------------------------------------------|-------|-------|------|
| Merluza (Filete)⁵ | 69,4% | 17,7% | 4,1% |
| Corvina | 0,5% | 2,8% | 0,5% |
| Pejerrey | 1,5% | 3,3% | 2,5% |
| Atún⁶ | 14% | 14,9% | 4,6% |
| Mariscos y crustáceos⁷ | 1,8% | 6,1% | 6,2% |
| Caballa | 0,5% | 2,8% | 2,0% |
| Salmón⁸ | 2,1% | 3,5% | 1,8% |
| Pescadilla | 1,0% | 1,0% | 0,8% |
| Rabas | 0,5% | 2,8% | 3,8% |
| Lenguado | 3,0% | 7,3% | 1,8% |
| Gallo | 1,0% | 1,0% | 0,0% |
| Elaborados de pescado | 1% | 1,8% | 0,6% |

El pescado se consume en primer lugar y con mayor frecuencia en forma de filete de merluza, y en segundo lugar atún (al natural o en lata). En tercer lugar los mariscos refirieron un muy bajo consumo. Con esto se advierte que no sólo se produce un bajo consumo de pescado, sino además hay una pobre diversificación del mismo.

Lugar que elige frecuentemente para la compra de carnes

| Lugares de compra | Vacuna | Pescado | Porcina | Pollo |
|---------------------------------------|--------|---------|---------|-------|
| Súper / hipermercado | 24,8% | 9,0% | 10,2% | 26,2% |
| Carnicería | 88,0% | 1,2% | 31,8% | 37,8% |
| Pescadería | 0,0% | 67,8% | 0,4% | 1,2% |
| Granja | 0,6% | 0,2% | 14,4% | 62,6% |
| Almacén / Autoservicio | 1,6% | 1,2% | 1,2% | 5,0% |
| Se lo llevan / venta ambulante | 0,2% | 0,8% | 0,4% | 0,0% |
| Feria comunitaria | 0,2% | 0,0% | 0,0% | 0,0% |
| Otro | 0,4% | 5,2% | 5,6% | 0,6% |
| No compro | 2,6% | 20,8% | 40,8% | 4,2% |

En lo que respecta al lugar de elección predilecto para la compra de carnes, es elevado el peso que poseen las carnicerías (88%) en la adquisición de carne vacuna, la pescadería (67,8%) para los pescados y mariscos, y la granja (62,6%) en carne aviar. Sin embargo, si bien en la actualidad en distintos puntos de la ciudad existen carnicerías especializadas y con venta netamente de cerdo, la distribución para este tipo de carne es menos evidente, siendo en

⁵Incluye los términos: “merluza filete”, “milanesa” y “filete rebozado”.

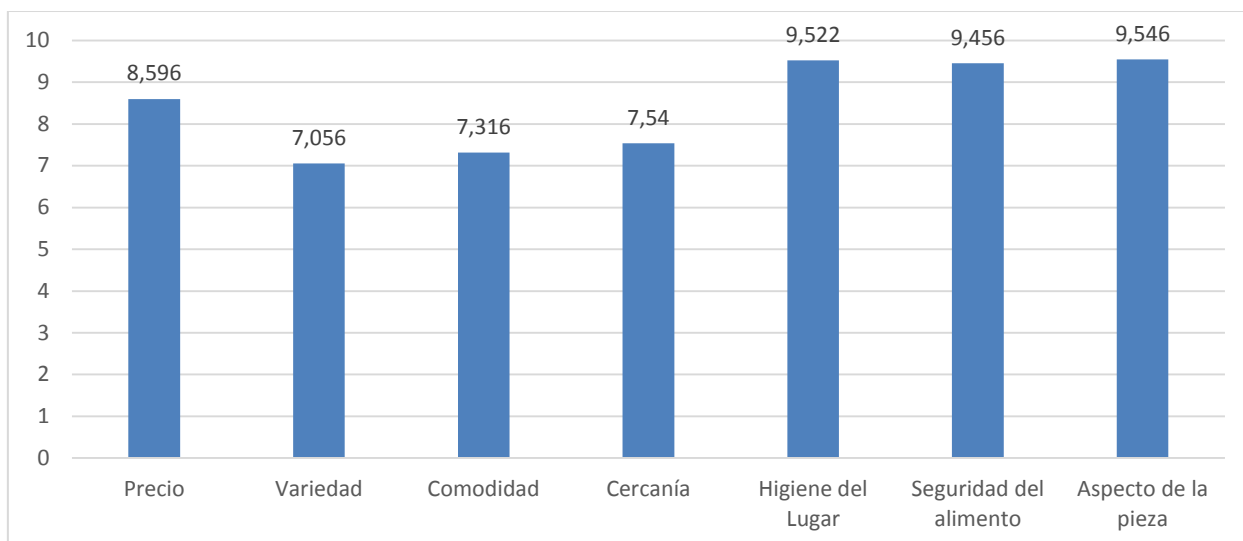
⁶Incluye además la versión de atún al natural y en lata.

⁷Incluye los crustáceos (camarones, langostinos), moluscos (calamar, mejillones y pulpo).

⁸Incluye su variedad salmón rosado.

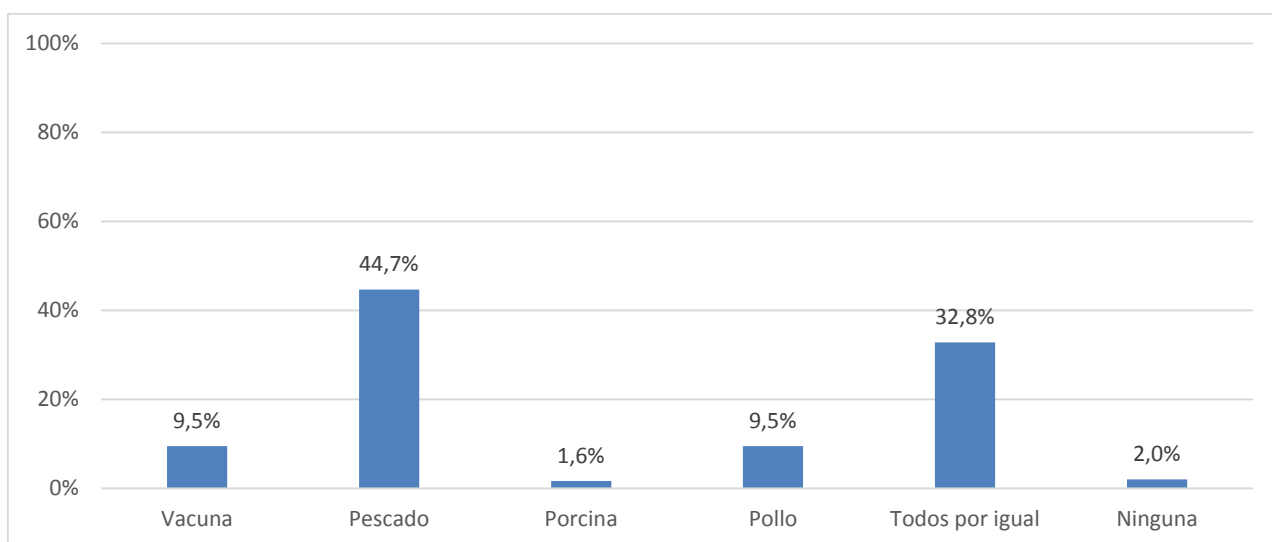
primer lugar levemente superior en carnicerías y luego en granjas. Cabe destacarse que los participantes podían seleccionar más de una opción.

Valoración de cada uno de los siguientes aspectos al momento de comprar



Al momento de comprar, los encuestados asignan un alto grado de importancia a tres cuestiones: aspecto de la pieza, higiene del lugar y seguridad del alimento. Asimismo, una cantidad importante de encuestados considera importante el precio del alimento.

Tipo de carne más beneficiosa para la salud



Al indagar a los encuestados sobre la variedad de carne que consideran más saludable, se menciona en primer lugar al pescado. 3 de cada 10 encuestados consideran que todas las carnes brindan beneficios para la salud.

Grado de acuerdo con una serie de afirmaciones

| | Totalmente en desacuerdo | En desacuerdo | Ni de acuerdo ni en desacuerdo | De acuerdo | Totalmente de acuerdo |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|---------------|--------------------------------|------------|-----------------------|
| a. La calidad de grasa del pollo y del pescado son igual de sanas por ser consideradas carnes blancas. | 17% | 36% | 13% | 26% | 7% |
| b. Los pescados contienen ácidos grasos beneficiosos, y su aporte es bajo en colesterol. | 2% | 5% | 11% | 55% | 27% |
| c. Si el pescado que consumimos es congelado pierde todas sus propiedades. | 11% | 34% | 26% | 23% | 5% |
| d. Las proteínas en la carne de pescado son de menor calidad con respecto a la carne vacuna. | 12% | 44% | 18% | 23% | 3% |
| e. La grasa en la carne del cerdo es más saludable que la de la carne vacuna. | 10% | 35% | 20% | 29% | 6% |
| f. La absorción del hierro en las carnes es más difícil que en las legumbres. | 4% | 31% | 36% | 27% | 3% |
| g. El valor proteico de la carne vacuna es equivalente al aportado por las lentejas. | 4% | 34% | 30% | 29% | 2% |
| h. Comer asado se asocia a compartir con familia y amigos. | 0% | 2% | 1% | 43% | 53% |
| i. Para una familia, consumir pescado rinde menos que consumir carne vacuna. | 1% | 11% | 7% | 46% | 34% |
| j. Comemos carne vacuna porque es la más sabrosa. | 2% | 20% | 4% | 45% | 29% |
| k. La carne vacuna da más saciedad que otras carnes. | 2% | 17% | 3% | 46% | 32% |

A continuación se presenta la percepción y grado de acuerdo de los consumidores frente a diferentes afirmaciones:

a. Más de la mitad de los encuestados está en desacuerdo con que “La calidad de grasa del pollo y del pescado son igual de sanas por ser consideradas carnes blancas”. La grasa del pollo se aloja principalmente en la piel y contiene ácidos grasos saturados y colesterol, siendo poco recomendable su consumo. En líneas generales la composición lipídica de los pescados aporta

ácidos grasos poliinsaturados Omega 3, -considerado ácido graso esencial para el organismo-, ácido docosahexaenoico (DHA) y ácido eicosapentaenoico (EPA), relacionados actualmente con la disminución de los factores de riesgo en enfermedades cardiovasculares.

b. El 82% de los encuestados comparte que “Los pescados contienen ácidos grasos beneficiosos, y su aporte es bajo en colesterol”. Entre sus propiedades, podemos destacar que todas las especies de pescados son una fuente rica en grasas saludables, las cuales varían según la especie. Al igual que el resto de los alimentos de origen animal, la carne de los pescados y mariscos también poseen colesterol aunque en menor cantidad en comparación a otros tipos de carne. Sin embargo, algunas variedades aportan ácidos grasos monoinsaturados que colaboran a aumentar el colesterol “bueno” (HDL) y reducir los niveles de colesterol “LDL o malo” en sangre, mientras que otros en su composición predominan de ácidos grasos polinsaturados como Omega 3 considerados cardioprotectores.

c. Al consultar sobre la idea que “si el pescado que consumimos es congelado pierde todas sus propiedades el grado de acuerdo es bajo, denotando un correcto conocimiento acerca de la conservación del pescado. La explicación de esta condición es que si bien el descongelado produce modificaciones físico-químicas y pérdidas sensibles de algunas vitaminas, el resto de los nutrientes se conservan siempre y cuando se respete la cadena de frío, desde el momento de la captura, el transporte y en el hogar realizando un correcto descongelamiento.

d. Al indagar sobre “Las proteínas en la carne de pescado son de menor calidad con respecto a la carne vacuna” el 56% no comparte esta afirmación. Sin embargo, la calidad de las proteínas en ambos tipos de carne es similar. Si se compara el tipo de proteínas presentes en los pescados respecto a la carne vacuna, los pescados poseen menor cantidad de colágeno lo que conlleva a que la carne sea más tierna y fácil de digerir, por lo tanto el tiempo de permanencia en el estómago es más corto. A pesar de que la estructura de la carne sea diferente esta no interfiere en la calidad, ya que ambas variedades poseen proteínas completas de alto valor biológico con todos los aminoácidos necesarios para el cuerpo humano.

e. El 45% está en desacuerdo con que “La grasa en la carne del cerdo es más saludable que la de la carne vacuna”. Esta afirmación, no obstante, es correcta, debido a que no solo la carne de cerdo aporta menos cantidad de grasas, sino también que el perfil lipídico es de mejor calidad aportando mayor cantidad de grasas insaturadas y menor cantidad de colesterol y grasas trans.

f. y g. Al momento de consultar acerca de los nutrientes que contiene la carne de vaca respecto de las legumbres un alto porcentaje (36%) no posee opinión al respecto cuando se pregunta si “La absorción del hierro en las carnes es más difícil que en las legumbres” y una amplia proporción no comparte esto. Sin embargo, la absorción del hierro en las carnes no es más

difícil que en las legumbres. Del mismo modo para “El valor proteico de la carne vacuna es equivalente al aportado por las lentejas”, la mayoría de los encuestados no poseen una opinión definida al respecto o desconocen este tema, y en segundo lugar la mayoría no cree que las proteínas animales y vegetales en este caso las legumbres brinden la misma calidad y equivalencia de proteínas. El valor proteico de la carne vacuna es diferente al de las legumbres, siendo más completo y de mejor calidad en la caso de la carne vacuna.

h. Prácticamente el total de los encuestados menciona que “Comer asado se asocia a compartir con familia y amigos”. Esta afirmación denota el valor social y el simbolismo que posee esta práctica para los argentinos, favoreciendo el encuentro con los seres queridos. Esta representación se mantiene al comparar con estudios anteriores realizados por el Observatorio de la ciudad.

i, j, k. Por último y complementariamente, las afirmaciones sobre la percepción de aspectos relacionados con el consumo de carnes, tuvieron resultados similares. La amplia mayoría de los encuestados cree que: “Para una familia, consumir pescado rinde menos que consumir carne vacuna”, que además “Comemos carne vacuna porque es la más sabrosa”, y por último que “La carne vacuna da más saciedad que otras carnes”.

Conclusiones

- La frecuencia de consumo de carne vacuna en los últimos 3 meses se modificó fundamentalmente a expensas del incremento de precio.
- Casi la mitad de los encuestados refiere consumir carnes rojas por lo menos tres o cuatro veces a la semana. Si se tiene en cuenta las recomendaciones nutricionales, que establecen consumir carne rojas magras dos o tres veces por semana, el consumo de las mismas se mantiene elevado.
- Para el consumo de pescado se evidencia que la amplia mayoría consume cada 15 días o menos de una vez al mes, ingesta muy menor a la recomendada y con una pobre diversificación de variedades de los mismos basando principalmente su consumo en filete de merluza y atún.
- El precio es un factor determinante respecto del tipo y variedad de carne. Sin embargo, dimensiones como el aspecto de la carne, la higiene y seguridad de lugar de compra, constituyen también factores de relevancia a la hora de la compra.
- Los encuestados tuvieron una actitud conservadora al momento de seleccionar como lugar predilecto de compra: las carnicerías para la adquisición de carne vacuna, pescaderías para pescados, y las granjas, para la compra minorista de carne aviar, asegurando mayor oferta de cortes y variedad de precios.
- En cuanto a los cortes nombrados según, los tipos/variedades de pescado que consume con mayor frecuencia fueron: en primer lugar filete de merluza, luego atún en todas sus variedades, y por último y en proporción mucho menor los mariscos y crustáceos.
- En primer lugar, los encuestados manifiestan elegir tanto la nalga como la bola de lomo, cortes que suelen utilizarse en diversas preparaciones, entre ellas milanesas, que es una comida muy típica de los argentinos. En segundo lugar el corte más mencionado es la carne picada y como tercera opción señalan el asado. En esta elección se puede hacer una lectura asociada a los precios y al rendimiento, ya que están priorizando cortes más económicos y rendidores.

- Como resultado al momento de indagar sobre el tipo carne que considera más beneficiosa para la salud, se obtuvo un alto predominio en la elección del pescado, cuyas propiedades son popularmente difundidas respecto al resto de las carnes. No obstante esto, el consumo de pescado es bajo.
- Se mantiene la representación social del consumo de asado vinculada a compartir con familia y amigos.