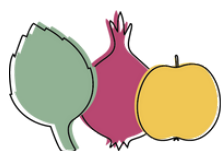




DIAGNOSI ALIMENTÀRIA

Estudi de la percepció, hàbits i nivells
de seguretat alimentària de les persones
usuàries del projecte de La Botiga del
Prat de Llobregat

2023



LA BOTIGA

alimenta • cuida • transforma



Ajuntament del
Prat de Llobregat



GRUP

ABD



espigoladors

Finançat per:



Finançat per
la Unió Europea
NextGenerationEU



GOBIERNO
DE ESPAÑA



Plan de Recuperación,
Transformación
y Resiliencia



Next Generation
Catalunya



Generalitat
de Catalunya

CONTINGUTS

1 Introducció | 4

- 1.1 La Botiga del Prat de Llobregat: un projecte de garantia alimentària, apoderament comunitari i sostenibilitat | 4
- 1.2 La Botiga: població | 5
- 1.3 Necessitat d'una nova diagnosi | 6

2 Objectius | 8

3 Metodologia | 9

4 Resultats | 10

- 4.1 Descripció de la població | 10
- 4.2 Percepció de La Botiga | 12
- 4.3 Hàbits alimentaris | 14
- 4.4 Nivells de seguretat alimentària | 17

5 Conclusions | 21

- 5.1 Comparatives amb altres estudis | 21
- 5.2 Conclusions finals | 22
- 5.3 Comparativa amb l'informe de l'any 2022 | 26

6 Limitacions | 31

7 Propostes | 33

1. INTRODUCCIÓ

1.1 La Botiga del Prat de Llobregat: un projecte de garantia alimentària, apoderament comunitari i sostenibilitat

La Botiga és un **projecte de garantia alimentària, apoderament comunitari i sostenibilitat** del Prat de Llobregat nascut al mes de setembre del 2021, que treballa seguint els principis de la sobirania alimentària. Aquest és un projecte de l'**Ajuntament del Prat de Llobregat** que es troba sota la gestió delegada de les entitats **Associació Benestar i Desenvolupament**, i la **Fundació Espigoladors**. Durant l'any 2023, ha atès 3.126 persones del municipi, una xifra que representa el 4,78% del total de la seva població (65.409 persones) (1).

La Botiga neix amb la voluntat d'esdevenir un projecte que garanteixi el **dret a l'alimentació saludable i sostenible** a les persones derivades dels Serveis Socials del municipi i, a curt termini, de la ciutadania pratenca en general. Així mateix, és un projecte que vol dinamitzar la **producció local d'aliments** i els productes provinents de l'**economia social i solidària** del territori, tot facilitant circuits curts per als productors i productores i entitats del municipi.

Per altra banda, aquest és també un dispositiu comunitari que desenvolupa polítiques d'**inclusió social** i que compta amb un model de **governança participativa** on totes les persones i entitats que es troben dins l'ecosistema de la Botiga són convidades a participar.



1.2 La Botiga: població

Seguint les dades obtingudes a través de l'aplicació de gestió de la Botiga **eQuàliment**, durant les dues setmanes en què va dur-se a terme l'enquesta entre les persones usuàries (desembre 2023), La Botiga va atendre un total de 410 famílies, que equivalen a **1.090 persones**.

El 54,31% eren dones, i cap s'identifica com a no-binària. Pel que fa a la franja d'edat, el 44,31% són menors de 18 anys; el grup majoritari de majors d'edat tenen entre 30 i 44 anys; representa el 21,47% del total.

EDAT EN ANYS	PERCENTATGE SOBRE EL TOTAL D'USUÀRIES
<18	44,31%
18-29	13,58%
30-44	21,47%
45-59	13,67%
60-67	4,5%
Més de 67	2,38%

TAULA 1. Distribució en franges d'edat de les usuàries de La Botiga

Espanya és el país d'origen del 51,95% de les persones usuàries. De la resta d'usuàries, el 28,05% tenen com a continent d'origen Sud-amèrica, el 12,20% l'Àfrica, el 0,98% l'Àsia, el 0,49% la resta d'Europa i un 6,34% no indica el país d'origen.

Pel que fa al temps de permanència al servei, un 51,71% de persones feia més de 3 mesos que n'eren usuàries i un 48,29%, porten menys de 3 mesos. El termini actual de concessió del servei d'ajuda alimentària ha canviat als 4-6 mesos.

TEMPS DE PERMANÈNCIA EN EL SERVEI	PERCENTATGE SOBRE EL TOTAL D'USUÀRIES
Fins a 3 mesos	48,29%
3 – 6 mesos	27,07%
6 – 12 mesos	7,56%
12 – 24 mesos	7,32%
24 – 36 mesos	6,59%
Més de 36 mesos	3,17%

TAULA 2. Distribució de les usuàries de La Botiga per temps de permanència al servei

1.3 Necessitat d'una nova diagnosi

El **dret a l'alimentació** és un dret humà que es troba recollit en l'article 25 de la Declaració Universal dels Drets Humans. Quan parlem de dret a l'alimentació saludable i sostenible, estem fent referència a la promoció d'aquest dret tenint en compte tres perspectives: aquella relacionada amb la **salut de les persones**, amb la **sostenibilitat ambiental**, i amb els **aspectes socioculturals** de l'alimentació. Dins aquest concepte s'hi identifiquen aspectes que entronquen amb la necessitat de seguir una **dieta equilibrada i adequada**, que segueixi les recomanacions de l'Agència de Salut Pública de Catalunya (ASPCAT) i que contingui pocs productes processats; que contingui aliments produïts de forma sostenible i evitant la contaminació química; i el fet que respectin les cultures i pràctiques culinàries locals.

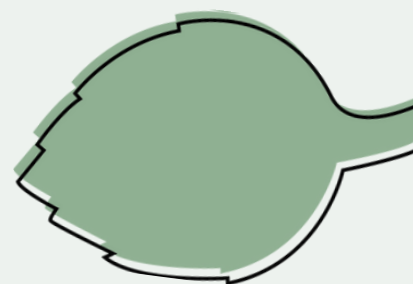
D'acord amb el relator especial sobre el dret a l'alimentació Michael Fakhir, el dret a l'alimentació està també unit a l'existència d'una **biodiversitat** elevada de cultius i de dietes, i amb la possibilitat que totes les persones participin en la divulgació dels coneixements sobre agricultura i nutrició (2).

Així mateix, l'ex-relator Oliver De Schutter, va establir que la garantia del dret a l'alimentació implica la **disponibilitat**, l'**assequibilitat** i l'**adequació** dels aliments. Afegeix, a més, que és imprescindible que els sistemes alimentaris organitzin l'oferta alimentària adaptant-se a les necessitats del món, que l'agricultura s'ha de desenvolupar de manera que augmenta els ingressos dels petits productors i productores, i apunta que no pot posar en risc la seva capacitat de satisfer les necessitats futures.

Per tal d'avançar cap a la garantia d'aquest dret a l'alimentació saludable i sostenible, **s'ha considerat imprescindible tornar a realitzar una diagnosi alimentària** de les persones usuàries de La Botiga, valorant així si el model de funcionament ha tingut un impacte positiu cap a la garantia d'aquest dret, identificar nous reptes i les fortaleeses per a continuar adaptant-lo.



Per mesurar-ho, la diagnosi torna a posar èmfasi en identificar qualsevol situació d'**inseguretat alimentària** de les persones usuàries d'aquest servei. Segons la FAO, aquestes són situacions en què una persona "no té accés regular a suficients aliments innocus i nutritius per gaudir d'un creixement i desenvolupament normals, i dur una vida activa i saludable".



Per a mesurar la inseguretat alimentària, en alguns països d'Europa s'utilitza la **EU-SILC (European Statistics of Income and Living Conditions)** (2). Una enquesta més àmplia que inclou diversos indicadors relacionats amb les condicions de vida, com ara la renda, l'habitatge i l'exclusió social, a més de la seguretat alimentària. Permet als investigadors examinar la relació entre la inseguretat alimentària i altres factors com els ingressos, l'ocupació i el suport social, proporcionant una comprensió més completa dels determinants i les conseqüències de la inseguretat alimentària.

La FAO utilitza l'**escala FIES**, que mesura l'experiència d'inseguretat a través de 8 preguntes. El FIES pot ser preferit al SILC per avaluar la inseguretat alimentària perquè ofereix un examen més detallat i dirigit de l'accés als aliments i les seves experiències associades. Aporta indicadors concrets relacionats amb la inseguretat alimentària, que permeten una valoració més precisa de les condicions de vida. A més, el FIES ha estat àmpliament utilitzat i validat en diferents contextos, fet que el converteix en una eina fiable per mesurar la inseguretat alimentària a nivell internacional.

Per tant, per dur a terme la present diagnosi s'ha continuat emprant l'escala FIES per poder comparar els resultats obtinguts amb els indicadors de seguiment de l'ODS 2, de l'enquesta de la diagnosi alimentària realitzada durant el 2022.

A més, l'enquesta també ha volgut **identificar altres aspectes relacionats amb el funcionament i l'oferta alimentària de la Botiga**, i amb els hàbits alimentaris de les seves persones usuàries. En definitiva, a través d'aquesta enquesta s'han volgut identificar els **punts forts** i els **reptes** a què ha de fer front el projecte per poder garantir les tres dimensions del dret a l'alimentació saludable i sostenible (l'ambiental, la social i l'econòmica).



2. OBJECTIUS

El present estudi s'ha dut a terme amb l'objectiu general de **conèixer l'evolució del nivell de seguretat alimentària que proporciona el projecte**, i per conèixer quins són els hàbits i percepcions alimentàries de les seves persones usuàries. A través dels seus resultats, s'espera poder adaptar els mecanismes que donen resposta als reptes alimentaris que s'observin i, garantir, de forma més plena, el dret a l'alimentació saludable i sostenible.

Pel que fa als seus **objectius específics**, aquests tenen relació amb:

1

Conèixer la **percepció** que les usuàries tenen sobre el funcionament i els productes que s'ofereixen a la Botiga.

2

Identificar quins són els **hàbits alimentaris** de les persones usuàries de la Botiga.

3

Conèixer quin **grau de seguretat alimentària** ofereix la Botiga.

4

Cercar nous **punts de millora** per tal de caminar cap a la garantia del dret a l'alimentació saludable, sostenible i adequada.

5

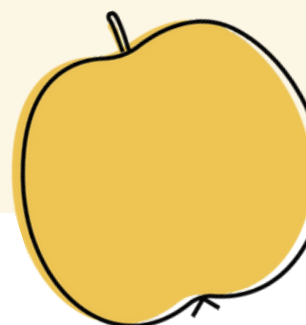
Fer **partícips** a les persones usuàries de la Botiga en les decisions de política alimentària del projecte.

6

Analitzar la **comparativa** entre els resultats actuals del 2023 respecte als resultats de l'any 2022.

7

Conèixer l'**evolució** i **possible cronificació** de les persones usuàries del servei i valorar l'**impacte** de la Botiga en la seva alimentació.



3. METODOLOGIA

Aquesta investigació s'ha dut a terme amb l'**enquesta emprada durant la diagnosi del 2022**. S'ha realitzat a les persones usuàries del servei de la Botiga durant 10 dies del mes de desembre del 2023. Durant aquests dies, del total de 433 d'unitats familiars que havien de venir a buscar aliments, 410 van anar a recollir-los, i 205 van respondre l'enquesta, de les quals totes són vàlides. L'índex de participació ha estat del 50%. Per garantir la representativitat de la mostra, es van fer les enquestes durant dies diversos en què les persones que acudien a la Botiga eren diferents.

Per tal de facilitar la participació de les persones usuàries, personal treballador d'Espigoladors, prèviament format, era qui duia a terme les enquestes. Les treballadores llegeixen les preguntes i les persones usuàries responien verbalment tenint, també, accés visual al document de preguntes.

L'enquesta estava dividida en **quatre apartats**:

205
PERSONES
ENQUESTADES

50%
ÍNDEX DE
PARTICIPACIÓ

1

DADES SOCIOECONÒMIQUES

A través d'aquest, es volia obtenir la informació suficient per fer una caracterització de les persones usuàries de la Botiga i de les seves llars. Inclou informació relativa a l'edat, al gènere, les persones per llar que comparteixen aliments, les persones menors que hi ha en cada una de les llars, el nivell d'estudis, el país de naixement, els ingressos mensuals i tipologies de despesa familiar, i el temps que fan que són usuàries de la Botiga.

2

PERCEPCIÓ DE LA BOTIGA

A través d'aquest, es volia tenir informació sobre la percepció que les persones usuàries tenen envers l'alimentació que la Botiga els permet tenir. Així, l'apartat inclou informació sobre la complementarietat que fan les usuàries de la cistella que reben, el percentatge que els aliments que reben a la Botiga representen sobre la seva dieta, i altres temàtiques relacionades amb la percepció de garantia del dret a l'alimentació saludable i sostenible.

3

HÀBITS ALIMENTARIS

A través d'aquest, es volia conèixer quina alimentació segueixen les persones usuàries. Inclou informació sobre els hàbits de cuina i de conservació dels aliments, els àpats i la freqüència de consum dels diferents grups d'aliments.

4

ACCÉS A UNA ALIMENTACIÓ ADEQUADA

En aquest últim apartat, es calcula els nivells d'inseguretat alimentària de les persones usuàries a través de l'indicador FIES.



S'ha emprat la mateixa **enquesta utilitzada a la diagnosi del maig del 2022**, realitzada entre la candidata PhD Berta Vidal-Monés i la Doctora en Sostenibilitat Raquel Díaz Ruiz. Una enquesta basada principalment en experiències prèvies com són altres enquestes que tenien com a objectiu conèixer els motius de malbaratament alimentari en diverses baules de la cadena, i també en estudis sobre entorns alimentaris (3). Cal destacar que es va afegir una **nova pregunta relacionada amb l'afecció de malalties cardiovasculars** en els usuàries de La Botiga i membres de la unitat familiar.

4. RESULTATS

4.1 Descripció de la població

En primer lloc, cal ressaltar el fet que **el 97,56% de les persones que han respost l'enquesta són una de les principals encarregades de l'alimentació i les compres a la seva llar**. Aquest fet és transcendent en tant que atorga més validesa als resultats referents als hàbits de compra i de cuina que s'extreuen de la present diagnosi.

Pel que fa a l'**edat** de la població enquestada, prop de la meitat de les respostes es concentren en el grup d'edat de 29 a 44 anys (45,37%) seguit del grup de 45 a 59 anys (27,80%). Així mateix, cal ressaltar que el 70,24% de la mostra està conformada per persones que s'identifiquen amb el gènere femení.

Totes les persones enquestades són **residents al Prat de Llobregat**. Les persones usuàries venen derivades d'Equips Bàsics d'Atenció Social (EBAS). Un 33,64% venen derivats de l'EBAS Centre, seguit d'un 32,16% de Sant Cosme, un 17,46% de Marina, un 4,92% de Ribera Baixa i un 11,83% ho desconeix.

S'observa que el 81,95% de les persones enquestades comparteixen aliments amb altres persones del nucli familiar, i el 20,98% del total ho fa amb 5 persones o més. De les persones que comparteixen aliments, el 60,98% ho fa, com a mínim, amb un menor de 16 anys. Aquests són dos aspectes que tenen influència en les dietes i que també tenen, o poden tenir, influència en els hàbits alimentaris i les freqüències de consum.

En referència al **nivell d'estudis**, el 31,71% de la mostra compta amb estudis de secundària (fins als 16 anys), seguits del 24,39% que compta amb formació professional o batxillerat (fins els 18 anys), un 21,95% no té estudis primaris i un 13,66% compta amb estudis primaris (fins els 12 anys). Només el 8,29% de les usuàries enquestades té estudis universitaris.

Pel que fa al **país de naixement** de les persones participants en l'enquesta, el 44,12% són nascudes a Espanya. Segueix Colòmbia amb un 14,71% i en 3r lloc el Marroc, amb un 11,27%. Del total de persones nascudes fora d'Espanya, el 24,78% hi viu a Espanya des de fa més de 10 anys, i, d'altra banda, el 23,01% des de fa menys d'un any.

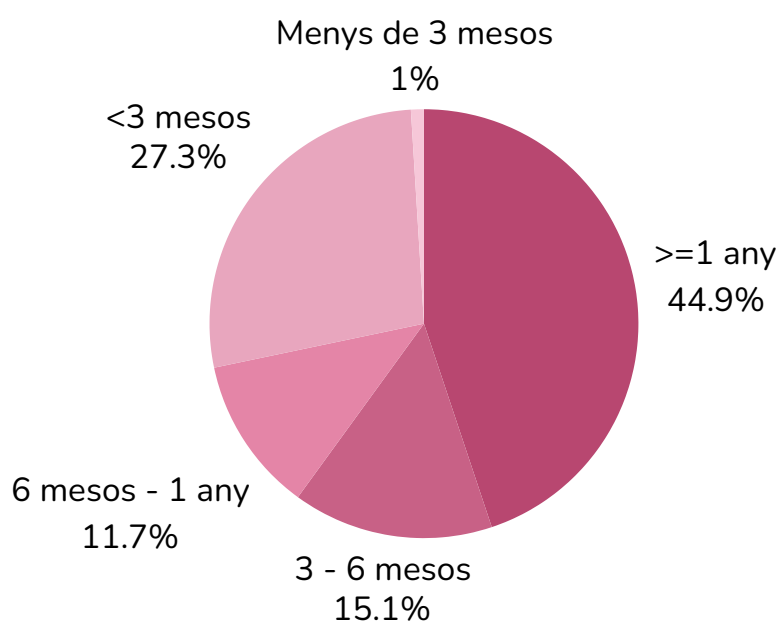
En relació amb els **ingressos mensuals** aproximats de la llar, el 79,51% de les persones enquestades apunten que aquests són igual o inferiors a 600 €. El 16,10% que els ingressos de la seva llar són d'entre 600 i 1000 €, i el 4,39% restant els situa entre 1000 i 2000 €.

Dels ingressos obtinguts, el 44,39% de les persones enquestades apunten que dediquen al lloguer o al seu habitatge més de 301 € de despesa mensual; i un 32,20% gasten menys de 50 € en subministraments (llum, gas i aigua).

Per últim, el 44,88% de les usuàries fa més d'un any que són receptores d'ajudes alimentàries de la Botiga. El 28,29% de les enquestades feia menys de 3 mesos que n'eren usuàries, el 15,12% feia entre 3 i 6 mesos i 11,71% feia entre 6 i 12 mesos que n'eren. Dins els nivells de cronificació, és remarcable el fet que el 23,41% de les usuàries faci més de 3 anys que disposen d'aquest servei.

La derivació a aquest servei s'actualitzava cada 3 mesos, actualment aquesta renovació es duu a terme cada 4-6 mesos.

GRÀFICA 2. Antiguitat de les persones usuàries de La Botiga (en %)

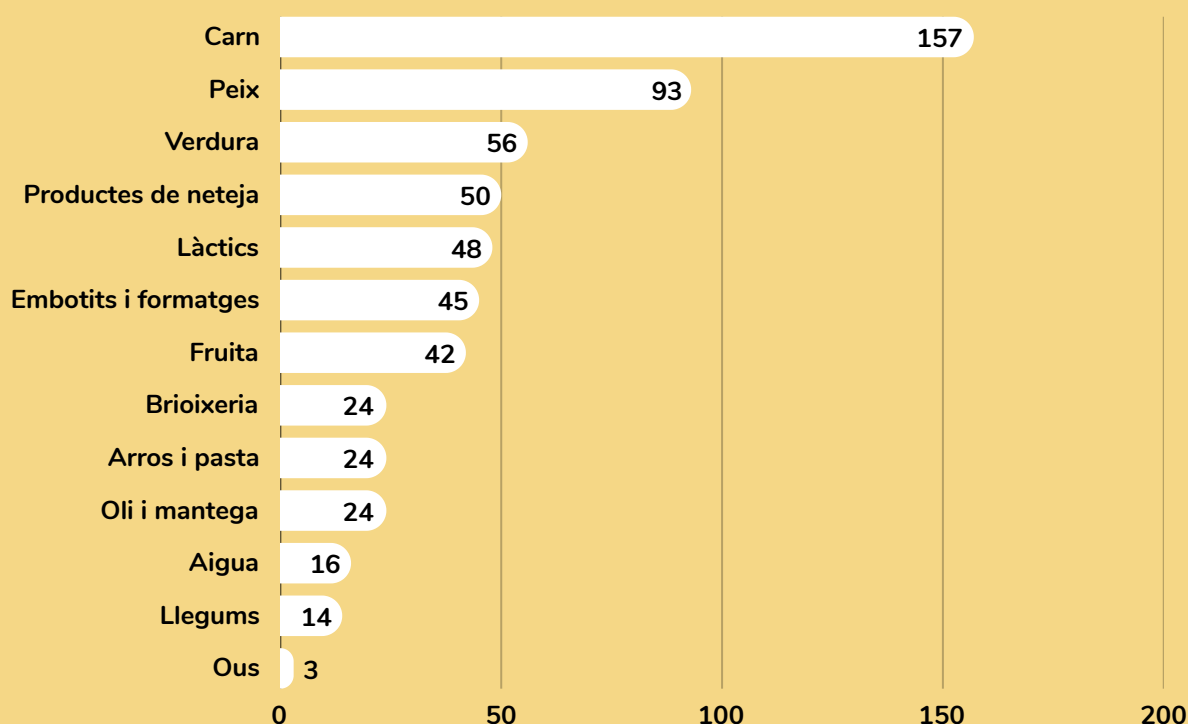


4.2 Percepció de La Botiga

Un aspecte imprescindible per conèixer quina és la percepció que les persones usuàries tenen del servei de la Botiga, és **conèixer si necessiten complementar o no les donacions alimentàries que reben**. Cal especificar que la Botiga és un servei que busca proporcionar una alimentació saludable i sostenible; i ofereix una gran varietat de grups d'aliments diferents. No obstant això, no pot cobrir el 100% dels requeriments nutricionals d'una persona. Per tant, **l'ideal seria que totes les persones usuàries complementessin els aliments que reben de la Botiga**. Per contra, a través d'aquesta diagnosi s'ha observat que el 3,41% de les persones no complementen la dieta (7 sobre una n=205) i que el 9,27% ho fa a vegades. Per tant, aquestes persones molt probablement tingui deficiències nutricionals que caldria valorar. Pel que fa al **87,32% restant de persones que sí que complementen els aliments que reben**, bona part apunta que ho fa a través dels seus ingressos (93,66% del total). Ningú fa ús de targetes moneder (actualment, les derivacions d'ajudes de serveis socials són excloents), 1 persona acudeix a menjadors socials i 4 reben ajudes a través dels circuits d'ajuda informal.

Pel que fa als productes amb què es complementen les donacions rebudes de la Botiga, majoritàriament identifiquen la carn (76,59% de qui complementa), seguit del peix (45,37% de qui complementa), la verdura (27,32% de qui complementa), els productes de neteja (24,39% de les persones que complementen), els làctics (23,41% de qui complementa), els embotits i formatges (21,95% de qui complementa) i la fruita (20,49% de qui complementa).

GRÀFICA 1. Nombre d'unitats familiars que han de complementar la seva compra fora de La Botiga, per grups d'aliments.



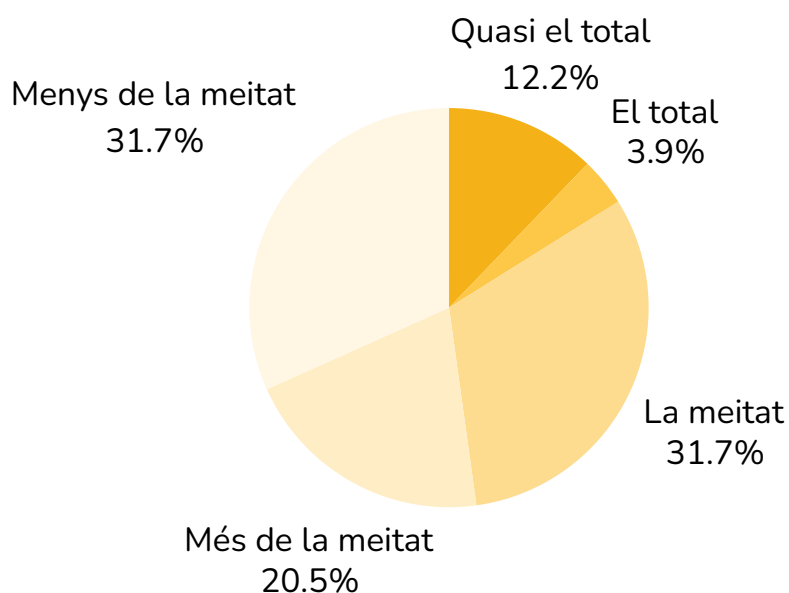
El criteri principal de compra és el preu (99,49%), i només 1 enquestat prioritza la qualitat.

Pel que fa als establiments on s'adquireixen aquests productes, el 97,41% complementa les compres ho fa a supermercats o hipermercats, i només un 2.59% ho fa en botigues de barri, com la carnisseria Halal.

Aquesta diagnosi ha identificat que el 31,71% de les persones enquestades considera que els aliments que compren a La Botiga suposen la meitat, però el mateix percentatge considera que rep menys de la meitat. Un 12,68%, considera que compra quasi la totalitat. Només un 3,90% indica que aquesta suposa el total, encara que siguin un 3,41% les llars que no complementen la cistella.

Molt relacionat amb les herències culinàries i el dret a l'alimentació culturalment adequada, s'observa que **el 36,10% de les persones enquestades consideren que a la Botiga no troben tots els aliments necessaris per preparar els seus plats**, i un 41,95% considera que només els troba a vegades. L'aliment que més es troba a faltar és la carn (64,88%) seguit del peix (28,78%) i la fruita (20,49%).

GRÀFICA 2. Quina proporció representen els aliments de La Botiga en l'alimentació de la teva llar?



Pel que fa a la percepció sobre la possibilitat de seguir una dieta saludable, variada i equilibrada, el 50,24% de les persones enquestades considera que els aliments que rep de la Botiga li ho permeten fer. El 39,51% considera que li ho permet en algunes ocasions, i el 10,24% considera que no li ho permet. Dins aquest punt, cal apuntar que el 56,10% de les usuàries enquestades considera que rep suficients fruites i verdures fresques, i el 28,78% considera que a vegades en rep prou. Cal especificar, però, que el 87,90% de les llars que consideren que els aliments rebuts els permeten tenir una dieta saludable, no segueixen els paràmetres de dieta respecte a les freqüències de consum recomanades per l'ASPCAT.

4.3 Hàbits alimentaris

En aquest apartat es volia conèixer quina és l'alimentació, tant pel que fa als productes com pel que fa als hàbits de cuina, que segueixen les persones usuàries de la Botiga. En aquest cas, s'ha observat que, més enllà dels productes que s'emporten de la Botiga, les persones usuàries incorporen en la seva dieta altres productes frescos com la carn (86,34%), peix (57,56%), làctics (26,34%), verdures (25,85%) i fruita (17,07%). Les dues primeres incorporacions coincideixen amb la complementarietat que les persones fan dels aliments que compren.

Un aspecte que condiciona els hàbits alimentaris i de cuina, és la disposició de determinats **electrodomèstics** i **espais de conservació d'aliments** a les llars. En aquest sentit, cal tenir en compte que les persones usuàries de la Botiga són una població en situació de vulnerabilitat social, fet que pot comportar que a les seves llars o bé no es disposi d'alguns electrodomèstics, o bé no els utilitzin amb l'objectiu de reduir el consum energètic. Pel que fa als espais de conservació d'aliments, els resultats de la diagnosi mostren que el 96,10% de les enquestades disposen de nevera, el 70,73% de congelador, i el 63,41% de rebost. Pel que fa als espais i estris de cuina, el 91,22% de les persones disposen d'una cuina, el 67,80% disposa de forn, el 78,54% de microones, i només 2 enquestats tenen robot de cuina. És a dir, del total de persones enquestades (n=205) 8 no té nevera, 18 no té cuina, 44 no té microones, 60 no té congelador, i 66 no té forn.

Les tècniques de cuina més utilitzades són l'ebullició (92,20%), el fregit (82,93%), la planxa (78,05%) i el forn (70,73%). Les segueixen la cassola (61,46%), que fa referència al saltejat a foc lent, i la cuina al vapor (60%), dues opcions més saludables per a algunes tipologies d'aliments.

Cal tenir en compte que el 92,68% de les persones usuàries de La Botiga es preocupa i limita la despesa elèctrica o de gas que generen quan cuinen.

És remarcable el fet que el 71,22% de les persones enquestades consideri que disposa de temps per cuina, i que el 25,85% declari tenir-ne a vegades.

Dins les receptes que les persones cuinen habitualment de forma setmanal, identifiquem el guisat (18%), la sopa (13%) i l'estofat (11%). És important apuntar que el 8% de les receptes cuinades són plats tradicionals, entre els quals s'han identificat les "arepes" i el "chalquican".

Entre les categories d'aliments que més utilitzen per cuinar, cal destacar els cereals (44%), la carn (37%), els llegums (33%) i la verdura (33%).

Pel que fa als àpats diaris, la majoria de persones (55,61%) en duu a terme 3. Un 25,85% en fa 2, i el 9,76% en fa 4.

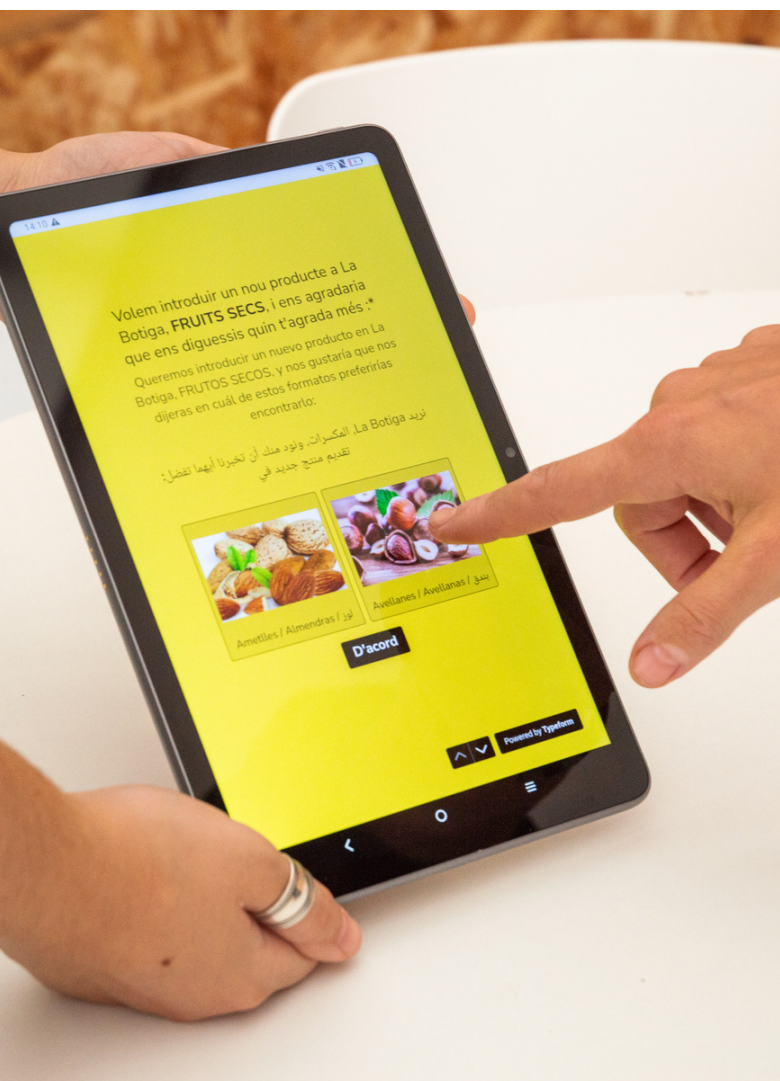
Un 50,24% de les persones usuàries de La Botiga es poden permetre un àpat amb carn o l'equivalent vegetarià 2 cops per setmana, un 40,49% a vegades, i un 9,27% no s'ho pot permetre.

El 87,90% de les llars que consideren que els aliments rebuts els permeten tenir una dieta saludable, no segueixen els paràmetres de dieta recomanats per l'ASPCAT. És per aquest motiu que un dels punts centrals d'aquest apartat ha estat la coneixença del consum que realitzen les persones de forma diària o familiar. Aquest és un aspecte que permet conèixer els hàbits alimentaris de la usuàries de la Botiga i observar si les dietes que tenen segueixen o no les recomanacions provinents d'agències tals com l'ASPCAT (3 racions de fruita al dia, mínim 2 racions d'hortalisses al dia i entre 3-4 racions de llegums a la setmana):

- Un 49,27% de les persones usuàries de La Botiga consumeixen entre 2-3 peces de fruita al dia, davant un 38,54% que només consumeix 1, i un 12,20% que en consumeix més de 3.
- Pel que fa al consum de racions diàries de verdura per persona, el 44,88% de les enquestes apunten que és d'una ració (200 grams), un 26,83% en consumeix 2, i un 25,37% més de 2 racions.
- El consum de llegums setmanal, a la seva llar i per persona, és d'entre 1 i 3 vegades en el 75,12% dels casos. Un 19,02% consumeix més de 3 cops per setmana i un 5,85%, no menja mai o ocasionalment.
- Pel que fa al consum de productes de brioixeria, pastisseria i begudes ensucrades, un 64,39% de les persones enquestades declaren que només ho fan de forma ocasional, un 26,83% ho fa d'1-3 cops per setmana, un 4,88% més de 3 vegades a la setmana i només el 3,90% ho fa de forma diària.
- El mateix passa amb els productes ultraprocessats: un 74,63% de les persones usuàries de La Botiga en consumeix ocasionalment, mentre que un 19,51% ho fa entre 1 a 3 vegades a la setmana, un 3,90% més de 3 vegades a la setmana i un 1,95% ho fa diàriament.

També s'ha volgut conèixer quines són les al·lèrgies i/o intoleràncies de les persones usuàries de la Botiga i les seves famílies. El 77,56% de les persones enquestades declara que cap persona de la seva família en té, el 0,56% no ho sap, i el 21,95% declara que, algú de la seva família o ella mateixa en tenen. D'aquests el 55,32% presenta intolerància a la lactosa, el 12,77% no indica quin tipus, seguits d'al·lèrgies alimentàries com el gluten, peix, ou, marisc entre d'altres (entre el 2 i el 4%).

Per últim, s'ha plantejat la necessitat d'esbrinar si les persones usuàries de La Botiga o els seus familiars pateixen alguna malaltia cardiovascular. Un 76,10% dels enquestats no pateixen cap malaltia, un 0,98% no ho sap i el 23% restant afirmen que sí. Entre les persones que pateixen alguna malaltia destaquen els trastorns de ritme cardíac amb un 54,29% (hipertensió, taquicàrdia, arrítmies), Diabetis Mellitus (25,71%), sobrepès i obesitat (14,29%) i hipercolesterolèmia (5,71%).



4.4 Nivells de seguretat alimentària

L'últim apartat de la diagnosi ha consistit a conèixer si les persones de la Botiga tenen garantida la seva seguretat alimentària o si, per contra, es troben en situacions d'inseguretat alimentària. La FAO, com ja s'ha vist, defineix la **inseguretat alimentària** com aquelles situacions en què una persona **“no disposa d'accés regular a suficients aliments, innocus i nutritius pel seu creixement i desenvolupament normals, i per dur a terme una vida activa i saludable”**. Aquestes situacions, tal com apunta aquesta agència, es poden donar per una falta de disponibilitat d'aliments, i també per una falta de recursos per obtenir-los.

L'indicador que utilitza la FAO per calcular el nivell d'inseguretat alimentària i que també s'ha utilitzat en aquest estudi és el **FIES**. Aquest és un indicador que consisteix en la realització de **8 preguntes** “centrades en experiències i comportaments relacionats amb l'alimentació que descriuen els enquestats, relacionades amb dificultats creixents per accedir als aliments degut a la limitació de recursos” i present com a referència els darrers 12 mesos. Aquest qüestionari permet estimar el percentatge d'inseguretat alimentària tant a nivell individual com a nivell familiar.

Graus d'inseguretat alimentària segons el FIES

1

INSEGURETAT ALIMENTÀRIA LLEU

Engloba les situacions en què una persona i/o llar han tingut incerteses sobre la seva capacitat per obtenir aliments.

2

INSEGURETAT ALIMENTÀRIA MODERADA

Es defineix per tres factors: la persona que la pateix o bé no té diners o recursos suficients per gaudir d'una dieta saludable; o bé té incertesa sobre la capacitat d'obtenir aliments; o bé probablement s'ha saltat un àpat o ocasionalment s'ha quedat sense aliments.

3

INSEGURETAT ALIMENTÀRIA GREU

Engloba aquelles situacions en què, o bé la persona es va quedar sense aliments, o bé va estar un dia o més sense menjar durant l'any.

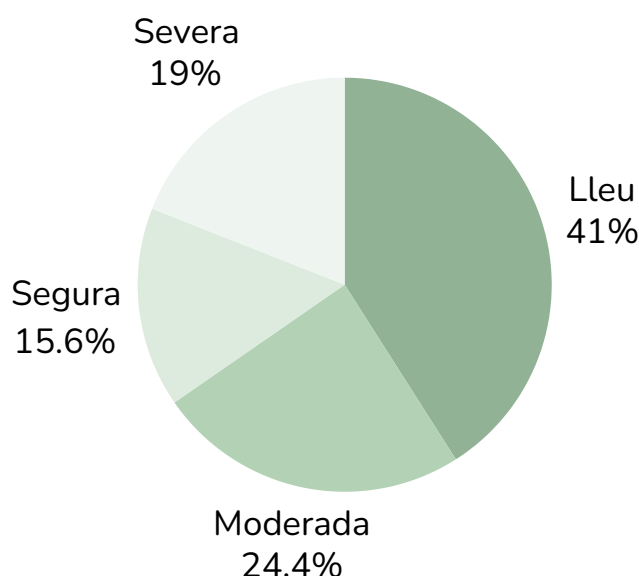


Cal apuntar que, d'acord amb la FAO, les persones que han experimentat una situació d'inseguretat alimentària greu, probablement hauran patit fam. Apunten, també, que la inseguretat alimentària moderada és "preocupant" en tant que l'accés als aliments és incert, pot estar supeditat al no compliment d'altres necessitats bàsiques, o bé pot també comportar l'adquisició dels productes més barats, que solen ser aquells amb un perfil nutricional més deficient (aliments hipercalòrics amb quantitats elevades de nutrients crítics com sucre, sal i greixos saturats).

Tenint en compte que la Botiga és un servei que vol treballar per garantir el dret a l'alimentació saludable i sostenible, ha resultat imprescindible que la diagnosi inclogués l'estudi sobre els nivells de seguretat alimentària seguint aquest indicador mundial.

A través de la diagnosi realitzada, s'ha observat que el 42,44% de les persones enquestades de La Botiga, viuen una situació d'inseguretat alimentària lleu, el 24,39% una situació d'inseguretat moderada, un 19,02% una situació d'inseguretat severa. Només un 14,15% no presenta inseguretat alimentària es troben en una llar segura.

GRÀFICA 3. Classificació de les llars usuàries de La Botiga per categoria d'inseguretat alimentària (en %)



Si observem de forma més concreta els resultats de cada una de les 8 respostes que planteja l'indicador FIES, podem observar **quins són els punts d'inseguretat que més experimenten les usuàries de la Botiga**. Destaca el fet que el 81,95% de les enquestades s'han preocupat, en els darrers 12 mesos, per no tenir suficients aliments per menjar; un 57,07% no ha pogut menjar aliments sans i nutritius; el 67,98% s'ha preocupat per haver menjat poca varietat d'aliments.

TAULA 3. Nivells d'inseguretat alimentària de les persones usuàries de La Botiga (en %)

WORRIED	S'han preocupat per no tenir suficients aliments per menjar	81,95%
HEALTHY	No han pogut menjar aliments sans o nutritius	57,07%
FEWFOODS	Han menjat poca varietat d'aliments	67,98%
SKIPPED	Han hagut de saltar-se algun àpat	36,95%
ATELESS	Han menjat menys del que pensaven que havien de menjar	43,35%
RANOUT	S'han quedat sense aliments a la llar	25,85%
HUNGRY	Han tingut gana però no van menjar	22,55%
WHLDAY	Han deixat de menjar durant tot un dia	20,00%

Si analitzem les preguntes que avaluen la quantitat dels aliments, un 20% ha deixat de menjar durant tot un dia per manca de diners o altres recursos per a l'alimentació, un 22,55% no ha menjat tot i tenir gana i un 25,98% de les llars s'han quedat sense aliments. Un 36,95% s'ha hagut de saltar algun àpat i un 43,35% ha menjat menys del que creu que necessita.

De les persones que porten més d'un any sent usuàries de La Botiga, un 19,57% es troba en una llar segura. Per contra, el 80,43% pateixen algun tipus d'inseguretat alimentària (41,30% lleu, 22,83% moderada i 16,30% severa). De les persones que porten menys d'un any sent usuàries de La Botiga només el 12,39% presenta en una llar segura, mentre que 87,61% pateix algun tipus d'inseguretat alimentària (40,71% lleu, 25,66% moderada i 21,24% severa).

Un factor que pot tenir influència sobre el grau de seguretat alimentària són els **ingressos per a la llar**: el 82,21% de les persones amb ingressos menors o iguals a 600€ pateix algun tipus d'inseguretat alimentària: la majoria pateixen inseguretat alimentària lleu (39,88%), seguides de la inseguretat alimentària moderada (22,09%). Per a ingressos entre 600-1.000€, pateixen inseguretat alimentària lleu (45,45%) i moderada (33,33%). Per a ingressos d'entre 1.000 i 2.000€, les persones usuàries pateixen inseguretat alimentària lleu (44,44%) i moderada (33,33%). No veiem relació entre els ingressos de les persones usuàries i l'estat d'inseguretat, totes elles presenten grau d'inseguretat alimentària lleu seguida d'inseguretat alimentària moderada.

El 28,21% de les persones que pateixen inseguretat alimentària severa, comparteixen aliments amb 5 o més persones, i el 23,08% corresponen a llars de només una persona (no comparteixen aliments). La inseguretat alimentària severa es troba de manera més elevada en aquests 2 extrems. No hi ha correlació entre el nombre de persones que formen part de la unitat familiar i el grau d'inseguretat alimentària.

Per últim, cal destacar que el 57,89% de les llars que no es poden permetre menjar carn cada 2 dies, pateixen inseguretat alimentària severa. Però, per contra, de les llars que s'ho poden permetre només "a vegades", un 53,01% pateixen inseguretat alimentària lleu.

No s'ha establert relació entre el país d'origen de les persones i el seu grau d'inseguretat alimentària.

5. CONCLUSIONS

5.1 Comparatives amb altres estudis

Alguns dels resultats extrets del present estudi poden ser comparats amb dades d'altres estudis que s'han dut a terme a nivell estatal i internacional.

L'**informe INSOCAT per a la millora de l'acció social (4)**, publicat a l'abril del 2024, inclou un apartat d'indicadors socials a Catalunya en relació al context estatal i europeu amb dades relatives a la cronificació de la pobresa i el creixement de la precarietat a nivell català.

Aquest informe mostra que a Catalunya un 25% de la població es troba en situació de pobresa o exclusió social (2023), veient una tendència més robusta en infants, joves, dones i persones d'origen estranger. De les usuàries enquestades a la present diagnosi, un alt percentatge forma part del sector més vulnerable: un 55,88% són d'origen estranger, un 70,24% són dones i el 60,98% compareix aliments, com a mínim, amb un menor de 16 anys.

Al 2023 el percentatge de persones a les qual els costa molt arribar a final de mes és del 9,2%. Aquestes dificultats s'han vist en la reducció dels nivells de consum i un increment de les dificultats dels individus i les famílies per fer front a les despeses bàsiques, entre les quals es troba l'alimentació i els subministraments de la llar. Els resultats de la diagnosi mostren que el 79,51% de les enquestades tenen uns ingressos mensuals familiars iguals o inferiors a 600€, per aquest motiu, un 3,41% no complementen mai la cistella de La Botiga i un 9,27% ho fa només a vegades.

A nivell internacional, les dades d'aquest informe poden ser comparades amb les de l'Informe de la FAO **"El Estado de la Seguridad alimentaria y la nutrición en el mundo"** de l'any 2023 (5).

Segons aquest, al 2022 al voltant del 29,6% de la població mundial (2.400 milions de persones) van patir inseguretat alimentària moderada o severa. A nivell espanyol, la prevalença de la inseguretat alimentària moderada i severa (2020-2022) va ser aproximadament del 8% (3,8 milions de persones). Comparant aquestes dades, podem comprovar que el percentatge d'usuàries que pateixen inseguretat alimentària moderada i severa (43%) és molt més elevat que el de la població mundial i espanyola en el seu conjunt.

A més, entre les dades d'inseguretat alimentària, l'informe INSOCAT mostra que les persones que no es poden permetre menjar carn, pollastre o peix almenys cada dos dies és del 5,1% al 2023. Si comparem les dades poblacionals amb les obtingudes de les usuàries de La Botiga, el percentatge puja al 9,27% i un 40,49% només s'ho poden permetre a vegades.

S'observa, en definitiva, que les persones usuàries de la Botiga tenen uns nivells d'inseguretat alimentària superiors als de la població espanyola en el seu global. A més, també tenen uns nivells d'ingesta de proteïna inferior als del global de la població espanyola.

5.2 Conclusions finals

La realització d'aquesta diagnosi ha permès extreure conclusions sobre el conjunt de **reptes** a què ha de fer front el model de la Botiga per tal de poder garantir el dret a l'alimentació saludable i sostenible. Aquests reptes són diversos i passen, en primer lloc, per garantir la seguretat alimentària de les seves persones usuàries, per promoure l'alimentació saludable i sostenible entre aquestes, i per garantir el seu dret a l'alimentació culturalment adequada.

En primer lloc, cal apuntar que 196 persones enquestades tenen edat laboral activa, i d'elles el 44,90% porten més d'un any a La Botiga. L'ajuda alimentària és un servei que actualment es renova de forma trimestral (2023), i els resultats de la diagnosi han mostrat que només el 27% de les enquestades feia menys de 3 mesos n'eren usuàries. Per tant, el 73% de les enquestades han renovat, com a mínim una vegada, el servei. Aquestes dades mostren que és imprescindible que des de serveis com la Botiga i des d'altres projectes municipals es treballi, entre altres, en la **inserció laboral o de promoció de l'auto-ocupació** de les persones usuàries per tal que puguin arribar a accedir a l'alimentació a través de mitjans propis.

De les persones que comparteixen aliments, el 60,98% ho fa, com a mínim, amb un menor de 16 anys. Aquests són dos aspectes que, a priori, han de tenir influència, en quant a una millora, en les dietes i en els hàbits alimentaris i les freqüències de consum. Per contra, segons les dades obtingudes a les enquestes, a les llars que comparteixen aliments amb menors de La Botiga succeeix el contrari: Les llars que compleixen més les recomanacions de consum de verdures (2 o més racions diàries) són les llars sense menors de 16 anys. Es veu reflectida la mateixa tendència en el consum de fruita, ja que les famílies que més consumeixen més de 3 fruites al dia són aquelles que no tenen menors o només en tenen 1.

En segon lloc, cal destacar que el 3,41% de les persones enquestades no complementen els aliments que reben de la Botiga i el 9,27% només ho fa en algunes ocasions. Cal parar molta atenció a les situacions de les persones que no tenen capacitat per fer aquesta complementació perquè el servei de la Botiga té l'objectiu de garantir una dieta equilibrada, adequada i saludable, però **no compta amb la capacitat per abastir la totalitat dels requeriments nutricionals**. Per tant, si no es du a terme aquesta complementació, no s'estarà gaudint d'una alimentació equilibrada i saludable.

Dins l'apartat de complementació, també cal parar atenció en la gran complementació que les usuàries incorporen a la seva dieta són la carn, el peix i els làctics. De la **carn** i els **làctics** s'han incorporat noves referències durant l'últim trimestre del 2023, però reclamen més varietat i quantitat.

És important recalcar el fet que com a criteri principal a l'hora de fer la compra, les usuàries de la botiga escullin el preu (99,49%). A més, un 97% de les usuàries que complementa la cistella de la Botiga ho fa en hipermercats o supermercats, on més ha incrementat el preu mitjà de la compra de la cistella bàsica, de mitjana, un 38% (6).

La política alimentària actual busca promoure l'adquisició d'aliments d'origen vegetal, sostenibles, ecològics, de proximitat i saludables, en línia amb els objectius de salut pública i sostenibilitat mediambiental. No obstant això, és evident que les persones usuàries expressen una preferència per més productes frescos d'origen animal. Aquesta divergència s'haurà d'abordar promocionant l'educació nutricional i proporcionant més opcions a les persones usuàries de La Botiga.

En tercer lloc, és imprescindible observar si la Botiga dona resposta al **dret a l'alimentació culturalment adequada**. Tal com s'ha observat al llarg de l'informe, el dret a l'alimentació saludable i sostenible contempla aquest dret que, en un espai com La Botiga, és imprescindible que sigui tingut en compte. És destacable el fet que el **36,10%** de les persones enquestades consideren que **no troben tots els aliments necessaris per cuinar els àpats tenint en compte la seva herència culinària**, i el 41,95% apunta que només els troba en algunes ocasions.



En quart lloc, és destacable el fet que el **50,24%** de les persones enquestades considera que **els aliments rebuts de la Botiga els permeten tenir una dieta saludable, variada i equilibrada**. Tot i així, moltes de les llars que consideren que els aliments rebuts els permeten tenir una dieta saludable, variada i equilibrada, no segueixen els paràmetres de consum alimentari recomanats per l'ASPCAT. En aquest sentit, s'observa que el 38,54% de les enquestades o bé no consumeix fruita, o bé en consumeix una peça diària i, per tant, no segueixen les recomanacions de menjar-ne 3 al dia. En relació al consum de verdura, el 52,2% segueix la recomanació de menjar-ne dues o més racions al dia. Per últim, el consum de llegums, en el 75,12% dels casos és d'1-3 cops per setmana. No obstant això, l'ASPCAT recomana que aquesta freqüència de consum hauria de ser d'entre 3-4 cops per setmana. Aquest percentatge engloba tant a les persones que consumeixen 1 ració de llegums per setmana (fora de les recomanacions actuals) com els que en fan 3 (dins de les recomanacions actuals), per tant, no es pot arribar a cap conclusió fiable.

El 64,39% de les persones usuàries consumeixen productes de brioixeria ocasionalment i el 74,63% productes ultraprocessats. S'ha d'investigar més a fons si això és efectivament així: tot i ser resultats aparentment positius, potser són massa optimistes tenint en compte el consum actual que es fa d'aquests tipus de productes a Espanya (7). Per tant, aquests resultats apunten que és necessari que la Botiga segueixi treballant en la promoció de l'alimentació saludable, sostenible i adequada, entre les seves persones usuàries. Dins aquestes accions de promoció cal que es pari atenció, també, en la promoció de tècniques de cuina més saludables i limitar aquelles que no ho són tant, com el fregit, que és la segona tècnica més emprada.

Pel que fa a les intoleràncies i a les al·lèrgies, els resultats coincideixen amb els estudis nacionals (AESAN): un 12% té intolerància a la lactosa i un 1%, celiaquia. Quant a les malalties, estem davant de persones en situació de vulnerabilitat i risc d'exclusió social que els fa més susceptibles de patir malalties cardiovasculars, però els resultats de la diagnosi no segueixen aquesta línia. Segons la Sociedad Española de Diabetes, un 14,8% de la població espanyola pateix diabetes mellitus: els nostres resultats apunten a un 4,39%, s'ha d'investigar si aquests resultats són completament verídics, ja que la població amb manca de recursos sol ser població infradiagnosticada en aquest tipus de malalties. El mateix passa amb obesitat i sobrepès, només 5 usuàries afirmen patir-ne, mentre que a Catalunya el 15,8% de la població adulta pateix obesitat, segons dades obtingudes de l'Idescat. A més, al voltant del 51% dels adults catalans tenen excés de pes (8), exacerbant la situació. L'obesitat infantil també és alarmant, segons l'estudi ALADINO 2019, un 40,6% dels infants espanyols d'entre 6 i 9 anys, pateixen d'obesitat o sobrepès (9).

Això augmenta el risc de malalties cròniques no transmissibles, com ara diabetis tipus 2 i altres malalties cardiovasculars. La diferència entre les dades obtingudes a l'enquesta i les dades a nivell català de prevalença de l'obesitat, pot venir donada per una manca de sensibilització i diagnòstic de les persones enquestades. Actualment, al voltant del 30% de les morts a Espanya s'atribueixen a malalties cardiovasculars: de la mostra de la Botiga, un 9% en té alguna.

La manca de sensibilització al voltant de les malalties cardiovasculars i/o obesitat detectades entre les persones usuàries de La Botiga, indica la necessitat d'incloure tallers o formacions envers aquest tema.

En últim lloc, cal destacar que **predominen els nivells d'inseguretat alimentària lleu (42%), seguit de la inseguretat moderada (25%) i per últim la severa (19%)**. El perfil de les llars amb inseguretat severa s'ha diversificat, passant del 55,26% dels llars d'una sola persona l'any passat a una distribució més equitativa amb els llars de 5 o més persones aquest any. Pel que fa als ingressos, el 20,25% de les persones usuàries amb ingressos més baixos patien inseguretat severa, però un 17,79% dels llars segurs també tenien ingressos iguals o inferiors a 600€. És necessari, doncs, que la Botiga segueixi desenvolupant accions encaminades a garantir aquest dret a l'alimentació de forma plena.



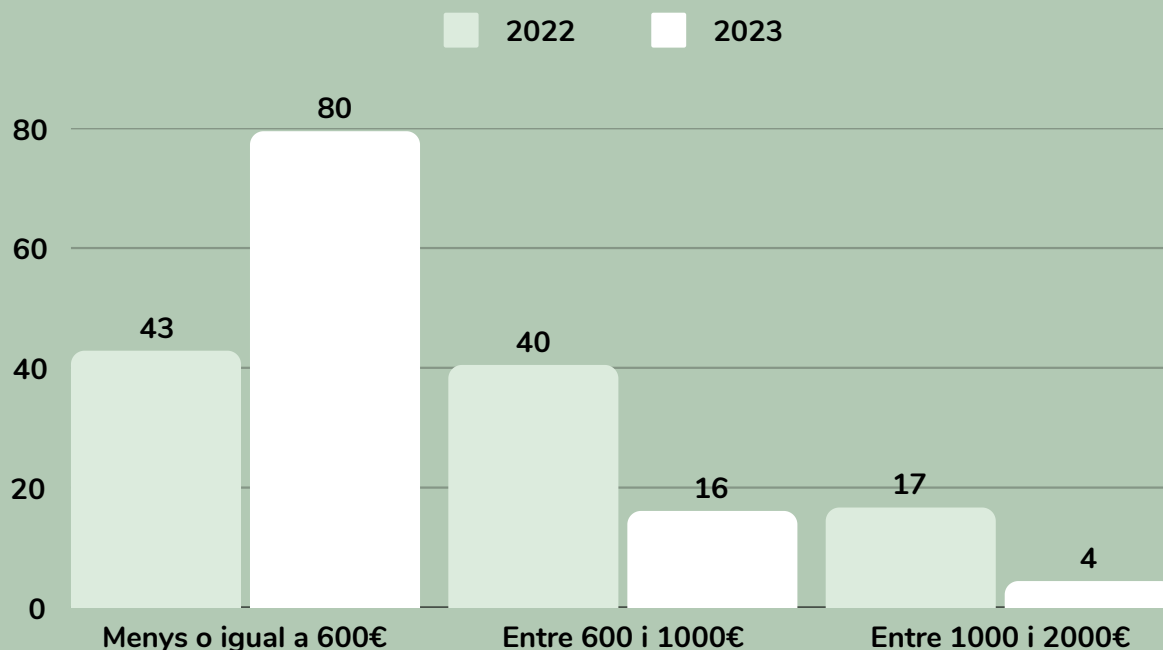
5.3 Comparativa amb l'informe de l'any 2022

Per tal d'analitzar l'evolució, la mateixa enquesta s'ha dut a terme durant 10 dies en dos períodes diferents, un entre els mesos de maig-juny del 2022 i l'altra el desembre del 2023. Per tal de facilitar la participació les enquestes, sempre voluntària, es van realitzar en persona a La Botiga. El 2022, el total d'unitats familiars que havien de venir a buscar aliments era de 646, finalment en van acudir 550, i 307 van respondre a l'enquesta, de les quals 304 eren respostes vàlides. Al 2023, el total d'unitats familiars que havien de venir a buscar aliments era de 433, finalment en van acudir 410, i 205 van respondre a l'enquesta. L'índex de participació del 2022 i el 2023 va ser del 55,05% i el 50,00% respectivament.

Respecte a la diagnosi alimentària de La Botiga del maig del 2022, s'observen diverses tendències significatives:

- Pel que fa al **nivell socioeconòmic** de les persones usuàries de La Botiga, persisteix una diferència de gènere en les responsabilitats d'alimentació i compres de la llar, amb les dones com a encarregades principals. A més a més, s'ha reduït el percentatge de persones que comparteixen aliments amb menors de 16 anys, possible indicador de la progressiva disminució en natalitat. En termes d'ingressos mensuals, hi ha hagut un augment notable del nombre de persones amb ingressos iguals o inferiors a 600€, mentre que n'ha disminuït la quantitat amb ingressos entre 1000 i 2000€. Això pot venir degut al canvi de criteri per part del OIAS (Oficina Integral d'Atenció Social) a l'hora de derivar a les famílies a La Botiga. A més, les persones usuàries abans eren derivades des dels EBAS (2022), i ara venen derivades per l'OIAS (2023). Pel que fa a la procedència, Espanya continua sent el país d'origen més comú, tot i que s'ha observat un augment a l'arribada de persones de Colòmbia, que ha desbancat al Marroc com a 2n país de procedència. Pel que fa a La Botiga, s'ha registrat un augment en el nombre d'usuàries recents i una disminució en la quantitat d'usuàries de llarga durada. Si ens fixem en el continent d'origen de les persones que apunten no trobar alguna tipologia d'aliments per cuinar algunes receptes, observem que, a diferència de l'any anterior, predominen els espanyols amb un 56,76% seguits de persones provinents d'Amèrica del Sud amb un 32,43%. Per tant, no podem concloure que hi hagi cap mancança d'aliments tradicionals de dietes provinents d'altres territoris.

GRÀFICA 4. Comparativa d'ingressos mensuals (en %)



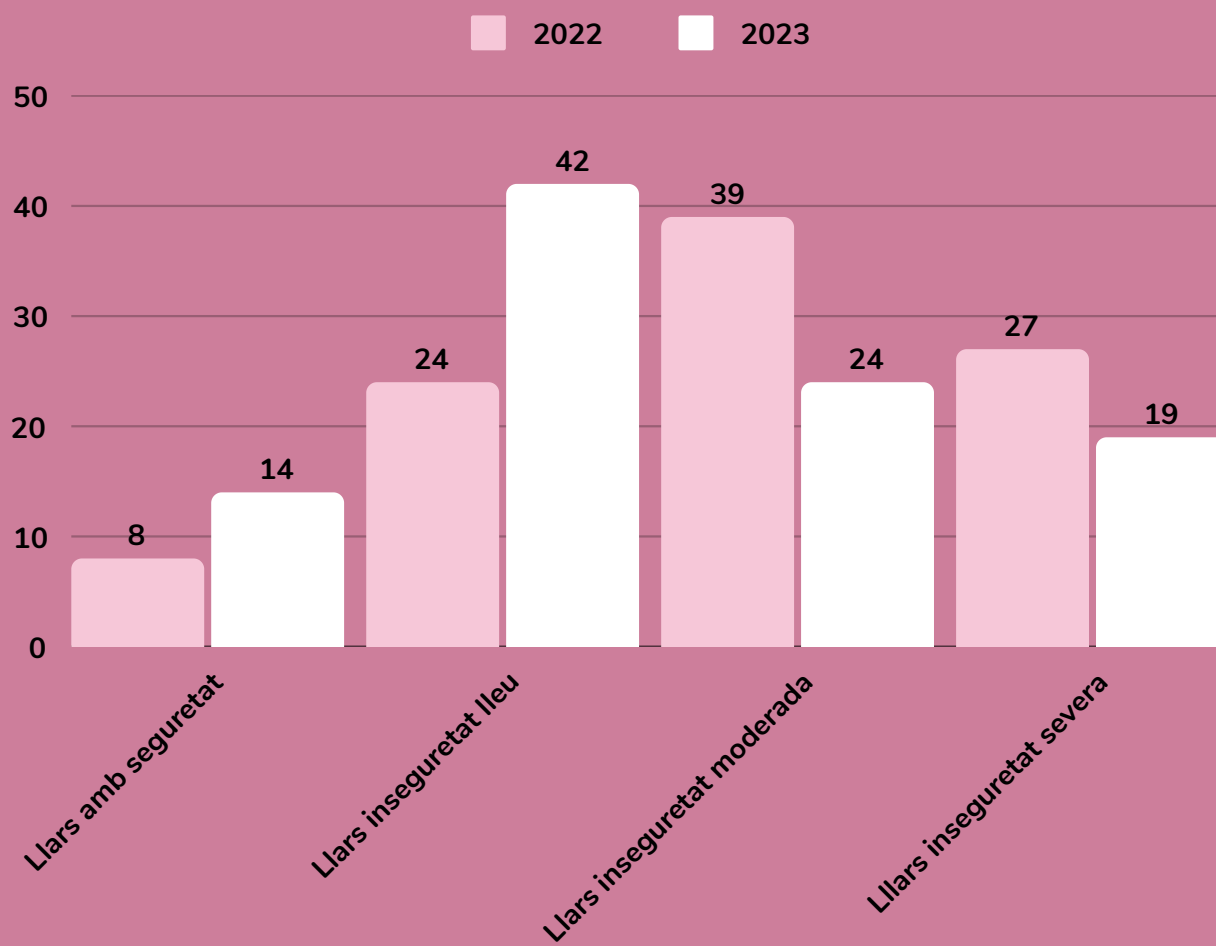
- Quant a la **percepció** de La Botiga que tenen les mateixes persones usuàries, aquest any, més persones perceben que els aliments de La Botiga són una part significativa o fins i tot la totalitat de la dieta, en comparació de l'any passat. Això suposa un canvi no desitjat cap a la dependència de La Botiga per a l'alimentació. Cal recordar que La Botiga no abasteix el 100% dels requeriments dietètics, i, per tant, és obligatori complementar-la. D'altra banda, el nombre de persones que considera que La Botiga els permet dur a terme una dieta saludable, variada i equilibrada ha augmentat. La carn és l'aliment que es troba més a faltar, seguida del peix, que ha substituït els productes de neteja, ja que aquest 2023 s'han incorporat a la Botiga. L'enquesta ha posat de manifest que el 99% d'usuàries destaquen el preu com a factor determinant a l'hora de fer les compres, però aquests són els mateixos que compren en supermercats, on els preus han pujat més que en qualsevol altre lloc. A més, s'ha reduït la despesa mensual en aliments i higiene. Això ha suposat un canvi respecte a les dades obtingudes l'any anterior; encara que la majoria d'usuàries escollien el preu com a criteri principal (46%) era una proporció inferior, un 17% de les usuàries escollia la qualitat. Aquest factor pot estar donat per al notable augment de les llars amb ingressos iguals o inferiors a 600€.

- Pel que fa als seus **hàbits alimentaris**, la carn segueix prevalent com el principal aliment fresc que les usuàries incorporen a la seva dieta a més del que s'emporten de La Botiga. Els recursos amb què compten en les llars són molt similars d'un any a l'altre (nevera, cuina i microones). Pel que fa als hàbits alimentaris, hi ha hagut canvis en la dieta i les tècniques culinàries utilitzades, destacant un increment del fregit com a 2a cocció més comuna, però contrarestat per un augment del vapor, una tècnica que permet cuinar plats saludables i mantenir les propietats dels aliments. A més, ha augmentat la preocupació per limitar la despesa mentre es cuina. Per acabar, es destaca una disminució en el consum diari de fruites i verdures, així com una millora en el consum ocasional de brioixeria i productes processats, ja que s'ha detectat un augment d'usuàries que els consumeixen només ocasionalment. No hi ha hagut resultats gaire reveladors respecte a les al·lèrgies o intoleràncies, tot i que segueix predominant la intolerància a la lactosa. No es pot comparar el nivell d'afectació per malalties cardiovasculars ja que l'any anterior no hi havia aquesta pregunta.



- Respecte als nivells d'**inseguretat alimentària** que pateixen les persones usuàries, tot i la persistència de la inseguretat alimentària, hi ha indicis encoratjadors de millora respecte a l'any anterior. El percentatge d'inseguretat alimentària lleu ha augmentat, mentre que la moderada i la severa han disminuït considerablement. Això suggereix una disminució relativa de la inseguretat alimentària, amb un augment per la preocupació per la insuficiència d'aliments. Aquest any les usuàries que viuen en una llar segura s'han duplicat, factor que es podria explicar gràcies a la intervenció de La Botiga. De la gent que porta més d'un any al servei, el 19,57% es troba en una llar segura, i l'altre 80,43% pateixen algun tipus d'inseguretat alimentària. En comparació amb l'any 2022, els resultats han millorat, ja que només un 8,84% dels que portaven més d'1 any al servei, es trobava en una llar segura; i, a més, actualment, entre les llars que pateixen inseguretat alimentària, predomina la lleu (40,98%); mentre que l'any passat predominava la moderada (39% del total).

GRÀFICA 5. Comparativa del grau d'inseguretat alimentària (en %)



TAULA 4. Comparativa dels nivells d'inseguretat alimentària de les persones usuàries de La Botiga (2022-2023)

		2022	2023
WORRIED	S'han preocupat per no tenir suficients aliments per menjar	77,63%	81,95%
HEALTHY	No han pogut menjar aliments sans o nutritius	66,78%	57,07%
FEWFOODS	Han menjat poca varietat d'aliments	77,63%	67,98%
SKIPPED	Han hagut de saltar-se algun àpat	54,61%	36,95%
ATELESS	Han menjat menys del que pensaven que havien de menjar	60,20%	43,35%
RANOUT	S'han quedat sense aliments a la llar	43,42%	25,85%
HUNGRY	Han tingut gana però no van menjar	37,83%	22,55%
WHLDAY	Han deixat de menjar durant tot un dia	26,63%	20,00%



6. LIMITACIONS

- **Formació de les persones enquestadores:** És fonamental que estiguin formades en l'àmbit de l'enquesta per tal de garantir la qualitat de les dades recopilades. La manca de capacitat pot resultar en errors en mesurar variables clau, com ara la quantitat i freqüència de consum d'aliments. La capacitat els proporciona les habilitats necessàries per fer entrevistes de manera precisa i objectiva, evitant biaixos i mantenint la coherència en els procediments. A més, els permet adaptar-se a diferents situacions durant les entrevistes, explicar clarament els objectius d'aquesta, justificant cadascuna de les preguntes si fa falta, i establir una comunicació efectiva amb els enquestats. Per tant, aquesta formació contribueix a la fiabilitat i validesa dels resultats obtinguts, facilitant una presa de decisions informada i basada en evidència.
- **Educació nutricional de les persones enquestades:** La manca d'educació nutricional pot portar a biaixos en les respostes dels enquestats, ja sigui per manca de comprensió de les preguntes o per influències externes. Això podria distorsionar les dades recopilades i afectar la validesa dels resultats. A més, pot portar a les persones usuàries de La Botiga a prendre decisions alimentàries poc encertades, sense que en siguin plenament conscients.
- **Mida de la mostra d'estudi ("n"):** Durant l'any 2023 La Botiga ha atès a 410 famílies, i per la diagnosi alimentària s'han entrevistat 205: un 50%, la meitat. És preferible que la mostra d'estudi de La Botiga inclogui totes les persones usuàries en lloc de només la meitat per diverses raons. Incloure totes les usuàries garanteix una mostra més representativa de la població total, augmentant així la validesa dels resultats i promovent l'equitat i la justícia. A més, proporciona una major quantitat i varietat d'informació, cosa que permet una comprensió més completa dels desafiaments i necessitats de les usuàries, i pot informar decisions i accions per millorar els serveis i el suport a la comunitat de manera més efectiva. Encara que només s'ha entrevistat al 50% de les famílies ateses, totes les enquestes eren vàlides. Ha estat un nombre d'entrevistes adient per establir diferències significatives amb les respostes de la diagnosi 2022.
- **Formulació de les preguntes:** Formular preguntes clares i específiques en una enquesta és essencial per obtenir respostes precises i assegurar dades de qualitat per prendre decisions informades.

- **És necessari revisar les preguntes 11 i 19:** sol·liciten informació sobre les despeses, tot i que una es centra en el nivell mensual i l'altra en el setmanal. Les respostes proporcionades per als dos tipus de preguntes no coincideixen. Això pot conduir a confusió i inconsistències en les dades recollides. Per millorar la coherència i evitar possibles biaixos o males interpretacions, seria prudent eliminar una d'aquestes preguntes, especificant clarament el període de temps (mensual o setmanal) pel qual es demanen les despeses. Això asseguraria una recopilació de dades més precisa i uniforme.
- **Consum recomanat de llegums:** Segons les recomanacions de l'Agència de Salut Pública de Catalunya (ASPCAT), es suggereix un consum de 3 a 4 racions de llegums per setmana. A més, la Federació Espanyola de Societats de Nutrició, Alimentació i Dietètica (FESNAD) aconsella un consum mínim de 3 racions setmanals. Així doncs, la pregunta 33, que tracta sobre el consum setmanal de llegums, requeriria una revisió de les opcions de resposta múltiple per tal d'assegurar una adquisició de dades precisa i coherent amb aquestes recomanacions nutricionals, ja que les opcions de resposta són: a. Mai u ocasionalment, b. 1-3 racions de llegums setmanals, c. Més de 3 racions de llegums setmanals. Per tant, s'ha de canviar la freqüència de consum en aquestes respostes, sent la b. 1-2, i la c. Més de 3.



7. PROPOSTES

- La impartició de **tallers d'educació nutricional** és, més que una proposta, una necessitat. Un 50% de les persones usuàries de La Botiga que considera que porta una alimentació saludable consumeixen entre 0 i 1 peces de fruita al dia, i un 57% consumeix 1 ració de verdura al dia. Per tant, s'observa clarament una interpretació errònia de conceptes. L'educació nutricional és la nutrició aplicada que orienta els seus recursos cap a l'aprenentatge, adequació i acceptació d'uns hàbits alimentaris saludables. La informació és una part essencial d'aquesta però és molt més important incidir en canvis actitudinals i de comportament. La població ha d'adonar-se que mitjançant una alimentació saludable poden prevenir malalties i promoure la salut - moltes de les malalties més prevalents a la nostra societat estan associades a uns patrons alimentaris incorrectes. Per a fer-ho es requereix d'un entorn favorable. La Botiga ha de ser aquest entorn favorable en què les usuàries se sentin suficientment a gust per assistir a tallers i/o xerrades d'educació nutricional, posant èmfasi en què és una dieta saludable, adequada i sostenible. Cal adaptar aquesta educació nutricional al grup poblacional concret, fent ús d'un llenguatge planer, promovent intervencions d'una durada igual o superior a 5 mesos (una acció educativa aïllada no sol ser útil), i proposant com a màxim 3 objectius focalitzats (permetran un enfoc clar, una medició efectiva i per tant l'èxit més probable).
- La implementació d'un **servei o consulta nutricional** a La Botiga és una proposta interessant que pot resultar molt beneficiosa. Per dur-la a terme, serà bàsic comptar amb un/a nutricionista que vingui setmanalment per tal d'atendre les persones usuàries de La Botiga. Aquesta intervenció pot millorar la salut de les usuàries en proporcionar menús equilibrats, prevenir malalties relacionades amb la malnutrició i promoure hàbits alimentaris saludables. A més, pot contribuir a promocionar l'educació nutricional entre les usuàries, augmentant la consciència sobre una alimentació saludable, adequada i sostenible. També pot reduir significativament la inseguretat alimentària, ja que, no només es brindarà accés a aliments nutritius com s'ha fet fins ara, especialment important per a poblacions vulnerables, sinó que també se'ls donarà eines per a gestionar un consum profitós d'aquests mateixos. Per últim, aquest servei nutricional pot enfortir la comunitat en proporcionar un espai per compartir menjars i socialitzar, fomentant el sentit de pertinença i solidaritat. En resum, una consulta de nutrició pot ser fonamental per detectar i abordar una varietat de malalties i condicions relacionades amb l'alimentació i l'estil de vida i proporcionar recomanacions dietètiques personalitzades per millorar la salut i el benestar de l'individu.

- La incorporació d'un **sistema de cribatge de malalties** a La Botiga: els mètodes per fer-lo poden variar segons els recursos disponibles i les necessitats de la comunitat. Es poden dur a terme qüestionaris o enquestes de salut dissenyats per identificar factors de risc i símptomes de malalties específiques, com ara diabetis, hipertensió, obesitat i altres afeccions relacionades amb la dieta. Una altra manera de fer-ho és realitzant mesures antropomètriques, com el pes, l'alçada, l'índex de massa corporal (IMC) i la circumferència de la cintura i/o maluc, per avaluar el risc de malalties relacionades amb el pes. Si es compta amb els professionals pertinents, també es poden realitzar proves de glucosa en sang per a detectar diabetis o prediabetis, i proves de colesterol i triglicèrids per avaluar el risc de malalties cardiovasculars entre les persones usuàries de La Botiga. Per a fer aquests cribratges, es necessiten professionals de la salut adequadament capacitats, per exemple amb la implementació esmentada al punt anterior d'un servei o consulta nutricional. Aquests professionals poden fer les avaluacions de salut, interpretar resultats de proves i proporcionar orientació i educació sobre la prevenció i el maneig de malalties. En resum, fer cribratges de malalties en La Botiga pot contribuir significativament a la detecció primerenca, prevenció de malalties cròniques, educació sobre la salut, accés a serveis de salut i millora del benestar general de les usuàries.
- Hi ha una manca de sensibilització sobre el fet que la consciència que l'obesitat i el sobrepès són malalties reals. Moltes persones desconeixen que pateixen aquestes condicions a causa de la manca de coneixement i formació sobre això. Aquest buit en la informació afecta especialment col·lectius. L'obesitat a Catalunya el 15,8% de la població adulta pateix obesitat, segons dades obtingudes de l'Idescat. A més, al voltant del 51% dels adults catalans tenen excés de pes (8), exacerbant la situació. L'obesitat infantil també és alarmant, segons l'estudi ALADINO 2019, un 40,6% dels infants espanyols d'entre 6 i 9 anys, pateixen d'obesitat o sobrepès (9). Això augmenta el risc de malalties cròniques i malalties cardiovasculars, com ara diabetis tipus 2. La prevenció i el tractament són crucials, i requereixen **polítiques i programes que promoguin hàbits saludables**, incloent-hi una dieta equilibrada, activitat física regular i educació nutricional en entorns escolars i familiars.

- **Compra de productes d'origen animal:** És important escoltar les necessitats i preferències de les persones usuàries per adaptar les polítiques alimentàries de manera que reflecteixi millor les seves demandes, a la vegada que es promouen els objectius de salut i sostenibilitat. Es tracta de trobar un equilibri entre les preferències de les usuàries i els objectius de la política alimentària, buscant solucions que beneficiïn tant la salut com el medi ambient. Per incrementar la presència de carn i peix fresc a La Botiga, s'han de considerar criteris de política alimentària com la sostenibilitat, la temporada i la proximitat, a més del preu. En el cas de la carn, es pot fomentar la carn magra com el pollastre o el gall d'indi, per sobre de la carn vermella. En el cas del peix, es pot mirar d'establir col·laboracions amb pescadors locals per proporcionar peix congelat i de proximitat, educar a les usuàries sobre els avantatges del consum de peix de temporada o incorporar opcions de peix sostenible en conserva.

8. BIBLIOGRAFIA

- (1) Idescat. El municipi en xifres [Internet]. Idescat.cat. [citado el 13 de junio de 2024]. Disponible en: <https://www.idescat.cat/emex/?id=08169>

- (2) EU statistics on income and living conditions - Eurostat [Internet]. Europa.eu. [citado el 13 de junio de 2024]. Disponible en: <https://ec.europa.eu/eurostat/web/microdata/european-union-statistics-on-income-and-living-conditions>

- (3) Wwww.ub.edu. [citado el 13 de junio de 2024]. Disponible en: https://www.ub.edu/alimentandounfuturosostenible/documents/informe-alimentacion_una-pag.pdf

- (4) Acciosocial.org. [citado el 13 de junio de 2024]. Disponible en: https://acciosocial.org/wp-content/uploads/2024/04/ECAS_INSOCAT17_digital.pdf

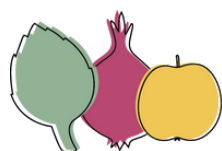
- (5) El estado de la seguridad alimentaria y la nutrición en el mundo 2023 [Internet]. FAO; IFAD; UNICEF; WFP; WHO; 2023. Disponible en: <https://openknowledge.fao.org/server/api/core/bitstreams/d34d8ff3-18a2-4171-88eb-52c4b5e7c035/content>

- (6) Los alimentos suben un 38% en tres años [Internet]. www.ocu.org. 2024 [citado el 13 de junio de 2024]. Disponible en: <https://www.ocu.org/consumo-familia/supermercados/noticias/subida-alimentos-2020-2023>

- (7) de referencia: AESAN- N. Informe del Comité Científico de la Agencia Española de Seguridad Alimentaria y Nutrición (AESAN) sobre el impacto del consumo de alimentos “ultra-procesados” en la salud de los consumidores [Internet]. Gob.es. [citado el 13 de junio de 2024]. Disponible en: https://www.aesan.gob.es/AECOSAN/docs/documentos/seguridad_alimentaria/evaluacion_riesgos/informes_comite/ULTRAPROCESADOS.pdf

- (8) Tasa de obesidad según el índice de masa corporal (IMC) (02.10) [Internet]. Idescat.cat. [citado el 13 de junio de 2024]. Disponible en: <https://www.idescat.cat/indicadors/?id=ods&n=13477&lang=es>

- (9) Gob.es. [citado el 13 de junio de 2024]. Disponible en: https://www.aesan.gob.es/AECOSAN/docs/documentos/nutricion/observatorio/Informe_Aladino_2019.pdf



LA BOTIGA

alimenta • cuida • transforma