

## LA GASTRORREVOLUCIÓN

¡Hola de nuevo y bienvenidos a una entrada más de nuestro Blog! La semana pasada hablábamos de las tendencias que pisan fuerte en 2019, y una de ellas era el auge del mundo de las plantas, así que en este post seguiremos un poco el "topic"... Hoy vamos a hacer un resumen sobre los tipos de consumidores que existen actualmente. En la última década han aparecido muchas nuevas corrientes sobre la alimentación que se basan en una modificación de la dieta y que incluso van ligadas a un cambio en la ideología de algunos de los consumidores. ¿Cómo va a repercutir esto en el desarrollo de las tendencias y en la relación industria-producto-comprador? ¡Vamos a verlo!

En primer lugar, distinguiremos los tipos de consumidores a nivel de alimentación y dieta que podemos encontrarlos:

- **Omnívoros:** el clásico. Consumen todo tipo de carne, pescado, ovolácteos, vegetales, frutas, legumbres...
- **Vegetarianos:** consumen vegetales y frutas, y admiten según los casos derivados de huevos y lácteos (**ovolactovegetarianos**), pero en ningún caso comen carne ni pescado. A pesar de esto, no son tan restrictivos puesto que no tienen una ideología establecida que vaya más allá de la alimentación.
- **Veganos (o vegetarianos estrictos):** es la tendencia con mayor crecimiento en el mercado y cada vez más personas se suman a este modo de vida, sobre todo los más jóvenes. Consumen vegetales, frutas, semillas y cereales, y además se asocian a una creencia ideológica fundamentada en el rechazo al consumo de cualquier producto de origen animal, o con participación de los animales en términos de experimentación (desde alimentos hasta perfumes, maquillaje, productos de higiene, o textiles). Se basan en el respeto al cuidado y la conservación y denuncian la explotación y el maltrato a los animales.
- **Flexivegetarianos:** por lo general solo comen vegetales, frutas, huevos y lácteos pero de vez en cuando consumen también carne o pescado. Más "flexible", como su propio nombre indica, le está haciendo una fuerte competencia a las dos anteriores, ya que sigue una dieta vegetariana de forma rutinaria pero ocasionalmente permite el consumo de forma puntual de alimentos de origen animal.

Según datos del año 2018, un 92,2% de la población española se incluye en el grupo de omnívoros, mientras que el restante 7,8% (unos 3,6 millones de personas!) basa su dieta de manera exclusiva o casi exclusiva en los productos de origen vegetal. Además, de acuerdo a la información proporcionada por un estudio de *The Green Revolution*: en el año 2020 se alcanzará un mercado mundial de productos vegetales valorado en 5.000 millones de dólares, una cifra sin duda a tener en cuenta por la industria alimentaria.

Otros grupos minoritarios incluyen también a los crudiveganos (solamente consumen frutas y vegetales crudos), pescetarianos (comen frutas, vegetales, pescados y mariscos), o los que se incluyen dentro del llamado "frugivorismo", una dieta vegana extremadamente restrictiva y casi descartada en la actualidad en la que únicamente se consumen frutas.

Una vez analizados todos los puntos de vista a nivel del consumo de los diferentes tipos de alimentos, vamos a tratar el debate que va avivándose a medida que se incrementa cada vez más el número de consumidores de productos exclusivos de origen vegetal.

El pretexto de los contrarios a este tipo de dietas es la preservación de la salud. Por un lado, se justifican en el déficit vitamínico que provoca dejar de comer cierto tipo de alimentos, como por ejemplo la Vitamina B12, cuya falta provoca un tipo de anemia. O también la falta de hierro, cuya mayor y mejor fuente es la carne y que además se absorbe más fácilmente cuando proviene de ésta que el que se encuentra en algunas plantas.

Por otro lado, en términos de ingredientes y aditivos, el argumento es que la mayoría de los nuevos productos veganos son alimentos que están muy procesados industrialmente y con una alta proporción de ingredientes de cuestionable calidad.

En la otra punta del ring, los partidarios de la alimentación exclusiva basada en vegetales argumentan que hay muchos productos con el suficiente contenido proteico para suplir el proporcionado por aquellos de origen animal. Pero más importante aún es su defensa basada en la sostenibilidad del planeta.

La actividad ganadera en este planeta está ligada a impactos negativos tales como la deforestación, la contaminación del agua y atmosférica, el calentamiento global y la pérdida de biodiversidad, entre otros. Además, más del 70% de las tierras se utilizan para el cultivo de alimentos para el ganado. Todo esto conlleva a que se justifique un cambio en el modo de alimentación para evitar que se siga produciendo este grave impacto medioambiental que está causando estragos a nuestro hogar.

En definitiva, está claro que hay opiniones para todos los gustos y nosotros nos quedamos con el respeto a todas ellas y con el aprendizaje de "renovarse o morir". Debemos estar muy pendientes de todas las tendencias y posibilidades y adaptarnos a los cambios. Por nuestra parte, ya estamos concienciados e investigando innovadoras soluciones alimentarias y aplicaciones para cubrir todos los posibles tipos de productos.

¡Hasta la próXima!