

Según el Barómetro de Alimentación Saludable de AECOC Shopperview

El 68% de los españoles considera que los momentos de ocio y socialización mejoran su bienestar físico y emocional

- **Los españoles priorizan el sabor (54%) sin renunciar a lo saludable (35%) en su alimentación en momentos de ocio**
- **8 de cada 10 personas consideran que los alimentos y bebidas que consumen influyen en su bienestar emocional**
- **El consumo de bebidas refrescantes en España se realiza en momentos de ocio, en compañía de familiares (63%) y amigos (59%)**
- **El 66% de los consumidores prefieren las variedades de bebidas refrescantes sin azúcar**

Madrid, a 26 de junio de 2024. Los españoles están cada vez más concienciados sobre la importancia de cuidarse y llevar un estilo de vida saludable. La alimentación, el ejercicio físico o el descanso son los principales pilares que contribuyen al bienestar. Sin embargo, los españoles también consideran que es fundamental reservar momentos para el ocio y la desconexión. **El 68% afirma que los momentos de ocio y socialización mejoran su bienestar físico y emocional y el 61% prefiere las bebidas refrescantes en estos momentos**, según datos del último Barómetro de Alimentación Saludable realizado por AECOC Shopperview.

Disfrutar y cuidarse son complementarios y están interrelacionados, también en lo que respecta a la alimentación. Por eso 8 de cada 10 españoles afirma que en sus momentos de ocio prioriza el sabor (54%) y los alimentos y bebidas que les ayuden a desconectar y disfrutar del momento (44%) sin renunciar a lo saludable (35%). Además, el 40% de los españoles considera que salir a tomar algo con familiares y amigos es un hábito de ocio saludable.

"La gente que se cuida tiene claro que la alimentación es importante, pero que una vida saludable va mucho más allá. Eso hace que elijan alimentos y bebidas que les ayuden a cuidarse, pero también a disfrutar de esos necesarios momentos de placer" nos dice Marta Munné, responsable de estudios de Shopperview en AECOC.

Otro dato que confirma la relación entre disfrute, alimentación y bienestar es que **el 80% de los españoles considera que los alimentos y bebidas que consume influyen en su bienestar emocional.**

Consumo de bebidas refrescantes en momentos de ocio y disfrute

Dentro de esos productos asociados a los momentos de disfrute y placer se encuentran las bebidas refrescantes.

El Barómetro de Alimentación Saludable muestra que la mayoría de los españoles consume refrescos como parte de un estilo de vida saludable, social y activo. Además, su consumo se realiza en compañía (un 63% en compañía de familiares y un 59% con amigos) y en momentos de ocio y disfrute. En concreto, **un 33% los consume los fines de semana y en otras ocasiones especiales, un 32% en celebraciones y otro 32% en salidas y planes en bares y restaurantes.**

Tal y como explica la **directora general de la Asociación de Bebidas Refrescantes, Beatriz Blasco Marzal**: *"estos datos son un reflejo del patrón de consumo de bebidas refrescantes en España, que es diferente al de otros países de nuestro entorno, aquí los refrescos se consumen en un contexto social y fundamentalmente en hostelería, que es el principal canal de ventas de refrescos en España"*.

Otra de las tendencias de consumo que muestra el Barómetro de Alimentación Saludable de AECOC Shopperview es la **preferencia por las bebidas refrescantes sin azúcar, elegidas por el 66% de los consumidores**. Al mismo tiempo, en términos más generales se observa una tendencia hacia la reducción del consumo de alcohol: 7 de cada 10 personas afirma haber reducido su consumo en los últimos años.

Sobre la Asociación de Bebidas Refrescantes

Es la organización empresarial que representa a esta industria en España. Creada en 1977 agrupa a la mayoría de las empresas dedicadas a la elaboración y comercialización de estas bebidas en nuestro país. Desde 2012 cuenta, además de con asociados, con colaboradores, empresas relacionadas con el sector o con intereses comunes. La Asociación de Bebidas Refrescantes forma parte de organizaciones nacionales e internacionales como la Federación de Industrias de Alimentación y Bebidas (FIAB), la federación europea que agrupa las Asociaciones de bebidas refrescantes (UNESDA), o la Asociación Nacional del Envase de PET (ANEP), entre otros.

Sobre AECOC

AECOC es una de las mayores organizaciones empresariales del país y la única en la que la industria y la distribución de diferentes sectores trabajan conjuntamente para desarrollar buenas prácticas y estándares tecnológicos que ayuden a las empresas a ser más eficientes y competitivas, aportando valor al consumidor. Engloba tanto a las mayores compañías como a las pequeñas y medianas empresas y representa sectores tan diversos como el de la alimentación y bebidas, textil, electro, ferretería y bricolaje, salud y hostelería, entre otros. Cuenta con más de 34.000 empresas asociadas cuya facturación conjunta supone cerca del 25% del PIB nacional.