

# Estructura de consumo de alimentación

## CIPEM (UDD - LOS HÉROES)

En las últimas décadas, Chile ha enfrentado un rápido envejecimiento poblacional, donde cerca del 19,3% de sus habitantes tiene 60 años o más (INE, 2022). Este contexto genera desafíos en la calidad de vida, especialmente respecto a la seguridad alimentaria y el bienestar económico de las personas mayores.

El gasto en alimentación es un indicador clave para entender cómo distintos tipos de hogar satisfacen las necesidades nutricionales de las personas mayores. Utilizando datos de la Encuesta de Presupuestos Familiares (EPF), este reporte analiza las diferencias en el gasto alimentario entre hogares unipersonales, parejas mayores y hogares intergeneracionales, proporcionando evidencia para orientar políticas públicas que mejoren las condiciones alimentarias de este grupo poblacional.

### Resumen ejecutivo

- Los hogares compuestos solo por personas mayores destinan una alta proporción de su presupuesto a alimentos (26,4%), cifra que es mayor en hogares mixtos (28,1%), y menor en hogares sin personas mayores (20,2%).
- A medida que aumenta el nivel socioeconómico, disminuye la proporción del presupuesto dedicada a alimentación en hogares de personas mayores, pasando del 36,1% en hogares de clase baja, al 19,5% en hogares de clase alta.
- Las categorías más relevantes en hogares de personas mayores son carnes (22,0%), cereales (17,6%) y hortalizas y legumbres (12,2%).
- Si bien tanto en hogares unipersonales como multipersonales predominan el consumo de carnes y cereales, los hogares unipersonales muestran un mayor gasto proporcional en hortalizas y platos preparados.

### Reporte

Para analizar el gasto en alimentación, los hogares fueron clasificados en tres categorías según la presencia de personas mayores, hogares solo con personas mayores, hogares mixtos que son personas mayores conviviendo con otras edades y hogares sin personas mayores, compuestos solo por menores de 60 años.

La tabla 1 muestra diferencias entre estos grupos. Los hogares formados solo por personas mayores presentan un gasto promedio mensual en alimentación de \$237.330, con una mediana de \$189.552, representando el 26,4% del gasto total. En cambio, los hogares mixtos tienen un gasto mayor, \$440.259 promedio, mediana \$363.591, destinando el 28,1% de sus recursos a alimentación. Finalmente, los hogares sin personas mayores gastan en promedio \$348.950, representando solo un 20,2% del presupuesto total.

Tabla 1. Gasto promedio y mediano en alimentación según tipo de hogar

Gasto Promedio	Gasto Mediano	Porcentaje de su gasto destinado a Alimentación
----------------	---------------	---

Solo Personas Mayores	237.330	189.552	26,4%
Mixto	440.259	363.591	28,1%
Sin Personas Mayores	348.950	283.771	20,2%

Al analizar el gasto alimentario en hogares compuestos únicamente por personas mayores según clase social, se observa que, aunque el gasto promedio mensual aumenta conforme incrementan los ingresos, la proporción destinada a alimentación disminuye.

Los hogares solo de personas mayores de clase baja gastan en promedio \$202.246 (mediana \$160.543), destinando un alto porcentaje del presupuesto, 36,1% a alimentación. En hogares de clase media, el gasto promedio aumenta a \$236.150, pero el porcentaje del gasto total destinado a alimentación se reduce a 29,0%. Finalmente, los hogares de clase alta presentan un gasto promedio mensual de \$266.830, pero la proporción destinada a alimentos baja al 19,5%. Estos resultados revelan que, aunque los hogares de mayores ingresos gastan más en términos absolutos, la alimentación representa una carga menor en su presupuesto familiar, patrón que se repite también en los otros tipos de hogares.

Tabla 2. Gasto promedio y mediano en alimentación según tipo de hogar y clase socioeconómica

		Gasto Promedio	Gasto Mediano	Porcentaje de su gasto destinado a Alimentación
Solo Personas mayores	Bajo	202.246	160.543	36,1%
	Medio	236.150	190.894	29,0%
	Alto	266.830	194.720	19,5%
Mixto	Bajo	405.426	327.959	36,8%
	Medio	431.215	360.705	29,8%
	Alto	502.370	417.698	21,0%
Sin Personas Mayores	Bajo	334.961	274.508	30,1%
	Medio	342.046	284.213	23,1%
	Alto	364.283	287.231	15,7%

Al observar en detalle la composición del gasto alimentario según tipo de hogar, se evidencian patrones diferenciados en la distribución. En hogares compuestos únicamente por personas mayores, las categorías con mayor peso en el gasto son carnes y derivados (22,0%), cereales y productos de cereal (17,6%) y hortalizas, tubérculos y legumbres (12,2%). En contraste, categorías como pescados y mariscos (3,2%), aceites y grasas (3,8%) y diversas bebidas no alcohólicas tienen una representación menor.

En hogares mixtos, aunque las carnes (21,5%) y cereales (18,5%) también lideran el gasto, destaca un mayor gasto absoluto en prácticamente todas las categorías debido a su mayor tamaño, además de un gasto significativo en "otros gastos no desglosados" (7,8%). Por su parte, los hogares sin personas mayores mantienen una estructura similar en cuanto a categorías principales (carne 20,1% y cereales 17,9%), pero asignan una mayor proporción relativa a productos como bebidas refrescantes (4,0%) y también a gastos no desglosados (9,5%).

Tabla 3. Gasto promedio y proporción de consumo según categoría de alimentación por tipo de hogar

Solo personas  
mayores

Mixto

Sin personas  
mayores

Alimentos	Cereales y productos de cereal	32.888 (17,6%)	67.699 (18,5%)	52.736 (17,9%)
	Animales vivos, carnes y otras partes de animales terrestres sacrificados	41.248 (22,0%)	78.822 (21,5%)	59.292 (20,1%)
	Pescados y mariscos	6.019 (3,2%)	11.754 (3,2%)	8.742 (3,0%)
	Leche, otros productos lácteos y huevos	20.321 (10,9%)	38.449 (10,5%)	33.132 (11,2%)
	Aceites y grasas	7.092 (3,8%)	11.665 (3,2%)	7.534 (2,6%)
	Frutas y frutos secos	16.455 (8,8%)	24.270 (6,6%)	18.453 (6,3%)
	Hortalizas, tubérculos, plátanos, bananas para cocinar y legumbres	22.918 (12,2%)	38.786 (10,6%)	27.123 (9,2%)
	Azúcar, repostería y postres	8.511 (4,5%)	15.085 (4,1%)	13.778 (4,7%)
	Platos preparados y otros productos alimenticios	11.334 (6,1%)	20.386 (5,6%)	18.216 (6,2%)
	Jugos de frutas y verduras	2.119 (1,1%)	4.873 (1,3%)	5.083 (1,7%)
Bebidas no alcohólicas	Café y sucedáneos del café	2.303 (1,2%)	2.891 (0,8%)	2.534 (0,9%)
	Té, mate y otros productos vegetales para infusión	2.191 (1,2%)	3.316 (0,9%)	2.004 (0,7%)
	Aguas	2.038 (1,1%)	3.902 (1,1%)	3.792 (1,3%)
	Refrescos	5.523 (3,0%)	14.092 (3,8%)	11.707 (4,0%)
	Otras bebidas no alcohólicas	5.523 (3,0%)	2.303 (0,6%)	2.501 (0,8%)
	Otros gastos no desglosados	698 (0,4%)	28.514 (7,8%)	28.142 (9,5%)

Al analizar los hogares compuestos solo por personas mayores según clase social, se observan diferencias en la distribución del gasto alimentario. En hogares de clase baja, predominan las categorías básicas, destacando las carnes (23,8%), cereales (20,0%) y hortalizas, tubérculos y legumbres (14,0%). A medida que aumenta la clase social, aunque estas categorías siguen siendo relevantes, disminuyen su proporción en el gasto total. En hogares de clase alta, las carnes representan solo el 18,9% del gasto, mientras que aumenta el gasto relativo en categorías como productos lácteos y huevos (11,5%), frutas y frutos secos (9,6%), y especialmente en alimentos más procesados como platos preparados (7,4%) y azúcares y repostería (5,3%). Lo anterior evidencia cómo, con mayores ingresos, los hogares de personas mayores diversifican su dieta, reduciendo proporcionalmente el gasto en alimentos básicos.

Tabla 4. Gasto promedio y proporción de consumo según categoría de alimentación en hogares solo de personas mayores según grupo socioeconómico

		Clase Baja	Clase Media	Clase Alta
Alimentos	Cereales y productos de cereal	33.224 (20,0%)	46.966 (21,4%)	33.886 (14,6%)

	Animales vivos, carnes y otras partes de animales terrestres sacrificados	39.432 (23,8%)	45.530 (20,8%)	43.902 (18,9%)
	Pescados y mariscos	4.864 (2,9%)	6.277 (2,9%)	7.040 (3,0%)
	Leche, otros productos lácteos y huevos	17.131 (10,3%)	20.207 (9,2%)	26.780 (11,5%)
	Aceites y grasas	7.188 (4,3%)	7.182 (3,3%)	6.798 (2,9%)
	Frutas y frutos secos	13.213 (8,0%)	17.475 (8,0%)	22.293 (9,6%)
	Hortalizas, tubérculos, plátanos, bananas para cocinar y legumbres	23.321 (14,0%)	24.567 (11,2%)	23.845 (10,3%)
	Azúcar, repostería y postres	5.858 (3,5%)	8.855 (4,0%)	12.416 (5,3%)
	Platos preparados y otros productos alimenticios	8.428 (5,1%)	11.609 (5,3%)	17.198 (7,4%)
Bebidas no alcohólicas	Jugos de frutas y verduras	1.507 (0,9%)	2.092 (1,0%)	3.375 (1,5%)
	Café y sucedáneos del café	1.255 (0,8%)	2.355 (1,1%)	4.068 (1,8%)
	Té, mate y otros productos vegetales para infusión	2.164 (1,3%)	2.388 (1,1%)	1.871 (0,8%)
	Aguas	1.992 (1,2%)	1.994 (0,9%)	2.281 (1,0%)
	Refrescos	5.831 (3,5%)	6.582 (3,0%)	6.010 (2,6%)
	Otras bebidas no alcohólicas	574 (0,3%)	749 (0,3%)	830 (0,4%)
Otros gastos no desglosados	Otros gastos no desglosados	31 (0,0%)	14.246 (6,5%)	19.655 (8,5%)

Al comparar hogares compuestos solo por personas mayores según el número de integrantes, unipersonales y multipersonales, se observa que, aunque la estructura general del gasto alimentario es similar, existen algunas diferencias. En los hogares multipersonales, las categorías con mayor participación en el gasto son carnes (21,4%), cereales y productos de cereal (16,8%) y hortalizas, tubérculos y legumbres (11,6%). Por su parte, en hogares unipersonales, aunque se mantienen las carnes (19,8%) y los cereales (15,3%) como categorías principales, destaca un gasto proporcionalmente mayor en hortalizas y legumbres (15,0%) y en platos preparados (6,3%)

Tabla 5. Gasto promedio y proporción de consumo según categoría de alimentación en hogares solo de personas mayores según número de personas en el hogar

		Multipersonales	Unipersonales
Alimentos	Cereales y productos de cereal	49.048 (16,8%)	19.605 (15,3%)

	Animales vivos, carnes y otras partes de animales terrestres sacrificados	62.461 (21,4%)	25.389 (19,8%)
	Pescados y mariscos	8.422 (2,9%)	3.974 (3,1%)
	Leche, otros productos lácteos y huevos	29.455 (10,1%)	12.965 (10,1%)
	Aceites y grasas	10.082 (3,5%)	4.056 (3,2%)
	Frutas y frutos secos	24.465 (8,4%)	11.236 (8,7%)
	Hortalizas, tubérculos, plátanos, bananas para cocinar y legumbres	33.915 (11,6%)	19.317 (15,0%)
	Azúcar, repostería y postres	13.304 (4,6%)	5.026 (3,9%)
	Platos preparados y otros productos alimenticios	16.723 (5,7%)	8.037 (6,3%)
Bebidas no alcohólicas	Jugos de frutas y verduras	3.287 (1,1%)	1.302 (1,0%)
	Café y sucedáneos del café	3.131 (1,1%)	2.017 (1,6%)
	Té, mate y otros productos vegetales para infusión	3.130 (1,1%)	1.301 (1,0%)
	Aguas	2.897 (1,0%)	1.218 (0,9%)
	Refrescos	9.014 (3,1%)	3.567 (2,8%)
	Otras bebidas no alcohólicas	1.087 (0,4%)	395 (0,3%)
Otros gastos no desglosados	Otros gastos no desglosados	21.116 (7,2%)	9.119 (7,1%)

Al observar los productos específicos más consumidos según tipo de hogar, se destaca la relevancia del pan corriente a granel, siendo el alimento más consumido en todos los hogares. Sin embargo, en hogares mixtos este consumo es especialmente alto (93,6%), frente al 84,1% en hogares solo de personas mayores y 81,1% en hogares sin personas mayores. Otro producto importante son los refrescos, con diferencias, mientras que en hogares mixtos se observa una alta penetración (73,5%), en hogares solo de personas mayores este porcentaje disminuye notablemente a un 49,0%. Finalmente, destaca también el consumo de tomates frescos, presentes en más de la mitad de todos los hogares, pero con una penetración más alta en hogares mixtos (71,9%) que en hogares de personas mayores exclusivamente (57,7%) o sin personas mayores (58,3%).

Tabla 6. Alimentos más consumidos y gasto promedio según tipo de hogar

Tipo de hogar	Producto	Gasto promedio	Gasto per cápita	Proporción
	PAN CORRIENTE A GRANEL	17.930	11.423	84,1%
	TOMATES FRESCOS O REFRIGERADOS	6.207	3.815	57,7%

Solo Personas mayores	PAPAS Y OTROS TUBÉRCULOS	7.022	4.248	52,0%
	REFRESCOS	12.882	7.755	49,0%
	HUEVOS DE GALLINA, FRESCOS Y CON CÁSCARA	8.331	5.154	47,0%
	LECHUGAS FRESCAS O REFRIGERADAS	4.481	2.697	46,9%
	PALTAS FRESCAS	9.701	5.871	43,1%
	CEBOLLAS FRESCAS O REFRIGERADAS	3.671	2.203	43,0%
	PLÁTANOS FRESCOS	4.974	3.040	42,5%
	ZANAHORIAS FRESCAS O REFRIGERADAS	2.275	1.382	38,8%
	LIMONES Y LIMAS, FRESCAS	3.905	2.331	36,1%
	CECINAS Y FIAMBRES DE CERDO COCIDOS	7.960	4.741	34,4%
	ZAPALLOS FRESCOS O REFRIGERADOS	3.147	1.877	33,4%
	HIERBAS FRESCAS Y SECAS	2.409	1.409	32,3%
	MANTEQUILLAS	7.755	4.590	31,5%
Mixto	PAN CORRIENTE A GRANEL	35.279	9.770	93,6%
	REFRESCOS	20.836	5.571	73,5%
	TOMATES FRESCOS O REFRIGERADOS	8.221	2.232	71,9%
	PAPAS Y OTROS TUBÉRCULOS	10.630	2.880	65,4%
	HUEVOS DE GALLINA, FRESCOS Y CON CÁSCARA	12.514	3.380	62,4%
	LECHUGAS FRESCAS O REFRIGERADAS	5.508	1.494	61,0%
	CEBOLLAS FRESCAS O REFRIGERADAS	4.660	1.254	56,4%
	PALTAS FRESCAS	12.338	3.356	54,8%
	PLÁTANOS FRESCOS	6.497	1.745	53,9%
	ZANAHORIAS FRESCAS O REFRIGERADAS	2.916	780	50,5%
	LIMONES Y LIMAS, FRESCAS	5.075	1.359	49,7%
	ZAPALLOS FRESCOS O REFRIGERADOS	3.987	1.067	45,6%
	YOGUR SIN PROBIÓTICOS O LACTOBACILOS (BATIDO)	9.910	2.595	44,9%
Sin Personas Mayores	CECINAS Y FIAMBRES DE CERDO COCIDOS	9.021	2.430	44,4%
	HIERBAS FRESCAS Y SECAS	2.730	734	43,5%
	PAN CORRIENTE A GRANEL	23.821	7.474	81,1%
	REFRESCOS	17.802	5.546	69,8%
	TOMATES FRESCOS O REFRIGERADOS	6.464	1.996	58,3%
	HUEVOS DE GALLINA, FRESCOS Y CON CÁSCARA	10.936	3.395	52,3%
	PAPAS Y OTROS TUBÉRCULOS	8.909	2.638	48,6%
	PALTAS FRESCAS	11.287	3.538	48,0%
	LECHUGAS FRESCAS O REFRIGERADAS	4.459	1.354	45,4%
	JUGOS LÍQUIDOS	9.446	2.836	44,0%
	YOGUR SIN PROBIÓTICOS O LACTOBACILOS (BATIDO)	9.513	2.877	42,6%
	CEBOLLAS FRESCAS O REFRIGERADAS	3.858	1.154	41,4%
	PLÁTANOS FRESCOS	5.710	1.723	41,1%
	PAN ENVASADO	9.884	3.156	40,6%
	AGUAS MINERALES EMBOTELLADAS SIN SABOR	9.959	3.158	39,4%
	LIMONES Y LIMAS, FRESCAS	4.588	1.391	38,3%
	QUESO GOUDA	11.147	3.373	38,0%

