

# Reducción de azúcar: la respuesta del consumidor

## INTRODUCCIÓN

La OMS recomienda que el consumo de azúcares represente menos del 10% de la ingesta calórica total diaria. En el nuevo proyecto de directrices se formula la misma recomendación, indicando que si la ingesta calórica total diaria se reduce a menos del 5% se obtendrán beneficios adicionales. Argentina, se encuentra entre los 5 países de mayor consumo de azúcar agregada del mundo.

**Arce, María Soledad**

Licenciado en Tecnología de los Alimentos  
ISETA

Dra. Sosa, Miriam Patricia

Dr. Hough

Guillermo Ernesto

Ingeniería, Arquitectura y Tecnología  
soledad@desa.edu.ar

## OBJETIVOS

- Establecer la frecuencia de consumo de alimentos dulces.
- Estimar cuánto puede reducirse la concentración de azúcar sin que se perciban diferencias sensoriales, teniendo en cuenta distintos grupos etarios.
- Estimar la concentración óptima de azúcar de un alimento teniendo en cuenta factores tales como: edad, nivel socioeconómico y entorno de evaluación.

## METODOLOGÍA

- La metodología se nombrará según los objetivos:
- Objetivo a): Listado Libre (CSI) y Análisis por Conjuntos (encuesta utilizando Sawtooth Software (Figura 1))
  - Objetivo b): Estimación de la Magnitud (Ley de Stevens) y Método 3-AFC
  - Objetivo c): Estadística de Supervivencia

## RESULTADOS

- En el Listado Libre, se mencionaron 231 alimentos y 83 bebidas dulces (Tabla 1). Se seleccionó un alimento lácteo bebible de dos sabores (frutilla y vainilla) (CSI: 0,004).
- Se determinó la mejor combinación de mensajes sobre reducción de azúcares (Tablas 2a y b).
- Para el objetivo c) se diseñó un Consentimiento Informado, avalado por el Comité Institucional de Ética en Investigación Vitae.

## CONCLUSIONES

El alimento fue seleccionado por ser nutritivo, consumido por niños, fácil de reformular con distintas concentraciones de sacarosa. En cuanto al impacto de mensajes, el sexo influyó en el ensayo: los hombres eligieron en menor medida que las mujeres la frase "30% menos de azúcar-menos dulce"/"no empalaga"/"prevenir enfermedades"; las mujeres "toque más ácido"/"una mejor dentadura".

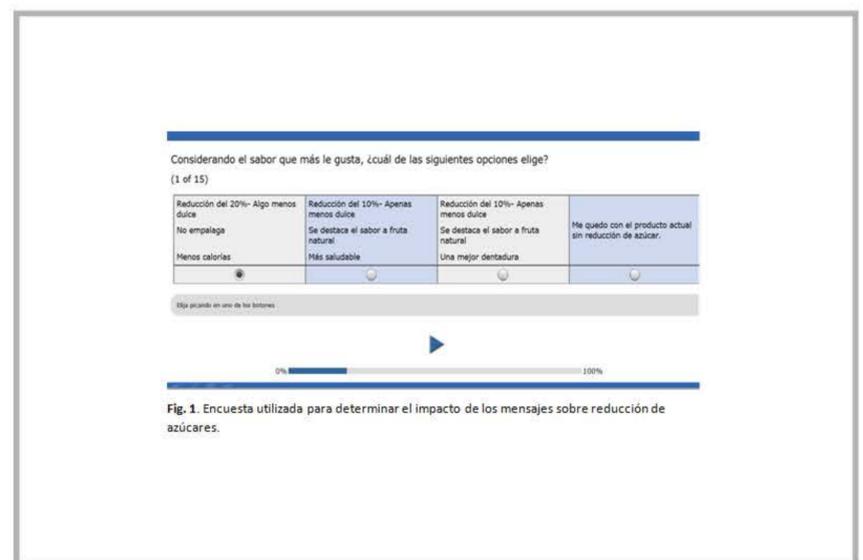


Fig. 1. Encuesta utilizada para determinar el impacto de los mensajes sobre reducción de azúcares.

Alimentos más nombrados	CSI
Dulce de leche	0,0609
Chocolate	0,0483
Flan	0,0412
Bebidas gasificadas sabor Cola	0,0407
Bebidas gasificadas sabor Naranja	0,0407
Chocolatada	0,0040
Yogur de frutilla	0,0040

Tabla 1. Alimentos más nombrados en el Listado Libre.

La combinación de mensajes con mayor importancia para la población encuestada fue:

- > "20% menos de azúcar-algo menos dulce", correspondiente a la categoría reducción de azúcar.
- > "Se destaca el sabor a fruta natural", correspondiente a la categoría sensorial
- > "Menos calorías" y/o "más saludable", correspondiente a la categoría salud.

Mensajes	Total	Mujer	Hombre
10% menos de azúcar-Apenas	2.0	-5.5	11.6
20% menos de azúcar-Algo	12.9	9.8	16.7
30% menos de azúcar-Menos dulce	-14.9	-4.4	-28.3
Quita la sed	9.9	11.9	4.9
Se destaca el sabor a fruta natural	37.4	32.3	45.9
Un toque más ácido	-23.3	-30.0	-12.9
No empalaga	-24.0	-14.2	-37.9
Para prevenir enfermedades	-4.2	4.0	-19.4
Menos calorías	19.2	19.8	16.6
Una mejor dentadura	-27.8	-36.6	-12.1
Más saludable	12.7	12.8	14.9
Actual	-85.1	-105.9	-11.7

Tabla 2b. Combinaciones de mensajes más importantes según el sexo.