

www.caritas.es

NOTA DE PRENSA

Una de cada diez personas no puede acceder a los alimentos que desean o se ven obligadas a modificar su dieta por falta de recursos

- **Cáritas denuncia que la precariedad laboral y el coste de la vivienda relegan la alimentación a un segundo plano en los hogares con menos ingresos**

Cáritas.- 16 de octubre de 2025. Una de cada diez personas -unos 4,7 millones de personas- sufre inseguridad alimentaria leve o moderada en nuestro país. Esto significa que muchas familias no pueden acceder a los alimentos que desean o se ven obligadas a modificar su dieta por falta de recursos.

El aumento de los precios en la cesta básica, la precariedad laboral y el coste de la vivienda han relegado la alimentación a un segundo plano en los hogares con menos ingresos. “Sabemos el impacto que tiene la alimentación sobre la salud física y emocional. Una dieta insuficiente, desequilibrada o basada en productos ultraprocesados compromete el bienestar, especialmente de la infancia”, señala **María Martínez**, responsable del programa por el derecho a una alimentación saludable, sostenible e inclusiva de Cáritas Española.

Más allá de los datos, Cáritas pone el foco en la vivencia de las personas. “Nos preocupa cómo se produce la ayuda alimentaria. Cómo afecta cuando alguien tiene que hacer una cola para recibir una bolsa de comida, cuando no han podido elegir sus alimentos, cuando parece que más que un derecho es un privilegio o un regalo”, subraya Martínez.

Por ello, Cáritas promueve un modelo basado en derechos, que sustituye la entrega de alimentos en especie por ayudas económicas personalizadas, permitiendo a las familias gestionar su presupuesto y elegir los productos más adecuados a su salud, cultura y costumbres. Este enfoque, además de fomentar la autonomía y la autoestima, contribuye al cuidado del planeta al reducir el desperdicio alimentario y priorizar el consumo local y sostenible.

A nivel internacional, Cáritas Española trabaja por el Derecho a la Alimentación en comunidades rurales de 14 países, con una inversión de 4 millones de euros en 2024. Su labor se centra en impulsar una agricultura sostenible, mejorar conocimientos agropecuarios y promover hábitos de alimentación saludable, tanto en contextos de

Prensa Cáritas Española

Laura Daniele (618 893 880) – Merche Fernández (606 53 51 56)



desarrollo como en situaciones de guerra, desplazamiento o emergencia. Estos proyectos favorecen la soberanía alimentaria, fortalecen las capacidades locales y garantizan la sostenibilidad de las acciones con la participación activa de las comunidades y autoridades locales.

Los datos globales siguen siendo alarmantes: más de 670 millones de personas sufren hambre en el mundo, y en África la cifra alcanza al 20,2 % de la población, con una proyección del 60 % de las personas subalimentadas en 2030. La inflación de los precios de los alimentos desde 2020 ha agravado la situación, elevando el coste de una dieta saludable y haciendo que los productos ultraprocesados sean más accesibles que los nutritivos.

“Necesitamos visibilizar la situación de inseguridad alimentaria y avanzar hacia una protección social garantista que asegure una alimentación sana, suficiente, diversa y no discriminatoria”, reclama la responsable del programa de derecho a la alimentación.

Frente a esta realidad, Cáritas pide a las administraciones públicas que adopten modelos capacitantes, inclusivos y sostenibles, que reconozcan la capacidad de las personas para gestionar sus recursos y aseguren su derecho efectivo a una alimentación digna. “Que las administraciones se comprometan y garanticen estos modelos, para que las personas que se ven en una situación de precariedad socioeconómica, con una ayuda económica, puedan gestionar y administrar su compra”, indicó.