



Aunque tiene menos pedigrí que la dieta mediterránea, en los últimos años se ha puesto de moda, por sus bondades para la salud, la dieta atlántica, que se caracteriza por el abundante consumo de pesca-

do y marisco fresco, la ingestión de carne de vacuno, cerdo, caza y aves, la abundancia de alimentos vegetales y de temporada, el recurso al vino en las comidas en cantidades moderadas y el uso del acei-

te de oliva para el aliñado y cocinado. Aunque la crisis ha incidido en los bolsillos de las familias, las estadísticas muestran cómo Galicia sigue dando una especial relevancia a lo que sirve en la mesa.

## En casa de gallego, comida que no falte

Galicia es la comunidad que más gasta en comer ▶ La carne supone el mayor desembolso, con 1.193 euros por año, 473 más que en Canarias ▶ El desembolso en carne equivale al de verduras y pescado juntos

C. VILLAR ■ Santiago

Uno de los principales atractivos de Galicia para los turistas es su gastronomía. Pero, en ese campo, también los gallegos son profetas en su tierra y disfrutan de sus manjares. Así, a pesar de que durante la crisis muchas familias se han apretado el cinturón e introdujeron por primera vez en sus carritos de la compra marcas blancas, y aunque muchos estantes de las despensas se llenan con las aportaciones de algún pariente que vive en el campo, los gallegos siguen siendo los que más dinero invierten en la cesta de la compra de todo el país. El año pasado cada familia se gastó en comer y beber 4.632,22 euros, 431,05 euros más que la media nacional y mil euros por encima de lo que dedican los extremeños, que son quienes calman su apetito de forma más económica. Y eso que hubo un ligero recorte, de 12,61 euros, con respecto al gasto realizado en 2013.

El dato no guarda relación con que la comida sea más cara en Galicia, como demuestran las estadísticas del Ministerio de Agricultura,

sino que parece tener más que ver con que los gallegos llenan la cesta de la compra con más proteínas y en más cantidad. No en vano cada gallego consume, según el Gobierno central, una media de 51 kilogramos de carne al año y, de ellos, nueve son de vacuno y ocho de ternera, la cifra más alta de España. Lo mismo ocurre con el pescado, 32 kilos per cápita, y la mitad fresco, algo de lo que solo pueden presumir autonomías como Castilla y León o Euskadi, que gana a Galicia por poco en ese capítulo y la sigue de cer-

ca en gasto total, con 4.618,04 euros en alimentación.

Esos factores pueden explicar las cifras recopiladas por la empresa AIS Group, una compañía que analiza los grandes datos para ayudar a otras a tomar decisiones de negocios y que realizó un estudio específico de la inversión de las familias españolas en alimentación que permite constatar cómo Galicia supera en torno a un 11% el gasto estatal en viandas al menos desde 2006. Y la crisis no cambió las cosas, aunque a partir de 2009 los gallegos hayan

ido ahorrándose más de 850 euros en llenar el estómago.

El informe permite constatar cómo en la dieta gallega gobierna un cuarteto con un líder indiscutible, la carne, en la que cada hogar invierte, de media, 1.193 euros por año, 423 más que en Canarias, la que menos gasta, y 211 más que la media estatal. En todo caso, este capítulo consume un 27% de los recursos reservados a alimentación en la comunidad y en España se lleva la cuarta parte. La preferencia en Galicia por la carne es tal que supone una in-

versión de casi un 60% más que su inmediato rival: las frutas y las verduras. Ahí sí que hubo recorte, de casi 25 euros (igual que en el resto del país), pero aun así, los hogares gallegos invierten en calorías verdes 760 euros por año, 25 más que sus homólogos del resto del Estado.

El pan que no falte, se suele decir, de ahí que el tercer lugar del podio lo ocupe, junto a los cereales, este alimento, con 637 euros, 16 más que en el Estado y 13 más que en 2013. Pero en una dieta atlántica que se precie no puede faltar el pescado y los gallegos son aficionados a él: sacan del bolsillo para darse un banquete con merluza, lenguado y bacalao unos 158 euros más que los residentes en otras autonomías, hasta los 632 euros.

En las casas gallegas no solo se gasta más en comer en general, sino que son líderes autonómicas en adquisición de carne y pescado; segundas en los productos lácteos y huevos, después de que el año pasado les arrebatase el podio Canarias en esta categoría, y cuartas en el consumo de aceites y grasas, tras haber sido cabeza de cartel en 2013.

### Sin abusar de dulces y refrescos

Los gallegos no son muy golosos, aunque el catálogo de repostería de la comunidad se empeña en desmentirlo. Apenas dedican a azúcar y dulces 172 euros por año. Pese a que esa cifra supone 14 euros más que en 2013 y casi diez más que la media nacional, la comunidad se sitúa en sexto puesto a la hora de invertir en los

postres.

Tampoco sienten gran devoción por los refrescos y los zumos. Es el único capítulo en el que Galicia está por debajo de la media estatal en gasto: 234 euros por hogar frente a 288 euros. Y muy lejos de la principal consumidora, Canarias, que le lleva hasta 170 euros de ventaja.

Si la bebida lleva alcohol, la situación cambia, aunque los gallegos se hallan entre los hogares que más recortaron en ese gasto en el último año, casi 20 euros. El año pasado los gallegos dedicaron a vino, cerveza y otros alcoholes 173 euros, lo que provocó que bajaran desde el segundo puesto, tras Cataluña, al sexto lugar.