

Estudio de la aceptabilidad del gofio en Gran Canaria

Cerpa O.; Millán R. y Sanjuán E.

Departamento de Patología Animal, Producción Animal, Bromatología y Tecnología de los Alimentos. Área de Nutrición y Bromatología. Universidad de Las Palmas de Gran Canaria. Facultad de Veterinaria. Trasmontaña Arucas, 35.416. Las Palmas de Gran Canaria. España.

Study the acceptability of gofio in Gran Canaria Island

Palabras clave: Gofio. Aceptabilidad. Maíz. Cereales.

Keys words: Acceptability. Corn. Cereals.

RESUMEN: El gofio, alimento tradicional en Canarias, ha ido perdiendo importancia paulatinamente para los consumidores. Este hecho nos ha llevado al desarrollo de un estudio de aceptabilidad que esclareciera cuál es el nuevo perfil del consumidor.

Un 85% de los canarios, o residentes en Canarias desde hace al menos 5 años, se declara consumidor de gofio.

La mayor parte de esta población, toma gofio porque le gusta y valora sus propiedades nutritivas, haciéndolo en el almuerzo y/o desayuno. La variedad preferida es la de mijo (65%) seguida de la de trigo (21,5%), que se consumen de forma esporádica, aunque constante a lo largo de todo el año.

Su consumo va muy ligado a la ingesta de comidas típicas canarias y especialmente a aquellas en las que se combinan distintos tipos de cocinado, pareciendo influir en la disminución de la apetencia del consumidor por picar entre horas y que acostumbra a realizar tres comidas al día. En el desayuno, es producto elegido, asociado con el café, leche y pan. También parece ir acompañado a lo largo del día, de forma significativa, del consumo frecuente de otros cereales, leche y verduras.

Los consumidores asiduos al gofio y productos integrales, consideran, también significativamente, que no engorda.

SUMMARY: Gofio, a traditional food in Canary Islands, has gradually lost importance for the consumers. This reason, carried us to develop an acceptability study to clarify the new profile of gofio consumer.

The 85% of canary people or residents in Canary Island since at least 5 years, says to consume gofio.

Most of them do it because they like it, and value its nourishing properties, with greater frequency at lunch and/or breakfast. The favourite variety is the one made of corn (65%) followed by the wheat one (21,5%), consumed in a sporadic although constant way during the whole year.

The gofio consume is very related to the canarian typical foods, specially to those in which different kinds of cookings are combined. This seems to have some influence for the consumer who normally eats three times a day and doesn't use to eat between meals. Gofio usually is chosen for breakfast close to coffee, milk and bread. Also, it seems to go, in a significant way, with the frequent consume of cereals, milk and vegetables.

The regular consumers of gofio and integral products, consider, in a significant way too, that gofio doesn't fattening up.

Introducción

El gofio, siendo un alimento ancestral, aún sigue presente en los comienzos del S. XXI en la mesa de los canarios; sin embargo, ha ido perdiendo importancia con respecto a nuevos productos de cereales que

han colonizado los mercados (5). En apenas 20 años, su consumo se ha reducido de los 15 millones de Kgs/año, a la tercera parte, y la producción ha bajado drásticamente, casi un 60 %, con más de un 90% de diferencia si nos remontamos a comienzos de siglo, casi la misma

proporción en la que han ido desapareciendo los molinos (10).

Como a las legumbres, se ha considerado al gofio el aliado básico de la alimentación de las clases menos acomodadas. La imagen de *producto barato* propició que muchos canarios dejaran de consumirlo para ir a la moda, adquiriendo productos adornados con atractivos diseños y envases estratégicamente promocionados por multinacionales a través de agresivas campañas publicitarias. Sin embargo, es cierto que cada sociedad tiene unas formas de vida y un nivel de educación que influyen decisivamente en su modo de alimentación (9), y en Canarias, se está desperdiciando un magnífico acervo cultural (4).

Ante la avalancha de producciones externas, poco o nada han podido hacer los productores locales de gofio. En raras excepciones, y todas encabezadas por los grandes molineros, se ha podido modificar, mejorar y modernizar la imagen de los envases; se han realizado producciones limitadas con lo mejor del producto, y se ha diversificado con *derivados del gofio*. No obstante el gofio no es un producto que genere económicamente excesivos beneficios,

vido a los costes que genera (en detrimento de los beneficios que se obtienen) (6). Además todas estas actuaciones encarecen el producto, lo que lleva a que el consumidor canario que tiene el concepto de que el gofio debe ser barato, no identifique estos cambios para mejorar o promocionar el producto tradicional (10).

El consumo medio por individuo y día en Canarias es de 7,58 g, siendo casi el doble en la provincia de Santa Cruz de Tenerife que en la provincia de Las Palmas, y mínima

en las islas de La Palma, El Hierro, Fuerteventura y Lanzarote, donde el 80% de las familias no utilizan el gofio en su dieta (11). La Encuesta Nutricional de Consumo de Canarias de 1997-98 establece que cerca del 60% de la población reconoce no consumir gofio, un 20% lo hace con periodicidad mensual, un 10% lo consume semanalmente y otro 10% a diario.

Actualmente existe una Asociación de Productores de Gofio en Canarias que quiere aunar esfuerzos y luchar por su resurgimiento (7), objetivo por el cual presentaron una solicitud para el reconocimiento del nombre *Gofio Canario*, una Denominación Específica que garantizará y salvaguardará los caracteres diferenciales de este producto alimenticio frente a posibles competencias externas desleales. Esta Denominación Específica fue aprobada por la Comunidad Autónoma en la Orden del 12 de diciembre de 1994 con carácter provisional (1).

En esta Orden se reconoce al **Gofio Canario** elaborado según la tradición prehispánica secular por los productores de todas las islas de la Comunidad Autónoma de Canarias, un alimento de alto poder energético y excelentes condiciones de digestibilidad, una harina integral de gran valor alimenticio. Del total de la producción anual de gofio, unos 5,5 millones de Kgs están controlados por el Consejo Regulador (2). De esta producción, menos del 10% son elaborados con cereal canario, a pesar de que el gofio *del país* se

vende muy bien y los molineros estarían dispuestos a pagar un sobreprecio por el mismo.

En la actualidad, la U.E., ha cambiado el reconocimiento de *Denominación Específica* por *Alimento con Indicación Geográfica Protegida*, debido a que las materias primas utilizadas para elaborar este producto son importadas. Este reconocimiento se encuentra aún en vías de trámite esperándose en breve la ratificación definitiva, viniendo a significar un gran paso hacia el futuro de este producto tan típico y ancestral de las islas. Su especial elaboración artesanal, su tipismo, su localización geográfica y su valor alimenticio hacen que sea hoy en día el único producto de su tipo que goza del reconocimiento de Alimento de Calidad.

Hablar de un producto con Denominación es hablar, en primer término de calidad y después de historia. Al elemento geográfico se le añade el esmero con el que se llevan a cabo las distintas fases de la elaboración del producto. En la mayoría de los casos esta preocupación por la calidad proviene del hacer cultural e histórico de los habitantes de cada zona. Con todo esto, cabe destacar el gran esfuerzo por parte de los productores de gofio existentes en las islas, de impulsar su consumo, ofreciendo una mayor gama de variedades de mezclas de gofio, ofertando incluso algunos derivados especiales para aquellos que no pueden disfrutar de él por razones de salud. El futuro comercial de este tipo de pro-

ductos será el resultado del aumento de la demanda por los consumidores reclamando un estilo de vida más saludable.

Sin embargo en la actualidad, los molinos que aún siguen en activo, pasan por serias dificultades, y es que siendo la mayoría pequeñas industrias artesanas con una producción de gofio no estable a lo largo del año, están sometidos a una enorme presión fiscal, municipal y de la industria, lo que provoca que algunos se cuestionen su continuidad (5). El futuro del gofio, así como la continuidad del sector se asienta sobre dos pilares fundamentales: la obtención de la "*Identificación Geográfica Protegida*" para impulsar la promoción de este producto en los mercados exteriores, y la consolidación de la Asociación de productores, futura matriz del Consejo Regulador del Gofio. A estos objetivos contribuyen campañas escolares, así como la presencia del gofio en certámenes como Ferias Agroalimentarias (3).

Material y métodos

Encuesta de aceptabilidad

La aceptabilidad del producto por consumidores canarios se evaluó mediante la realización de una encuesta sencilla, basada en las realizadas normalmente para averiguar hábitos alimentarios (8), adaptada para investigar la relación de éstos con el consumo de gofio (Cuadro 1).

Cuadro 1. Encuesta de aceptabilidad del gofio.

Nombre del evaluador:;

Mujer.....;Varón.....; Edad; Profesión/Trabajo/Estudios:.....

Estado Civil.....; Ciudad de nacimiento:.....; Ciudad de residencia:.....;

Ciudad donde ha residido los últimos 5 años:.....; Fecha:...../...../.....

Baremo:

- | | |
|----------------------------------|---------------------------------|
| 9. Me agrada extremadamente. | 4. Me desagrada levemente. |
| 8. Me agrada mucho. | 3. Me desagrada moderadamente. |
| 7. Me agrada moderadamente. | 2. Me desagrada mucho. |
| 6. Me agrada levemente. | 1. Me desagrada extremadamente. |
| 5. No me agrada ni me desagrada. | |

Gofio de millo:

| | Con leche | Con agua y sal | En potajes y caldos | Postres | Otros ¿cómo? |
|---|-----------|----------------|---------------------|---------|--------------|
| 9 | | | | | |
| 8 | | | | | |
| 7 | | | | | |
| 6 | | | | | |
| 5 | | | | | |
| 4 | | | | | |
| 3 | | | | | |
| 2 | | | | | |
| 1 | | | | | |

Gofio de trigo:

| | Con leche | Con agua y sal | En potajes y caldos | Postres | Otros ¿cómo? |
|---|-----------|----------------|---------------------|---------|--------------|
| 9 | | | | | |
| 8 | | | | | |
| 7 | | | | | |
| 6 | | | | | |
| 5 | | | | | |
| 4 | | | | | |
| 3 | | | | | |
| 2 | | | | | |
| 1 | | | | | |

Otros gofios ¿Cuál?

| | Con leche | Con agua y sal | En potajes y caldos | Postres | Otros ¿cómo? |
|---|-----------|----------------|---------------------|---------|--------------|
| 9 | | | | | |
| 8 | | | | | |
| 7 | | | | | |
| 6 | | | | | |
| 5 | | | | | |
| 4 | | | | | |
| 3 | | | | | |
| 2 | | | | | |
| 1 | | | | | |

Cuestiones:

1.- En casa, ¿Comes generalmente comidas típicas canarias?

- a) No comía y no como
- b) Comía y ahora no como
- c) Comía y sigo comiendo
- d) No comía y como

2.- ¿Qué formas culinarias utilizas preferentemente?

- a) Complejas: guisos, sofritos, frituras
- b) Sencillas: asados, hervidos, plancha
- c) Combinados

3.- ¿Cómo guisas?

- a) Con sofrito previo (guisos)
- b) En crudo (guisos)
- c) Frito con mucho aceite
- d) Frito con poco aceite
- e) Asados, cocidos, mínima cantidad de aceite
- f) Combinados

4.- ¿Qué tipo de desayuno tomas?

- a) Café con leche y bollería
- b) Café con leche y pan con mantequilla/mermelada...
- c) Infusión con bollería/pan
- d) Zumo de fruta o fruta
- e) Café con leche
- f) Café o cortado
- g) Café con leche y cereales de maíz
- h) Café con leche y cereales de trigo
- i) Café con leche y muesli
- j) Café con leche y cereales de avena
- k) Café con leche y otros cereales (¿Cuál.....?)
- l) Leche y cereales de maíz
- m) Leche y cereales de trigo
- n) Leche y muesli
- o) Leche y cereales de avena
- p) Leche y otros cereales (¿Cuál.....?)
- q) Café con leche y gofio
- r) Leche y gofio
- s) Otros desayunos ¿Cuál?.....
- t) Nada
- u) Combinados: Especificar por orden de preferencia.....

5.- ¿Se consume habitualmente gofio en tu casa?: (pon una cruz en lo que corresponda)

Si En el desayuno
 En el almuerzo
 En la cena
 Otros ¿Cuándo?

No

6.- El consumo es: (pon una cruz en lo que corresponda)

Durante todo el año
 Esporádicamente (época escolar, invierno,...). ¿Cuándo?.....

7.- ¿Quiénes son los que más consumen gofio en tu casa?

| Edad (años) | Nº personas |
|-------------|-------------|
| 0-3 | |
| 3-8 | |
| 8-14 | |
| 14-19 | |
| 19-24 | |
| 24-29 | |
| 29-34 | |
| 34-39 | |
| 39-44 | |
| 44-49 | |
| 49-54 | |
| 54-59 | |
| 59-64 | |
| 64-69 | |
| > 69 | |

8.- Motivos por los que consumes gofio: (Numéralas en orden de prioridad).

-Porque me gusta
-Porque es un alimento tradicional
-Porque no tiene conservantes
-Porque tiene muchas propiedades nutritivas
-Porque es integral
-Otros; ¿Cuál?:.....

9.- ¿Cuántas comidas haces al día?

- a) Tres
- b) Cuatro
- c) Dos
- d) Una
- e) Cinco
- f) Más de cinco

11.- ¿Cuánta leche tomas al día?

- a) Un vaso (200ml)
- b) Dos vasos (400ml)
- c) Tres vasos (600ml)
- d) Cuatro vasos (800ml)
- e) Más de cuatro vasos
- f) Nada

10.- ¿Consumes algún alimento a media mañana?

- a) Bocado
- b) Café con leche
- c) Cortado
- d) Fruta
- e) Infusión
- f) Nada

12.- ¿Con cuánta frecuencia tomas cereales o derivados de cereales?

- a) Todos los días
- b) 2-3 veces por semana
- c) 1 vez por semana
- d) Esporádicamente
- e) Nunca

13.- Si consumes cereales ¿Cuáles son tus preferidos?

- a) Millo o derivados
- b) Trigo o derivados
- c) Avena o derivados
- d) Mueslis
- e) Otros. ¿Cuál?.....

14.- ¿Con cuánta frecuencia consumes gofio?

- a) Todos los días
- b) 2-3 veces por semana
- c) 1 vez por semana
- d) Esporádicamente
- e) Nunca

15.- Si consumes gofio ¿Cuál es el que más utilizas?

- a) Gofio de millo
- b) Gofio de trigo
- c) Gofio de varios cereales
- d) Gofio con garbanzos
- e) Gofio de cebada
- f) Otros. ¿Cuál?.....

16.- ¿Con cuánta frecuencia tomas verduras?

- a) Todos los días
- b) 2-3 veces por semana
- c) 1 vez por semana
- d) Esporádicamente
- e) Nunca

17.- ¿Cómo sueles consumirlas?

- a) Potajes
- b) Sopa de verduras
- c) Menestra
- d) Otras

18.- ¿Con cuánta frecuencia tomas pescado?

- a) Todos los días
- b) 2-3 veces por semana
- c) 1 vez por semana

- d) Esporádicamente
- e) Nunca

19.- ¿Cómo sueles consumirlo?

- a) Asado
- b) Frito
- c) Cocido
- d) Caldo de pescado

20.- Sueles añadir gofio al potaje/caldos...

- a) Siempre
- b) A veces
- c) Nunca

21.- ¿Con qué frecuencia consumes pan?

- a) Diaria (4 raciones)
- b) Diaria (3 raciones)
- c) Diaria (2 raciones)
- d) Diaria (1 ración)
- e) Nunca

22.- ¿Con qué frecuencia consumes productos integrales?

- a) En todas las comidas
- b) En dos comidas
- c) En una comida
- d) Nunca

23.- ¿Con qué frecuencia consumes postres azucarados?

- a) Todos los días
- b) 2-3 veces por semana
- c) 1 vez por semana
- d) Esporádicamente
- e) Nunca

24.- ¿Con qué frecuencia consumes postres derivados del gofio (mus,...)?

- a) Todos los días

- b) 2-3 veces por semana
- c) 1 vez por semana
- d) Esporádicamente
- e) Nunca

25.- ¿Sueles consumir alimentos con sal?

- a) Todos los días
- b) 2-3 veces por semana
- c) 1 vez por semana
- d) Esporádicamente
- e) Nunca

26.- Prefieres el gofio:

- a) De maíz con sal
- b) De maíz sin sal
- c) De trigo con sal
- d) De trigo sin sal
- e) Otros.....

27.- ¿Cuántas tazas de café tomas el día?

- a) Una
- b) Dos
- c) Tres
- d) Cuatro
- e) Cinco
- f) Más de cinco

28.- ¿Consumes gofio con el café?

- a) Siempre
- b) A veces
- c) Nunca

29.- ¿Fumas?

- a) Si
- b) No

30.- Si fumas, ¿cuántos cigarrillos?

- a) Más de 10
- b) Un paquete
- c) Dos paquetes
- d) Más de dos paquetes

31.- ¿Comes alimentos de régimen?

- a) A diario
- b) 2-3 veces por semana
- c) 1 vez por semana
- d) Esporádicamente
- e) Nunca

32.- ¿Picas entre horas?

- a) Si
- b) No
- c) A veces

33.- ¿Has comprobado si algún alimento te sienta mal?

- a) Si
- ¿Cuál?.....
- b) No

34.- ¿Crees que el gofio engorda?

- a) Si
- b) No

35.- ¿Estarías dispuesto a catar gofios?

- a) Si
- b) No

La población encuestada estuvo constituida por 274 individuos, procedentes de diferentes ámbitos sociales, con edades comprendidas entre los 10 y los 78 años, canarios o residentes en Canarias desde hace al menos 5 años.

El perfil de esta población no fue homogéneo o representativo de la población total de la isla de Gran Canaria, sino que por cercanía a nuestro ámbito laboral, la mayoría, fueron jóvenes entre los 20 y 30 años con estudios superiores, existiendo una proporción similar entre ambos sexos.

Para facilitar la recogida de datos de individuos de otros *estatus* y edades, se pasó la encuesta en determinados círculos profesionales, obteniéndose así el resto de los porcentajes que completan el perfil de la población encuestada, entre los que destacan hombres con estudios medios.

Análisis estadístico

Para el análisis de los datos, se utilizaron los paquetes estadísticos SPSS/PC+, versión 3.0 (SPS Inc., Chicago) y SAS/STAT, V. 6.06.

Las variables categóricas se resumieron en tablas de frecuencias y tablas de frecuencias cruzadas. Asimismo, las frecuencias y medias se representaron mediante diagramas de barras.

La asociación entre dos variables categóricas se contrastó a través del **test de la ji-cuadrado** (o **test exacto de Fisher** si no se dieron las condiciones oportunas para el test de la ji-cuadrado). Para las variables ordinales se utilizó el **test de asociación lineal**. Para analizar la asociación múltiple entre variables categóricas se utilizaron los procedimientos del **análisis de correspondencias**. El procedimiento utilizado resumió el conjunto de todas las categorías de todas las variables en la llamada **tabla de Burt**. A partir de la distancia ji-cuadrado entre poblaciones, el conjunto de categorías se representó en un espacio de dimensión igual al número total de categorías que aparecen en la tabla de Burt menos el

número de variables. Finalmente, los puntos (categorías) se proyectaron sobre un plano. La proximidad que se observa entre las categorías proyectadas informó sobre su relación. La idoneidad de la representación gráfica en las dos dimensiones se expresó a través del porcentaje de varianza explicado por los dos primeros ejes.

Resultados y discusión

Mediante un análisis de correspondencia, se estableció entre los encuestados un perfil de *consumidor de gofio*.

Como se observa en el Gráfico 1, las personas más cercanas a no consumir nunca gofio son las mujeres, los jóvenes menores o de unos 25 años y aquellos que se encuentran cursando o poseen estudios superiores. Estos tres parámetros, además, están relacionados entre sí, puesto que la mayoría de los jóvenes que completaron la encuesta eran universitarios, existiendo también con estas características un mayor

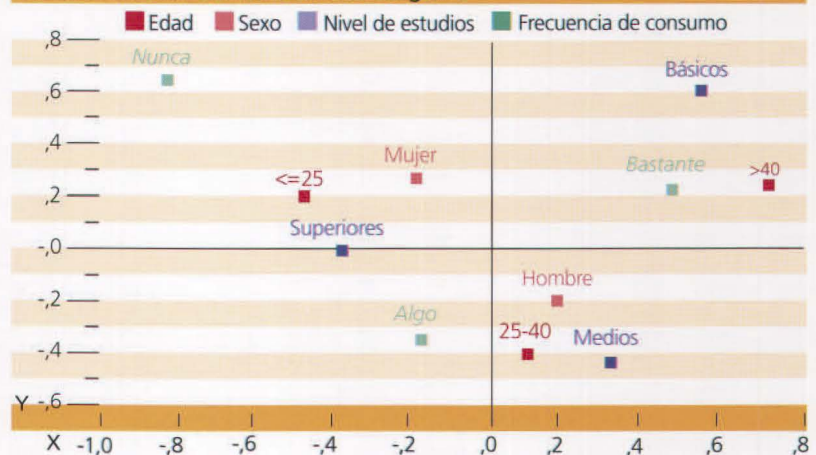
número de mujeres que de hombres. Por otro lado, se puede observar que aquellos que consumen más gofio, suelen ser personas con un nivel cultural básico y tienen más de 40 años. El tercer grupo que se diferencia está constituido por hombres que mayoritariamente poseen estudios medios y con una edad entre 25 y 40 años, siendo éstos los que esporádicamente suelen consumir gofio.

1.- El gofio frente a la distribución de consumo

En las Tablas 1 y 2 se muestran los porcentajes de las comidas en las que se suele consumir gofio y la periodicidad de consumo.

En cuanto al motivo de consumo, el 75,7% de la población encuestada, lo toma porque le gusta, seguido de un 11,5%, que lo hace por sus propiedades nutritivas; un 6,19% porque el gofio es un alimento tradicional; otro 4% lo elige por no tener conservantes y un 1,76% por considerarlo alimento integral.

Gráfico 1. Perfil del consumidor de gofio



*El porcentaje de varianza explicada por los dos ejes es de 50,88%.

Tabla 1. Relación entre la frecuencia de consumo y la comida en la que se ingiere el gofio en Gran Canaria.

| % pob. Total* | Momento de consumo (% de todo el año/esporádicamente) | | | | |
|-----------------|---|----------|------|-------|----|
| | Desayuno | Almuerzo | Cena | Otros | |
| Todo el año | 57 | 66 | 72 | 27 | 11 |
| Esporádicamente | 28 | 23 | 30 | 10 | 10 |

*En la población total están incluidos los que no consumen gofio.

Los mayores porcentajes de frecuencia de consumo de gofio (Gráfico 2) son para los que lo toman esporádicamente porque les gusta, en un 41,6% de la población total, seguido de los que lo toman más habitualmente por este mismo motivo con un 32,3%. En tercer lugar se encuentran los que lo toman esporádicamente por sus propiedades nutritivas, con un 6,6%, que no se aleja mucho de los consumidores habituales del gofio que lo toman por este mismo motivo y que representan un 4,8%.

El gofio más consumido es el de *millo*, con una frecuencia aproximada de 1 vez por semana, a lo largo de todo el año, siendo esto una constante para el resto de los tipos de gofios consumidos en la isla de Gran Canaria, siguiendo en preferencia el gofio de trigo (Tablas 3 y 4).

2.- El gofio frente a los hábitos alimentarios del consumidor

Se analizó la asociación entre las frecuencias de consumo de comidas típicas canarias y la de gofio, (Gráfico 3). La gran mayoría de los encuestados, afirmó consumir comidas canarias desde siempre y seguir tomándolas actualmente; de ellos el 50,2% suele tomar algo de gofio de forma esporádica a 1 vez por semana, y el 43,7%, lo comen bastante, (entre 2 - 3 veces/semana a todos los días). Existe un 5,3% que si bien antes no consumían comidas típicas canarias, ahora sí lo hacen, de los cuales, de nuevo la mayoría, suelen tomar algo de gofio.

El almuerzo típico canario consta de un primer plato, potaje o cazuela de pescado (11), consumido, bien junto a una masa compuesta por el caldo del propio guiso y gofio (11), o bien, espolvoreando gofio sobre el plato por encima. Otra forma de consumo es la llamada "*pelota de gofio*" o "*pella de gofio*", la cual se consigue amasando caldo, gofio, miel, agua o aceite hasta conseguir consistencia, obteniendo un alimento muy rico energéticamente (11).

En cuanto a las formas culinarias preferidas a la hora de cocinar,

un 60% de la población encuestada suele utilizar fórmulas combinadas, es decir tanto simples (hervidos y a la plancha), como complejas (rebozados y refritos) (Gráfico 4), siendo éstos los que también consumen más frecuentemente gofio.

A la vista del Gráfico 5, se observa cómo de las personas que realizan 3 comidas al día, el 62,2%, son las que parecen consumir más gofio, tanto de forma esporádica, como más frecuentemente.

Le siguen los que hacen habitualmente 4 comidas, que constituyen

Tabla 2. Relación entre la periodicidad de consumo y la comida en la que se realiza la ingesta de gofio.

| % pob. Total* | Momento de consumo (% de población total) | | |
|---------------|---|----------|------|
| | Desayuno | Almuerzo | Cena |
| **Bastante | 26 | 23,3 | 9,2 |
| ***Algo | 19,2 | 25,2 | 6,5 |

*En la población total están incluidos los que no consumen gofio.

**Bastante: De 2 a 3 veces por semana a todos los días.

***Algo: de 1 vez por semana a esporádicamente.

Tabla 3. Relación entre la frecuencia de consumo de gofio y las preferencias de tipos de gofios consumidos en Gran Canaria.

| % Población total que consume gofio de: | % de los que consumen gofio de millo/trigo/ var. cereal./otros gof. | | Nivel de significación (***)0,001 < p < 0,01) |
|---|---|--------|---|
| | *Bastante | **Algo | |
| Millo 65 | 38,5 | 61,5 | 0,005 |
| Trigo 21,5 | 36,8 | 63,2 | NS |
| Varios cereales 4,9 | 46 | 53,8 | NS |
| Otros gofios 1,9 | 60 | 40 | NS |

*Bastante: De 2 a 3 veces por semana a todos los días.

**Algo: de 1 vez por semana a esporádicamente.

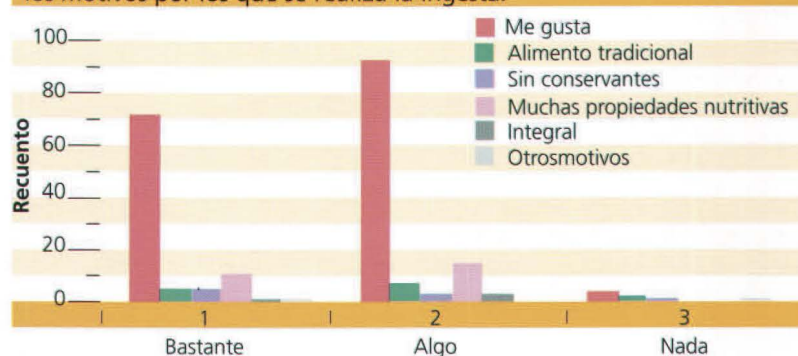
*** Asociación entre consumo de tipo de gofio y frecuencia de consumo. (Los p valores corresponden al test de asociación lineal).

NS: No significativo.

Tabla 4. Relación entre los tipos de gofios consumidos en Gran Canaria y la estacionalidad de su ingesta.

| Consumo de gofio de: | % Población total | |
|----------------------|-------------------|--------------------|
| | Todo el año | Consumo estacional |
| Millo | 44,7 | 21,2 |
| Trigo | 16 | 7,2 |
| Varios cereales | 3,2 | 1,6 |
| Otros gofios | 0,8 | 0,8 |

Gráfico 2. Relación entre la frecuencia de consumo de gofio y los motivos por los que se realiza la ingesta.



*226 respuestas válidas, 48 no saben/no contestan.

Frecuencia de consumo de gofio

un 22,4%, de los cuales, algo más de la mitad suelen consumirlo esporádicamente.

El gofio es un alimento cuyo hidrato de carbono principal es el almidón, constituido en su estado nativo por una mezcla de polisacáridos, la amilosa lineal y la amilopectina ramificada. Este hidrato de carbono complejo es de bajo índice glucémico, lo que le confiere la propiedad de ir liberando de forma progresiva y prolongada en el tiempo la energía necesaria para el consumidor.

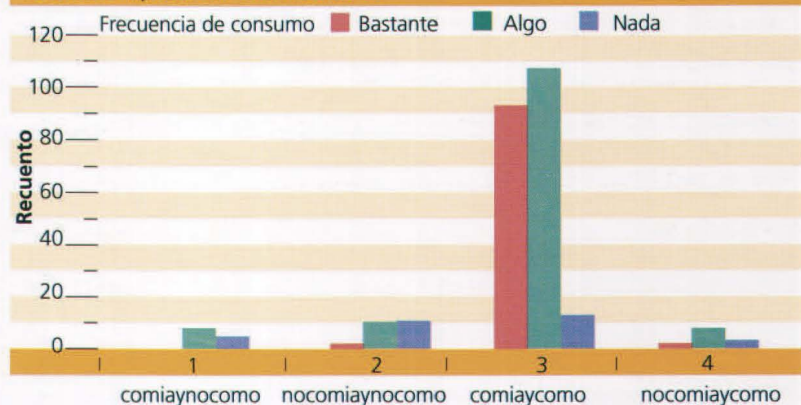
De la información recogida en las encuestas, se comprobó que del 70,4% del total que suelen ingerir alguna comida a media mañana, el 39,2% no suelen desayunar con gofio frente a un 31, 5% que sí lo toman (Gráfico 6).

Por otro lado, se observa (Gráfico 7) cómo de las personas que suelen consumir frecuentemente gofio (38%), la mayoría, 48,4%, no suele *picar* nada entre horas, frente a un 30,5% que sí lo hace; sin embargo, cuando se consume esporádicamente (48,8%), un 36,1% *pica* entre horas frente a un 27% que no lo hace.

Se estableció mediante un análisis de correspondencia, las relaciones entre las preferencias de consumo de algunos alimentos a la hora de tomar un desayuno y la frecuencia de la ingesta de gofio (bastante, algo, nada). En este estudio, se incluyeron sólo aquellas personas que sí consumen los productos referenciados (leche, café, pan, cereales, bollería y zumos). Se observa en el Gráfico 8, que con una mayor o menor frecuencia consumen gofio aquellas personas que toman habitualmente café y leche en este momento del día; de igual forma, aquellos que tienen el hábito de consumir cereales en el desayuno son los que con mayor frecuencia toman o podrían tomar gofio. Por el contrario, los que habitualmente consumen bollería y zumos para desayunar serían los que estarían más alejados del consumo habitual de gofio.

En Canarias es habitual el desayuno y/o cena de leche con gofio (250 g de leche y 30-50 g de gofio) lo que supone una ingesta de 350 Cal (11).

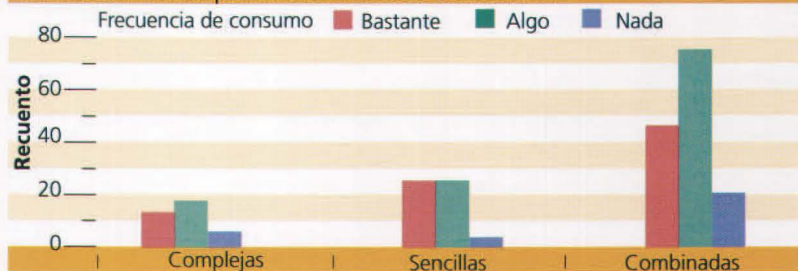
Gráfico 3. Relación entre la frecuencia del consumo de gofio y la de comidas típicas en Gran Canaria.



* 265 respuestas válidas, 9 no saben/no contestan.

Comidas típicas canarias

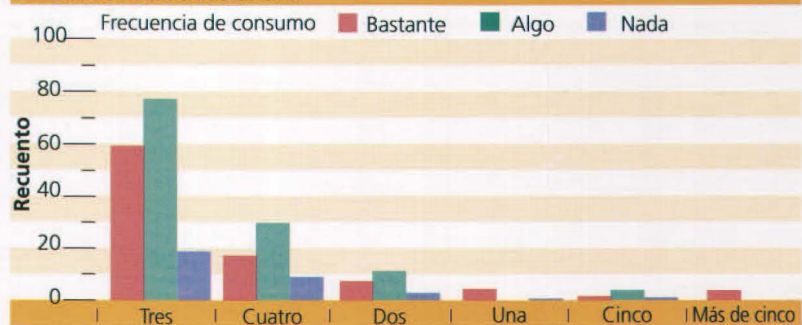
Gráfico 4. Relación entre la frecuencia de consumo de gofio y las formas culinarias preferidas a la hora de cocinar.



*237 respuestas válidas, 37 no saben/no contestan.

Formas culinarias utilizadas

Gráfico 5. Relación entre la frecuencia de consumo de gofio y el nº de comidas realizadas al día.



*249 respuestas, 25 no saben/no contestan.

Nº de comidas al día

3.- El gofio frente al consumo de otros alimentos

Analizando la relación existente entre el consumo de gofio y el de otros alimentos, mediante un Test de asociación lineal, se encontró una relación significativa entre el consumo de gofio y el de leche, verduras y otros cereales, con unos niveles de significación

que se encuentran representados en la Tabla 5.

Así pues, se observa cómo de un 88% de las personas que toman diariamente leche, afirman consumir esporádicamente gofio un 49,35%, existiendo un 38,6% que lo ingieren todos los días, o como mínimo entre 2 y 3 veces por semana.

La frecuencia de consumo de gofio, en las personas encuestadas que suelen tomar frecuentemente otros cereales es de un 49,7% con un consumo de alta frecuencia de gofio y de un 44,4% que suele tomarlo algo

más esporádicamente, entre 1 vez por semana o en momentos concretos. De las personas que nunca toman otros cereales, existe un 46,2% que sí consumen esporádicamente gofio.

Gráfico 6. Relación entre la frecuencia de consumo de gofio en el desayuno y la necesidad de ingerir alimentos a media mañana.

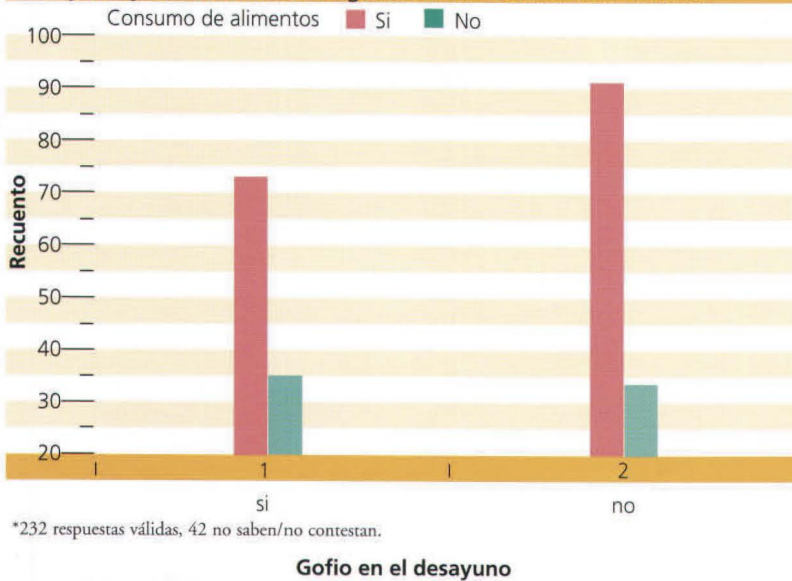


Gráfico 7. Relación entre la frecuencia de consumo de gofio y la costumbre de picar entre horas.

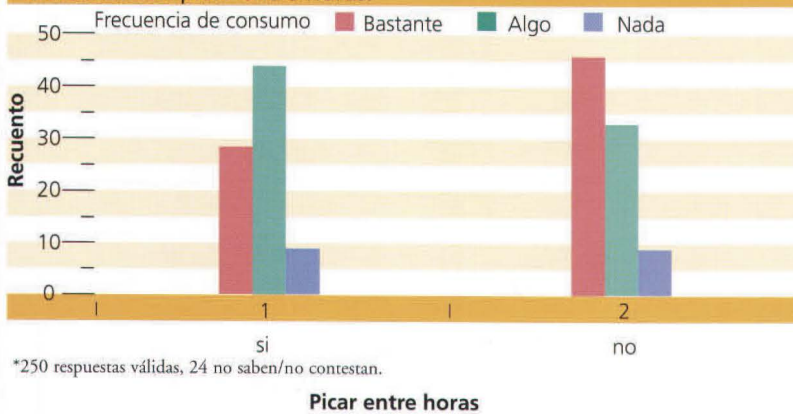


Tabla 5. Relación entre el consumo de gofio y el de otros alimentos.

| Alimentos estudiados | | Leche | | Otros cereales | | | Verduras | | |
|----------------------|----------|---------|------|----------------|------|------|----------|------|------|
| | | si | no | Bastante | Algo | Nada | Bastante | Algo | Nada |
| Consumo de gofio | Bastante | 38,6 | 13,3 | 49,7 | 21,3 | 11,5 | 41,4 | 29,6 | - |
| | Algo | 49,4 | 53,3 | 44,4 | 64,0 | 46,2 | 47,0 | 53,7 | - |
| | Nada | 12,0 | 33,3 | 5,9 | 14,6 | 42,3 | 11,6 | 16,7 | 100 |
| Nivel significación | | **0,009 | | ****0,000 | | | *0,039 | | |

* p<0,05
 ** 0,01< p < 0,05
 **** p<0,001

La mayor parte de los encuestados suele tomar muy frecuentemente verduras, entre 2-3 veces por semana a todos los días, siendo éstos también los que consumen más gofio, aunque de una forma más esporádica en un 47%, seguido de un 41,4%, que lo ingiere tan frecuentemente, como las verduras.

Desde el punto de vista nutricional, el consumo de pescado debe hacerse con una regularidad de 2-3 veces a la semana, sin embargo sólo un 40,9% de la población encuestada, lo consume con esta frecuencia; de ellos el 41,3% consume gofio de forma frecuente y el 52,8% lo hace más esporádicamente (Gráfico 9).

El mayor porcentaje de frecuencia de consumo de gofio en relación al de pescado lo tienen las personas que toman éste esporádicamente y que constituyen el 26,3% de la población total.

Se observó que un 80,9% de las personas que tomaban caldo de pescado solían hacerlo junto a o añadiendo gofio.

El 97,1% de la población encuestada, consume con bastante frecuencia pan, de ellos, un 46,6%, también consume gofio de forma esporádica y un 39,9%, más frecuentemente. Además, existe un 71,4%, del 2,9% de personas que aún no tomando nunca pan, consumen gofio esporádicamente (Gráfico 10).

En relación al consumo de gofio respecto al de productos integrales y de régimen, se observa (Gráfico 11) cómo la población que no toma alimentos de régimen, es la que suele consumir más gofio. Sin embargo, tenemos que del 52,9%, de personas que sí consumen alimentos de régimen, un relativo alto porcentaje consumen gofio de forma esporádica.

Por otro lado, de los que dicen nunca tomar productos integrales, son los que más consumen gofio, alimento puramente integral (Gráfico 12).

En relación a la creencia sobre la contribución del gofio a obtener un sobrepeso en el consumidor, se estudió

la relación existente entre las personas que consumían productos de régimen con los convencidos de esta cuestión así como los que consumían productos integrales con la misma (Tabla 6).

Se obtuvo una asociación estadísticamente significativa entre el consumo de estos productos y la certeza de que el gofio engorda.

De aproximadamente el 36% de los encuestados que piensa que el gofio engorda, el 62% consume alimentos de régimen asiduamente y el 36%, productos integrales.

Así pues, esporádicamente, con motivo de alguna reunión familiar o acontecimiento social, se prefiere el gofio a cualquier otra forma de presentación de los cereales, que reafirma de alguna manera el hecho de ser y nacer canario, aunque creemos que no es una buena política de mercado el competir con los *cereales de desayuno*, sino abrir nuevos soportes gastronómicos al gofio en repostería y diferentes comidas.

Bibliografía

- 1.- Anónimo. (1994). Orden 2016, de 12 de diciembre de 1994, por la que se reconoce con carácter provisional la Denominación Específica "Gofio Canario". B.O.C.A., núm. 160, de 30 de diciembre de 1994.
- 2.- Anónimo. (1995). Alimentos de canarias. En *Alimentos de España. Denominaciones de Origen*. 95-97. Ed. Mercasa. Ministerio de Agricultura, Pesca y Alimentación, y Distribución y Consumo. Madrid.
- 3.- Anónimo. (2000). Gofio: Tradición y Dietética en *Canarias agraria y pesquera* nº 52, pp. 22-23. Gobierno de Canarias. Consejería de Agricultura, Ganadería, Pesca y Alimentación.
- 4.- Díaz, I. (1999). Perspectivas en la Evolución de los Hábitos de Consumo de Alimentos. *Alimentación en el siglo XX*. Ed. Universidad de Badajoz.

Gráfico 8. Relación entre las preferencias a la hora del desayuno y la frecuencia de consumo de gofio.

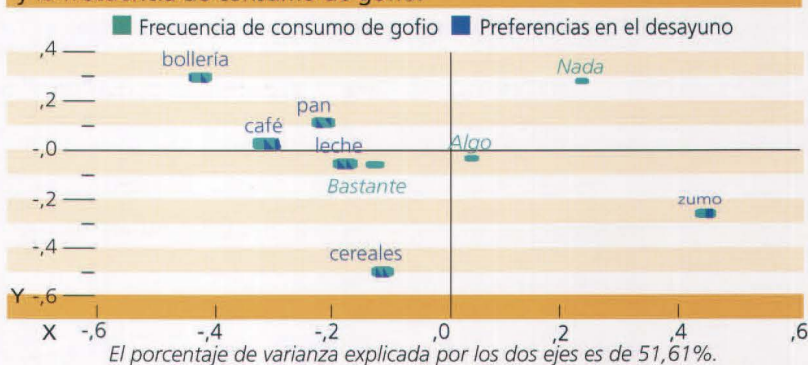
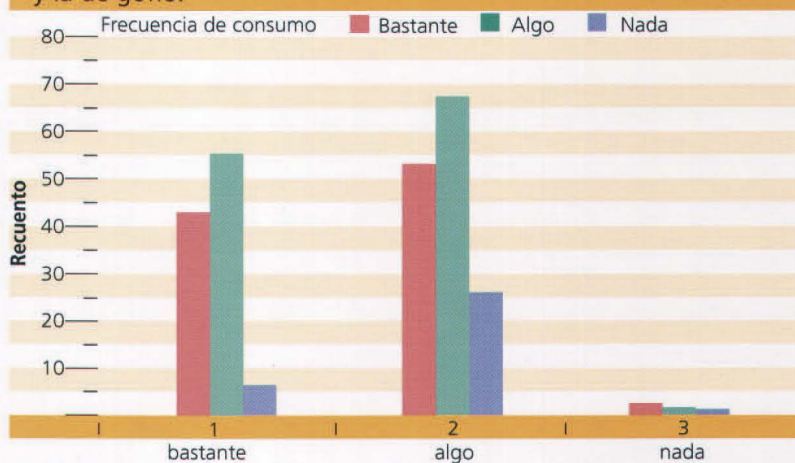


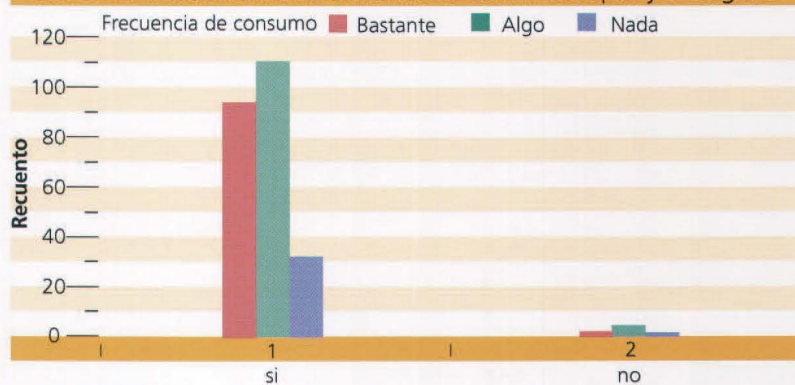
Gráfico 9. Relación entre la frecuencia de consumo de pescado y la de gofio.



* 254 repuestas válidas, 20 no saben/ no contestan.

Consumo de pescado

Gráfico 10. Relación entre la frecuencia de consumo de pan y la de gofio.



*245 repuestas válidas, 29 no saben/no contestan.

Consumo diario de pan

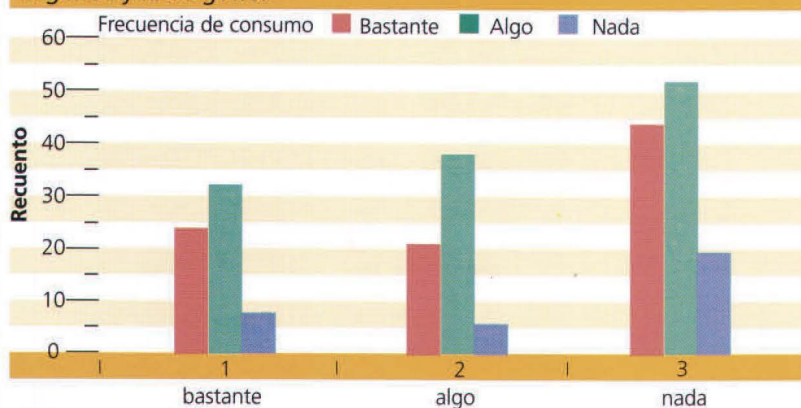
Tabla 6. Asociaciones entre el consumo de productos integrales/de régimen, la frecuencia de consumo de gofio y la certeza de que el gofio engorda.

| Alimentos estudiados | Prod. integrales | | Prod. de régimen | | | Frecuencia de consumo de gofio | | | |
|----------------------------|------------------|-------|------------------|------|------|--------------------------------|------|------|------|
| | si | no | Bastante | Algo | Nada | Bastante | Algo | Nada | |
| ¿El gofio engorda? | Si | 36,0 | 30,6 | 31,1 | 31,1 | 37,8 | 20,2 | 64,6 | 15,2 |
| | No | 50,45 | 68,46 | 19,9 | 24,8 | 55,3 | 42,4 | 47,0 | 10,6 |
| Nivel significación | ** 0,012 | | ** 0,009 | | | ***0,001 | | | |

** 0,01 < p < 0,05

*** 0,001 < p < 0,01

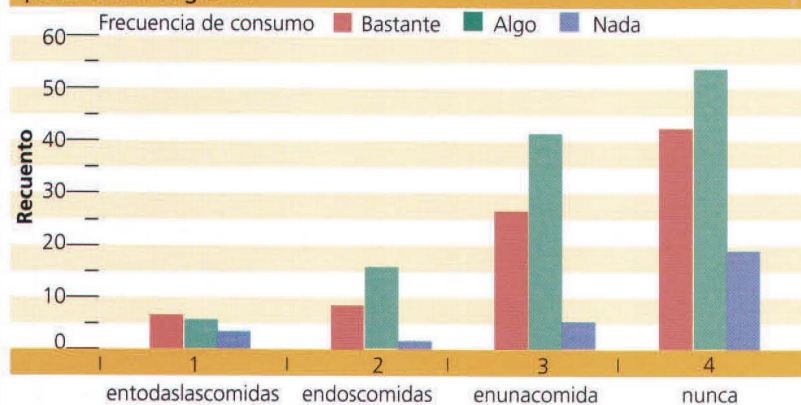
Gráfico 11. Relación entre la frecuencia de consumo de alimentos de régimen y la de gofio.



*244 respuestas válidas, 30 no saben/no contestan.

Consumo de alimentos de régimen

Gráfico 12. Relación entre la frecuencia de consumo de gofio y la de productos integrales.



*239 respuestas válidas, 35 no saben /no contestan.

Productos Integrales

- 5.- García, A. (1997). El Gofio. *Los Símbolos de la Identidad Canaria: Centro de la Cultura Popular Canaria*. 39, 397-400.
- 6.- García, A. (2001). Molineros en Canarias: entre la tradición y el cambio. *El Pajar. Cuadernos de Etnografía Canaria*. 10, 71-74. Tenerife.
- 7.- Hernández, L. (1996). En lucha por el resurgir de un producto en crisis. *Canarias Agraria y Pesquera*. 35, 15-16.
- 8.- Hernández, M. y Sastre, A. (1999). Planificación de Dietas Hospitalarias. En *Tratado de la Nutrición*. 654-659. Ed. Díaz de Santos. Madrid.
- 9.- Montaña, M. (1999). Sistemas de futuro en la obtención de Alimentos de Origen Vegetal. *Alimentación en el siglo XX*. Ed. Universidad Complutense. Madrid.
- 10.- Pallarés, J. (1999). El "Oro" Canario un producto emblemático de las islas. *Canarias* 7, 25 de abril, 36-37.
- 11.- Suárez, M. A. , Álvarez, R., Hardisson, A. y Sierra, A. (1990). Valor nutritivo del gofio. *Nutrición Clínica*. 4 (10), 31-44.