



# El consumo de helados sigue creciendo

España es el tercer país del mundo en gasto per cápita en helados

ÁNGEL MARQUÉS DE AVILA. Periodista

## RESUMEN

*El helado es un alimento de sabor dulce procedente de una mezcla homogénea y pasterizada de diversos ingredientes (leche, agua, azúcar, nata, zumos, huevos, cacao, etc.), que es batida y congelada para su posterior consumo en diferentes formas y tamaños. Generalmente en la fabricación de helados se emplean diversos aditivos especiales, como espesantes, colorantes, aromas, estabilizadores y emulsionantes. España absorbe el 3,5% del consumo total de helados en el mundo, pero es el tercer país que más gasta en dicho producto por habitante, sólo por detrás de italianos y alemanes. Y es el segundo país en el que más ha crecido el consumo de helados en los últimos cinco años. Cataluña, Andalucía, Madrid, Comunidad Valenciana y Canarias lideran el gasto y consumo de este producto en España.*

**PALABRAS CLAVE:** helados, granizado, sorbete, mantecado, horchata, helados artesanos.

**E**spaña es el segundo país en el que más ha crecido el consumo de helados en los últimos cinco años, según un estudio realizado por Constanza Business & Protocol School. En concreto, entre 2009 y 2014 dicha cifra experimentó un crecimiento de un 26,44%, dato sólo superado por China, donde el consumo aumentó un 35,99%. Esta tendencia prosiguió entre 2013 y 2014 y, según todas las previsiones, continuará al menos, hasta 2018, con un crecimiento previsto del 17,57%, por detrás una vez más del país asiático.

Según Juan Aitor Lago, director del Departamento de Investigación de dicha escuela de negocios, “el consumo de helados muestra una clara tendencia al alza, en los principales mercados mundiales, y esperamos que siga siendo así durante al menos los próximos cuatro años”.

España absorbe el 3,5% del consumo total de helados en el mundo con un total en 2015 de 480 millones de litros de helados, muy lejos de las grandes cifras en términos absolutos de Estados Unidos o China, 3.700 y 2.000 millones de litros

de helado. Sin embargo, nuestro país es el tercero que más gasta en helados por habitante; en concreto, los españoles realizamos un desembolso medio de 42 euros en 2015, sólo por detrás de los dos líderes del ranking mundial: italianos y alemanes, que lideraron el año pasado dicha clasificación con un gasto de 68 y 45 euros, respectivamente.

Por su parte, Cataluña, Andalucía, Madrid, Comunidad Valenciana, Baleares y Canarias -todas ellas receptoras de grandes flujos de turismo- son las Comunidades Autónomas que lideran el gasto y consumo en helados, tanto en términos absolutos como por habitante.

Catalanes, andaluces, madrileños y valencianos son los que más gastaron en helados en términos absolutos: 330, 328, 260 y 210 millones de euros, respectivamente. Por su parte, Cataluña, Andalucía, Madrid, Comunidad Valenciana y Canarias lideraron el ranking de consumo de helados en España, con 82, 82, 65, 52 y 32 millones de litros respectivamente.

Por último, mallorquines, canarios, catalanes, valencianos y madrileños son los que más gastaron en helados en España el año pasado por habitante: 64 euros, 51 euros, 45 euros, 43 euros y 41 euros, respectivamente.

Resulta destacable la notable progresión de Navarra. De hecho, entre 2009 y 2014 es la Comunidad Foral en la que más ha crecido el gasto en helados en términos absolutos (un 17%), el consumo de dicho producto en litros (un 38%) y el gasto por habitante (un 17%).

Todas estas tendencias y rankings se mantendrán invariables, al menos hasta el año 2018, según las previsiones realizadas por Constanza Business & Protocol School. En palabras de M<sup>a</sup> de las Nieves Pérez Verdú, profesora de esta consultora e investigadora del estudio, "el consumo de helados en España ha crecido de una manera sostenida, en todas las Comunidades Autónomas, mostrando cifras de gasto por persona considerables, si las comparamos con países más grandes tanto en población como en PIB".

Por su parte, según datos de la Asociación Internacional de Productos Lácteos,



destaca el mayor consumo de helados per capita dentro de Europa en los países escandinavos respecto a los países mediterráneos, como Italia, Francia o España. En los primeros, el helado se considera un alimento que aporta valores energéticos y nutrientes, y se consume durante todo el año.

La consultora de estudios de mercado Mintel ha publicado un estudio, según el cual, el mercado global de helados aumentó su volumen de ventas alrededor del 4%. Un crecimiento que se ha centrado básicamente en los mercados emergentes (por ejemplo, en China las ventas aumentaron un 8% y en Rusia un 7%), mientras que se ha mostrado esquivo o incluso en recesión para los mercados más desarrollados, sobre todo EEUU.

En España, sin embargo, los helados se consumen más durante el periodo estival, considerándose casi más una golosina refrescante que un alimento. Sin embargo, últimamente se está observando un cambio en la tendencia del consumo en nuestro país, consumiéndose helados cada vez más en el hogar, tendiéndose a igualar dicho consumo con el producido en los locales de ocio fuera del hogar. Ello se debe a la venta de helados en el comercio minorista de la alimentación (supermercados, hipermercados, tiendas de alimentación, etc), con lo que el consumo estival de impulso tiende a equilibrarse con el del resto del año.

Según los datos aportados por la Asociación Española de Fabricantes de Helados, el rango de edad que presenta mayores consumos de helados es el de jóvenes entre 26 y 35 años.

#### CLASIFICACIÓN

Hay múltiples clasificaciones de los helados según se atiende a su composición, ingredientes, envasado, etc. La clasificación más básica de los helados es: Helados de leche y helados de agua. Los primeros tienen a la leche u otros productos lácteos (nata, mantequilla, leche desnatada en polvo, etc.) como componentes principales, mientras que los segundos tienen como base al agua.

Otra forma de clasificación de helados es según los ingredientes utilizados, tendremos por lo tanto: helados de crema, de leche, de leche desnatada, con grasa no láctea, de mantecado, de agua, tartas heladas, helados diversos y helados premium y superpremium (categoría superior).

El consumo de helados no es continuo a lo largo del año y sufre una estacionalidad muy marcada por las condiciones climatológicas. Esto provoca la necesidad de realizar una producción relativamente acorde con el consumo para no tener un almacenamiento prolongado, lo que conlleva que el ritmo de fabricación sea irregular a lo largo del año. Se dividi-

TABLA 1

Composición de un helado normal y un helado Premium					
Tipo de helado	Grasa (%)	Sólidos no grasos (%)	Azúcar (%)	Agua (%)	Overrun (%)
Helado normal	8-14	7-10	13-15	48-64	90-110
Helado Premium	14-17	7-12	14-18	40-58	20-50

*Fuente: Elaboración, análisis y control de calidad de los helados. Ediciones A. Madrid Vicente. Madrid. España.*

Consumo estacional de helados en España (% sobre total anual)	
Primer trimestre	8%
Segundo trimestre	40%
Tercer trimestre	47%
Cuarto trimestre	5%

*Fuente: Alimarket*

rá cada año en temporada alta (segundo y tercer trimestre) y temporada baja (primer y cuarto trimestre). En temporada alta se fabricará el 80% de la producción anual, dejándose el 20% restante para la temporada baja. El mes de vacaciones se dará previsiblemente en el cuarto trimestre, dejando así reducida la temporada baja a 5 meses de producción.

### FUENTE DE SALUD Y PLACER

El helado es un alimento saludable y nutritivo. Pero no todos los helados son iguales y es que, en función del tipo y la cantidad de ingredientes utilizados, ten-

dremos diferentes tipos de helados. El valor nutritivo de ambos es distinto, pero tanto en un caso como en el otro pueden ser integrados en nuestra dieta.

Los helados que tienen como ingrediente base la leche (helados de crema, helados de leche y helados) presentan un valor nutritivo significativo y esto los convierte en un alimento adecuado para niños, adolescentes y en general para las personas que requieran un aporte de proteínas de alto valor biológico y calcio.

La carencia de grasas en los sorbetes y helados de agua los hacen adecuados para las personas que tengan problemas relacionados con los lípidos (hipercolesterolemia).

Los sorbetes, en función de la naturaleza y cantidad de fruta que contengan, pueden aportar dosis variables de micronutrientes (vitaminas y minerales).

El contenido energético de los helados es inferior al considerado como valor umbral (300 kcal/100 g), por tanto no se justifica la percepción de muchos consumidores que consideran los helados como productos altamente calóricos. Considerando 100 g. de producto, el contenido y valor protéico de los helados es similar al que presenta la leche.

Los helados parecen inducir un patrón de activación de marcada actitud favorable hacia su consumo. Podría decirse que a cada helado consumido genera a su vez un refuerzo para un nuevo consumo, de forma que no es necesario insistir mucho para que el mismo consumidor repita, antes o después, con una nueva ingesta.

Una de las características del comportamiento alimentario de los humanos es la denominada "neofobia" alimentaria, circunstancia que aparece en edades tempranas de la vida, entre los dos y los seis años, en forma de una actitud contraria a probar nuevos alimentos en una fase que se caracteriza porque lo bueno se asocia con lo conocido y lo malo con aquello que no se ha probado nunca.

En el caso de los helados, se trata de alimentos que desde el primer ofrecimiento gozan de la aprobación de la inmensa mayoría de la población. Tampoco



## Un alimento exquisito

El helado, es un producto lleno de sabor, refrescante y equilibrado y es por ello que cada vez más forme parte de muchos platos en la cocina, no sólo como postre, sino también como entrada formando parte de ensaladas en un helado de queso, tomate u otras verduras. Así definen el helado dentro de la gastronomía el grupo de chefs de Paradores de España.

Es verdad, que siempre se ha asociado a la temporada estival, pero sin embargo la evolución de este producto ha hecho que encaje perfectamente en la gastronomía y se consuma todo el año.

Para este elenco de cocineros hay una tendencia actual, y es la de maridar un postre con un helado, este es un producto completo ya que nos aporta proteínas, y calcio aunque tenga un alta aporte calórico, es un producto saludable, siempre cuando su consumo sea moderado y sobre todo los helados estén elaborados artesanalmente.

Sobre la importancia que le dan al helado dentro de la dieta mediterránea, nos apuntan que el helado forma parte de la dieta mediterránea, es un producto identificado de la cultura italiana. Los lácteos forman parte de la dieta mediterránea y en el helado es importante que estén elaborados con materias primas de calidad y sobretodo estén elaborados artesanalmente, para que sean saludables y nutritivos.

Apuestan por un helado cuyo resultado sea un producto que combina perfectamente la cantidad de sabores y texturas, dependiendo lo que queramos potenciar, sabores más dulces o neutros en un postre.

También dependiendo de la temporalidad podemos hacer combinaciones distintas por ejemplo si es otoño- invierno. Combinan mejor con los cítricos y en verano predominan más los gustos frutales que es una de las opciones más ricas y saludables. Otra combinación es con café o licores, con chocolate o también con tartas y bizcochos son una mixtura perfecta.

Toño Pérez, que dirige el Restaurante Atrio de Cáceres desde 1986, piensa que el helado siempre ha sido importante y más en estos momentos. Como ejemplo nos dice que tienen en el menú la degustación de dos platos, uno con helado de cebolleta y otro con helado de mostaza. Apunta que el helado cada día está más de moda en las mesas debido a su ligereza y sobre todo porque ayuda a hacer una mejor digestión. En su opinión si los helados se hacen con productos naturales, son más saludables y muy importantes dentro de una buena dieta.



Para el chef revelación de 2015, Diego Gallegos, del Restaurante Sollo de Fuengirola (Málaga), con una estrella Michelin, el helado es un complemento para la sobremesa estupendo para cualquier época del año. Cada vez más se utiliza tanto en platos salados como en postres de autor en el mundo de la restauración, mucho más allá de tomarlo solo.

Rodrigo de la Calle, padre de la “gastrobotánica” y autor de la “revolución verde”, embajador del huerto en la cocina en El Invernadero, el restaurante gastronómico de sólo cuatro mesas de La Torre Box Art Hotel, en Collado Mediano (Madrid), cree que ha habido un antes y un después desde aquellos helados a corte o industriales a los grandes helados que se hacen ahora. Y nos apunta que el día que se prueba un helado recién sacado de la mantecadora se entiende todo, esa textura de crema helada que se deshace en segundos en la boca aportando al plato humedad, frío y sabores dulces o salados es estrella en los postres y en los no tan postres, nosotros por ejemplo, dice, tenemos uno en el aperitivo.

Para, Javier Olleros, chef de Culler de Pau, en O Grove, (Pontevedra) con una estrella Michelin, el helado es una de las elaboraciones más recurrentes en los postres, incluida su elaboración salada, con gran variedad de elaboraciones distintas. En torno al momento que vive el helado, indica que no cree que sea una moda, “hace tiempo que vino para quedarse, debido a que se trata de una elaboración muy versátil que aporta frescura y sabores limpios, es el mejor digestivo que se pueda ofrecer para terminar una buena comida”.

En un panorama de helados industriales con sabores estándares, el maestro heladero riojano, Fernando Sáenz, de Helados Grate&DellaSera, en Logroño, ha recuperado lo artesanal y lo natural, para elevar el helado a la alta gastronomía y conquistar las cartas de los mejores restaurantes de España. Desde su obrador de Logroño, concibe el helado como un soporte de sabor y cree que terminar una comida con un buen helado, es el broche perfecto, valorando que un helado es alimento, y por lo tanto, debe ser totalmente saludable.

necesitan de un entorno especial desde el punto de vista emocional para que el ofrecimiento sea aceptado.

Congelado y cremoso, en los límites de la física, capaz de mantener una textura cremosa a temperaturas entre 15° y 18° bajo cero, cosa que ningún otro alimento es capaz de reproducir. Esta suma de sensaciones placenteras, trasladadas al final de una comida, incrementan la satisfacción global.

#### CUATRO MIL AÑOS DE HISTORIA

Los orígenes del helado se remontan a los chinos, hace 4.000 años, sobre la base de una receta de aquella época donde se explicaba como preparar una masa “mantecada” hecha de arroz muy cocido, leche y especias que, una vez mezcladas, se colocaban en la nieve para que se solidificaran. La misma fuente describe también como los chinos preparaban también fruta helada (zumo y pulpa mezclados con nieve) y que en Pekín, ya en el siglo XIII a.C., habían numerosos vendedores ambulantes de estos refrescantes “dessert”.

De China pasó a la India, a Persia y posteriormente a Grecia (alrededor del siglo V a.C.) donde era costumbre consumir hielo mezclado con zumos de fruta y endulzado con miel. Es cierto que las “granitas” (granizados) eran muy difundidos, tanto que Hipócrates, el padre de la medicina, escribía en uno de sus aforismos “tomar bebidas heladas no puede hacer bien al cuerpo calentado por las altas temperaturas”, y lamentaba que sus consejos no se tenían en cuenta, ya que en los banquetes se consumían gran cantidades de estos “sorbetes”.

El mismo Alejandro Magno (al cual se atribuye el invento de la macedonia de fruta) era un gran consumidor de fruta y miel enfriadas con nieve, y también los romanos solían tomar estos preparados. Tenemos constancia escrita de varios historiadores de la época como Plinio el Viejo, Marziale, Seneca o Giovenale. En la Roma Imperial el hielo llegaba de los Apeninos o de los montes de la Maiella o del Gran Sasso, pero también del Vesuvio



de del Etna, donde el hielo era más duro y compacto. En Sicilia hasta había un templo dedicado a la nieve y con la exclusiva de venta.

A partir de la caída del Imperio Romano, estas costumbres declinaron debido a la crisis económica, a las carestías y a los problemas de las guerras relacionadas con las invasiones de los bárbaros.

La situación empieza a cambiar en el siglo VIII, con las llegadas de los Sarracenos, en Sicilia y en España, que introdujeron desde el Oriente el café, los pistachos, los melocotones y el azúcar de caña de Persia. Con toda probabilidad el dulce frío empezó a resurgir y a difundirse en Sicilia, donde los árabes introdujeron la costumbre de consumir la nieve mezclada con zumos de fruta, miel y aromas. El término “sorbete” viene muy probablemente del árabe sharbét o del turco chorbet. El sorbete más antiguo se elaboraba con agua de jazmín, aún más comúnmente se elaboraban con zumo de limón, naranja o pistacho. También los Cruzados comentaban que en Jerusalén se consumían bebidas refrescantes a base de hielo y nieve, que a su vuelta las introdujeron en las cortes europeas.

Más tarde, Marco Polo en el siglo XIII trajo de sus viajes a Oriente varias recetas de postres helados usados en Asia, los cuales se implantaron en las cortes italianas.

Blasius Villafranca, un médico español que vivía en Roma alrededor de la mitad del XVI, es quién consigue que el punto de congelación de un líquido se alcance rápidamente poniendo sal nitro en la nieve o en el hielo.

El helado tal y como hoy lo conocemos, mantecoso, se elaboró por primera vez en Florencia en el 1500. Fue Cosimo I de Medici, noble del Ducado de Toscana, quien lo hizo así al encargarlo a Bernardo Buontalenti, para sorprender al rey de España. En el siglo XVI llegó también la receta a la corte francesa, donde se añadió el huevo como ingrediente.

El siciliano Francesco Procopio Coltelli, en 1660, abrió en París el “Café Procope”, donde además de café se servían helados, siendo este italiano el abuelo del helado popular. A él se le atribuye además el invento de la primera maquina mantecedora a hielo y sal.

En 1846, la americana Nancy Johnson inventa la primera heladora automática, a partir de este hecho empieza la verdadera historia del helado industrial.

En el 1850 en Londres, Agostino Gatti, italiano, abrió el primer laboratorio de helados en la capital inglesa, que luego vendía en la calle con pequeños carritos.

Desde Inglaterra hacia Estados Unidos, donde el proceso de la producción de helados, pasando de la nieve o agua con sal al frío industrial, fueron necesarios grandes sabios como Fahrenheit, Faraday y Reamur, que con sus descubrimientos contribuyeron a hacer avanzar las ciencias que rápidamente se aplicaron a la industria del frío y a la producción de helados.

La idea del “cono” helado (barquillo) para tomar “paseando”, nació en Estados Unidos en la feria Mundial de St. Louis (Missouri) en el 1904. Entre los numerosos stands se encontraba Arnold Fornachou, heladero, y el sirio Ernest Hamwi, panadero que elaboraba obleas dulces, pero también había españoles y otros italianos que fabricaban obleas similares. En la oficina de Patentes y Marcas de Washington el primero a registrar el “barquillo” o “cono gelato” fue el italiano Italo Marchionni, en el 1903. ■