

Iniciativas para fomentar las legumbres

UN ANÁLISIS DE ACCIONES PÚBLICAS Y PRIVADAS



Introducción

Objetivo del informe

El objetivo principal de este informe es proporcionar un análisis detallado de las diversas iniciativas públicas y privadas destinadas a promover la producción y consumo de legumbres. En particular, se busca:

- Examinar las acciones emprendidas por los gobiernos a distintos niveles para fomentar la producción y el consumo de legumbres.
- Analizar las estrategias implementadas por el sector privado para aumentar la disponibilidad y la demanda de legumbres.
- Evaluar el impacto de estas iniciativas tanto en la producción como en el consumo de legumbres.
- Proponer recomendaciones para mejorar las estrategias de promoción y fomentar un aumento en el consumo de legumbres a nivel nacional y global.

En definitiva, este informe no solo pretende ofrecer un panorama de las políticas existentes, sino también identificar áreas en las que se pueden hacer mejoras para maximizar el impacto de estas iniciativas, contribuyendo a una alimentación más saludable, sostenible y accesible para toda la población.

Alcance y contexto

Este informe se centrará principalmente en las iniciativas implementadas en Europa, con un enfoque especial en España y sus comunidades autónomas, aunque también se tomará en cuenta el contexto global, con especial énfasis en las organizaciones internacionales que promueven las legumbres como una solución clave para mejorar la seguridad alimentaria y enfrentar los desafíos del cambio climático. A través de este enfoque, se busca ofrecer una visión comparativa que permita identificar las diferencias y similitudes entre las políticas de promoción de legumbres en diferentes países y autonomías.

En la **Unión Europea**, el fomento de las legumbres ha sido una prioridad en términos de sostenibilidad agrícola, especialmente en el marco de la Política Agrícola Común, que financia proyectos agrícolas que promueven cultivos sostenibles. La UE ha promovido la diversificación agrícola, incentivando a las personas productoras a incluir legumbres en sus rotaciones de cultivos para mejorar la calidad del suelo y reducir las emisiones de gases de efecto invernadero. Sin embargo, los esfuerzos no siempre han tenido el mismo impacto en todos los países miembros, y existen disparidades en el consumo de legumbres, lo que subraya la necesidad de medidas específicas en cada territorio.

En **España**, las legumbres han sido históricamente una parte fundamental de la dieta mediterránea, pero en los últimos años (2000-2023) su consumo ha disminuido en casi un 20%, según datos del Ministerio de Agricultura, Pesca y Alimentación (MAPA). Esta caída contrasta notablemente con las recomendaciones nutricionales: la Agencia Española de Seguridad Alimentaria y Nutrición (AESAN) aconseja un consumo mínimo de cuatro raciones a la semana,

lo que supone, al menos, 11,5 kg de legumbres por persona al año, mientras que el consumo real, según el último informe del MAPA, apenas alcanza los 3,26 kg/persona/año. En este sentido, el informe se centrará en las políticas adoptadas a nivel nacional y autonómico, como los programas de apoyo a las personas productoras y las campañas de sensibilización sobre los beneficios nutricionales y ambientales de las legumbres. Ejemplos de iniciativas exitosas de comunidades autónomas se abordarán en detalle, analizando cómo estas regiones han implementado políticas para revitalizar la producción y el consumo de legumbres.

El contexto socioeconómico y cultural también juega un papel crucial en la adopción de hábitos alimenticios. En algunas regiones de Europa, las legumbres se perciben como un alimento tradicional o de bajo coste, lo que a veces limita su atractivo frente a opciones alimenticias más modernas. En otros lugares, las percepciones sobre la falta de variedad o el tiempo necesario para cocinar legumbres también han influido en la decisión de no incluirlas regularmente en las dietas, particularmente entre la población joven. Además, las diferencias en el nivel de concienciación sobre los beneficios nutricionales de las legumbres afectan directamente a su consumo.

Importancia de las legumbres en la alimentación global

Las legumbres son una parte fundamental de la dieta humana en muchas culturas alrededor del mundo, no solo por su valor nutricional, sino también por su sostenibilidad ambiental. Al ser fuentes ricas de proteínas vegetales, fibra, vitaminas y minerales, desempeñan un papel esencial en la lucha contra la malnutrición, particularmente en regiones donde las dietas basadas en cereales son comunes. La Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación (FAO) ha destacado la importancia de las legumbres en la lucha contra la inseguridad alimentaria, con estimaciones que indican que el consumo de legumbres podría aumentar significativamente en muchas partes del mundo.

El impacto de las legumbres no se limita a los beneficios para la salud humana, sino que también tiene un papel crucial en la sostenibilidad ambiental. En términos de agricultura, las legumbres son una fuente eficiente de proteínas de bajo impacto ambiental, ya que requieren menos recursos que los productos animales, como agua y tierra. Además, las legumbres tienen la capacidad única de fijar nitrógeno en el suelo, lo que mejora la fertilidad del suelo y reduce la necesidad de fertilizantes sintéticos, contribuyendo a prácticas agrícolas más sostenibles.

Sin embargo, a pesar de sus numerosos beneficios, el consumo de legumbres ha disminuido en algunas regiones del mundo, lo que subraya la necesidad de tomar medidas a nivel global y local para promover su producción y consumo. Este informe se adentrará en el análisis de las iniciativas públicas y privadas implementadas para fomentar el consumo de legumbres, explorando los enfoques adoptados en diferentes regiones y evaluando su efectividad.

Marco conceptual

Definición de legumbres

Las legumbres son semillas comestibles de plantas de la familia Fabaceae (también conocida como leguminosa), que incluyen una amplia variedad de productos alimenticios consumidos en todo el mundo. Estas plantas se caracterizan por producir frutos en forma de vainas, que contienen semillas que se desarrollan de flores autógamas. Las legumbres son fundamentales para la agricultura, no solo por sus beneficios alimenticios, sino también por su capacidad para enriquecer el suelo, debido a su habilidad para fijar nitrógeno.

Dentro del grupo de las legumbres, existen diversas especies que varían tanto en sabor como en usos culinarios. Algunos de los ejemplos más comunes incluyen alubias, lentejas, garbanzos, guisantes o altramuces.

Las legumbres se clasifican en legumbres secas, como las alubias y las lentejas, y legumbres frescas, como los guisantes verdes y las habas. Estas legumbres tienen una gran diversidad, tanto en su forma como en sus propiedades nutricionales y la manera en que se cocinan.

Beneficios nutricionales y ambientales de las legumbres

Las legumbres son una de las fuentes más completas de nutrientes de origen vegetal, lo que las convierte en un alimento esencial para una dieta saludable y equilibrada.

Beneficios nutricionales:

- **Proteína:** Las legumbres son una fuente excelente de proteínas, siendo una alternativa esencial para quienes siguen dietas vegetarianas o veganas. Por ejemplo, 100 gramos de lentejas cocidas pueden proporcionar aproximadamente 9 gramos de proteínas.
- **Fibra:** Las legumbres son ricas en fibra, tanto soluble como insoluble. Esta fibra es esencial para la salud digestiva, ayudando a prevenir el estreñimiento y reduciendo el riesgo de enfermedades como el cáncer de colon.
- **Minerales y vitaminas:** Son una fuente rica de minerales esenciales como hierro, magnesio, potasio, y zinc. También aportan vitaminas del complejo B, especialmente ácido fólico, que es crucial para la formación de glóbulos rojos y el mantenimiento de la salud del sistema nervioso.
- **Índice glucémico bajo:** Las legumbres tienen un bajo índice glucémico, lo que significa que liberan azúcares lentamente en el cuerpo, lo cual es beneficioso para las personas con diabetes tipo 2 o aquellas en riesgo de desarrollarla.

Beneficios para la salud: Diversos estudios respaldan los efectos positivos de las legumbres sobre la salud. Investigaciones han mostrado que el consumo regular de legumbres puede ayudar a reducir el riesgo de enfermedades crónicas, como:

- **Enfermedades cardíacas:** Su contenido en fibra soluble, antioxidantes y ácidos grasos omega-3 ayudan a reducir el colesterol LDL (colesterol "malo"), disminuyendo así el riesgo de enfermedades cardiovasculares.
- **Diabetes tipo 2:** El bajo índice glucémico y el alto contenido de fibra de las legumbres contribuyen al control de los niveles de azúcar en sangre, lo que las convierte en un alimento clave para las personas con diabetes tipo 2.
- **Control de peso:** Debido a su alto contenido en fibra y proteínas, las legumbres ayudan a aumentar la saciedad y reducir el apetito, lo que puede ser útil en programas de control de peso.

Beneficios ambientales: Las legumbres también ofrecen importantes beneficios ecológicos. A diferencia de los cultivos que dependen en gran medida de fertilizantes y pesticidas, las legumbres tienen la capacidad de fijar nitrógeno en el suelo, lo que mejora su fertilidad de forma natural. Esta característica ayuda a reducir la necesidad de fertilizantes sintéticos, los cuales tienen un impacto negativo en el medio ambiente, al contaminar el agua y contribuir a la emisión de gases de efecto invernadero. Además, el cultivo de legumbres tiene una huella de carbono e hídrica más baja en comparación con otros cultivos agrícolas intensivos y productos animales.

Por lo tanto, el incremento en el consumo de legumbres no solo mejora la salud humana, sino que también contribuye a la sostenibilidad del planeta. Estudios realizados por organizaciones como la FAO han demostrado que un mayor consumo de legumbres podría reducir las emisiones de gases de efecto invernadero y la deforestación asociada con la ganadería intensiva.



Iniciativas públicas y comerciales en el contexto alimentario

Iniciativas públicas: Las políticas públicas juegan un papel fundamental en la promoción del consumo de legumbres, tanto a través de programas de subsidios a las personas productoras como en campañas de sensibilización dirigidas a las personas consumidoras. En muchos países, los gobiernos han implementado estrategias para integrar las legumbres en las dietas diarias, especialmente en contextos de inseguridad alimentaria y malnutrición.

- **Políticas agrícolas:** Los subsidios agrícolas son una herramienta clave en la promoción de legumbres. Por ejemplo, la Política Agrícola Común (PAC) de la Unión Europea ofrece ayudas al sector primario para diversificar sus cultivos, incluyendo las legumbres, con el objetivo de fomentar prácticas agrícolas más sostenibles.

La **Política Agraria Común (PAC)** ha experimentado diversas modificaciones en sus ayudas destinadas a las leguminosas, reflejando la evolución de las prioridades agrícolas y medioambientales en España.

Desde la creación de la PAC en 1962, las leguminosas en grano en Europa, y particularmente en España, sufrieron un declive notable desde los años 60. Este descenso se atribuye a fluctuaciones en las políticas de subvenciones de la Unión Europea, rendimientos inestables de ciertos cultivos y la competencia de importaciones de soja y maíz a precios competitivos. En 1992 se introducen ayudas específicas a las leguminosas en la reforma de la PAC de ese año. A lo largo de las próximas reformas, como la del 2003 o 2025, la PAC ha incorporado diversas ayudas asociadas para fomentar la producción de leguminosas, reconociendo su importancia en la rotación de cultivos y su capacidad para fijar nitrógeno en el suelo, reduciendo así la necesidad de fertilizantes químicos. En esta última reforma de la PAC 2023-2027, en el marco del Plan Estratégico de la PAC (PEPAC), se han consolidado y ampliado las ayudas a los cultivos proteicos, incluyendo las leguminosas.

Estas ayudas se dividen en cuatro líneas principales:

1. Ayuda a la producción de legumbres de las especies de garbanzo, lenteja y judía seca: Esta línea incentiva el cultivo de estas legumbres tradicionales, esenciales en la dieta mediterránea.
2. Ayuda a la producción del resto de leguminosas: Incluye otras especies de leguminosas que también contribuyen a la sostenibilidad agrícola y a la diversificación de cultivos.
3. Ayuda a la producción de semillas certificadas de garbanzo, lenteja y judía seca: Busca garantizar la calidad y trazabilidad de las semillas utilizadas, promoviendo prácticas agrícolas eficientes.
4. Ayuda a la producción de semillas certificadas del resto de leguminosas: Fomenta la certificación y uso de semillas de alta calidad en otras leguminosas, mejorando la competitividad del sector.

A nivel productivo, también es destacable la **Estrategia Proteica de la Unión Europea**, adoptado por España, con el objetivo de diversificar las fuentes de proteína vegetal para la alimentación animal y humana. Este plan enfatiza la promoción de cultivos proteicos tradicionales, como las legumbres, que son fundamentales en la dieta mediterránea y aportan beneficios medioambientales significativos.

- **Programas educativos:** Diversos gobiernos y organizaciones internacionales han lanzado campañas educativas para aumentar la conciencia sobre los beneficios nutricionales de las legumbres. Un ejemplo destacado fue el Año Internacional de las Legumbres (2016) proclamado por la FAO, que promovió el consumo de legumbres a nivel global mediante eventos, talleres y material educativo.

Iniciativas comerciales: El sector privado también ha jugado un papel importante en la promoción de las legumbres, especialmente a través de campañas de marketing y la innovación de productos. En respuesta al creciente interés por la salud y la sostenibilidad, muchas marcas han comenzado a ofrecer productos a base de legumbres, como:

- **Nuevos productos:** Desde pasta de legumbres, hasta snacks y harinas, muchas empresas están innovando con productos procesados que utilizan legumbres como ingrediente principal, lo que facilita su inclusión en la dieta moderna. Estos productos suelen estar etiquetados como "ricos en proteínas", "altos en fibra" y "aptos para veganos".
- **Marketing y promoción:** Las grandes marcas de alimentos han lanzado campañas publicitarias que destacan los beneficios de las legumbres, tanto para la salud como para el medio ambiente. Además, muchas cadenas de supermercados han comenzado a colocar las legumbres en ubicaciones estratégicas, como se comenta más adelante, promoviendo su consumo en forma de productos fáciles de preparar y consumir.
- **Alianzas estratégicas:** Las colaboraciones entre marcas comerciales y supermercados han permitido aumentar la disponibilidad de legumbres, especialmente en forma de productos listos para consumir, que apelan a consumidores con estilos de vida más apresurados pero conscientes de la salud.



Otras formas de colaboración entre entidades y empresas con instituciones, como hospitales, también se han visto en Estado Unidos, Reino Unido y algunos países de Europa en los últimos años. Es reconocida la **experiencia en los hospitales de Nueva York**, la cual se inició en 2019 un programa de Lunes sin carne como prueba de opciones semanales sin carne para pacientes hospitalizados. Los platos para la hora de la comida se diseñaron para ser familiares y atractivos en sabor y textura. La aceptación de estos nuevos platos, definida como el número de pacientes que eligieron las opciones vegetales ofrecidas y no solicitaron una comida alternativa, fue del 95%.

El éxito de este programa llevó a su ampliación al menú de la cena, y se introdujeron otras comidas sin carne. En 2021, el equipo culinario inició el desarrollo de un programa por defecto a base de plantas, en el que las comidas a base de plantas se convertirían en la opción principal. Actualmente el programa está presente en 11 hospitales, así como en cinco centros de cuidados postoperatorios, operados con Sodexo. De hecho, esta misma empresa de restauración, ha forzado su colaboración con los 37 hospitales de Nuffield Health con el objetivo de fomentar y ampliar las opciones en la alimentación sostenible y en la promoción de platos veganos y vegetarianos. Los resultados de este proyecto piloto servirán de base a las futuras iniciativas de Sodexo en materia de sostenibilidad para otros clientes del sector sanitario.



Fotografías de los diversos platos que se sirven como parte de la iniciativa de NYC Health + Hospitals.

Panorama global de las iniciativas para promover las legumbres

Tendencias globales en el consumo de legumbres

El panorama global de las iniciativas para promover las legumbres es diverso y se encuentra en expansión debido a su potencial para mejorar la nutrición humana, fomentar la agricultura sostenible y reducir el impacto ambiental de los sistemas alimentarios. A medida que la conciencia sobre la importancia de las legumbres crece, tanto a nivel público como privado, las políticas y programas internacionales están adoptando enfoques innovadores para incrementar el consumo y la producción de estas semillas nutritivas.

En la última década, **las legumbres han ganado popularidad** a nivel global, especialmente en países que tradicionalmente no las consumían en grandes cantidades. Esto se debe principalmente a las tendencias de salud y bienestar, el creciente interés en las dietas vegetales y el aumento de la preocupación por la sostenibilidad medioambiental. El aumento de las personas consumidoras que prefieren reducir su huella ecológica ha impulsado la demanda de proteínas vegetales, y las legumbres se presentan como una opción clave.

Los **mercados emergentes**, como India, China y los países africanos, siguen siendo grandes consumidores de legumbres, pero también se observa un aumento constante en países occidentales como Estados Unidos, Canadá y varios países europeos. Por ejemplo, en Estados Unidos, el mercado de productos a base de plantas ha experimentado un crecimiento significativo, con las legumbres desempeñando un papel importante como fuente de proteínas en productos como hamburguesas vegetales, pasta, y snacks.

Además, las dietas sin gluten y las dietas de bajo índice glucémico han incrementado el interés por las legumbres, ya que son una excelente fuente de fibra y proteínas sin los efectos negativos del gluten. En algunos mercados, como en Europa y América del Norte, se está impulsando la venta de legumbres procesadas como harinas de garbanzo y harinas de lenteja como alternativa a las harinas tradicionales de trigo, que son más pesadas para algunas personas en términos digestivos.

El consumo de legumbres también está ligado a la sostenibilidad y al creciente rechazo de la carne procesada. Los consumidores conscientes de los problemas medioambientales, como la deforestación, el cambio climático y las emisiones de gases de efecto invernadero generados por la ganadería, están eligiendo las legumbres como alternativa más ecológica. El Informe de la FAO de 2021 destacó que la producción de legumbres tiene una huella de carbono significativamente menor que las fuentes animales de proteínas y, como resultado, los gobiernos y las organizaciones internacionales están apoyando las legumbres como parte de estrategias para reducir la huella de carbono alimentaria.

Las grandes empresas de alimentos también están respondiendo a este aumento de demanda con la creación de nuevos productos y estrategias de marketing que destacan los beneficios nutricionales y para la salud de las legumbres, como la mejora en la digestión, el control del azúcar en sangre y la reducción del riesgo cardiovascular. Por ello, han sido promovidos activamente por marcas que incorporan legumbres en sus líneas de productos innovadores.

Impacto de las políticas públicas sobre el fomento de las legumbres

A lo largo de las últimas décadas, varios países y organizaciones internacionales han implementado políticas públicas centradas en fomentar el consumo de legumbres y mejorar su producción. **Estas iniciativas se dividen en dos grandes áreas: políticas agrícolas y políticas de salud pública.**

- **Políticas agrícolas:** En muchas regiones, el apoyo público ha sido crucial para incrementar la producción de legumbres. La PAC en la Unión Europea, por ejemplo, ha proporcionado subsidios para promover la diversificación de cultivos, lo que ha incluido la siembra de legumbres como parte de los esfuerzos para mejorar la sostenibilidad agrícola. Los agricultores reciben incentivos para cultivar legumbres, lo que no solo mejora la fertilidad del suelo, sino que también reduce el uso de fertilizantes y productos químicos.
- **El fomento de la biodiversidad agrícola** también ha sido un tema central en muchas políticas. Los cultivos de legumbres, debido a su capacidad para fijar nitrógeno, mejoran la salud del suelo, y las políticas que apoyan estas prácticas contribuyen a la lucha contra la erosión del suelo y la desertificación. Estos esfuerzos no solo están orientados a mejorar la sostenibilidad, sino también a asegurar la seguridad alimentaria a largo plazo.
- **Políticas de salud pública:** En muchos países, las políticas de salud pública se han centrado en promover las legumbres como parte de una dieta equilibrada. En Francia, por ejemplo, el gobierno ha lanzado programas para fomentar el consumo de legumbres, dada su importancia para la nutrición, especialmente para niños y niñas. Además, la FAO ha promovido la educación sobre los beneficios nutricionales de las legumbres, con un enfoque particular en la reducción de la malnutrición.
- **Campañas de sensibilización:** Los gobiernos y las organizaciones internacionales también han lanzado campañas educativas que destacan los beneficios de las legumbres. La FAO, en su campaña global del Año Internacional de las Legumbres (2016), promovió el consumo de legumbres a través de una serie de iniciativas, como eventos internacionales, investigaciones y recursos educativos. En muchos países, las escuelas y los programas de nutrición comunitaria se han utilizado para educar a los consumidores sobre los beneficios de las legumbres y facilitar su incorporación en las dietas diarias.

A pesar de estos esfuerzos, uno de los desafíos más grandes es cambiar las costumbres alimentarias en países donde las legumbres no son un alimento habitual. Las barreras culturales, el desconocimiento de los beneficios de las legumbres, y la preferencia por productos animales siguen siendo obstáculos importantes.

Iniciativas nacionales públicas para promover las legumbres

Programas gubernamentales de apoyo a la producción y consumo de legumbres

Las iniciativas nacionales públicas son esenciales para fomentar el consumo de legumbres, ya que los gobiernos tienen la capacidad de implementar políticas integradas que aborden tanto la producción como la demanda de legumbres. En Europa y en varios países en vías de desarrollo, las políticas públicas de promoción de legumbres son diversas y están adaptadas a las realidades locales.

En ese sentido, la Política Agrícola Común (PAC) ha jugado un papel central en la promoción de la producción de legumbres. La PAC ha establecido incentivos para la diversificación de cultivos, y en muchos países miembros, las personas productoras reciben pagos por cultivar legumbres. La inclusión de legumbres en la rotación de cultivos no solo mejora la calidad del suelo, sino que también reduce la dependencia de fertilizantes químicos, contribuyendo a la sostenibilidad agrícola.

Además, la Unión Europea ha financiado varias iniciativas educativas y de sensibilización para fomentar el consumo de legumbres. Por ejemplo, en países como Francia e Italia, se han implementado programas para promover el consumo de legumbres a través de campañas educativas en las escuelas y en los medios de comunicación.

A nivel nacional, varios países europeos también han adoptado políticas específicas para incentivar la producción y el consumo de proteínas vegetales, incluyendo las legumbres, como parte de una estrategia más amplia para lograr sistemas alimentarios sostenibles:

- **Dinamarca** lanzó en otoño de 2023 un plan de acción para diversificar la oferta de proteínas, promoviendo una transición hacia fuentes vegetales, lo que incluye inversiones en innovación y apoyo a los productores. Este plan cuenta con un fondo de alrededor 170 millones de euros.
- **Portugal**, en su Plan Nacional de Energía y Clima, propone medidas para fomentar el consumo de proteínas vegetales como parte de su estrategia climática.
- **Francia** desarrolló en 2021 una política de soberanía alimentaria enfocada en proteínas vegetales, destinando 100 millones de euros a la investigación, producción local y sensibilización del consumidor.
- **Alemania** ha invertido 38 millones de euros para promover proteínas alternativas, incluyendo proteínas vegetales, fermentación de precisión y carne cultivada, con el objetivo de reducir el consumo de carne y lácteos, e incentivar tanto a productores como consumidores.
- **Países Bajos** ha establecido una Estrategia Nacional de Proteínas para alcanzar un equilibrio 50-50 entre proteínas animales y vegetales en la dieta nacional para 2030. Una iniciativa similar está incluida en el Pacto Verde de la región flamenca de **Bélgica**, con el objetivo de alcanzar una proporción de 40/60 entre proteínas animales y vegetales en 2030.

Estas políticas reflejan un cambio de paradigma hacia dietas más sostenibles, en las que las legumbres juegan un papel central como fuente accesible y nutritiva de proteína vegetal.

Colaboraciones con organizaciones internacionales

Las organizaciones internacionales, como la **FAO**, el **Banco Mundial** y la **Organización Mundial de la Salud (OMS)**, han jugado un papel crucial en la promoción de las legumbres a nivel global. A través de la FAO, los países han recibido apoyo en la implementación de políticas agrícolas y de salud pública que fomenten tanto la producción como el consumo de legumbres.

En 2016, la **FAO proclamó el Año Internacional de las Legumbres**, lo que marcó un hito en la promoción de estos alimentos. Esta campaña global ayudó a aumentar la conciencia sobre los beneficios nutricionales de las legumbres y apoyó a países en vías de desarrollo a mejorar la seguridad alimentaria mediante el cultivo de legumbres. A través de asociaciones con gobiernos y organizaciones no gubernamentales, la FAO ha facilitado la creación de proyectos educativos, programas de sensibilización y fondos para las personas productoras de legumbres.

Ejemplos de iniciativas exitosas por Comunidades Autónomas

En España, las **comunidades autónomas** han jugado un papel destacado en la promoción de las legumbres. Regiones como **Castilla y León** y **Andalucía** han implementado políticas y programas que han sido efectivos para revitalizar el consumo de legumbres y apoyar a los agricultores locales.

- **Castilla y León** ha lanzado varias **campañas de sensibilización** dirigidas tanto a productores como a consumidores. A través de asociaciones con escuelas y universidades, se ha promovido el consumo de legumbres tradicionales como las **lentejas de la Armuña** y los **garbanzos de Fuentesauco**. Además, han establecido incentivos para los agricultores que cultivan legumbres autóctonas, lo que ayuda a mantener la biodiversidad agrícola.
- En **Andalucía**, el gobierno regional ha implementado el programa "**Legumbres de Andalucía**", que promueve tanto la producción como el consumo de legumbres locales, como el **garbanzo de Escacena**. Este programa incluye ayudas financieras para los agricultores que cultivan estas legumbres y campañas de marketing dirigidas a los consumidores para aumentar la demanda de estos productos autóctonos.
- **Cataluña** ha lanzado ayudas para mejorar la orientación en el mercado y aumentar la competitividad de este tipo de producciones. Las ayudas están asociadas a los cultivos proteicos, a la producción de legumbres de garbanzo, lenteja y judía, del resto de leguminosas; a la producción de semillas certificadas de legumbres de garbanzo, lenteja y judía, ya la producción de semillas certificadas del resto de leguminosas.

Estas iniciativas son un ejemplo claro de cómo las políticas regionales pueden ser efectivas para promover las legumbres, tanto en términos de producción como de consumo.

Iniciativas del sector comercial para promover legumbres

Estrategias del sector privado para aumentar la oferta y demanda

El sector privado en España ha desempeñado un papel esencial en la promoción de las legumbres a través de diversas estrategias innovadoras tanto para incrementar la oferta como para aumentar la demanda de estos productos entre las personas consumidoras. La creciente preocupación por una alimentación saludable y sostenible ha impulsado a empresas y marcas a adaptar sus productos y a desarrollar campañas específicas. A continuación, se analizan algunas de las principales iniciativas comerciales implementadas en el contexto español para promover el consumo de legumbres.

- **Innovación de productos:** Las empresas españolas han innovado para crear productos a base de legumbres que sean más atractivos y fáciles de consumir. Marcas como Grefusa o Hacendado (supermercados Mercadona) han lanzado al mercado snacks saludables y productos elaborados a partir de legumbres, como chips de garbanzo o guisantes fritos. Este tipo de innovación facilita el consumo de legumbres en formatos más cómodos y rápidos de consumir, atrayendo especialmente a consumidores más jóvenes.
- **Productos listos para consumir:** En un mercado cada vez más marcado por la falta de tiempo para cocinar, productos como las legumbres cocidas envasadas de marcas como Litoral o Luengo se han popularizado en supermercados como El Corte Inglés y Carrefour. Estos productos permiten disfrutar de los beneficios de las legumbres sin necesidad de largas horas de preparación, adaptándose así a las necesidades de los consumidores urbanos.
- **Sostenibilidad y trazabilidad:** Muchas marcas han comenzado a apostar por legumbres cultivadas de manera sostenible y con etiquetas ecológicas. En Supermercados Día y Alcampo, se ha incrementado la oferta de legumbres ecológicas, que son promovidas no solo por su valor nutricional, sino también por su menor impacto ambiental en comparación con otros alimentos, especialmente las proteínas animales.
- **Educación al consumidor:** Marcas como Nestlé y Unilever en colaboración con supermercados como Lidl y Carrefour, han lanzado campañas educativas enfocadas en los beneficios nutricionales de las legumbres. A través de material promocional en puntos de venta, campañas online y eventos de cocina, estas marcas buscan incrementar el conocimiento sobre los beneficios de las legumbres, destacando su valor como fuente de proteína vegetal y su rol en una dieta equilibrada. Otros supermercados, como Eroski, Consum, Aldi, Spar o Ahorra Mas también han incluido entradas en sus respectivas páginas web sobre los beneficios de las legumbres y proponen recetas sobre cómo cocinarlas.



Promociones y campañas de marketing de marcas comerciales

Las campañas de marketing de las marcas comerciales han jugado un papel clave para aumentar el conocimiento y el consumo de las legumbres en España. A través de publicidad en medios digitales, promociones en supermercados y colaboraciones con influencers, el sector privado ha logrado atraer a un público más amplio hacia las legumbres.

- **Publicidad en redes sociales:** Marcas como Hippeas (productos a base de garbanzo) o Bonnatour han utilizado Instagram y YouTube para promover sus productos, creando contenido atractivo que educa a los consumidores sobre las ventajas nutricionales de las legumbres. Además, muchas marcas colaboran con influencers del ámbito de la salud y la sostenibilidad para promover sus productos de legumbres, llegando a públicos más jóvenes y concienciados con el medio ambiente.
- **Marketing de salud y sostenibilidad:** La sostenibilidad es uno de los temas más relevantes en las campañas de marketing, especialmente debido a las crecientes preocupaciones medioambientales. Las marcas que operan en Carrefour o Eroski han aprovechado esta tendencia para destacar los beneficios ambientales de las legumbres, subrayando que su producción tiene una huella de carbono significativamente menor que la de las proteínas animales.
- **Promociones en punto de venta:** Los supermercados, como Alcampo, Lidl y Supermercados Día, suelen organizar promociones de productos de legumbres, como descuentos u ofertas 2x1, en sus pasillos de productos saludables. Además, se realizan degustaciones en puntos de venta, especialmente en fechas especiales como la Semana Mundial de la Alimentación, para incentivar el consumo y dar a los consumidores la oportunidad de probar estos productos.

Alianzas con supermercados y tiendas de alimentos

Las alianzas entre marcas comerciales y cadenas de supermercados en España han sido fundamentales para promover las legumbres y facilitar su distribución en el mercado. Estas alianzas no solo han aumentado la disponibilidad de los productos, sino que también han mejorado la accesibilidad a los consumidores que buscan opciones más saludables y sostenibles.

- **Posicionamiento estratégico:** Grandes cadenas de supermercados como El Corte Inglés, Carrefour y Lidl han establecido acuerdos con marcas para asegurar que los productos a base de legumbres se ubiquen en zonas visibles dentro de los establecimientos, como en los pasillos dedicados a alimentos saludables. Este posicionamiento aumenta la probabilidad de que los consumidores elijan estos productos en lugar de otras opciones menos saludables. Algunos supermercados, como Coviran, también ofrece a los clientes en un número cada vez mayor de supermercados la venta de legumbres a granel.

- **Colaboraciones en el punto de venta:** A través de eventos de degustación y activaciones promocionales en los supermercados, las marcas han logrado generar interés en el consumo de legumbres. Por ejemplo, en Carrefour se realizan talleres culinarios y promociones en sus secciones de productos ecológicos, lo que permite a los consumidores probar platos a base de legumbres y aprender a incorporarlas fácilmente en su dieta diaria.
- **Líneas exclusivas de productos:** Algunas marcas, en colaboración con supermercados como Mercadona y Supermercados Día, han lanzado líneas de productos exclusivos a base de legumbres. Estas iniciativas ayudan a fidelizar a los clientes, pues los consumidores se sienten atraídos por la exclusividad de los productos disponibles solo en determinadas cadenas.



Impacto y eficiencia de las Iniciativas

Evaluación de los resultados y desafíos encontrados

- **Incremento en las ventas en algunos supermercados:** En los últimos años, se ha observado un aumento en la oferta y venta de productos a base de legumbres en determinadas cadenas de distribución, como Carrefour y Lidl, lo que refleja un mayor interés del mercado por este tipo de alimentos. Sin embargo, como se comentaba anteriormente, el consumo general de legumbres sigue siendo bajo en comparación con otras fuentes de proteínas como la carne, especialmente en ciertas regiones del país.
- **Desafíos culturales:** Aunque se ha avanzado en la concienciación sobre los beneficios de las legumbres, algunos **hábitos alimenticios** profundamente arraigados siguen siendo un reto. Cambiar la mentalidad hacia una dieta más basada en vegetales requiere tiempo y esfuerzo.
- **Obstáculos logísticos:** La distribución de legumbres frescas y de alta calidad sigue siendo un reto en algunas áreas rurales de España, donde la infraestructura de transporte no siempre facilita el acceso a estos productos. A pesar de la presencia de marcas como Supermercados Día y Alcampo en todo el territorio nacional, la distribución eficiente sigue siendo una tarea pendiente.

Análisis de las mejores prácticas

Las mejores prácticas en la promoción de las legumbres se caracterizan por enfoques integrales que aborden tanto la oferta como la demanda. Entre las estrategias más exitosas se destacan:

- **Iniciativas educativas y culturales:** Programas como "Legumbres para todos", impulsados por asociaciones como Legumbres de España, y la colaboración con supermercados como Lidl y El Corte Inglés, han logrado concienciar al consumidor sobre los beneficios de las legumbres. Estas iniciativas han incluido desde talleres educativos hasta recetas fáciles para preparar legumbres en casa.
- **Innovación constante:** Las marcas que han integrado la innovación en sus productos, como Banza (pasta de garbanzo) o Hippeas (snacks de garbanzo), han logrado captar la atención de los consumidores más jóvenes, preocupados por la salud y la sostenibilidad. Además, las alianzas con grandes cadenas de supermercados como Mercadona y Carrefour han aumentado su alcance.
- **Promociones efectivas:** Las promociones en supermercados como Alcampo, Lidl y Supermercados Día, donde se realizan ofertas de 2x1 y descuentos en productos de legumbres, han sido clave para estimular la prueba y compra de estos productos.



Conclusiones y recomendaciones

Resumen de iniciativas más efectivas

Las iniciativas más efectivas para promover el consumo de legumbres en España han abarcado tanto el ámbito público como privado, y han logrado generar un impacto positivo en el comportamiento de los consumidores. A continuación, se destacan las estrategias que han tenido mayor éxito en este contexto:

- **Innovación de productos en el sector privado:** La introducción de productos listos para consumir, como las legumbres cocidas en conserva o envasadas por marcas como Mercadona o Carrefour, ha facilitado la inclusión de las legumbres en las dietas cotidianas. Además, productos como snacks de garbanzo o pasta de legumbre han captado el interés de los consumidores más jóvenes y preocupados por su salud.
- **Campañas educativas y sensibilización:** Las campañas de sensibilización alimentaria realizadas por marcas y organizaciones, como la de "Legumbres para todos" de Legumbres de España, en colaboración con supermercados como Carrefour y El Corte Inglés, han logrado informar y educar al público sobre los beneficios de las legumbres, mejorando su percepción como alimento versátil, saludable y sostenible.
- **Promociones y marketing eficaz:** Las estrategias de marketing en punto de venta como las realizadas en Lidl, Supermercados Día y Alcampo, con descuentos y ofertas como 2x1 en legumbres, han incrementado significativamente las compras impulsivas de estos productos. Además, el uso de redes sociales y colaboraciones con influencers del ámbito de la salud y la sostenibilidad ha permitido llegar a un público más amplio.
- **Apoyo institucional y políticas públicas:** Las políticas públicas implementadas por la Unión Europea y el Gobierno de España, como la financiación de proyectos para promover el consumo de legumbres a través de programas de sensibilización y la subvención de cultivos ecológicos, han ayudado a consolidar la oferta y a reforzar la demanda. Estas acciones han sido fundamentales para fomentar un mercado más saludable y sostenible.
- **Alianzas estratégicas con supermercados:** Las alianzas entre marcas de legumbres y grandes cadenas de supermercados, como Mercadona, Carrefour y Lidl, han garantizado la distribución eficiente y la accesibilidad de estos productos, asegurando su presencia constante en las estanterías y mejorando su disponibilidad para los consumidores.

Propuestas para mejorar las estrategias de promoción

A pesar de los avances en la promoción de las legumbres, existen áreas de oportunidad que podrían mejorar la efectividad de las estrategias actuales. Algunas propuestas incluyen:

- **Fortalecer la educación nutricional:** Aumentar la presencia de programas educativos en las escuelas y a nivel comunitario sobre los beneficios nutricionales de las legumbres. Esto podría incluir campañas que informen sobre sus ventajas frente a otras fuentes de proteína y el impacto positivo en la salud cardiovascular y la prevención de enfermedades crónicas. Además, los profesionales de la salud deben ser más involucrados en la promoción de las legumbres como una opción preferente.
- **Aumentar la visibilidad de las legumbres en redes sociales:** Potenciar el marketing digital y las campañas en plataformas como Instagram, YouTube y TikTok, utilizando influencers especializados en salud y nutrición. Las promociones en redes pueden incentivar a los consumidores a probar productos innovadores, como la pasta de lentejas o burgers de garbanzo.
- **Mejorar la disponibilidad de productos innovadores:** Ampliar la gama de productos innovadores derivados de las legumbres, como harinas de legumbres para la repostería, panes a base de garbanzo o legumbres deshidratadas, en supermercados y tiendas especializadas. Las marcas deberían explorar más allá de las legumbres tradicionales, ofreciendo opciones atractivas y modernas para las nuevas generaciones.
- **Incentivar programas de lealtad y promociones Continuas:** Implementar programas de lealtad en supermercados como Lidl, Carrefour o Alcampo, donde los consumidores reciban descuentos o puntos por comprar productos de legumbres. Las promociones continuas pueden incentivar el consumo regular y ayudar a consolidar estos productos en la dieta habitual.
- **Subvenciones y apoyo a la producción local:** Ampliar las subvenciones para los agricultores que cultivan legumbres locales, especialmente las variedades autóctonas, y promover su inclusión en las dietas locales a través de los programas de compra pública de alimentos. Esto no solo estimularía la producción nacional, sino que también garantizaría la frescura y calidad del producto.

Futuro de las iniciativas de legumbres a nivel autonómico y nacional

El futuro de las iniciativas de promoción de las legumbres en España, tanto a nivel autonómico como nacional, parece prometedor. Sin embargo, la clave estará en mantener un enfoque integral que abarque todos los aspectos del ciclo de vida del producto, desde la producción hasta el consumo.

- **Desarrollo de políticas públicas autonómicas:** Las comunidades autónomas pueden desempeñar un papel crucial en el fomento del consumo de legumbres, adaptando las estrategias de promoción a sus características y necesidades locales. Por ejemplo, en Andalucía, Cataluña Castilla-La Mancha, regiones con una rica tradición agrícola y gastronómica, se podría potenciar la producción local de legumbres a través de subsidios y programas de apoyo a las personas productoras.

- **Apuesta por la sostenibilidad:** A medida que crece la conciencia sobre el impacto ambiental de la producción alimentaria, las iniciativas centradas en la sostenibilidad continuarán siendo esenciales. El futuro podría ver un aumento en la producción de legumbres ecológicas y su integración en los menús de las instituciones públicas como centros educativos, hospitales y residencias, fomentando su consumo desde edades tempranas.
- **Colaboraciones internacionales:** A nivel nacional, es posible que España intensifique su colaboración con la Unión Europea para establecer proyectos transnacionales que fomenten la comercialización de legumbres de alta calidad y la promoción conjunta en mercados internacionales, especialmente en países con una creciente demanda de productos vegetales.

En resumen, la evolución del consumo de legumbres en España dependerá de una combinación de innovación, educación y colaboración entre todos los actores clave del sector público, privado y las comunidades autónomas.



Referencias

- FAO (2021). The role of pulses in sustainable food systems.
- Unión Europea (2020). Plan de Acción para la Agricultura Ecológica.
- Ministerio de Agricultura, Pesca y Alimentación (2022). Iniciativas para la promoción de legumbres en España.
- Parlamento Europeo (2023). Estrategia proteica de la Unión Europea.
- Joint Research Center (2021). Reducing the European Union's plant protein deficit: Options and impacts.
- Para saber más sobre el programa hospitalario de Nueva York (en inglés):
 - <https://www.nyc.gov/site/foodpolicy/about/hospital-food.page>
 - <https://www.nychealthandhospitals.org/pressrelease/nyc-health-hospitals-now-serving-plant-based-meals-as-primary-dinner-option-for-inpatients-at-all-of-its-11-public-hospitals/>
- Mercadona. Sitio web oficial. Disponible en: <https://www.mercadona.es/>
- Carrefour España. Sitio web oficial. Disponible en: <https://www.carrefour.es/>
- Lidl España. Sitio web oficial. Disponible en: <https://www.lidl.es/>
- El Corte Inglés. Sitio web oficial. Disponible en: <https://www.elcorteingles.es/>
- Alcampo. Sitio web oficial. Disponible en: <https://www.alcampo.es/>
- Supermercados Día. Sitio web oficial. Disponible en: <https://www.dia.es/>
- Eroski. Sitio web oficial. Disponible en: <https://www.eroski.es/>
- Consum. Sitio web oficial. Disponible en: <https://www.consum.es/>
- Aldi España. Sitio web oficial. Disponible en: <https://www.aldi.es/>
- Spar España. Sitio web oficial. Disponible en: <https://www.spar.es/>
- Ahorra Más. Sitio web oficial. Disponible en: <https://www.ahorramas.com/>
- Covirán. Sitio web oficial. Disponible en: <https://www.coviran.es/>

Esta publicación forma parte del proyecto "Legumbres: semillas para el futuro" en el que colaboramos con la Federación de Consumidores y Usuario CECU, financiado por la European Climate Foundation.