

Del súper a la mesa: la compra consciente es el aliado para ahorrar tiempo, dinero y frenar el desperdicio alimentario

/ Revisar la despensa y planificar la cesta de la compra es un hábito sencillo que facilita el ahorro y la reducción del desperdicio alimentario. Con la [Guía de compra inteligente y saludable](#) de Día y la SENC ayudan a estos objetivos.

/ Día a través del programa [Comer mejor cada día](#), ofrece contenidos divulgativos, consejos y recetas para facilitar la adopción de hábitos saludables, ayudar a optimizar el presupuesto del hogar y reducir el desperdicio.

/ En 2024, Día redujo en un 16% la merma de alimentos en su operación en España y acumula ya un 54% menos de desperdicio desde 2020, equivalente a 6.335 toneladas de alimentos no desperdiciados, gracias a un modelo logístico más eficiente, una gestión responsable del stock y el control de caducidades.

26 de septiembre de 2025, Las Rozas de Madrid. Los españoles están cada día más concienciados con la relevancia de luchar contra el desperdicio alimentario. Según el [informe anual del Ministerio de Agricultura, Pesca y Alimentación](#), en 2024 se evitó que 51,54 millones de kilos o litros de alimentos y bebidas acabarán en la basura, reduciendo en un 4,4% el volumen de desperdicio respecto a 2023 y acumulando una caída del 20% desde 2020.

Aunque todavía se desperdician alimentos en casa (24,38 kilos por persona de media en 2024), esta cifra es la más baja desde que existen registros (2016). Los hogares concentran la mayor parte del desperdicio a nivel nacional, pero también son el motor del cambio: pequeños gestos cotidianos como planificar la compra o aprovechar mejor lo que ya tenemos están demostrando un gran impacto. En el marco del [Día Internacional de Concienciación sobre la Pérdida y el Desperdicio de Alimentos](#), promovido por Naciones Unidas, Día quiere acompañar a las familias con consejos prácticos y sencillos que ayudan a ahorrar tiempo, dinero y recursos mientras cuidamos del planeta.

Planificar la compra y evitar la improvisación, claves para evitar el desperdicio alimentario

Uno de los aspectos que más influye en el desperdicio alimentario es la forma en la que hacemos la compra. El estudio [‘Tu Bolsillo al día’ sobre tendencias de consumo y ahorro](#), elaborado por Día, muestra que muchas personas reconocen improvisar cuando van al supermercado, dejándose llevar sobre todo por las promociones. Aunque esta práctica de “ahorro sin planificación” puede parecer ventajosa en el momento, a veces dificulta llevar un buen control del presupuesto y aumenta la posibilidad de que algunos alimentos no se consuman a tiempo.

La buena noticia es que **pequeños gestos pueden marcar una gran diferencia**. Revisar la nevera y la despensa antes de salir de casa (lo que llamamos [“compra inversa”](#)) nos ayuda a aprovechar lo que ya tenemos, evitar duplicados y reducir el riesgo de que algún producto caduque. Así, logramos una compra más consciente, que aligera el gasto del hogar y que contribuye al cuidado del planeta.

Organizarse en el día a día no siempre es sencillo, y ahí es donde contar con herramientas prácticas puede marcar la diferencia. Por eso, Día, en colaboración con la **Sociedad Española de Nutrición Comunitaria (SENC)**, ha creado la [Guía de compra inteligente y saludable](#): un recurso gratuito que reúne consejos sencillos y al alcance de todos para planificar la compra de forma equilibrada y aprender a conservar los alimentos de manera segura y eficiente.

Esta Guía es parte de las acciones que Día impulsa a través de [Comer mejor cada día](#). Con este programa, la compañía **facilita y promueve el acceso a alimentos saludables y de calidad e incentiva la adopción de hábitos saludables**. Para lograrlo, distribuye a través de todos sus canales información sobre alimentación saludable, recetas y trucos que combinan un sólido valor nutricional a un precio asequible, ayudando a que cada hogar pueda organizarse mejor y reducir el desperdicio alimentario.

Y a la hora de **evitar el desperdicio** cuando sobran ingredientes o platos ya preparados, la creatividad es la mejor aliada. Congelar verduras ya troceadas para su uso posterior en cremas o guisos, reutilizar hortalizas en tortillas, sopas o empanadas, o transformar legumbres, pasta y arroz cocinados en ensaladas y patés son ejemplos prácticos de cómo dar una segunda vida a los restos es un gesto sencillo y práctico para evitar tirar comida a la basura y gestionar mejor el presupuesto del hogar.

Prevención, redistribución y valorización: las claves de Día para luchar contra el desperdicio

Día avanza en su compromiso de reducir el desperdicio alimentario en toda su cadena de valor, desde el almacén hasta la tienda. En el marco de su Plan de Sostenibilidad 2024-25 'Cada día cuenta', la compañía trabaja con **la prevención como eje principal e impulsa acciones de redistribución y valorización con el objetivo de reducir el desperdicio en un 30% para 2030.**

En 2024, Día disminuyó en un 16% la **merma de alimentos en su operación en España respecto al año anterior**, mejorando la gestión de productos frescos y evitando que miles de toneladas acaban en la basura. Este positivo avance se ha logrado gracias a un modelo operativo que permite realizar un control exhaustivo del stock y la vida útil de los productos, y un modelo logístico adaptado a la realidad de cada tienda, con un sistema que permite realizar el pedido adecuado a almacén para garantizar tanto la disponibilidad como la frescura de los alimentos, evitando excedentes que acaben desperdiciados. Además, en tienda se realiza una detallada supervisión de las fechas de caducidad, especialmente en productos perecederos, para promover la venta de aquellos que están cercanos a su fecha de vencimiento. Gracias a estas acciones, la compañía ha alcanzado una reducción del 54% del desperdicio en el último año, equivalente a 6.335 toneladas de alimentos no desperdiciados.

"En Día somos conscientes de que, como actor relevante en el sector de la distribución, tenemos un papel clave en la lucha y en la concienciación frente al desperdicio alimentario. Este es un reto global que requiere compromiso de todos, y queremos seguir acompañando a los hogares con herramientas que faciliten la adopción de hábitos de consumo responsables. Nuestro compromiso es impulsar una operación cada día más sostenible, apoyada en una estrategia que prioriza la prevención y la correcta gestión de su stock y residuos, al tiempo que impulsamos acciones que faciliten la adopción de hábitos saludables y sostenibles que contribuyan a cuidar de nuestro entorno natural", subraya **Trinidad Dávila, Responsable de Sostenibilidad de Grupo Día.**

Cuando la prevención no es suficiente, Día apuesta por **la redistribución de excedentes.** En 2024, donó más de 576.353 kilos de alimentos a entidades sociales como **Bancos de Alimentos, Cáritas y World Vision**, ayudando a cubrir las necesidades alimentarias de colectivos vulnerables.

Por último, **la valorización de productos y residuos cierra el círculo de la estrategia de la compañía.** Actualmente, nueve centros logísticos de Día cuentan con el sello 'Residuo Cero' de Saica Natur, que garantiza que más del 95% de los residuos se reutilizan, reciclan o valorizan. En total, la compañía logró en 2024 valorizar más de 10.000 toneladas de residuos de origen alimentario, valorizando energéticamente 382 toneladas de residuos, transformando 5.179 en materias primas para piensos y 4.517 en compost para uso agrícola.

Sobre Grupo Día

Cada día más cerca

Somos Grupo Día, la red líder de tiendas de proximidad con más de 3.300 establecimientos en España y Argentina. Somos la tienda del barrio, la que facilita una experiencia de compra fácil, rápida y completa, cerca de casa y con productos de gran calidad a un precio asequible, tanto en nuestras tiendas físicas como en nuestro canal online.

Nuestra primera tienda Día abrió sus puertas en Madrid en 1979. Hoy, cuatro décadas después, con la proximidad como fortaleza y la diversidad como bandera, las cerca de 17.000 personas que forman nuestro equipo en tiendas, almacenes y oficinas, y las 17.000 de nuestra red de franquiciados se mueven por un mismo propósito: estar cada día más cerca para ofrecer gran calidad al alcance de todos. Juntos, hemos construido una compañía que cotiza en la bolsa de España desde 2011 y que logró una facturación de 6.901 millones en 2024.

Para lograr nuestro propósito, nos apoyamos en una sólida red de proveedores, realizando el 96% de nuestras compras de manera local. Esto nos permite ofrecer a nuestros cerca de 10 millones de clientes fidelizados una alimentación accesible y al alcance de todos, con un surtido completo, una clara apuesta por los productos frescos y locales y una marca Día de la máxima calidad.

<https://diacorporate.com/>

#CadaDíaMásCerca

Linkedin: [Grupo Día](#)

Para más información:

Grupo Día | Ainhoa Murga | ainhoa.murga@diagroup.com

+34 608 710 511

Comunicación Día España

comunicacion@diagroup.com