

# El 49 % de hogares priorizan el agua en las loncheras de sus hijos este 2025

Con el inicio del año escolar 2025, muchos padres buscan opciones saludables para las loncheras de sus hijos. Según un estudio de la consultora Kantar, la tendencia sigue inclinándose hacia una alimentación equilibrada, con frutas, verduras y agua como los productos más elegidos.

## ¿QUÉ PREFIEREN LOS HOGARES PARA LAS LONCHERAS?

El estudio revela que el **62 % de las familias incluirá frutas y verduras**, consolidándose como la opción más popular. En cuanto a bebidas, **el agua es la favorita para el 49 % de los hogares**, lo que refuerza la preferencia por una alimentación saludable.

En el segmento de bebidas, las opciones más elegidas son:

- **Agua (49 %)**
- Jugos o refrescos naturales (35 %)
- Yogurt (35 %)
- Bebidas rehidratantes (8 %)
- Jugos envasados (4 %)

Mientras que, en alimentos, el ranking es el siguiente:

- **Frutas y verduras (62 %)**
- Sándwich de pollo (39 %)
- Sándwich de jamón (24 %)
- Cereales o barritas (19 %)

- Galletas (18 %)

## **DIFERENCIAS SEGÚN NIVEL SOCIOECONÓMICO Y REGIÓN**

Las frutas y verduras son una opción transversal en todos los niveles socioeconómicos (NSE), aunque predominan en los hogares del **NSE C (66 %) y D (65 %)**. Por otro lado, el sándwich de pollo es más popular en los niveles **A/B (44 %) y D (42 %)**.

En cuanto a bebidas, el agua es la preferida en todos los NSE, con mayor presencia en el **NSE D (58 %)**.

Si analizamos por regiones, en **Lima (65 %) y el norte del país (62 %)** las frutas y verduras son la primera opción, seguidas por el agua (53 % y 51 %, respectivamente). En cuanto a otras preferencias, en la región norte **el 46 % de los hogares optará por sándwiches de pollo**, mientras que **los jugos naturales son la bebida elegida por el 40 % en el norte y el 36 % en Lima**.

LEE MÁS:

¿Qué consejos para ahorrar en la canasta básica escolar?