

Encuesta actualidades 2019

Usted, ¿se atrevería a consumir insectos enteros o procesados?

Hasta un 61.4 % de los costarricenses están dispuestos a convertir los insectos en parte de su dieta

10 ENE 2020 Salud



Las barras energéticas elaboradas con polvo de grillo por dos estudiantes de la UCR bajo la marca Cricket House, son uno de los primeros alimentos a base de insectos que se producen y comercializan en el país. Foto tomada de: <https://www.facebook.com/CricketHouse/>

En el futuro cercano, los insectos podrían convertirse en un alimento más de nuestra dieta. Su alto contenido de proteína, que puede sustituir otras fuentes tradicionales como la carne de res, y su producción sostenible animan a más consumidores para que los incorporen en su alimentación.

En Costa Rica, aunque solo una pequeña parte de la población los ha probado, existe una actitud positiva hacia su consumo. El **61,4 % de los habitantes estarían dispuestos a comer insectos** o productos elaborados a base de ellos.

Así lo constató la [Encuesta Actualidades 2019 de la Escuela de Estadística](#) de la Universidad de Costa Rica (UCR), la cual indagó la actitudes hacia el consumo de insectos en el país, en una muestra probabilística de 1 215 personas de 18 años y más, residentes de zonas urbanas y rurales de todo el país, así como su opinión sobre otros ocho temas de actualidad nacional.

La encuesta se aplicó en el mes de octubre cara a cara por estudiantes del curso de Diseño de Encuestas por Muestreo de la Escuela de Estadística. El grupo conformado por Gustavo Murillo Murillo, Mónica Quirós Arroyo y David Venegas Rojas realizó el módulo relacionado con el tema de insectos comestibles.

Un mercado creciente

El consumo de insectos, o entomofagia, es una práctica habitual en algunos países como México donde este alimento forma parte de su tradición. En nuevos mercados como Estados Unidos, Canadá y Europa los insectos han ganado fuerza en el último quinquenio ya que **constituyen una opción para suplir las proteínas en la dieta de una forma amigable con el medio ambiente.**

En Costa Rica este mercado apenas comienza a germinar. Por eso, los datos que aporta esta encuesta son de gran valor para el equipo de investigación del Centro Nacional de Ciencia y Tecnología de Alimentos (CITA-UCR) que desarrolla actualmente el [proyecto "Consumo de insectos y su aplicación en matrices alimentarias en Costa Rica"](#); retos y oportunidades de una estrategia potencial para el fortalecimiento de la seguridad alimentaria nacional", ya que uno de sus objetivos es conocer la disposición de las personas a consumir insectos o productos elaborados con ellos.

LEER MÁS: [CITA-UCR impulsa la producción de alimentos a base de insectos en Costa Rica.](#)

Como parte del estudio se han identificado las empresas y personas relacionadas con las producción y comercialización de este nuevo alimento en el país. A la fecha las investigadoras del CITA-UCR han encontrado al menos **7 empresas que se dedican a la cría de insectos para consumo humano.** Estas son Costa Rica Come Insectos, Insectario Orgánico Juicy Ant, Cricket House, KTL Pro, Costa Rican Insect Company, Grillos en Costa Rica y Gusanos de Harina & Grillos-Costa Rica.

Actualmente, más de 90 compañías alrededor del mundo comercializan productos a base de insectos para consumo humano y se estima que esta cifra aumentará. Según el informe ["Cadena de valor de insectos"](#) elaborado por Fundes para la Promotora de Comercio Exterior (Procomer), se espera que el mercado mundial de insectos comestibles aumentará a una tasa compuesta anual del 24.4 % de 2019 a 2030 para llegar a USD 1,181.6 millones en 2023 y USD 7,960 millones en 2030. (Meticulous Research. (2019).



Los insectos comestibles son una opción sostenible y eficiente ya que , según la FAO, pueden convertir 2 kg de alimento en 1 kg de masa de insecto, mientras que el ganado requiere 8 kg de alimento para producir 1 kg aumento de peso corporal. Laura Rodríguez Rodríguez

La proteína del futuro

A pesar de que aumenta el interés de los consumidores a nivel mundial, **el asco o desagrado es la mayor barrera que inhibe a las personas de probar y consumir regularmente insectos comestibles**. Esto ocurre también en Costa Rica donde la Encuesta Actualidades reveló que un 73.6 % de la población no consumiría insectos por esta razón. Sin embargo, la disposición aumenta cuando las personas se enteran de los beneficios que aportan los insectos comestibles para su salud y la sostenibilidad ambiental.

A las personas encuestadas se les explicó que a los insectos se les considera la proteína del futuro porque **su producción es más sostenible y son igual o más nutritivos que otras fuentes de proteína tradicionales como la carne de res**. Sabiendo esto, **la disposición de consumirlos aumentó de un 45.2 % a un 61.4 %**. En ambos casos, los hombres son los que manifestaron mayor disposición 59.4 % y 72.0 %, respectivamente.

La Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación (FAO) promueve la ingesta de insectos, ya que éstos proporcionan proteínas y nutrientes de alta calidad en comparación con la carne y el pescado. Diversos estudios han comprobado que **contienen altos niveles de proteína cruda de 40-75%, contienen todos los aminoácidos esenciales, son ricos en ácidos grasos y tienen una alta proporción de fibra dietética**. Además, son densos en calorías (Yi, 2015).

Consumidores los prefieren procesados

Para superar la barrera del “desagrado o asco” que sienten las personas poco habituadas a los insectos comestibles la incipiente industria en este campo está generando una **gran variedad de productos elaborados a base de insectos molidos como ingrediente principal** en la formulación de galletas, panes, barritas, tortillas, queques y batidos, etc. De esta forma, el consumidor obtiene los beneficios del alimento pero en presentaciones más prácticas y agradables.

Así lo ha comprobado el joven emprendedor y estudiante de Contaduría Pública de la UCR Andrés Muñoz, quien junto a su socia Mónica Solano, produce y comercializa barritas a base de polvo de grillo desde el 2018 bajo la marca Cricket House. “Vimos que la forma más viable para introducir los insectos en Costa Rica era a través de barritas porque veíamos que para muchas personas era la merienda más fácil de llevar a cualquier lado. Entonces, dijimos **¿qué tal si lo asimilan como una merienda normal pero que sea de grillos y así les dé menos miedo probarlo?**” recordó Andrés.

La encuesta constata que los consumidores nacionales tienen mayor disposición al consumo de insectos procesados en pan o galletas elaborados con harina de insecto (31,4 %) mientras que solo un 16,1 % estaría dispuesto a consumir insectos enteros cocinados con condimentos o acompañados de otros alimentos.

Finalmente, la encuesta demuestra que existe una opinión mayoritaria de que **el consumo de insectos aumentará en Costa Rica en el futuro (61.3 %)**. Con esta opinión coincide la investigadora del CITA-UCR Ana María Quirós, quien asegura que desde el año 2015 a la fecha se ha visto un gran aumento en el interés de los consumidores por estos nuevos alimentos. Además, cada vez más emprendedores se lanzan a la cría y producción de insectos comestibles, así como a la creación de nuevos productos con valor agregado.

"Una fuente de alimentos nueva como esta que resulta ser sostenible tiene todas las de ganar, tiene todo para que los consumidores puedan empezar a preferirlo y eso ya está pasando" aseguró la investigadora. Este impulso, aunado al interés de empresas grandes que están invirtiendo en nuevas ideas de fuentes de alimentos, hace que esta sea una actividad con grandes oportunidades, tanto para los consumidores como para los emprendedores costarricenses.

Informe de Actualidades 2019





[Katzy O'Neal Coto](#)

Periodista, Oficina de Divulgación e Información

Áreas de cobertura: ciencias agroalimentarias y medio ambiente

katzy.oneal@ucr.ac.cr

Etiquetas: [alimentos](#), [insectos](#), [opinión](#), [investigación](#), [estadística](#).