



Presentación del informe de consumo alimentario del año 2025

El consumo alimentario crece por primera vez en cinco años y roza los 30.800 millones de kilos

- El volumen total consumido, dentro y fuera del hogar, creció el 0,4 %, 130 millones de kilos más que en 2024
- El gasto aumentó en mayor proporción, el 3,4 %, hasta 123.694 millones de euros, debido al incremento de los precios
- Crece el número de frecuencia de las compras, con menor volumen, y muy mayoritariamente en supermercados, con una creciente preferencia por las marcas de distribución frente a las de fabricante
- El ministro Planas destaca que el aumento del consumo de los alimentos frescos constata la tendencia hacia una alimentación más saludable, influenciada por la conveniencia, el control del gasto y ahorro de tiempo en las preparaciones
- La gastronomía española y la dieta mediterránea, que combinan tradición, calidad nutricional y sabor, se consolidan como pilares de la alimentación en los hogares

30 de julio de 2026. El consumo de alimentos y bebidas de los españoles experimentó en 2025 un crecimiento que, si bien ligero -el 0,4 %-, resulta significativo, porque invierte la tendencia decreciente de los últimos cinco años.

El informe anual de consumo alimentario de 2025, que ha presentado hoy el ministro de Agricultura, Pesca y Alimentación, Luis Planas, recoge que el volumen total de alimentos y bebidas que se consumieron dentro y fuera del hogar fue de 30.798 millones de kilos/litros, algo lejos aún de los 34.767 millones del año 2020, en el que la pandemia de la Covid-19 disparó la demanda. Como media, cada español consumió 681,72 kilos/litros de alimentos, el 1,4 % más que el año anterior.



El gasto en la adquisición de estos alimentos aumentó en mayor proporción, un 3,4 %, como consecuencia de la inflación -los precios de los alimentos subieron en 2025 el 3 %- . Así, el dinero total gastado en alimentos ascendió a 123.694 millones de euros, con una media de 2.872,7 euros por persona, unos 75 euros más que en 2024.

El ministro ha destacado que, a pesar de la presión de los precios, en los hogares se mantiene una alimentación basada en productos frescos y recetas tradicionales.

El análisis de los hábitos que recoge el informe confirma la tendencia creciente de preferencia de los consumidores por los establecimientos de proximidad - sobre todo, supermercados-, las marcas de los distribuidores (blancas) y realizar una mayor frecuencia de compras con volúmenes más reducidos en la búsqueda de mejores ofertas, precios de venta y productos ajustados a sus preferencias.

La composición de la cesta de la compra de los hogares se ve influenciada por la preocupación por seguir una dieta sana, orientada a optimizar presupuesto y condicionada por nuevos modos de preparaciones culinarias que ahorran tiempo y resultan más saludables, según el ministro.

MÁS CONSUMO DENTRO DEL HOGAR Y MENOS EN LA CALLE

La mayor parte de los alimentos y bebidas se consumen dentro de hogar, 27.047 millones de kilos/litros, el 87,8 % del total. El consumo en el domicilio creció en 2025 por encima del global, un 0,8 %, en volumen y un 4,8 % en gasto (87.831 millones de euros).

Por el contrario, el consumo que se realiza principalmente en bares y restaurantes descendió un 2,5 % en volumen (3.750 millones de kilos) y un 0,03 % en gasto (35.863 millones de euros).

Si se consideran los datos per cápita, cada español gastó fuera del hogar en 2025 una media de casi 1.875 euros en la adquisición de alimentos para consumir en el hogar y 998 euros

Fuera de casa predomina el consumo de bebidas, que en volumen representa un 55,9 % del total, si bien los alimentos representan la mayor parte del gasto (69,1 %), ya que el precio de la comida es normalmente superior al de las bebidas.



COMPRAS MÁS FRECUENTES Y CON CANTIDADES MÁS AJUSTADAS

El informe de 2025 refleja como los cambios sociodemográficos -aumenta el número de hogares de menor tamaño, de una o dos personas- y los nuevos hábitos de consumo están transformando la cesta de la compra. Los españoles compran con mayor frecuencia, mantienen el gasto medio por cesta y ajustan la cantidad comprada.

El supermercado se consolida como el establecimiento preferido para las compras y concentra ya el 68,2 % de las mismas, un punto más que en 2024. Los consumidores valoran la proximidad, la practicidad de comprar en estos establecimientos y la variedad de sus surtidos. Los hipermercados y las compras en línea mantienen estabilizadas sus cuotas en un 12,5 % y un 2 %, mientras que el comercio tradicional desciende más de tres puntos, hasta el 10,6 %.

En 2025 los españoles fueron a la compra 233 veces, ocho más que el año anterior, con una media de más de cuatro a la semana. En cada una de ellas adquirieron una media de 6,1 kilos/litros, 200 gramos menos que en 2024, y el tique se mantiene estabilizado en 19,4 euros (un céntimo más que en 2024 y dos más que en 2023).

También crece la preferencia de los consumidores por las marcas de los distribuidores, las conocidas como marcas blancas, que representan ya un 48,6 % de los productos adquiridos, 1,4 puntos más que en 2024.

AUMENTA EL CONSUMO DE ALIMENTOS FRESCOS

Una de las notas destacadas de la evolución de los hábitos alimenticios de los españoles es el aumento del consumo de los productos en fresco -principalmente fruta y carne fresca-, un 1,2 % más en volumen y un 6,7 % más en gasto realizado.

De los datos del informe se deduce que la salud gana protagonismo en el consumo, con una alimentación más equilibrada, en la que predomina la dieta mediterránea. El 77,1 % de la población asegura que le gusta seguir una dieta sana, mientras que se incrementa además el número de personas que hace deporte más de tres veces a la semana, que ya es del 31,6 % de la población, según datos [Monográfico del barómetro del clima de confianza del sector agroalimentario sobre alimentación y salud](#).



Gran parte de la población consume a diario lácteos, frutas, hortalizas, harinas y grasas de origen vegetal. Cabe destacar el incremento en el consumo de fruta fresca (0,5 %) y de legumbres (2,5 %) y el descenso de hidratos de carbono y harinas (4,5 %) y de grasas y aceites (3,9 %).

La preferencia por los hábitos saludables se refleja también en el modo de preparación de los alimentos. El más utilizado, 32,2 % es la plancha, seguido de los productos sin cocinar en frío y de los hervidos o al vapor, ambos por encima del 28 %. A continuación, se sitúan los guisos (17,7 %) y fritos (14,6 %). Los preparados en freidoras de aire alcanzan casi un 5 %.

PREFERENCIA POR LA GASTRONOMÍA TÍPICA ESPAÑOLA

La gastronomía española, que combina tradición, calidad nutricional y sabor, se consolida como un pilar de la alimentación en los hogares. El 88 % de los españoles consume platos típicos de la gastronomía española cuatro veces por semana y, sobre el total de ocasiones de consumo, representan el 42,5 %. Entre ellos, los preferidos son ensaladas (33,5 % de las ocasiones de consumo), lentejas (10,2 %), tortilla de patatas (8,3 %), huevos estrellados (5,9 %), garbanzos (4,8 %), alubias (4 %) y paella (4 %).

Entre los 10 platos más consumidos en las comidas principales, son mayoritarios los que contienen carne (guisos, lasañas, etc.), seguidos de ensaladas o ensaladillas, platos a base de huevos, de verduras, de pescado, así como sopas y platos de cuchara.

Destaca, por ejemplo, que la demanda del consumo de huevos creció un 3 % a pesar de la subida del precio en un 19,4 %, ya que se trata de una fuente proteica básica en la cesta de la compra, de alta calidad y con un precio medio inferior al de otros productos proteicos.

El bocadillo, preparado típicamente español, está muy presente entre los hábitos alimenticios, el 40 % de la población lo toma al menos dos veces a la semana y representa el 9,6 % de los platos ingeridos en las comidas consideradas principales. Los más consumidos son los de jamón curado y jamón cocido con queso, más del 23 % del total.

En los hogares la alimentación se concentra en las comidas principales -se reduce el peso de la merienda y el consumo entre horas- y con un menor número de platos -el 70 % de las cenas en el hogar son de plato único y el 55 % de las comidas-.