



## X Congreso Internacional de Promoción al consumo de Frutas y Hortalizas

30 y 31 de octubre de 2014  
Santa Fe - Argentina



# Promoción del consumo en el comercio especializado

MANUEL MOÑINO GÓMEZ  
Dietista-Nutricionista.

Presidente Comité Científico de la Asociación "5 al día - España"

Investigador del Centro de Investigación Biomédica en Red- Obesidad y Nutrición



# OBJETIVOS “5 AL DÍA”



**AUMENTAR EL  
CONSUMO DE  
FRUTAS Y  
VERDURAS**

**COMUNICAR  
EL MENSAJE  
DE SALUD  
“5 AL DÍA”**

**APOYAR AL  
SECTOR  
AGRÍCOLA**

**PROMOVER  
HÁBITOS  
SALUDABLES**

**LUCHAR  
CONTRA LA  
OBESIDAD  
INFANTIL Y  
LAS ECNT**



**X Congreso Internacional  
de Promoción al consumo  
de Frutas y Hortalizas**



X Congreso Internacional de Promoción al consumo de Frutas y Hortalizas 3/19

# Alianza Internacional de Asociaciones y Movimientos "5 al día" - AIAM5 -



Más Frutas y Verduras, la mejor elección para tu salud



X Congreso Internacional de Promoción al consumo de Frutas y Hortalizas



## X Congreso Internacional de Promoción al consumo de Frutas y Hortalizas

30 y 31 de octubre de 2014  
Santa Fe - Argentina



**¿Qué puede hacer el comercio  
especializado para ayudar al cliente a  
mejorar su consumo de frutas y  
verduras?**

**ALGUNAS HERRAMIENTAS...**



X Congreso Internacional  
de Promoción al consumo  
de Frutas y Hortalizas



**CONOCER A SU CLIENTELA**

**VALOR AÑADIDO SALUD**

**SURTIDOS ATRACTIVOS**

**NUEVAS VARIEDADES**

**AYUDAR A SALVAR BARRERAS**

**INFORMACIÓN AL CONSUMIDOR**



**X Congreso Internacional  
de Promoción al consumo  
de Frutas y Hortalizas**

# Salvar barreras y capacitar

- Consejos generales sobre el consumo: frescas, variedades, qué es F y V, zumos, etc.
- Valor nutritivo y relación con la salud
- Técnicas culinarias: habilidades, recetas, mantener y potenciar el valor nutritivo, etc.
- Consejos sobre la conservación: volumen de compra, condiciones en el hogar, etc.
- Consumos en crudo: higiene alimentaria



# Herramientas facilitadoras



**consum**  
Ante de gusto consumo

Ir a RECETAS

### Planificador

Necesidades especiales:  NO

Nº de comensales:

Estilo de vida:  Tiempo pasado  Tiempo libre

Tipo de dieta:  Vegetariana  Bajo en calorías  Sin lacto  Sin gluten

Lunes    Martes    Miércoles    Jueves    Viernes    Sábado    Domingo

#### Desayuno

- Yogur desnatado con ciruelas pasas
- Batido de plátano y yogur desnatado
- Queso Burgos
- Pan con queso fresco
- Yogur desnatado con nueces y trocitos de fruta
- Bocadillo integral de jamón cocido
- Yogur natural enter



X Congreso Internacional de Promoción al consumo de Frutas y Hortalizas



# Para evitar sorpresas: compra informada



**TOMATE PERA**

Tomate dulce y de gran carnosidad. Ideal para acompañar deliciosos sándwiches, así como para hacerlos rellenos, en conserva o preparar un buen gazpacho.

*tomates,  
tienes donde elegir*



**TOMATE CHERRY**

De piel fina y carne dulce, se prestan absolutamente a todo: como "snack", ensaladas, canapés, brochetas... Ideal para iniciar a los pequeños en el consumo de un alimento tan sano.

**tantas  
variedades  
COMO  
posibilidades  
elige la tuya!**



**FUJI**

De color intenso y brillante, con elevado contenido en zumo dulce, lo que, unido a su textura jugosa, dura y crujiente, la convierte en una de las manzanas más apropiadas para consumir al natural y en zumo. Recomendable también para elaborar compotas o purés, ya que no necesita azúcar.



**Pink  
Lady**

Sus ligeros toques amarillos y verdes se marcan sutilmente con el rosado palido. Una manzana jugosa, crujiente, acidulada, dulce y deliciosamente perfumada. Ideal para ensaladas con frutos secos y queso fresco y para acompañar carne asada y terrina de foie.



**5 al día**

**X Congreso Internacional  
de Promoción al consumo  
de Frutas y Hortalizas**

# Punto de venta



X Congreso Internacional  
de Promoción al consumo  
de Frutas y Hortalizas

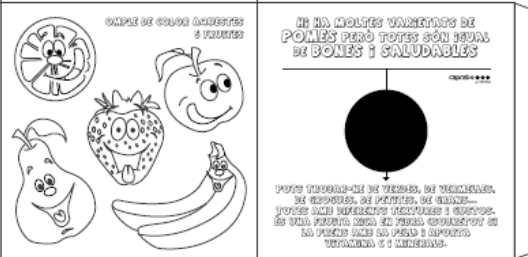


# Talleres de alimentación en el punto de venta



X Congreso Internacional de Promoción al consumo de Frutas y Hortalizas 11/19

# Hacerlo divertido



X Congreso Internacional de Promoción al consumo de Frutas y Hortalizas 12/19

# El valor de “lo nuestro”



Caprabo aposta pels productes de proximitat.



de la nostra terra



X Congreso Internacional de Promoción al consumo de Frutas y Hortalizas



# Otras acciones que “tocan nuestra fibra”



**ENTRE EL COMERCIO MINORISTA  
GRANDES CANTIDADES DE ALIMENTOS  
SE DESECHAN DEBIDO  
A ESTÁNDARES DE  
CALIDAD QUE DAN  
DEMASIADA IMPORTANCIA  
A LA APARIENCIA**

[www.thinkeatsave.org/es](http://www.thinkeatsave.org/es)



**X Congreso Internacional  
de Promoción al consumo  
de Frutas y Hortalizas**



consum



Frutas y hortalizas frescas 5 al día

info

Consúmelo antes de realizar ejercicio físico, su potasio te aporta energía y previene la aparición de calambres.



info

fruta rica en fibra, muy aconsejable en caso de estreñimiento.

naranja

info

si se consume en zumo y mezclados con agua.

INFORMACIÓN AL CONSUMIDOR.  
LA SALUD COMO UN VALOR AÑADIDO



5 al día

X Congreso Internacional de Promoción al consumo de Frutas y Hortalizas



# cereza

**info**

Fruta que aporta folatos que ayudan a disminuir el cansancio y la fatiga.

Valores por 100 g:

energía	grasas	hidratos de carbono	fibra	proteínas	sal
201,0kJ 48,0kcal	0,5g 0,1g	9,6g 9,6g	1,3g	1,3g	0,01g

Fuente de folatos.



# naranja

**info**

Es rica en vitamina C, que protege a las células frente al daño oxidativo.

Valores por 100 g:

energía	grasas	hidratos de carbono	fibra	proteínas	sal
167,5kJ					

Fuente fibra, potasio y folatos. Rico en vitamina C



# manzana

**info**

Aporta vitamina C, que ayuda a la formación del colágeno, esencial en el mantenimiento normal de dientes y encías.

Valores por 100 g:

energía	grasas	hidratos de carbono	fibra	proteínas	sal
171,7kJ 41,0kcal	0,0g 0,0g	10,0g 10,0g	2,2g	0,3g	0,00g

Fuente de fibra. Fuente de vitamina C.



# Conclusiones



- Capacitar en el consumo, compra, manipulación, cocinado, etc.
- Conocer el “valor de salud” intrínseco a las FYH
- Adaptarse a las necesidades del consumidor: salud, medio ambiente, comodidad, estilo de vida.
- Toda la cadena de valor en la difusión del mensaje de salud “5 al día”.



# Para reflexionar

- ¿Qué mueve al consumidor en la compra?
- ¿Qué efecto puede esperarse de las acciones de promoción en el punto de venta?
- ¿Qué puede hacer las asociaciones 5 al día para ayudar a la cadena de valor a tomar conciencia del mensaje “5 al día”?





## X Congreso Internacional de Promoción al consumo de Frutas y Hortalizas

30 y 31 de octubre de 2014  
Santa Fe - Argentina



# MUCHAS GRACIAS

MANUEL MOÑINO GÓMEZ  
Dietista-Nutricionista.

Presidente Comité Científico de la Asociación "5 al día - España"

Investigador del Centro de Investigación Biomédica en Red- Obesidad y Nutrición

