

¿Conoces las opciones de alimentación sostenible y saludable?

Informe sobre la encuesta realizada en la acción de voluntariado juvenil en la ETIDI-UPM

Marzo, 2023

En Madrid, cada plato es un paisaje

C/ Artistas 26, local 2. 28020 Madrid

platoypaisaje@vidasostenible.org

www.platoypaisaje.org

+34 637 816 260

Resumen

En el marco de la acción de voluntariado ¡Por otra alimentación, jóvenes en acción!, dentro del proyecto [En Madrid, cada plato es un paisaje](#), un grupo de catorce estudiantes de la [Escuela Técnica Superior de Ingeniería y Diseño Industrial de la Universidad Politécnica de Madrid](#) (ETSIDI-UPM) ha realizado, en el curso académico 2022-2023, una encuesta sobre hábitos de alimentación durante una acción de concienciación juvenil en la que participaron 200 personas.

Introducción

Entre los meses de marzo y abril de 2023, un grupo de catorce alumnas y alumnos de la asignatura de Medio Ambiente de la ETSIDI-UPM han realizado un voluntariado ambiental de 10 horas en la [Fundación Vida Sostenible](#). La acción de voluntariado se llevó a cabo dentro de la iniciativa [¡Por otra alimentación, jóvenes en acción!](#)

Mediante un proceso de Aprendizaje Servicio, las voluntarias y voluntarios recibieron un taller formativo acerca del proyecto "En Madrid, cada plato es un paisaje" y las ideas clave sobre alimentación sostenible y consumo responsable, para a continuación diseñar una acción de concienciación juvenil dirigida al resto de compañeras y compañeros de su Escuela. La intervención se llevó a efecto en el vestíbulo de la ETSIDI el 30 de marzo de 2023 y fue un éxito de participación. Entre las actividades de esta [jornada de información y sensibilización](#), se realizó la encuesta "¿Conoces las opciones de alimentación sostenible y saludable?" a las personas que pasaron por el stand, principalmente estudiantes de la ETSIDI-UPM.

Objetivo y metodología

La encuesta "¿Conoces las opciones de alimentación sostenible y saludable?", creada por el grupo de voluntarios guiados y acompañados por una persona del equipo de FVS, se ha llevado a cabo con el objetivo de conocer qué sabe la juventud acerca del actual modelo de alimentación y las opciones para consumir alimentos locales, de temporada y con técnicas y manejos ecológicos o agroecológicos en la Comunidad de Madrid, así como algunos de sus hábitos cotidianos de consumo de alimentos.

Pero a la vez, la finalidad de la encuesta es, por un lado, empoderar al grupo de voluntariado que la ha diseñado; y por otro, sensibilizar a la juventud que la realiza.



La encuesta parte de un párrafo introductorio que invita a esa reflexión y al compromiso:

¿Te apetece comer sin devorar el planeta? Tus decisiones cuentan. Por eso, queremos conocer si la juventud de la Comunidad de Madrid conoce qué es la alimentación sostenible. Esta encuesta está dirigida a personas de 18 a 30 años. Aunque no estés dentro de este rango de edad, ¡no te preocupes!, tu opinión también nos interesa.

¡Gracias por participar! ¡Por otra alimentación, jóvenes en acción!

La encuesta consta de nueve preguntas con tres opciones de respuesta: De acuerdo; NS/NC Indiferente; En Desacuerdo. Las cinco primeras son sobre conocimientos de alimentación sostenible en nuestro territorio, la Comunidad de Madrid. Las cuatro restantes son sobre hábitos de consumo de alimentos.

Se ha creado mediante un formulario de Google Forms y, a través de un código QR, los participantes la pudieron completar online durante la intervención en la ETSIDI. Para ello, las personas voluntarias prepararon carteles que se expusieron en diferentes espacios cercanos a las mesas informativas.

La encuesta ha sido realizada por 197 personas, la mayoría jóvenes estudiantes. El grupo de voluntariado se ha encargado de la descarga en un documento Excel y del tratamiento de la información recogida en su base de datos.





Análisis y resultados

A continuación, se muestran las nueve preguntas formuladas y los resultados de las 197 respuestas sobre cada afirmación planteada. Los gráficos representan el número de personas que han manifestado estar de acuerdo, indiferente o en desacuerdo.

1. La Comunidad de Madrid es una gran urbe en la que solo hay edificaciones y carreteras. En ella no se producen alimentos.



Gráfico 1: La Comunidad de Madrid es una gran urbe en la que solo hay edificaciones y carreteras. En ella no se producen alimentos.

2. Comprar alimentos locales, de proximidad y de temporada contribuye a la sostenibilidad del planeta.



Gráfico 2: Comprar alimentos locales, de proximidad y de temporada contribuye a la sostenibilidad del planeta.

3. Las decisiones respecto a nuestro modo de alimentación no tienen ningún impacto sobre el medio ambiente, nuestros paisajes o la biodiversidad.



Gráfico 3: Las decisiones respecto a nuestro modo de alimentación no tienen ningún impacto sobre el medio ambiente, nuestros paisajes o la biodiversidad.

4. Los alimentos ecológicos son más sostenibles para el planeta.



Gráfico 4: Los alimentos ecológicos son más sostenibles para el planeta.

Una vez analizadas las respuestas, podemos interpretar al observar los gráficos 1, 2, 3 y 4 que la mayoría de las personas encuestadas (entre un 61% y un 93%, según qué pregunta formulada de la 1 a la 4) conocen que en la Comunidad de Madrid se producen alimentos y que consumir productos locales, de temporada y ecológicos es beneficioso para la naturaleza, los paisajes y la biodiversidad.

Sin embargo, según vemos a continuación en el Gráfico 5, solo un 42% (es decir, 56 personas de la muestra) cree que es posible producir todos los alimentos necesarios sin el uso de sustancias químicas para el control de plagas o el uso de fertilizantes químicos. En este sentido, parece importante seguir difundiendo a la ciudadanía la necesidad de abandonar los plaguicidas y fertilizantes químicos por su impacto sobre el medio ambiente, la biodiversidad y la salud de las personas.



Gráfico 5: Es imposible controlar las plagas y producir suficientes alimentos para todas las personas sin usar plaguicidas y fertilizantes químicos.

Seguidamente se muestran los resultados de las cuatro últimas afirmaciones planteadas en la encuesta, que giran en torno a hábitos de consumo de alimentos.

Como vemos en los gráficos 6 y 7, mientras un 92% (181 personas) reconoce que es más saludable y sostenible cocinar con alimentos frescos y poco elaborados, cuando son preguntados sobre si consumen alimentos procesados un 34,5% (68 personas) responde que sí los consume habitualmente y a un 17% (33 personas) le es indiferente; es decir, la

mitad de la muestra aproximadamente no se preocupa por consumir una alimentación saludable y sostenible.



Gráfico 6: Cocinar tus platos con alimentos frescos o poco elaborados es más saludable y sostenible que consumir alimentos muy procesados.



Gráfico 7: Consumes alimentos procesados habitualmente y no te preocupas en exceso por una alimentación saludable y sostenible.

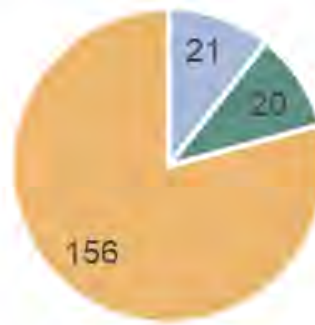
Tan solo un 37% de la juventud encuestada está interesada en saber de dónde proceden los alimentos y cómo se han cultivado, criado o elaborado (ver Gráfico 8). Esto indica una desconexión entre los alimentos que llegan a sus platos y la procedencia de los alimentos.



Gráfico 8: Me preocupo por saber de dónde provienen los alimentos que consumo y a qué tipo de agricultura/ganadería pertenecen.

En general, según estos resultados analizados, la juventud encuestada está en cierta medida sensibilizada sobre la importancia de la alimentación saludable o sostenible. Pero ante la pregunta de si la población da importancia a este modelo de alimentación, solo un 10% de la muestra (20 personas) cree que en general hay suficiente interés por mantener una alimentación saludable y sostenible (Gráfico 9).

9. Pienso que, en general, gran parte de la población no da importancia suficiente a mantener una alimentación saludable y sostenible.



■ Indiferente ■ En desacuerdo ■ De acuerdo

Gráfico 9: Pienso que, en general, gran parte de la población no da importancia suficiente a mantener una alimentación saludable y sostenible.

Conclusiones

Por un lado, aunque la muestra no sea significativa para el conjunto de la población juvenil de Madrid, sí es un número significativo del alumnado de la ETSIDI. Por los resultados, podríamos interpretar que en un porcentaje alto una alimentación más sostenible está entre sus intereses.

Es necesario informar y sensibilizar a la población en general, y a la juventud en especial, para mostrar que se puede producir alimentos de forma ecológica reduciendo el impacto ambiental. La realización de encuestas es en sí una herramienta de reflexión y sensibilización.

El grupo de voluntariado fue entrevistado tras preparar las acciones de la intervención en la Escuela, realizar la encuesta y conversar e informar a sus compañeras y compañeros. Todo el grupo manifestó que al haber llevado a cabo esta acción juvenil se habían concienciado más de las relaciones entre la alimentación, la crisis climática y la biodiversidad y tenían, por tanto, la intención de cambiar sus hábitos y elegir opciones más sostenibles de alimentarse.

Una iniciativa de



Con el apoyo de

