



Celta

ESTUDIO SOCIOLÓGICO

Sobre cuánto necesitamos el contacto con la naturaleza y qué puede hacer un vaso de leche de vaca por nosotros.

Ficha técnica:

Recogida de datos: **encuesta online** enviada a través de panel online y completada entre los días 1 y 5 de julio de 2022.

Target: hombres y mujeres de **18 a 65 años**

Muestra: **500 entrevistas** representativas de la población general española

Error muestral: **+/- 4,47** puntos teniendo en cuenta un nivel de confianza del 95%

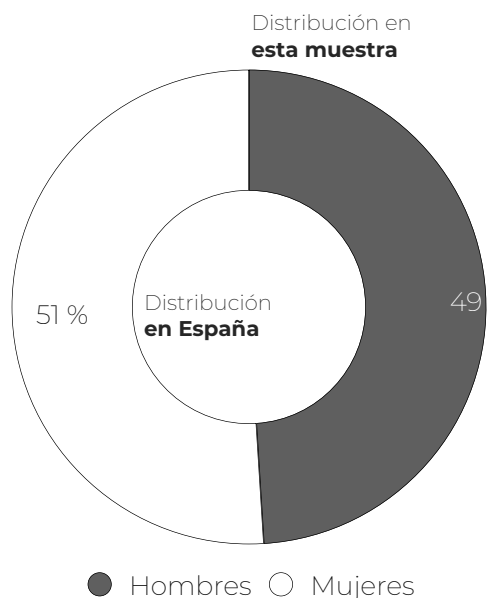
Cuestionario de **5 minutos**

[Más detalle de la muestra en la siguiente página!](#)

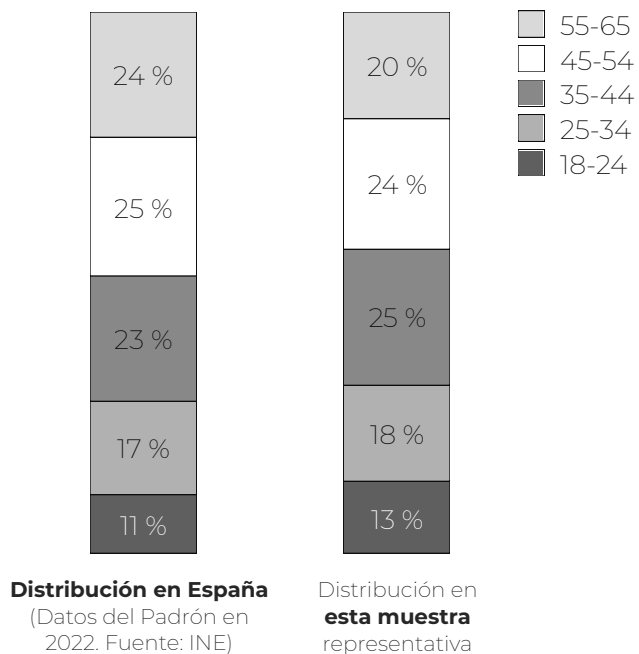
Composición de la muestra:

Una muestra representativa de la población española.

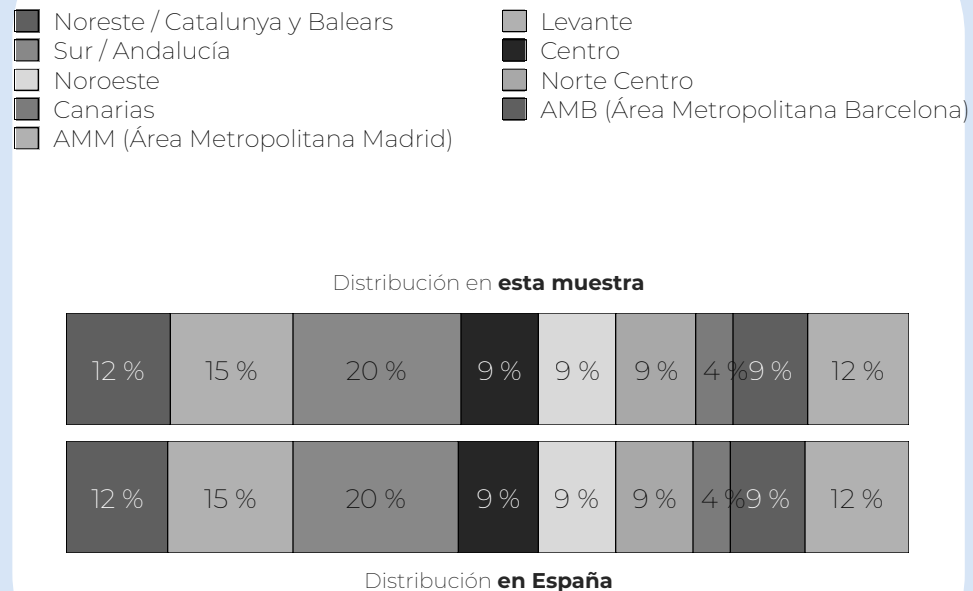
Sexo



Edad

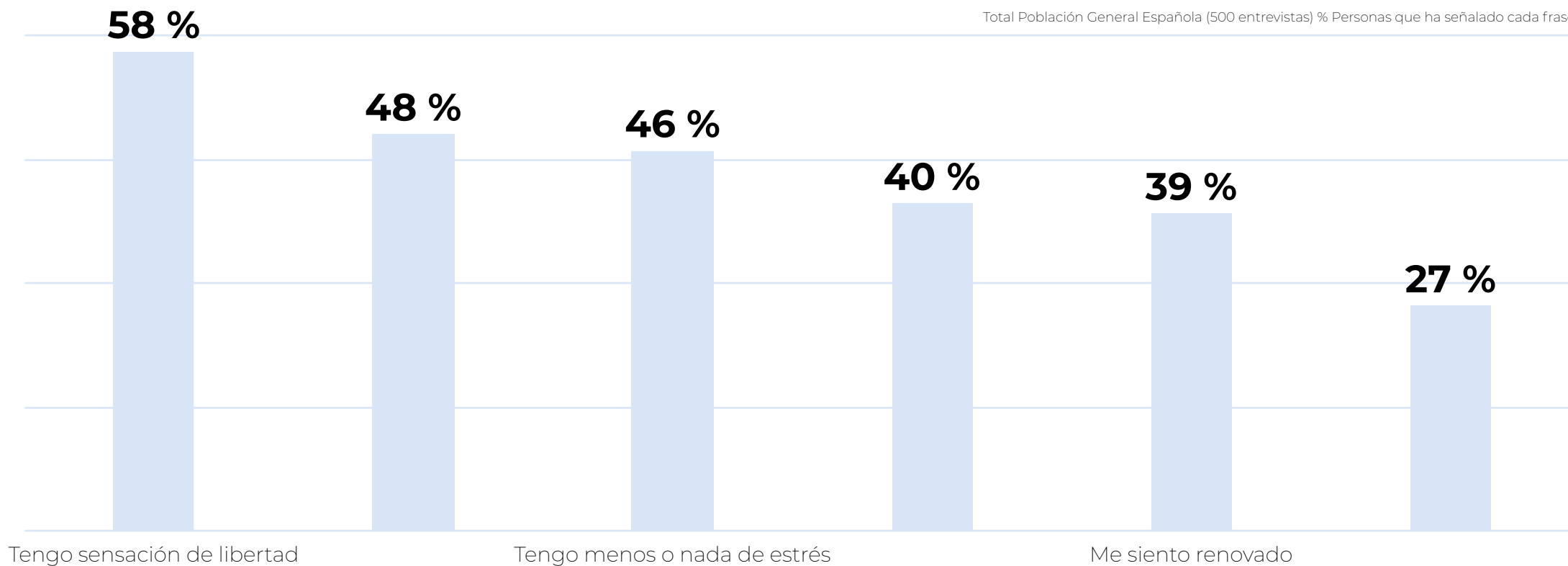


Área geográfica

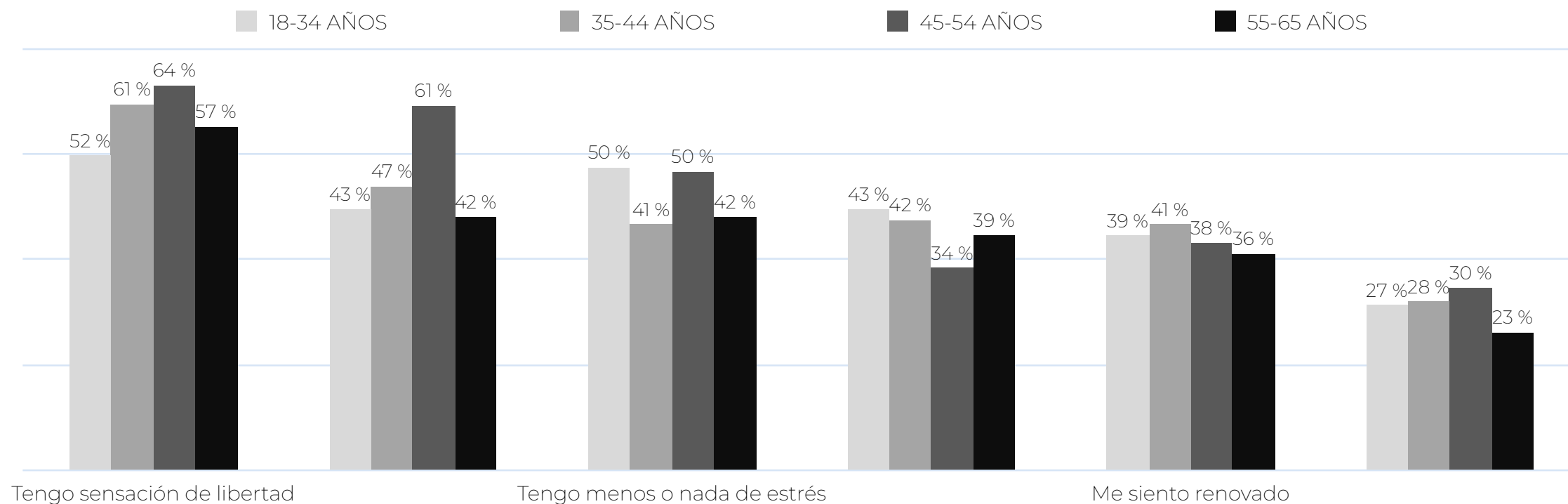


Área 1: Cataluña-Aragón y Baleares (Baleares, Barcelona no metropolitana, Gerona, Huesca, Lérida, Tarragona y Zaragoza).
 Área 2: Levante (Albacete, Alicante, Castellón, Murcia y Valencia).
 Área 3: Andalucía (Almería, Badajoz, Cádiz, Córdoba, Granada, Huelva, Jaén, Málaga y Sevilla).
 Área 4: Centro (Ávila, Cáceres, Ciudad Real, Cuenca, Guadalajara, Madrid no metropolitano, Salamanca, Segovia, Soria, Teruel, Toledo, Valladolid y Zamora).
 Área 5: Noroeste (La Coruña, León, Lugo, Orense, Oviedo y Pontevedra).
 Área 6: Norte-Centro (Álava, Burgos, Guipúzcoa, Logroño, Navarra, Palencia, Santander y Vizcaya).
 Las Islas Canarias se dividen en dos áreas: Gran Canaria y Tenerife.

- 👍 6 de cada 10 españoles **se sienten más libres** cuando están en contacto con la naturaleza.
- 👍 Los españoles, cuando están en contacto con la naturaleza, **se sienten libres, con más energía y sin estrés.**
- 👍 La mitad de los españoles **se olvida del estrés** cuando está en contacto con la naturaleza.



- 👍 La Generación X (personas entre 45 y 54 años) es la que más necesita estar en contacto con la naturaleza para **recargar pilas y llenarse de energía**.
- 👍 Los jóvenes españoles de 18 a 34 años son **los que más se desestresan** cuando están en contacto con la naturaleza.



82%

de los españoles cree que se sentiría menos estresado si viviese en el campo o rodeado de naturaleza.

Sin diferencias por edades y sexo.

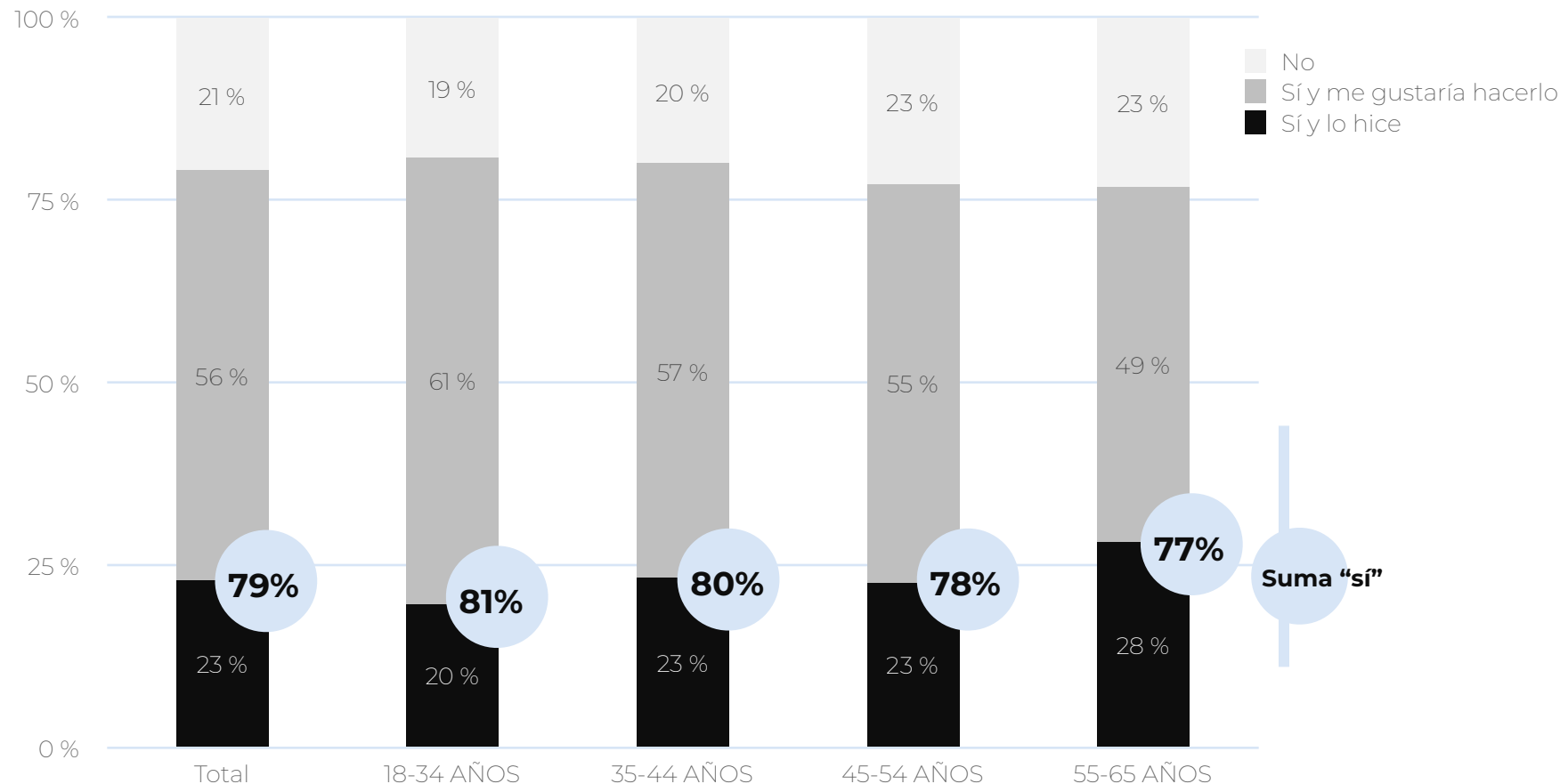
Casi 25 millones de españoles (de los 30.3 millones de personas que hay en España entre los 18 y 65 años)

8 de cada 10 (79%) españoles se ha planteado alguna vez vivir en el campo.

👍 1 de cada 4 españoles **ha cumplido su sueño de irse a vivir al campo** después de mucho imaginárselo.

👍 Casi al 60% de los españoles le gustaría **vivir en el campo** en algún momento de su vida.

👍 No es una idea que solo tienen los más senior, los jóvenes también **sueñan con una casa en el campo.**

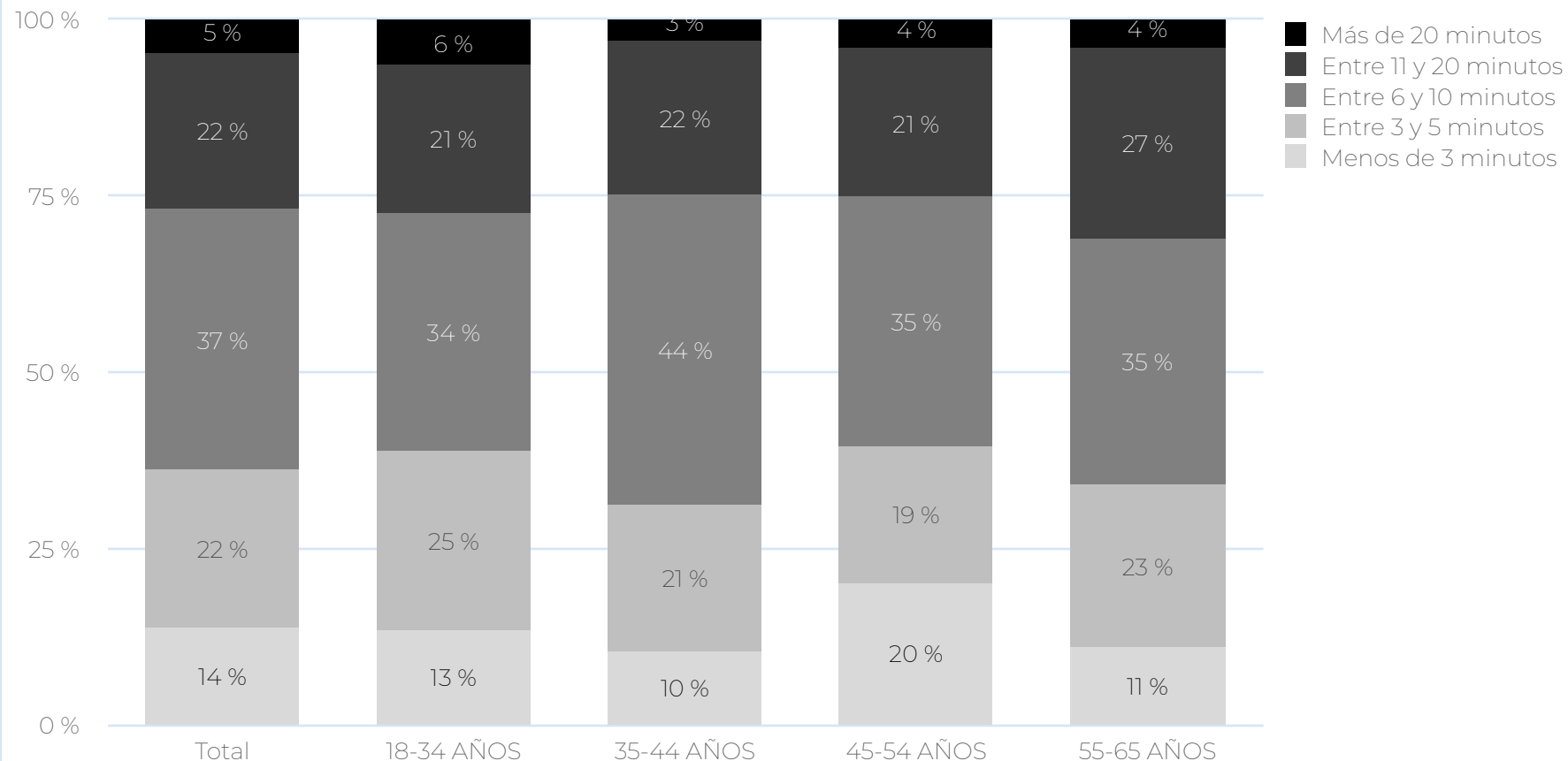


¿Alguna vez te has imaginado o te has planteado vivir (o tener una casa) en el campo o en una zona rural rodeada de naturaleza?
500 entrevistas representativas de la población general española

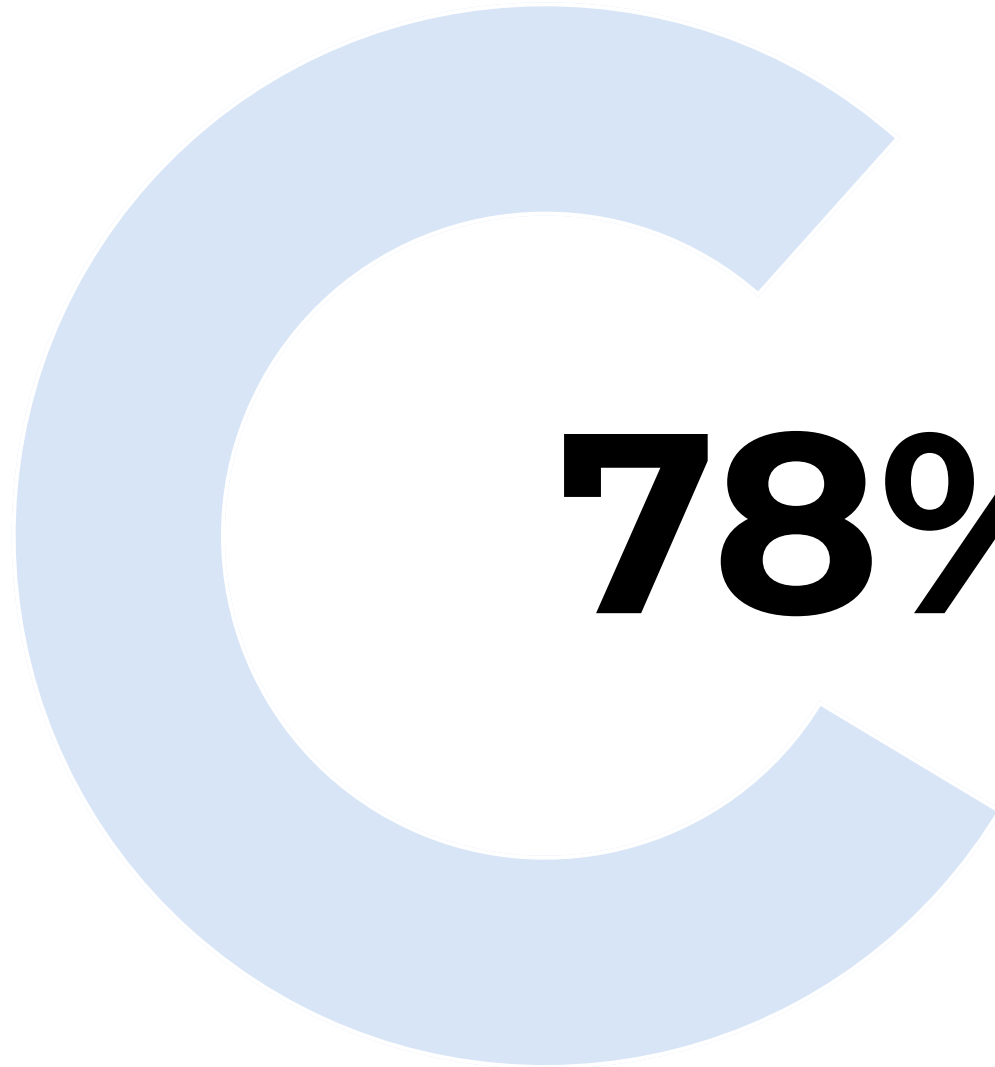
Casi el 40% de los españoles desayuna en menos de 5 minutos.

👍 7 de cada 10 españoles desayuna **en menos de 10 minutos.**

👍 Tan solo el 5% de los españoles desayuna con calma y sin prisa, **dedicándole 20 minutos o más.**



¿Cuántos minutos tardas en desayunar un día normal entre semana?
500 entrevistas representativas de la población general española



78%

De los españoles desearía que su momento desayuno fuese más relajado y sin prisa.

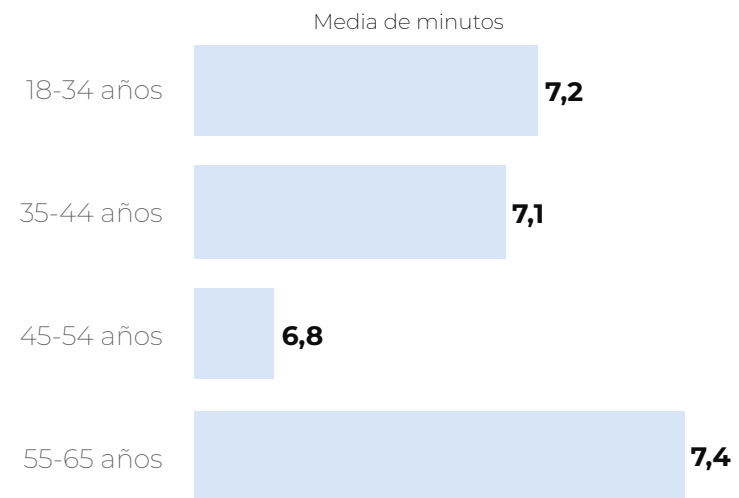
23.5 millones de españoles (de los 30.3 millones de personas que hay en España entre los 18 y 65 años)

Un deseo todavía más fuerte entre aquellos que tienen entre 18 y 34 años (82%) y los que están entre los 35 y los 44 años (82%).

7,2

minutos de media es lo que tardan los españoles en desayunar en un día normal.

Casi el 40% de los españoles desayuna en menos de 5 minutos.





22.7 millones de españoles (de los 30.3 millones de personas que hay en España entre los 18 y 65 años)

El 75% de los españoles suele beber leche de vaca.

Un consumo más arraigado entre las generaciones más adultas.

% Personas que firman beber leche de vaca:

18-34 años: 69%

35 -44 años: 77%

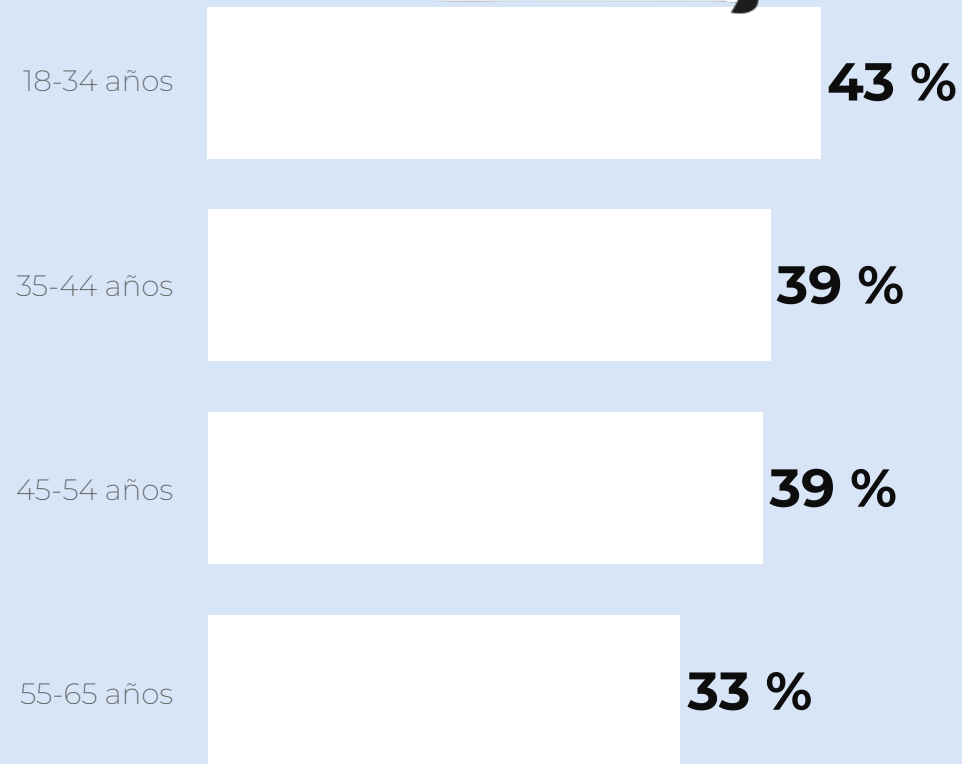
45-54 años: 81%

55-65 años: 74%

39%

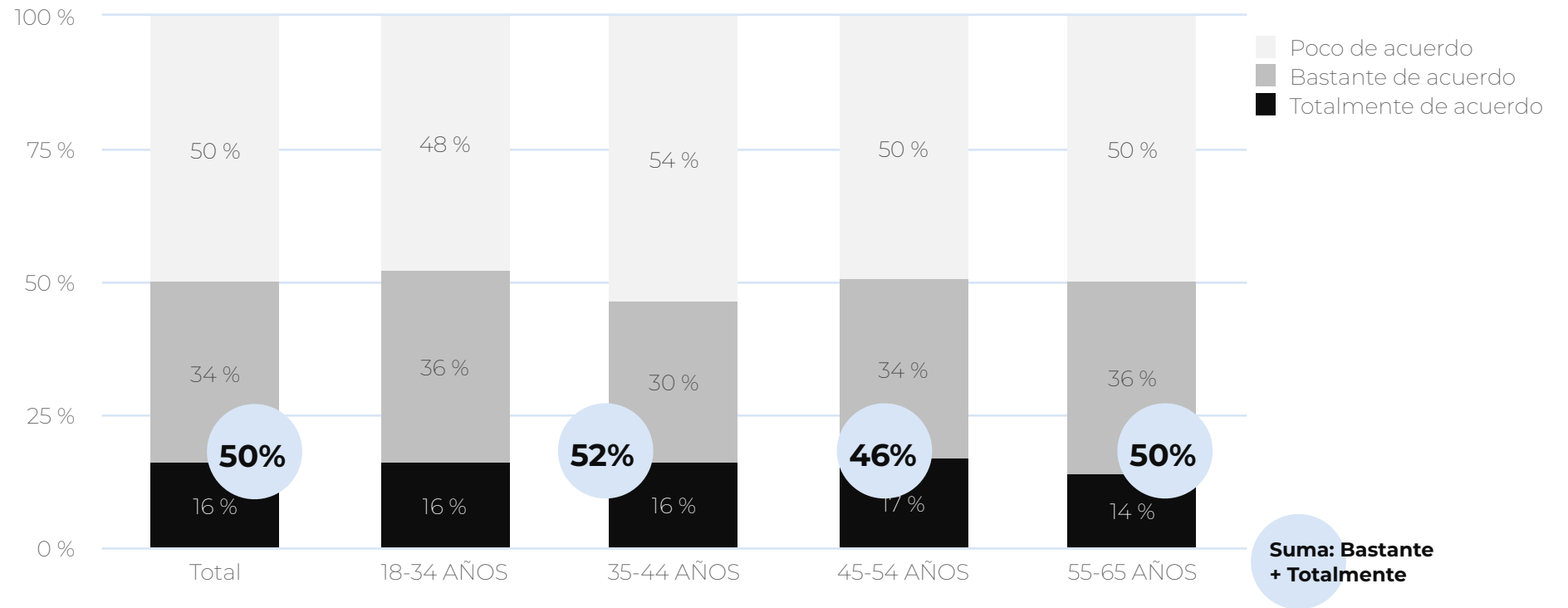
de los españoles ha tomado alguna vez leche para dormir mejor

12 millones de españoles (de los 30.3 millones de personas que hay en España entre los 18 y 65 años)

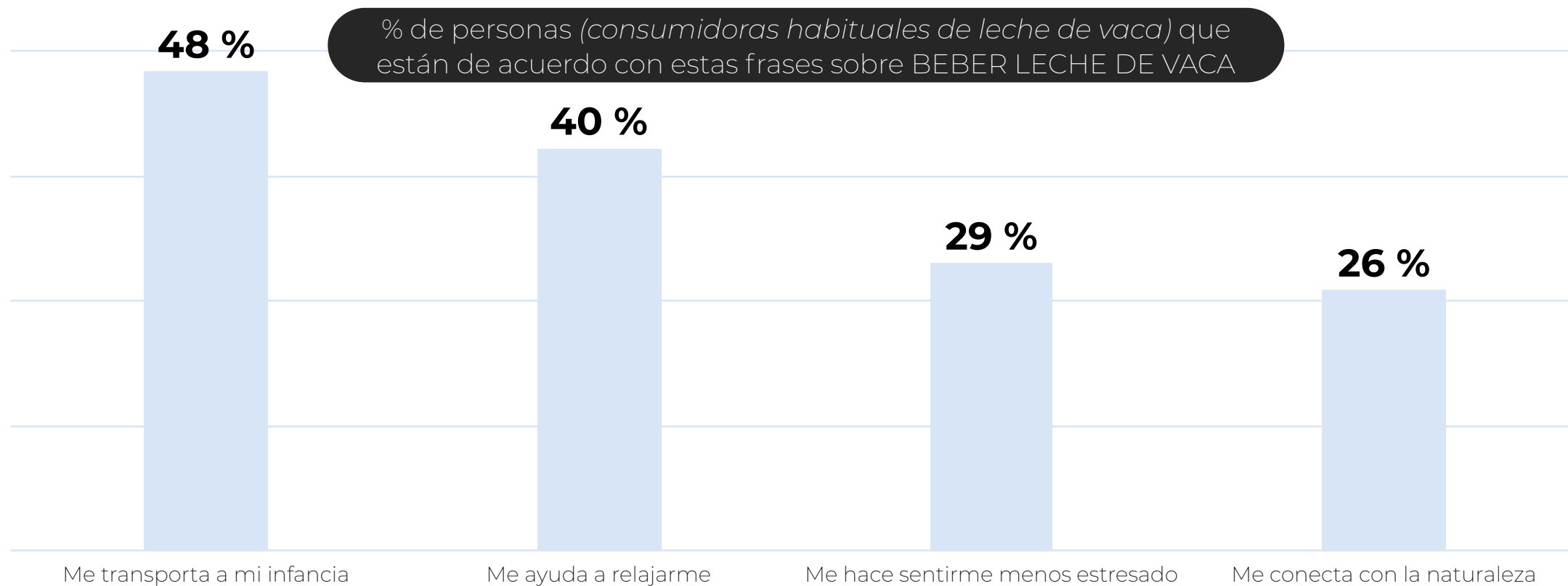


- 👍 La mitad de los españoles cree que **la leche te ayuda a dormir mejor.**
- 👍 Tomar leche antes de irse a dormir para conciliar mejor el sueño **no es cosa del pasado:** más de la mitad de los menores de 34 años cree en este hábito.

«La leche ayuda a conciliar el sueño y dormir mejor»



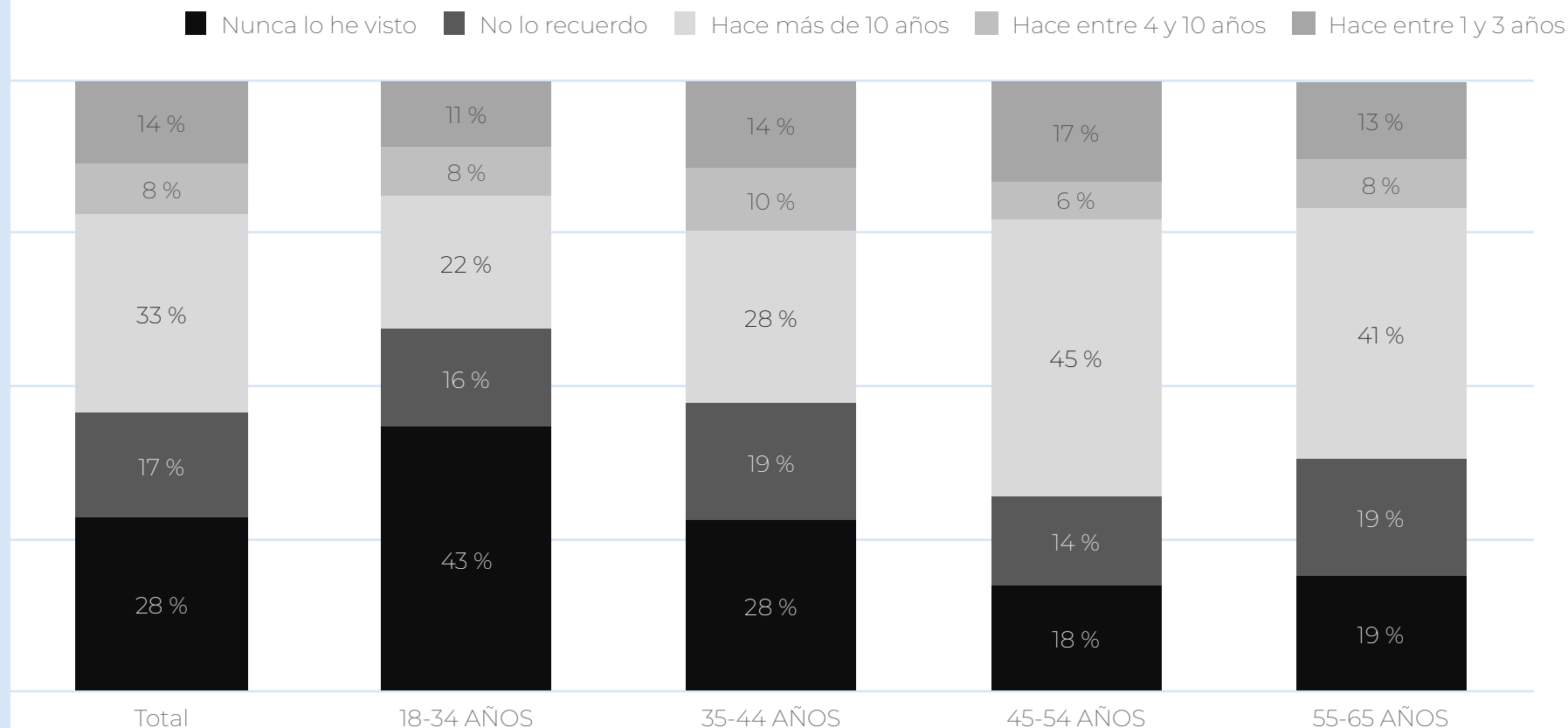
- 👍 La mitad de los consumidores de leche de vaca afirma que beber leche de vaca es **un hábito que les lleva a su infancia.**
- 👍 4 de cada 10 españoles que consumen leche reconoce que beber leche de vaca tiene **poder relajante.**



Casi la mitad de los españoles (46%) no recuerda haber visto nunca ordeñar una vaca 'en directo'.

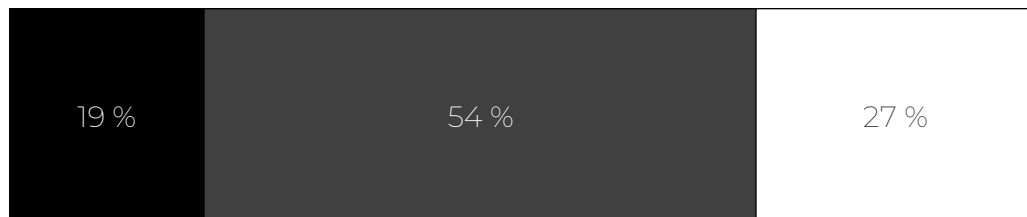
👍 Casi el 60% de los jóvenes no recuerda haber visto en persona cómo ordeñan una vaca.

👍 El 45% de los españoles entre 45 y 54 años reconoce que hace más de 10 años de la última vez que vio una vaca pastando por el campo.



¿Cuándo fue la última vez que viste (en persona) ordeñar una vaca?
500 entrevistas representativas de la población general española

■ Muy relajante ■ Bastante relajante □ Poco relajante



Mirar vacas pastando libremente por un prado verde tiene efecto relajante para el 73% de los españoles.

Sin diferencias por edades.





44%
**de los españoles se cambiaría
durante un día por una vaca :O**

Siempre y cuando les dejen pastar
libremente en los prados de Galicia

*13 millones de españoles (de los 30.3 millones de
personas que hay en España entre los 18 y 65 años)*

Jóvenes y mayores soñamos con vivir en el campo porque el contacto con la naturaleza nos hace sentir libres, pletóricos y *estrés-free*.

Nuestra vida va rápido incluso en el desayuno, al que (con suerte) le dedicamos una media de 7 minutos pero que, sin duda, alargaríamos hasta el infinito.

Al final del día, agitados, nos suele costar dormir. Unos cuentan ovejas y otros se relajan pensando en vacas pastando libremente o directamente se toman un vaso de leche que les ayude a conciliar el sueño.

La sensación de imaginarse a una vaca pastando en los prados verdes de Galicia es tan placentera que casi la mitad de los españoles no dudarían en cambiarse por una de ellas aunque fuese por un día 😊

Celta