



Consumo alimentario en **mayores de 65 años**

Características diferenciales por productos

➡ **Víctor J. Martín Cerdeño**

Universidad Complutense de Madrid

Resumen: La demanda de alimentos y bebidas aparece condicionada por las diferentes características que tienen los consumidores. Distintos estudios inciden en la tipología de hogares, hábitat de residencia o situación en el mercado laboral (Mercasa, varios años). Entre ellas, la edad del consumidor también resulta fundamental porque supone notables divergencias tanto en la cantidad demandada como en las preferencias por alimentos y bebidas concretos. Con carácter general, la intensidad de la demanda se eleva tanto en volumen como en gasto a medida que el comprador habitual aumenta su edad. Este artículo se centra en el caso de los consumidores mayores de 65 años estudiando, primero, la incidencia que tienen en la estructura demográfica de España y, segundo, las características particulares de su demanda alimentaria, tanto en productos frescos (frutas, hortalizas, pescados y carnes) como en productos envasados y bebidas.

Palabras clave: población, consumo alimentario, mayores de 65 años, alimentos frescos, alimentos envasados, bebidas.

Durante los últimos años, una de las tendencias demográficas más recurrentes en los países occidentales es el progresivo envejecimiento de la población. Todas las estadísticas y estudios coinciden en señalar el incremento de importancia relativa de la población de mayor edad en detrimento de los más jóvenes. En el caso concreto de la UE-27, con cifras del año 2020, se estima una población total de 446,8 millones. Las personas mayores de 65 o más años representan un porcentaje de un 20,3%, con un aumento de 0,3 puntos porcentuales en comparación con el año anterior y un incremento de 2,9 puntos porcentuales en comparación con 10 años antes).

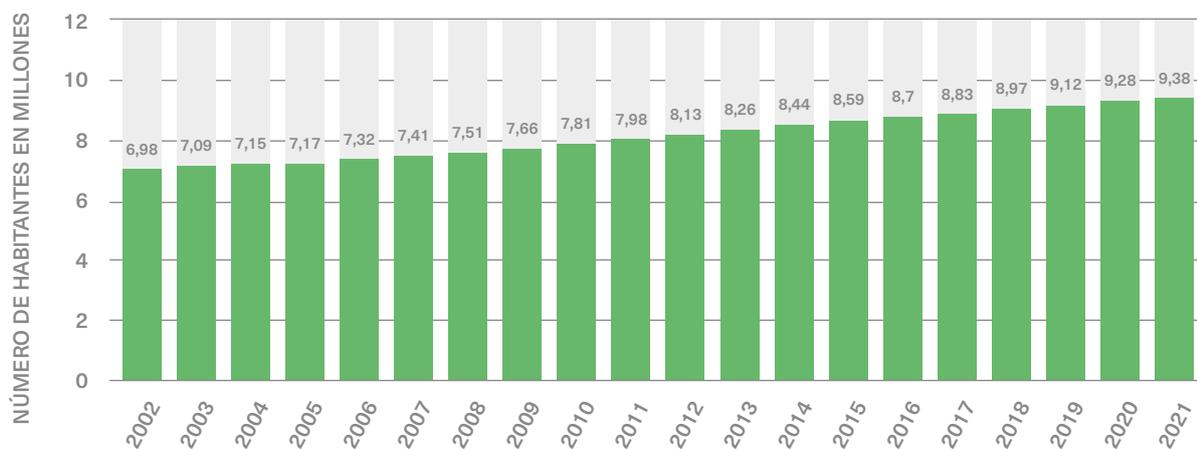
Atendiendo a la situación concreta por países, Italia (22,8%), Grecia (22,0%), Portugal y Finlandia (21,8%, en ambos casos) registraron los porcentajes más elevados para población por encima de 65 años; mientras que Irlanda (14,1%) y Luxemburgo (14,4%) cuentan con la participación más baja de este colectivo (Eurostat, 2020).

Para el caso concreto de España, la figura 1 recoge la evolución de la población de 65 o más años durante las dos últimas décadas y los resultados son bastante significativos sobre el fenómeno del envejecimiento relativo anteriormente señalado. En los años transcurridos del siglo XXI, la población por encima de 65 años ha crecido casi 2,5 millones (pasando de 6,98 millones en 2002 a 9,38 millones en 2021) lo que supone un aumento de cerca del 35% en términos porcentuales.

En España, la participación de la población de 65 o mas años alcanza un 19,3% sobre el total de pobla-



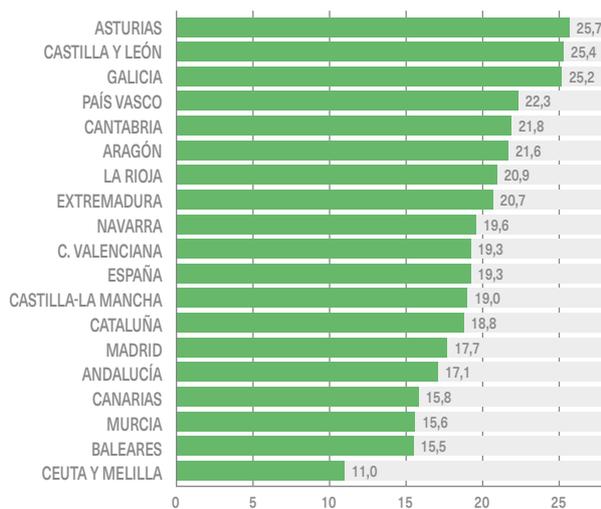
FIGURA 1 Número de habitantes de 65 o más años en España, 2002-2021



Fuente: Statista (2022).

Todas las estadísticas y estudios coinciden en señalar el incremento de importancia relativa de la población de mayor edad en detrimento de los más jóvenes. En el caso concreto de la UE-27, con cifras del año 2020, se estima una población total de 446,8 millones. Las personas mayores de 65 o más años representan un porcentaje de un 20,3%, con un aumento de 0,3 puntos porcentuales en comparación con el año anterior y un incremento de 2,9 puntos porcentuales en comparación con 10 años antes)

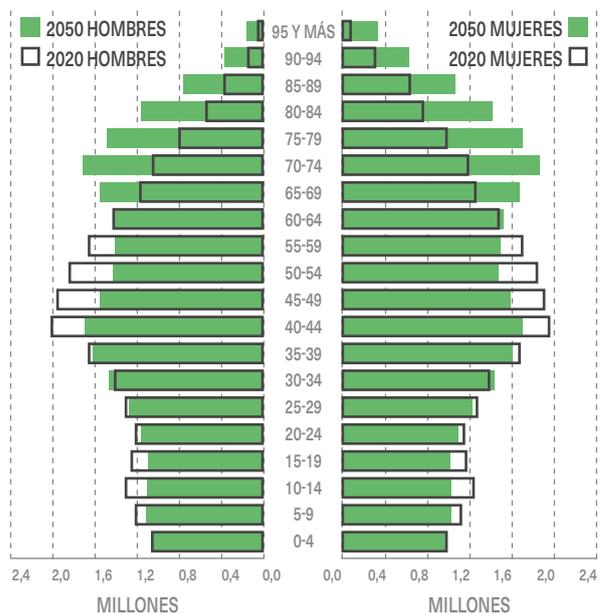
FIGURA 2 Participación de habitantes de 65 o más años por comunidades autónomas, 2020 (%)



Fuente: Padrón INE (2022).

ción; esta cifra es ligeramente inferior a la media de la UE-27 (20,3%, indicado anteriormente). No obstante, resulta útil e interesante revisar la figura 2, puesto que las diferencias territoriales indican una notable heterogeneidad en las distintas áreas del país. Por ejemplo, entre Asturias (porcentaje del 25,7%) e Islas Baleares (porcentaje del 15,5%) hay una diferencia de más de 10 puntos. A modo de resumen, destaca que la población de 65 o más años es superior a la media en 10 comunidades

FIGURA 3 Pirámides de población, 2020 y 2050



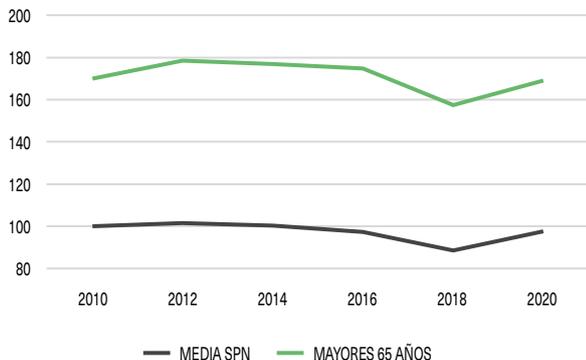
Fuente: INE (2020).

autónomas: Asturias, Castilla y León, Galicia, País Vasco, Cantabria, Aragón, La Rioja, Extremadura, Navarra y Comunidad Valenciana (INE, 2022).

Por otra parte, las estimaciones plantean que este fenómeno demográfico tendrá bastante recorrido durante los próximos años y, por tanto, seguirá aumentando la participación de la población mayor de 65 años. En este sentido, la figura 3 sintetiza la evolución de la pirámide poblacional de España tomando la comparación de los años 2020 y 2050 (previsión). Tal y como puede observarse, el incremento es muy notable tanto en hombres como en mujeres mayores de 65 años para las previsiones del 2050.

CONSUMO ALIMENTARIO DE LA POBLACIÓN MAYOR DE 65 AÑOS

La demanda de alimentación difiere entre los consumidores en función de distintas variables y así ha quedado plasmado en diferentes análisis (Mercasa, varios años). Con respecto a la variable edad, existen diferencias significativas tanto en el consumo como en el gasto que llevan a cabo los consumidores. Por tanto, a continuación, se realiza un análisis de las divergencias que existen con respecto a la media para el caso concreto del segmento de consumidores mayores de 65 años atendiendo a varias familias de productos frescos, alimentación envasada y bebidas.

FIGURA 4 Comparación del consumo per cápita de frutas, (Media SPN 2010=100)

Fuente: Elaboración propia con Ministerio de Agricultura, Pesca y Alimentación (varios años).

CUADRO 1 Desviaciones del consumo de fruta en mayores de 65 años, (% respecto a la Media SPN)

PRINCIPALES DESVIACIONES POSITIVAS	PRINCIPALES DESVIACIONES NEGATIVAS
Melón cantalupo (174%)	Frutas congeladas (-32%)
Manzana reineta (168%)	Frambuesas (-28%)
Albaricoques (125%)	
Naranja Valencia late (121%)	
Chirimoya (109%)	
Pera blanquilla (108%)	
Manzana starking (102%)	
Melocotones (99%)	
Ciruelas (97%)	
Cerezas (94,7%)	

Fuente: Elaboración propia con Ministerio de Agricultura, Pesca y Alimentación (varios años).

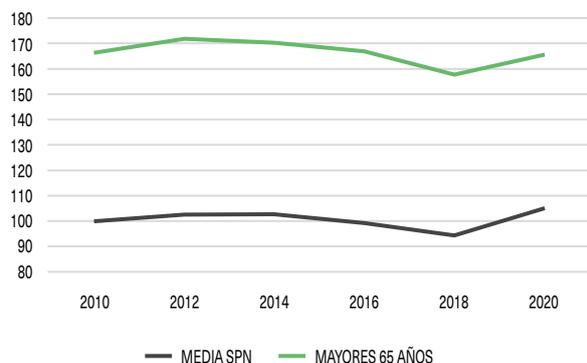
En primer lugar, en cuanto a la familia de frutas, se parte de un consumo notablemente superior en la población mayor de 65 años que, además, se viene manteniendo de forma constante durante la última década tal y como resume la figura 4, estimado en torno al 70%. De forma concreta, los consumidores mayores de 65 años sólo consumen menos frambuesas (-28%) o frutas congeladas (-32%) que la media. Sin embargo, son llamativos los elevados consumos de melón cantalupo (174%), manzana reineta (168%), albaricoques (125%), naranja (121%), chirimoya (109%), pera blanquilla (108%) o manzana (102%) tal y como se recoge en el cuadro 1.



Durante los últimos diez años, el colectivo de consumidores mayores de 65 años cuenta con un consumo de hortalizas superior a la media próximo al 70%. De manera concreta, por productos, aparecen desviaciones negativas respecto a los valores medios únicamente en algas (-87%), patatas congeladas (-52%), maíz dulce (-29%), champiñones y setas (-3%) o brócoli (-2%). Por el contrario, aparecen desviaciones positivas por encima del 70% en alcachofas (107%), judías verdes (89%), acelgas (88%) y coles (86%)

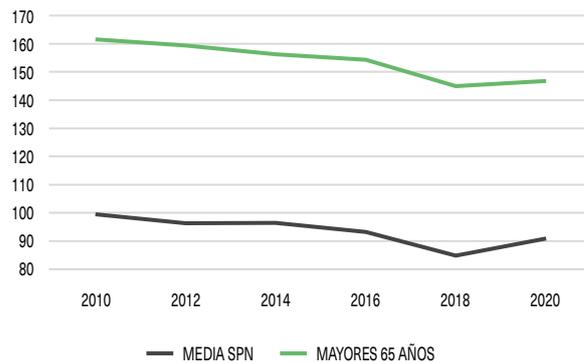
Por otra parte, la comparación para el caso de las hortalizas resulta bastante pareja a la reflejada anteriormente para las frutas. En este sentido, durante los últimos diez años, el colectivo de consumidores mayores de 65 años cuenta con un consumo de hortalizas superior a la media próximo al 70%. De manera concreta, por productos, aparecen desviaciones negativas respecto a los valores medios únicamente en algas (-87%), patatas congeladas (-52%), maíz dulce (-29%), champiñones y setas (-3%) o brócoli (-2%). Por el contrario, aparecen desviaciones positivas por encima del 70% en alcachofas (107%), judías verdes (89%), acelgas (88%) y coles (86%). En síntesis, el consumo de hortalizas resulta claramente superior en mayores de 65 años, tal y como recoge de forma resumida la figura 5 y el cuadro 2.

FIGURA 5 Comparación del consumo per cápita de hortalizas, (Media SPN 2010=100)



Fuente: Elaboración propia con Ministerio de Agricultura, Pesca y Alimentación (varios años).

FIGURA 6 Comparación del consumo per cápita de pescado, (Media SPN 2010=100)



Fuente: Elaboración propia con Ministerio de Agricultura, Pesca y Alimentación (varios años).

CUADRO 2 Desviaciones del consumo de hortalizas en mayores de 65 año, (% respecto a la Media SPN)

PRINCIPALES DESVIACIONES POSITIVAS	PRINCIPALES DESVIACIONES NEGATIVAS
Alcachofas (107%)	Algas (-87%)
Judías verdes (89%)	Patatas congeladas (-52%)
Acelgas (88%)	Maíz dulce (-29%)
Coles (86%)	Champiñones y setas (-3%)
Ajos (70%)	Brócoli (-2%)
Menestra (67%)	
Lechuga, escarola, endivia (66%)	
Espárragos (63%)	
Berenjena (62%)	
Guisantes (58%)	

Fuente: Elaboración propia con Ministerio de Agricultura, Pesca y Alimentación (varios años).

En la familia del pescado, también se advierten unas desviaciones positivas a favor de los consumidores mayores de 65 años que rondan valores cercanos al 70% durante los últimos diez años. Excepto en los consumos de berberechos congelados (-87%) y sushi (-68%), todos los pescados cuentan con demandas superiores a la media destacando, por ejemplo, los casos de bacaladilla (159%), pescado salado (119%), sardinas frescas (114%), rape (113%), merluza y pescadilla fresca (108%), sardina y boquerón (104%) o lenguado fresco (101%). El gráfico 6 y el cuadro 3 aportan información sobre las desviaciones en esta familia de productos.



CUADRO 3 Desviaciones del consumo de pescado en mayores de 65 años, (% respecto a la Media SPN)

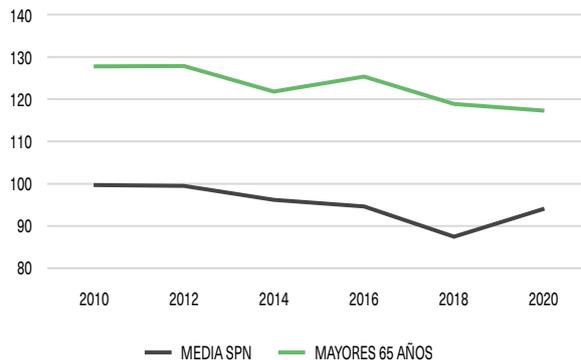
PRINCIPALES DESVIACIONES POSITIVAS	PRINCIPALES DESVIACIONES NEGATIVAS
Bacaladilla (159%)	Berberechos congelados (-87%)
Pescado salado (119%)	Sushi (-68%)
Sardinias frescas (114%)	Maíz dulce (-29%)
Rape (113%)	
Merluza y pescadilla fresca (108%)	
Sardina y boquerón (104%)	
Lenguado fresco (101%)	
Caballa fresca (98%)	
Mejillón fresco (88%)	
Almejas, berberechos (83%)	

Fuente: Elaboración propia con Ministerio de Agricultura, Pesca y Alimentación (varios años).



En la demanda de carne y productos cárnicos se observa una mayor diversidad al establecer la comparación entre la media nacional y la demanda de los consumidores mayores de 65 años. Este colectivo destaca por el consumo de cabrito (140,3%), tocino (119%), despojos cordero (116%), ovino y caprino entero (114%) o lomo ibérico (101%) mientras que su demanda es más reducida en salchichas conge-

FIGURA 7 Comparación del consumo per cápita de carne, (Media SPN 2010=100)



Fuente: Elaboración propia con Ministerio de Agricultura, Pesca y Alimentación (varios años).

CUADRO 4 Desviaciones del consumo de carne en mayores de 65 años, (% respecto a la Media SPN)

PRINCIPALES DESVIACIONES POSITIVAS	PRINCIPALES DESVIACIONES NEGATIVAS
Cabrito (140,3%)	Salchichas congeladas (-47%)
Tocino (119%)	Pollo (-22%)
Despojos cordero (116%)	Carne congelada de pollo (-15%)
Lomo envasado (115%)	Fiambres sin gluten (-13%)
Ovino y caprino entero (114%)	Chorizo de pavo (-12%)
Lomo ibérico (101%)	Salchichón y salami (-12%)
Huevos (95%)	Carne sin gluten (-10%)
Despojos ternera (91%)	Pollo filetes (-7%)
Jamón ibérico loncha (90%)	Carne congelada de vaca (-6%)
Carne conejo (89%)	Salchichón de pavo (-6%)

Fuente: Elaboración propia con Ministerio de Agricultura, Pesca y Alimentación (varios años).

ladas (-47%), pollo (-22%), carne congelada de pollo (-15%), fiambres sin gluten (-13%), chorizo de pavo (-12%) o salchichón y salami (-12%). En resumen, para la familia de carne y productos cárnicos las divergencias a favor de los consumidores mayores de 65 años también han sido significativas durante los últimos diez años tal y como se refleja tanto en la figura 7 como en el cuadro 4.

Correos Frío

Envía alimentos en frío
con total seguridad.

correosfrio.es



❄ **Transporte especializado
a temperatura controlada.**

❄ **Cuenta con nuestra flota
y muchos más servicios.**

❄ **Adaptado a tus necesidades
y las de tus clientes.**

❄ **Desde la red de Mercas
a comercio minorista,
colectividades y
sector HORECA.**



mercasa
somos red

CUADRO 5 Desviaciones del consumo de productos envasados en mayores de 65 año, (% respecto a la Media SPN)

PRINCIPALES DESVIACIONES POSITIVAS	PRINCIPALES DESVIACIONES NEGATIVAS
Queso fresco bajo sal (163%)	Aceite de soja (-100%)
Margarina baja en colesterol (159%)	Kétchup (-48%)
Sucedáneos de café (150%)	Crema cacao untar (-48%)
Fruta escarchada (130%)	Proteínas vegetales (-43%)
Mazapanes (118%)	Pizzas (-39%)
Cuajadas (101%)	Pasta fresca (-37%)
Galletas (99%)	Snacks aperitivos (35%)
Manzanilla (97%)	Platos preparados congelados (-31%)
Turrón (90%)	Mostaza (-29%)
Miel (83%)	Platos preparados arroz (-28%)

Fuente: Elaboración propia con Ministerio de Agricultura, Pesca y Alimentación (varios años).

Cuando la comparación entre la media de consumo en España y los consumidores mayores de 65 años se traslada a la demanda de productos envasados, aparecen situaciones contrapuestas con productos que tienen claras divergencias positivas como, por ejemplo, queso fresco bajo sal (163%), margarina baja en colesterol (159%), sucedáneos de café (150%), fruta escarchada (130%), mazapanes (118%), cuajadas (101%) o galletas (99%) y otros productos que, por el contrario, son significativamente menos demandados por los consumidores mayores de 65 años como, por ejemplo, aceite de soja (-100%), kétchup (-48%), crema cacao untar (-48%), proteínas vegetales (-43%), pizzas (-39%), pasta fresca (-37%), snacks aperitivos (-35%) o platos preparados congelados (-31%). El cuadro 5 ofrece un resumen de esta doble casuística.

Finalmente, y de la misma forma que en el caso anterior, la comparación en la familia de bebidas entre la media de los consumidores españoles y el segmento de consumidores mayores de 65 años, ofrece situaciones heterogéneas con productos que tienen divergencias positivas como, por ejemplo, vinos licorosos (106%), brandy (103%), vino tinto (95%), anís (94%), gaseosas (75%), vino cartón (71%) o vermut (67%); y otros productos que cuentan con una demanda significativamente menor en

CUADRO 6 Desviaciones del consumo de bebidas en mayores de 65 año, (% respecto a la Media SPN)

PRINCIPALES DESVIACIONES POSITIVAS	PRINCIPALES DESVIACIONES NEGATIVAS
Vinos licorosos (106%)	Zumo enriquecido con calcio y vitaminas (-95,8%)
Brandy (103%)	Cervezas artesanales (-67%)
Vino tinto (95%)	Leche en polvo (-60%)
Anís (94%)	Bebida energética (-50%)
Gaseosas (75%)	Batidos de leche (-43%)
Vino cartón (71%)	Ron (-41%)
Vermut (67%)	Bebidas refrescantes sin gas (-39%)
Zumo enriquecido (62%)	Coca light (-29,5%)
Leche desnatada (54%)	Leche cruda (-24%)
Horchata (53%)	Néctares sin gluten (-22%)

Fuente: Elaboración propia con Ministerio de Agricultura, Pesca y Alimentación (varios años).

el colectivo de consumidores mayores de 65 años como, por ejemplo, zumo enriquecido con calcio y vitaminas (-95,8%), cervezas artesanales (-67%), leche en polvo (-60%), bebida energética (-50%), batidos de leche (-43%), ron (-41%) o bebidas refrescantes sin gas (-39%). El cuadro 6 refleja ambas situaciones. ■

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- CASARES, J. (2020): *La sociedad vulnerable. Prohibido envejecer*, Editorial Circulo Rojo, Roquetas del Mar.
- EUROSTAT (2020): *Estructura demográfica y envejecimiento de la población*. Disponible en https://www.ine.es/prodyser/demografia_UE/bloc-1c.html?lang=es. Consultado el 16 de marzo de 2022.
- INE (2020): *Proyecciones de población 2020-2070*. Disponible en https://www.ine.es/prensa/pp_2020_2070.pdf. Consultado el 16 de marzo de 2022.
- INE (2022): *Proporción de personas mayores de cierta edad por provincia*. Disponible en <https://www.ine.es/jaxiT3/Tabla.htm?t=1488>. Consultado el 16 de marzo de 2022.
- MAPA (varios años): *Paneles de Consumo Alimentario*, Ministerio de Agricultura, Alimentación y Medio Ambiente.
- MERCASA (varios años): *Alimentación en España*, Empresa Nacional Mercasa.