



UNIVERSIDAD DE COSTA RICA

Consumo consciente

# Economistas agrícolas analizan por qué los costarricenses desperdician alimentos

Estudio realizado por investigadores del CIEDA-UCR revela que la intención de desperdicio de alimentos no depende ni de los ingresos, ni de la educación, ni de la edad de los y las costarricenses.

23 JUL 2021 | Ciencia y Tecnología



Comprar más de lo necesario (aprovechar ofertas a pesar de no necesitarlas), no revisar las etiquetas (fechas de caducidad), no secar los alimentos frescos y no congelar o refrigerar los alimentos son los principales errores que cometen los consumidores.

Laura Rodríguez Rodríguez

---

Llega la hora de limpiar el refrigerador y la “sorpresa” es que algunas frutas, verduras y el queso ya están en estado de descomposición. Usted sabe que es un verdadero desperdicio, pero no le queda más opción que tirar o compostar. ¿Le suena conocida la escena? Lo es. En muchos hogares costarricenses, independientemente del ingreso y grado educativo de sus miembros, se desperdician alimentos a diario.

De acuerdo a un estudio realizado por el Centro de Investigación en Economía Agrícola y Desarrollo Agroempresarial (CIEDA) de la [Escuela de Economía Agrícola y Agronegocios](#) de la Universidad de Costa Rica (UCR), los consumidores costarricenses tienen buenas intenciones (de no desperdiciar) pero **debido a sus malas prácticas de compra y conservación de alimentos terminan tirándolos.**

Los investigadores advierten que, “en el caso de Costa Rica, las pérdidas y desperdicios de alimentos (PDA) ha sido una contrariedad difícil de enfrentar, ya que se ha estimado que **solo en hogares, se desperdician 72 kilogramos de alimentos per cápita, traduciendo esto en 365 609 toneladas anuales** de alimentos que se desvalorizan al no llegar a ser consumidos o transformados (United Nations, 2021)”.

Ante la importancia de las PDA y la iniciativa de SAVE FOOD Costa Rica, surge en el 2017 la intención de investigar acerca del comportamiento del consumidor costarricense respecto a este tema, con el propósito de aportar insumos para el trabajo de la [Red Costarricense para la Disminución de Pérdidas y Desperdicio de Alimentos](#), detallan los autores.

Así, entre el 2018 y el 2020, el equipo de investigadores del CIEDA aplicó 1098 encuestas para conocer el comportamiento de los costarricenses en tres sectores alimenticios de productos de alto consumo a nivel nacional e internacional: **frutas y hortalizas, productos lácteos y productos de panificación.**

**LEA MÁS:** [El problema ambiental más grave en Costa Rica es el consumo.](#)

# Proyecto: Análisis de las Pérdidas y Desperdicios de Alimentos en Mercados y Ferias de Costa Rica.

## Metodología:

El estudio se realizó a nivel nacional, mediante la aplicación de tres encuestas diseñadas para evaluar el manejo del desperdicio de alimentos frescos más comunes en los hogares costarricenses como lo son; las frutas y hortalizas (seleccionadas), los productos lácteos y los productos de panificación.

En los tres casos, se analizaron variables socioeconómicas, variables psicológicas y características intrínsecas de los productos.

En el caso de frutas y hortalizas, se aplicaron 263 encuestas de manera presencial durante el 2018 en las principales ferias del agricultor del país ubicadas en Alajuela, Coronado, Desamparados, Grecia, Hatillo, Heredia, Plaza Víquez, San Ramón, Tibás y Zapote.

En el caso de productos lácteos, se realizaron 314 encuestas de manera presencial en el GAM durante el 2019. En el caso de los productos de panificación, se realizaron 521 encuestas de manera virtual en el 2020, esto debido a la pandemia generada por el virus SARS-Cov-2. En total se aplicaron en 1098 encuestas.

**Unidad:** Centro de Investigaciones en Economía Agrícola y Desarrollo Agroempresarial (CIEDA). Escuela de Economía Agrícola y Negocios.

**Investigadores:** Mercedes MonteroVega, Manuel García Barquero e Ignacio Sánchez Gómez.

## ¿Por qué seguimos desperdiciando alimentos?

De acuerdo a este estudio, **el problema radica en las malas prácticas de compra y conservación de alimentos en el hogar**, ya que las personas no se fijan en la fecha de caducidad, tienden a comprar mayor cantidad de producto cuando hay ofertas, además, los consumidores tienen malas prácticas de conservación de alimentos, lo cual favorece el desperdicio.

Por ejemplo, en el caso del pan (que es un alimento de alto consumo en el país) la mayoría de los encuestados dice conservar todos los tipos de pan a una temperatura ambiente, lo cual quiere decir que ni se congela ni se refrigera, esto provoca que sea más rápida su descomposición.



La mayoría (62,6%) desecha el pan por cambios en el color, lo cual evidencia que frecuentemente se encuentran en situaciones en las que el producto empieza su proceso de descomposición. Anel Kenjekeeva

---

Los consumidores también fallan en **un punto considerado como esencial para disminuir los desperdicios de alimentos en productos empacados: la lectura de etiquetas**. Los resultados muestran que, únicamente el 32,2% de los encuestados siempre lee las etiquetas, el 31,7% algunas veces lee etiquetas y finalmente el 36,1% nunca o casi nunca lee etiquetas de productos de panificación.

Cabe destacar que la amplia mayoría, 83% de los encuestados, consumen alimentos principalmente en sus hogares, lo cual, a criterio de los investigadores, indica la importancia respecto a la sensibilización y concientización del desperdicio en el ámbito familiar.

**LEA MÁS:** [Desde su casa usted puede evitar el desperdicio de alimentos, ahorrar y ayudar al planeta.](#)

## Pérdida y desperdicio de alimentos: dos conceptos distintos

La **pérdida de alimentos** es la disminución en la cantidad o calidad de los alimentos como resultado de las decisiones y acciones de los proveedores en la cadena alimentaria, excluyendo a los minoristas, proveedores de servicios de alimentos y consumidores (SOFA, 2019).

El **desperdicio de alimentos** se refiere a la disminución en la cantidad o calidad de los alimentos como resultado de las decisiones y acciones de los minoristas, proveedores de servicios alimentarios y consumidores (SOFA, 2019).

Fuente: <http://www.fao.org/platform-food-loss-waste/es/>

## Consumo consciente: del dicho al hecho

Entre los resultados del estudio sobresale que **el 95% de los encuestados considera que las PDA son un problema en el país**. Sin embargo, aún se requiere de una incorporación práctica de esta conciencia al comportamiento, según explicó la Dra. Mercedes Montero Vega, directora del Centro de Investigación en Economía Agrícola y Desarrollo Agroempresarial (Cieda) de la Escuela de Economía Agrícola y Agronegocios de la UCR.

"No logramos mejoras con sólo conciencia ya que incorporar las prácticas que reducen las PDA en la rutina diaria de los costarricenses involucra actividades semanales o diarias". **"A pesar de que una persona sea consciente de la importancia de no desperdiciar alimentos, si no tiene rutinas organizadas en el hogar, termina desperdiciando alimentos**. Lo anterior puede ser porque compró demás o no los almacenó como debía", señaló Montero..



Entre los alimentos frescos, las frutas y hortalizas tienen mayor margen de desperdicio (alrededor del 45%) a nivel mundial.

A partir de los datos, también se determinó que, **la intención de desperdicio de alimentos de los y las costarricenses no depende ni de los ingresos, ni de la educación, ni de la edad**, que fueron las variables consideradas como indicadores socioeconómicos, lo cual sorprende a los investigadores, ya que otros estudios realizados a nivel internacional indican que a mayor ingreso, mayor desperdicio.

Al respecto, la Dra. Montero, investigadora principal de este estudio, reconoció: "No tenemos una respuesta contundente para esto. Aún se requiere más investigación para saber el por qué. **Lo que sí sabemos es que las costumbres son más importantes que cualquier otra variable**".

Sin duda alguna, esta investigación apunta a que se requiere de un cambio en el comportamiento de los consumidores. Por eso, la principal propuesta de este trabajo se basa en **educar y concientizar a los costarricenses desde niños en el consumo, preparación y conservación de alimentos**.

"Hemos observado que las rutinas y costumbres del hogar son fundamentales, por lo tanto, es aquí donde podemos modificar y enseñar estas rutinas. Además, **consideramos esencial un esquema educativo que considere las PDA y la actitud hacia una vida saludable esencial para reducirlas**", apuntó Montero

Con este aporte, la Universidad de Costa Rica contribuye a entender las condiciones que determinan la pérdida y desperdicio de alimentos a nivel nacional, datos que son de relevancia para el planteamiento de estrategias y acciones tanto a nivel educativo como de políticas públicas que ayuden a disminuir las PDA y a la mejora de la productividad de los sistemas alimenticios del país.

# ¿Cómo reducir el desperdicio de alimentos? Lógrelo con estos sencillos consejos.

## 1. Séa creativo o creativa

Revise regularmente los alimentos restantes que hay en tu refrigerador. Utilícelos como materia prima para crear nuevas e innovadoras recetas.

## 2. Planifique sus compras

Antes de salir de compras, realice un inventario de alimentos disponibles en casa y haga una lista de compras basada en una dieta sostenible.

## 3. Compare y analice

En la tienda o supermercado, compare productos, analice bien las promociones y no caiga en compras de volumen por encima de las verdaderas necesidades de consumo.

## 4. No juzgue por las apariencias

Elija frutas y verduras que tengan formas graciosas y pequeños golpes, pues su sabor es igual de exquisito que las “normales”.

## 5. Revise las etiquetas

“Mejor antes de”: significa que antes de la fecha indicada las cualidades del producto están en su mejor estado. Sin embargo, con un almacenamiento correcto, los productos después de dicho momento son seguros de consumir.

## 6. Elija productos locales

Así colabora con la economía local, apoya a los pequeños productores y disminuye su impacto ambiental.

Encuentre más consejos [AQUI](#).



[Katzy O'Neal Coto](#)

Periodista, Oficina de Divulgación e Información

Áreas de cobertura: ciencias agroalimentarias y medio ambiente

[katzy.oneal@ucr.ac.cr](mailto:katzy.oneal@ucr.ac.cr)

