




## Bebidas Vegetales: Percepción de Consumidores y No Consumidores de Lácteos


Plant-based drinks: perceptions of consumers and non-consumers of dairy products

Vailati, Pablo Augusto 

Universidad Argentina de la Empresa (UADE)

Fuentes Cuiñas, Ana Alejandra 

Universidad Argentina de la Empresa (UADE)

Gomis, Juliana 

Universidad Argentina de la Empresa(UADE)

### Resumen

El consumo de leches animales ha disminuido durante décadas, mientras que la ingesta de leches alternativas no lácteas se ha incrementado. En el presente trabajo se plantea una investigación de corte descriptivo en el Área Metropolitana de Buenos Aires (AMBA) con el objetivo de describir las diferencias en las percepciones de los consumidores y no consumidores de lácteos en relación a las bebidas vegetales. La muestra incluyó un total de 783 individuos (70% mujeres) que vivían, estudiaban o

---

Vailati, Pablo Augusto, <https://orcid.org/0000-0001-5067-5338>, Universidad Argentina de la Empresa (UADE), [pvailati@uade.edu.ar](mailto:pvailati@uade.edu.ar)

Fuentes Cuiñas, Ana Alejandra, <https://orcid.org/0000-0002-9349-4577>, Universidad Argentina de la Empresa (UADE), [afuentescuinas@uade.edu.ar](mailto:afuentescuinas@uade.edu.ar)

Gomis, Juliana, <https://orcid.org/0000-0001-7094-4144>, Universidad Argentina de la Empresa (UADE), [julianagomis@hotmail.com](mailto:julianagomis@hotmail.com)

**Forma de citar este artículo:** Vailati, P. A., Fuentes Cuiñas, A. A., y Gomis, J. (2022). Bebidas Vegetales: Percepción de Consumidores y No Consumidores de Lácteos, *Redmarka. Revista de Marketing Aplicado*, vol 26, núm. 1, 62-75. <https://doi.org/10.17979/redma.2022.26.1.8857>

trabajaban en AMBA, y tenían entre 18 y 60 años ( $M=26.85$ ,  $DE=9.12$ ); contestando un cuestionario online auto-administrado. Como principales resultados, se destaca que aquéllos que consumen bebidas vegetales sólo por el hecho de que les gusta el sabor, son conscientes del diferencial nutricional que aporta la leche de origen animal. Asimismo, quienes consumen leche de origen animal y sus derivados apoyan en mayor medida su valor nutricional que quienes no lo hacen. Los consumidores de bebidas vegetales presentan mayor acuerdo respecto al valor nutricional de las mismas, a diferencia de los consumidores de lácteos.

**Palabras clave:** leche, productos lácteos, bebida vegetal, consumo de bebidas vegetales, leches alternativas.

### **Abstract**

The consumption of dairy milk has been falling for decades, while the intake of alternative non-dairy milks has increased. This article presents the results of a descriptive study carried out in the Greater Buenos Aires area (GBA) on the perception of plant-based drinks among consumers and non-consumers of dairy products. The sample comprised a total of 783 subjects (70% women), living, studying or working in GBA, and aged between 18 and 60 years ( $M=26.85$ ,  $SD=9.12$ ). The data for the study were collected using a self-administered online questionnaire. The results show that those who consume plant-based drinks solely for reasons of taste are aware of the nutritional value provided by animal milk. Likewise, those who consume dairy milk and its derivatives defend its nutritional value to a greater extent than those who do not. Consensus on the nutritional value of plant-based drinks was found to be greater among consumers of milk alternatives than among consumers of dairy products.

**Keywords:** milk, dairy products, plant-based drinks, consumption of plant-based drinks, milk alternatives.

## **1. INTRODUCCIÓN**

La nutrición y el tipo de dieta puede afectar, tanto positiva como negativamente, la salud de las personas a lo largo de su vida. La misma representa un factor de importancia en el desarrollo de enfermedades crónicas, tales como cáncer, enfermedades cardiovasculares y diabetes (OMS., S. D. I. T., 2003)

En cuanto a la participación de los productos lácteos en las dietas de los individuos, éstos se consideran de alta importancia ya que entre los nutrientes que aportan, se pueden destacar su alto contenido en proteínas de alta calidad biológica, vitaminas (A, D, riboflavina, cianocobalamina, tiamina, piridoxina y ácido fólico) y minerales (calcio, magnesio y cinc) (Sanz et al., 2003).

Sin embargo, a pesar de que la leche sea la principal fuente de calcio y vitamina D en los niños, y que las leches bajas en grasa, sin grasa, y sus derivados, puedan contribuir a una dieta sana, ésta no es indispensable (Rivera et al., 2008). Distintos estudios muestran que los productos lácteos no están cumpliendo un papel crucial en la nutrición de los adolescentes y adultos jóvenes, en cuanto al aporte de nutrientes esenciales como calcio y proteína de alta calidad, que se espera de este grupo de alimentos (Aguilar et al., 2007). Asimismo, el consumo de leches animales ha disminuido durante décadas mientras que el consumo de las denominadas leches alternativas no lácteas ha aumentado (McCarthy et al., 2017). Cabe aclarar que, si bien es común denominar a las bebidas fermentadas de base no láctea como “leche” vegetal, esta denominación no es correcta debido a la formulación de estos alimentos y su composición (Salmerón Campos, 2021).

En este contexto, Nájera et al. (2021) resaltan la importancia de informarse por medio de fuentes científicas a la hora de consumir bebidas vegetales como una decisión de salud y nutrición. Estos autores sostienen que resulta arriesgado establecer a estas bebidas como sustitutos de la leche de vaca ya que no hay evidencia suficiente para afirmar que ofrecen mayores beneficios a la salud de los individuos. En este sentido, Salmerón Campos (2021), señala que estas bebidas vegetales no aportan las mismas cualidades nutricionales que la leche vacuna. Sin embargo, García-Hernández y Rodríguez-Hernández (2021) afirman que las bebidas vegetales son hoy en día una alternativa elegida por ciertos consumidores para sustituir el consumo de leche animal. En este contexto, surge un interrogante relacionado con la forma en que los consumidores perciben a las bebidas fermentadas de base no láctea. Asimismo, se plantea evaluar la existencia de diferencias entre consumidores y no consumidores de lácteos. Con dicho propósito, este artículo presenta los resultados y conclusiones de una investigación concluyente descriptiva, de corte transversal simple.

## **2.. MARCO TEÓRICO**

### **2.1 Consumo de Lácteos y Leche Animal**

Según el Código Alimentario Argentino (Ley 18.824, 1971), estipulado en el artículo 533, los alimentos lácteos son definidos como alimentos que se obtienen de mamíferos como las vacas, considerando derivados y subproductos, ya sea que los mismos sean simples o elaborados, siempre y cuando su destino sea la alimentación humana.

La leche resulta ser el producto más consumido preferiblemente por encima de otros productos lácteos. Según un estudio realizado por Aguilar et al. (2007), una mayor proporción de quienes hacen ejercicio (55%) consumen leche como principal producto lácteo, en comparación con aquellos que no lo hacen (44%).

En un estudio realizado por Vargas et al. (2007), se comprobó que la leche (38,1%), el queso (14,2%) y el yogurt (9,9%) fueron, respectivamente, los productos más

consumidos, siendo adquiridos preferentemente en supermercados (59,5%). Este estudio también demostró que un 64,5% de la población universitaria de Costa Rica consume diariamente lácteos, representando la ingesta ocasional un 28,3% y la nula un 5,9%, que sugiere deficiencias en la ingesta de calcio.

Si bien la mayoría de las personas no consumen productos lácteos debido a razones especiales como pueden ser las alergias, la intolerancia o el sabor (Chacón-Villalobos, 2005), las costumbres alimenticias se impregnan de significados culturales que cambian con el transcurso del tiempo, no siendo los productos lácteos ajenos a este proceso (Fuentes Cuiñas, 2019).

El Departamento de Agricultura de los Estados Unidos recomienda consumir 3 tazas al día de leche descremada, baja en grasa o productos lácteos equivalentes (USDA, 2005). Sin embargo, el consumo de lácteos de origen animal experimentó cambios con tendencia a una fuerte disminución en la cantidad de litros consumidos por habitantes, así como modificaciones en la composición de estos (Fuentes Cuiñas, 2019). Un claro ejemplo es Argentina, donde entre el año 1997 y el año 2013 se produjo un aumento en el consumo de productos derivados tales como el yogurt, quesos duros y blandos, quesos crema y untables, mientras que el consumo de leche disminuyó un 26%. Esta baja del consumo de lácteos se debe a que se redujo en casi 40% el consumo de los postres lácteos y el de leche, tanto fluida como en polvo (Zapata et al., 2016).

En la actualidad, los yogures y otras leches fermentadas constituyen los principales vehículos para el aporte de probióticos ya que, además de las propiedades funcionales de las bacterias inoculadas, estos alimentos tienen gran aceptación en los distintos grupos de población y son fáciles de digerir (Sanz et al., 2003).

Por último, cabe destacar que existen fuentes alternativas de leche vacuna y productos lácteos que no están muy difundidas en la población, como la leche de cabra, lo que resulta en un bajo consumo de las mismas (Aguilar et al., 2007). Sin embargo, la leche de cabra es un producto que poco a poco se hace más popular en los mercados mundiales debido a las evidencias expuestas que señalan marcadas diferencias de composición entre ésta y otras leches como la bovina (Chacón-Villalobos, 2005).

## **2.2 Consumo de Bebidas Vegetales**

El descenso del consumo de productos lácteos se relaciona con el avance en las dietas vegetarianas y veganas en las que el consumidor limita o abandona la ingesta de los mismos (Sharma, 2005). En el Código Alimentario Argentino (Ley 18.284, 1971), se define la calidad que deben presentar los elementos con los que se producen los distintos tipos de bebidas de origen vegetal, las cuales consisten en sustancias líquidas, cuya apariencia es similar a la leche de vaca.

Las nuevas bebidas vegetales representan formas de alimentación que responden a los deseos actuales de los nuevos segmentos, así como las necesidades específicas de las

personas con intolerancia a la lactosa y otros inconvenientes relacionados con la ingesta y alergia a las proteínas de la leche de vaca. Si bien por el momento son considerados productos de nicho, en el futuro pueden representar interesantes mercados que se encontrarán más en línea con las necesidades y deseos alimenticios de la población (Fuentes Cuiñas, 2019). El aumento del consumo de las bebidas vegetales en la actualidad se debe a causas como alergias alimentarias y cuestiones éticas relacionadas al bienestar animal y cuidado del medio ambiente (García-Hernández y Rodríguez-Hernández, 2021)

Dentro de las bebidas vegetales más consumidas se pueden encontrar: La leche de avena, debido a que su consumo beneficia la reducción de los valores de colesterol LDL (Önning et al., 1998); la leche de almendras, que suele ser elegida por los vegetarianos estrictos por el calcio que posee y por su aspecto (Dyner et al., 2015); y por último, la leche de soja, que proporciona cerca del 75% del calcio biodisponible en la leche (Rivera et al., 2008) y a la cual se le han atribuido propiedades beneficiosas en trastornos asociados con la menopausia (De Luis et al., 2007). Según García-Hernández y Rodríguez-Hernández (2021), se aprecia en general una preferencia por parte de los consumidores hacia las bebidas en base a soja, evidenciada por mayores niveles de producción y comercialización.

En un estudio realizado, se descubrió que las personas que consumen productos de origen animal lo hacen principalmente por hábito o por preferencias sobre el sabor (McCarthy et al., 2017).

Medina (2018) plantea que las percepciones sobre los alimentos representan un acuerdo social y cultural y la postura que los individuos toman ante diversas situaciones de la vida. Ejemplo de esto podrían ser los vegetarianos y veganos que evitan o eliminan el consumo de los productos animales y tienden a consumir en mayor medida productos a base de determinadas plantas, como son la soja y las almendras (Sabaté y Ang, 2009; Fuentes Cuiñas et al., 2020).

Según Dyner et al. (2015) la disponibilidad de las bebidas vegetales a través de la elaboración industrial y su agradable sabor, han motivado el crecimiento de su consumo por la población en general.

Se considera que la tendencia de consumo de este tipo de bebidas se debe a los altos contenidos de ácidos grasos, que al igual que la leche materna, contribuyen con el sistema inmunológico al controlar bacterias, virus y parásitos (Fuentes Cuiñas, 2019). Según Sethi et al. (2016), las bebidas vegetales son un producto de costo relativamente bajo que pueden servir como una buena alternativa para países y regiones poco desarrolladas o para aquellos lugares en los cuales la leche tradicional tiene una demanda que no se llega a satisfacer.

Por último, teniendo en cuenta que los consumidores asocian las bebidas vegetales con la idea de que son más naturales que las de origen animal, si estos productos estuvieran

disponibles en más tiendas, se fomentaría su consumo y velocidad de adopción por parte del público (Fuentes Cuiñas, 2019; Fuentes Cuiñas et al., 2020). Adicionalmente, las empresas que producen y comercializan bebidas fermentadas de base no láctea enfrentan el desafío de incorporar características funcionales que les permitan un posicionamiento beneficioso frente a las alternativas tradicionales de origen animal (García-Hernández y Rodríguez-Hernández, 2021).

### **3. MÉTODOLÓGÍA**

#### **3.1 Objetivo**

El objetivo de esta investigación fue describir las diferencias entre las percepciones de los consumidores y no consumidores de lácteos sobre las bebidas vegetales.

En este sentido, se plantearon los siguientes interrogantes:

- ¿Cómo se diferencian los consumidores y no consumidores de lácteos en sus percepciones sobre las bebidas de origen vegetal?
- ¿Cómo se caracteriza la relación entre el consumo de bebidas vegetales por placer y las actitudes hacia dichos alimentos?
- ¿Cuál es la relación entre el consumo de bebidas vegetales y la dificultad de preparación percibida?
- ¿Cómo se caracteriza la relación entre la frecuencia de consumo de bebidas vegetales y las percepciones de los consumidores sobre ellas?

#### **3.2. Método**

Se llevó a cabo una investigación descriptiva, de corte transversal simple, por medio de encuestas.

En base a la información obtenida a través de un relevamiento cualitativo previo al presente estudio (Fuentes Cuiñas, 2019), se pudo definir un cuestionario online autoadministrado, semiestructurado, en el cual se incluyeron preguntas dicotómicas y politómicas, de respuesta única, múltiple y abiertas, y escalas de medición tipo Likert. El cuestionario constó de una serie de secciones que incluían un cuestionario sociodemográfico, preguntas referentes al consumo de lácteos y bebidas vegetales, y escalas de medición referentes a percepciones, actitudes, hábitos y frecuencia de consumo de bebidas vegetales.

Luego de haber finalizado el trabajo de campo, los investigadores realizaron la preparación de los datos y su posterior análisis utilizando el software estadístico SPSS en su versión 25. Se realizaron análisis de varianza y de correlaciones bivariadas.

#### **3.3 Participantes**

Se alcanzó una muestra incidental compuesta por 783 individuos, (mujeres: 70%). Las personas que participaron del estudio tenían entre 18 y 60 años, con una media etaria

de 26,85 años y un desvío estándar de 9.12 años. Asimismo, el 100% de los participantes residían, trabajaban o estudiaban en el Área Metropolitana de Buenos Aires (AMBA). Al inicio del cuestionario se pidió a todos los interesados que respondieran un consentimiento informado de su participación en el estudio. Quienes contestaron afirmativamente al mismo, continuaron con el proceso; quienes no lo aprobaron, fueron redirigidos automáticamente al final del cuestionario.

### 3.4 Limitaciones

Cabe destacar que al tratarse de un muestreo de naturaleza no probabilístico, se tuvo un control limitado sobre los participantes del estudio, lo que impide la generalización de los resultados a la población total en cuestión. Asimismo, es preciso volver a mencionar que la muestra no está distribuida de forma proporcional entre hombres y mujeres, siendo éstas últimas las que predominan en la misma (70%). Finalmente, se detecta una mayor cantidad de respuesta provenientes de jóvenes, evidenciado en la distribución de la variable edad, que presenta una edad media de 26.85 años, con un desvío estándar de 9.12. A pesar de estas limitaciones, se mantuvo la naturaleza autoponderada de la muestra.

En cuanto a la base teórica del tema bajo análisis, se ha detectado que la comunidad científica no cuenta con vasta cantidad de publicaciones que consideren el estudio de las percepciones sobre bebidas vegetales desde una perspectiva cuantitativa. De este modo, se ha hecho una revisión bibliográfica de las investigaciones previas más relevantes y se han incluido ciertos trabajos de naturaleza cualitativa para ofrecer antecedentes que faciliten la interpretación de los resultados de la presente investigación.

## 4. RESULTADOS

### 4.1 Diferencias Entre Consumidores y No Consumidores de Lácteos

Para identificar las diferencias entre los consumidores y no consumidores de lácteos, en cuanto a las percepciones sobre las bebidas de origen vegetal, se llevaron a cabo análisis de varianza, que permitieron llegar a los siguientes resultados:

Se halló un efecto significativo del consumo de lácteos en la variable “A partir del consumo de los demás comencé a tomar leches vegetales” ( $Levene=1.124, p=.346$ ) ( $F_{(4, 227)}=3.388, p=.010, \eta^2_p=.056$ ). Las diferencias se encuentran entre quienes al menos una vez por semana consumen leche en algún tipo de preparación ( $M=2.659, SD=1.371$ ) y aquellos que no consumen leche animal ni derivados ( $M=1.830, SD=1.167$ ), siendo los primeros quienes se encuentran más de acuerdo con la afirmación de la variable dependiente ( $p_{Tuckey}=.021$ ).

Se identificó un efecto significativo del consumo de lácteos en la variable “Tomo leches vegetales sólo porque me gusta el sabor” ( $Levene=0.543, p=.704$ ) ( $F_{(4, 27)}=2.974, p=.020$ ,

$\eta^2_p=.050$ ). La diferencia se ha identificado entre los individuos que al menos una vez por semana consumen leche en algún tipo de preparación ( $M=3.146$ ,  $SD=1.195$ ) y aquellos que no consumen leche animal ni derivados ( $M=2.362$ ,  $SD=1.051$ ). En otras palabras, los integrantes del primer grupo reportan un mayor grado de acuerdo con la afirmación de la variable dependiente ( $p_{Tuckey}=.020$ ).

El consumo de lácteos también ha demostrado tener efecto en la variable “La leche vegetal da mucho trabajo de preparar en casa” ( $Levene=1.439$ ,  $p=.220$ ) ( $F_{(4, 543)}=7.127$ ,  $p<.001$ ,  $\eta^2_p=.050$ ). Existen diferencias significativas entre quienes no consumen leche animal ni derivados ( $M=2.660$ ,  $SD=1.364$ ) y el resto de los grupos de la variable independiente: quienes al menos una vez por semana consumen derivados de la leche ( $M=3.484$ ,  $SD=1.157$ ) ( $p_{Tuckey}<.001$ ), quienes al menos una vez por semana consumen leche en algún tipo de preparación ( $M=3.343$ ,  $SD=1.202$ ) ( $p_{Tuckey}=.017$ ), quienes consumen principalmente derivados ( $M=3.633$ ,  $SD=1.159$ ) ( $p_{Tuckey}<.001$ ) y, por último, quienes todos los días toman leche ( $M=3.585$ ,  $SD=1.174$ ) ( $p_{Tuckey}<.001$ ). En este sentido, quienes no consumen leche animal ni derivados se encuentran menos de acuerdo que el resto de los grupos con la afirmación de la variable dependiente.

En cuanto a la variable “Está bien que los adultos tomen leches vegetales, pero a los niños no los nutren adecuadamente”, también se ha identificado un efecto significativo del consumo de lácteos ( $Levene=0.327$ ,  $p=.860$ ) ( $F_{(4, 536)}=10.792$ ,  $p<.001$ ,  $\eta^2_p=.075$ ). Se observa la existencia de diferencias significativas entre quienes no consumen leche animal ni derivados ( $M=1.740$ ,  $SD=1.192$ ) y los siguientes grupos de personas: quienes al menos una vez por semana consumen derivados de la leche ( $M=2.374$ ,  $SD=1.253$ ) ( $p_{Tuckey}=.031$ ), quienes al menos una vez por semana consumen leche en algún tipo de preparación ( $M=2.529$ ,  $SD=1.178$ ) ( $p_{Tuckey}=.006$ ), quienes consumen principalmente derivados ( $M=2.813$ ,  $SD=1.242$ ) ( $p_{Tuckey}<.001$ ), y quienes todos los días toman leche ( $M=2.921$ ,  $SD=1.268$ ) ( $p_{Tuckey}<.001$ ). En otras palabras, quienes no consumen leche animal ni derivados se encuentran menos de acuerdo que el resto de los grupos con la afirmación de la variable dependiente. Adicionalmente, se hallaron diferencias significativas entre quienes todos los días toman leche y quienes al menos una vez por semana consumen derivados de la leche ( $p_{Tuckey}=.006$ ), concluyendo que los primeros están más de acuerdo con dicha afirmación.

Para determinar la existencia y carácter de las relaciones entre la variable “Está bien que los adultos tomen leches vegetales, pero a los niños no los nutren adecuadamente” y variables que representan las percepciones de los individuos sobre las leches vegetales se implementaron pruebas correlacionadas bivariadas que arrojaron los resultados presentados en la Tabla 1. Los mismos hacen referencia tanto a consumidores como a no consumidores de bebidas de origen vegetal. En este sentido, se evidencia una asociación positiva entre las percepciones relacionadas con que las bebidas vegetales



son menos saludables que la leche de origen animal, en relación al acuerdo con la ingesta de bebidas vegetales por parte de niños.

**Tabla 1.** Análisis de Correlaciones Bivariadas sobre el Consumo de Bebidas Vegetales por parte de Niños  
(fuente: elaboración propia)

	“Esta bien que los adultos tomen leches vegetales, pero a los niños no los nutren adecuadamente”
“La leche vegetal aporta menos nutrientes que la leche de origen animal”	.578*
“Tomar leche animal incorpora calcio y endurece los huesos”	.558**

\*  $r_{(495)}; p < .001$   
 \*\*  $r_{(533)}; p < .001$

#### 4.2. Percepciones de los Consumidores de Bebidas Vegetales

Con el fin de determinar la existencia y carácter de las relaciones entre la variable “Tomo leches vegetales sólo porque me gusta el sabor” y distintas variables que representan actitudes hacia las bebidas de origen vegetal se realizaron pruebas de correlaciones bivariadas, alcanzando los resultados que se presentan en la Tabla 2. Se evidencian correlaciones positivas entre las percepciones relacionadas con que las bebidas vegetales son menos saludables que la leche de origen animal y el acuerdo con la ingesta de bebidas vegetales por parte de niños, en relación al consumo de bebidas vegetales por placer. Adicionalmente, esta última variable presenta una correlación inversa con el acuerdo en reemplazar la leche de vaca por bebidas vegetales.

**Tabla 2.** Análisis de Correlaciones Bivariadas sobre el Consumo de Bebidas Vegetales por su Sabor  
(fuente: elaboración propia)

	“Tomo leches vegetales sólo porque me gusta el sabor”
“Se puede reemplazar la leche de vaca por la leche vegetal”	-.440*
“La leche vegetal aporta menos nutrientes que la leche de origen animal”	.387*
“Tomar leche animal incorpora calcio y endurece los	.376*

huesos”

“Está bien que los adultos tomen leches vegetales, pero a los niños no los nutren adecuadamente”	.329*
“Complemento la leche animal y la leche vegetal en mi dieta”	.296*

---

\*  $r_{(232)}$ ;  $p < .001$

---

Persiguiendo el propósito de identificar la existencia y carácter de las relaciones entre la variable “La leche vegetal da mucho trabajo de preparar en casa” y dos variables relacionadas con el consumo de bebidas vegetales, se realizaron pruebas de correlaciones bivariadas, consiguiéndose los resultados presentados en la Tabla 3. Se evidencian correlaciones directas entre la percepción de dificultad en conseguir bebidas vegetales y sus derivados, en relación con la percepción de que prepararlas de forma casera es complicado. Esta última variable también correlaciona positivamente con el comportamiento autorreportado de complementar ambos tipos de bebidas.

**Tabla 3.** Análisis de Correlaciones Bivariadas sobre la Percepción de Preparación Casera de Bebidas Vegetales (fuente: elaboración propia)

	“La leche vegetal da mucho trabajo de preparar en casa”
“Conseguir leches o derivados vegetales es complicado”	.299*
“Complemento la leche animal y la leche vegetal en mi dieta”	.294*

---

\*  $r_{(232)}$ ;  $p < .001$

---

Como última instancia de análisis y con el propósito de determinar la existencia y carácter de las relaciones entre la frecuencia de consumo de bebidas vegetales y distintas variables perceptuales y conductuales se llevaron a cabo pruebas de correlaciones bivariadas. Se presentan estos resultados en la Tabla 4. En este sentido, a mayor percepción de que las bebidas vegetales son menos saludables que la leche de origen animal, menor frecuencia de consumo de bebidas vegetales. Resulta interesante mencionar una correlación directa entre la frecuencia de consumo de bebidas vegetales

y el acuerdo con la idea de que la leche vegetal aporta menos nutrientes que la leche de origen animal.

**Tabla 4.** Análisis de Correlaciones Bivariadas sobre la Frecuencia de Consumo de Bebidas Vegetales

	Frecuencia de consumo de bebidas vegetales
“Se puede reemplazar la leche de vaca por la leche vegetal”	-.360*
“La leche vegetal aporta menos nutrientes que la leche de origen animal”	.331*
“Tomar leche animal incorpora calcio y endurece los huesos”	-.313**
“Complemento la leche animal y la leche vegetal en mi dieta”	-.213***

\*  $r_{(184)}$ ;  $p < .001$   
 \*\*  $r_{(445)}$ ;  $p < .001$   
 \*\*\*  $r_{(184)}$ ;  $p < .01$

## 5. DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

Los lácteos tienen un importante papel en las dietas de los individuos, puesto que aportan diferentes tipos de nutrientes como proteínas de alta calidad biológica, vitaminas y minerales (Sanz et al., 2003). En concordancia con lo expuesto por dichos autores y contestando la pregunta de investigación relacionada con el consumo de bebidas vegetales por placer, el presente estudio da cuenta de que quienes consumen bebidas vegetales sólo porque les gusta el sabor son conscientes del diferencial nutricional que aporta la leche de origen animal. Se evidencia una asociación entre el consumo de bebidas vegetales por el disfrute de su sabor con la percepción de que dichas bebidas aportan menos propiedades nutritivas que la leche de origen animal.

Asimismo, en cuanto al interrogante sobre las diferencias en las percepciones entre consumidores y no consumidores de lácteos, se ha podido apreciar que quienes consumen leche de origen animal y sus derivados apoyan en mayor medida su valor nutricional que quienes no lo hacen, puesto que éstos últimos están en menor acuerdo con que las bebidas vegetales son adecuadas para los adultos pero no para los niños porque no los nutrirían adecuadamente, que quienes consumen leche animal de manera frecuente o incluso esporádica, encontrándose un efecto significativo. La idea expuesta anteriormente se refuerza con la existencia de diferencias significativas entre quienes

toman todos los días leche y quienes al menos una vez por semana consumen derivados de leche. No obstante, Argentina presenta en los últimos tiempos una disminución del consumo de leche (Zapata et al., 2016), lo que da cuenta de que, a pesar de las asociaciones negativas relevadas en este estudio en cuanto al valor nutricional de estos productos, el reemplazo de la leche por bebidas no lácteas se relacionaría con los significados culturales impregnados en las costumbres alimenticias (Fuentes Cuiñas, 2019; Medina, 2018).

Adicionalmente, se ha podido evidenciar que a medida que aumenta el grado de acuerdo de los individuos con que la decisión de consumir bebidas vegetales se debe únicamente a que les gusta el sabor, más tienden a complementar leche animal con bebidas vegetales en su dieta diaria. Asimismo, existe un efecto significativo de la frecuencia de consumo de bebidas vegetales y leche animal sobre la acción de beber bebidas vegetales porque agrada su sabor, siendo quienes al menos una vez por semana consumen leche animal en algún tipo de preparación quienes presentan un mayor nivel de acuerdo. Esto concuerda con Dyner et al. (2015), quienes afirman que la disponibilidad de las bebidas vegetales a través de la elaboración industrial y su agradable sabor, han motivado el crecimiento de su consumo por la población en general. Siguiendo el mismo lineamiento, cabe destacar que quienes afirman con mayor seguridad que la leche de vaca puede ser reemplazada por la vegetal, declaran un menor acuerdo con que consumen este último producto sólo por su sabor, lo que concuerda con lo expuesto por Rivera et al. (2008).

Adicionalmente, considerando el interrogante sobre la dificultad percibida en la preparación de bebidas vegetales, se observó una relación con la percepción de que resulta complicado conseguir bebidas vegetales y con la complementación de ambos tipos de bebidas.

En cuanto al interrogante sobre la relación entre la frecuencia de consumo de alternativas vegetales y las percepciones asociadas a ellas, quienes consideran que éstas pueden reemplazar a la leche de vaca (en línea con Rivera et al., 2008), suelen consumirlas con mayor regularidad. En contraste, el consumo suele ser menor en aquellas situaciones en las que los individuos complementan la leche animal y vegetal en su dieta, consumen leches vegetales sólo porque les gusta el sabor y cuanto más sostienen que la leche vegetal da mucho trabajo de preparar en casa. En cuanto a esta última variable, un estudio realizado Fuentes Cuiñas (2019) destaca que si estos productos estuvieran disponibles en más puntos de venta, se fomentaría su consumo y velocidad de adopción por parte del público.

## 6. RECONOCIMIENTOS

Los autores desean agradecer a Milagros Hernández, estudiante de la Universidad Argentina de la Empresa (UADE), por su colaboración en la redacción del presente artículo.

## 7. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Aguilar, P. V., Castro, M. L. P., y Villalobos, A. C. (2007). Lácteos bovinos y percepción de la leche caprina entre estudiantes de la Universidad de Costa Rica. *Agronomía Mesoamericana*, 18(1), 27-36.

Chacón-Villalobos, A. (2005). Aspectos nutricionales de la leche de cabra y sus variaciones en el proceso agroindustrial. *Agronomía Mesoamericana*, 16(2), 239-252.

Código Alimentario Argentino (1971). Boletín Oficial. *Ley 18.824, decreto reglamentario N.º 2126/71*. Buenos Aires, Argentina: Relaciones, Regulación, Pesca, Alimentos y Ganadería.

De Luis, D. A., Pérez Castrillón, J. L., Aller, R., y Culebras, J. (2007, August). Influencia del consumo de soja sobre la masa ósea. En *Anales de Medicina Interna* (Vol. 24, No. 8, pp. 361-364). Arán Ediciones, S. L.

Dyner, L., Batista, M., Cagnasso, C., Rodríguez, V., y Olivera-Carrión, M. (2015). Contenido de nutrientes de bebidas artesanales a base de almendras. *Actual. Nutr.* 16(1), 12-17.

Fuentes Cuiñas, A. A. (2019). Cambios en el consumo y percepciones en torno a la alimentación saludable de la leche tradicional y bebidas de origen vegetal. *RIVAR* (Santiago), 6(17), 1-14.

Fuentes Cuiñas, A. A., Vailati, P. A., y Lazzatti, G. L. (2020). Vegetarianismo y veganismo: percepciones en el consumo de bebidas de origen vegetal en el Área Metropolitana de Buenos Aires. *RIVAR* (Santiago), 7(21), 124-135.

García-Hernández, A., y Rodríguez-Hernández, G. (2021). Bebidas vegetales y bebidas funcionales. *Consejo Editorial*, 31.

McCarthy, K. S., Parker, M., Ameerally, A., Drake, S. L., y Drake, M. A. (2017). Drivers of choice for fluid milk versus plant-based alternatives: What are consumer perceptions of fluid milk? *Journal of Dairy Science*, 100(8), 6125-6138.

Medina, F. X. (2018). La construcción del patrimonio cultural inmaterial de carácter alimentario y sus retos en el área mediterránea: el caso de la Dieta Mediterránea. *RIVAR*, 5(14), 6-23.

Nájera, E. C., Espindola, Y. G. S., y García, B. G. (2021). ¿Bebidas vegetales o leche de vaca?. *Ecofronteras*, 22-24.

OMS., S. D. I. T. (2003). *Dieta, nutrición y prevención de enfermedades crónicas*. OMS (Organización Mundial de la Salud).

Önning, G., Åkesson, B., Öste, R., y Lundquist, I. (1998). Effects of consumption of oat milk, soya milk, or cow's milk on plasma lipids and antioxidative capacity in healthy subjects. *Annals of nutrition and metabolism*, 42(4), 211-220.

Rivera, J. A., Muñoz-Hernández, O., Rosas-Peralta, M., Aguilar-Salinas, C. A., Popkin, B. M., y Willett, W. C. (2008). Consumo de bebidas para una vida saludable: recomendaciones para la población mexicana. *Boletín médico del Hospital infantil de México*, 65(3), 208-237.

Sabate, J., y Ang, Y. (2009). Nuts and health outcomes: new epidemiologic evidence. *The American journal of clinical nutrition*, 89(5), 1643S-1648S.

Salmerón Campos, R. M. (2021). *Leche y bebidas vegetales*. Universidad Iberoamericana de Puebla.

Sanz, Y., Collado, M. C., y Dalmau, J. (2003). Probióticos: criterios de calidad y orientaciones para el consumo. *Acta pediátrica española*, 61(9), 476-482.

Sethi, S., Tyagi, S. K., y Anurag, R. K. (2016). Plant-based milk alternatives an emerging segment of functional beverages: a review. *Journal of Food Science and Technology*, 53(9), 3408-3423.

Sharma, R. (2005). Market trends and opportunities for functional dairy beverages. *Australian journal of dairy technology*, 60(2), 195.

USDA. (2005). *Dietary guidelines for americans*. Washington, D.C: U.S Department of Health and Human Services / U.S Department of Agriculture.

Zapata, M., Rovirosa, A., y Carmuega, E. (2016). *La mesa Argentina en las últimas dos décadas. Cambios en el patrón de consumo de alimentos y nutrientes*. CESNI.