

## CARACTERISTICAS NUTRITIVAS DE LA DIETA

Una vez determinados los niveles de consumo para los distintos alimentos en kilogramo por habitante y - año, dividiendo por el número de días del año se obtiene el consumo por habitante y día, y, multiplicando estos datos por unos factores de conversión, es posible obtener las características nutritivas de la dieta, características que se reflejan en los cuadros siguientes en sus valores absolutos y en índices tomando como base 100 - los datos de la campaña 1960-61; asimismo, se representan gráficamente las características nutritivas más importantes de la dieta: calorías totales, calorías procedentes de los cereales, calorías procedentes de cereales más patatas, grasas, proteínas totales y proteínas procedentes de alimentos de origen animal.

### CARACTERISTICAS NUTRITIVAS DE LA DIETA POR HABITANTES Y DIA

	1961-62	1962-63	1963-64	1964-65	1965-66	1966-67	1967-68	1968-69
Calorías totales.....	2.815,0	2.915,0	2.851,0	2.790,0	2.797,0	2.706,0	2.712,5	2.674,8
Calorías de cereales..	1.106,0	1.200,0	1.043,0	1.042,0	1.005,9	941,7	938,4	878,9
Calorías de cereales + patatas .....	1.388,0	1.431,0	1.332,0	1.278,0	1.240,9	1.192,2	1.173,2	1.108,1
% de calorías de cereales sobre/total .....	39,3	41,2	36,6	37,3	35,9	34,8	34,6	32,9
% de calorías de cereales + patatas sobre total .....	49,3	49,1	46,7	45,7	44,3	44,1	43,2	41,4
Proteínas totales grs..	78,1	80,0	78,5	76,1	77,7	79,9	80,7	81,1
Proteínas animales grs.	23,8	26,0	27,9	27,4	29,1	32,4	34,7	37,0
% de proteínas animales sobre total. ....	30,5	32,5	35,5	36,0	37,5	40,6	43,0	45,6
Mat. grasas, grs .....	89,1	96,5	99,8	96,8	99,6	92,4	88,5	88,0

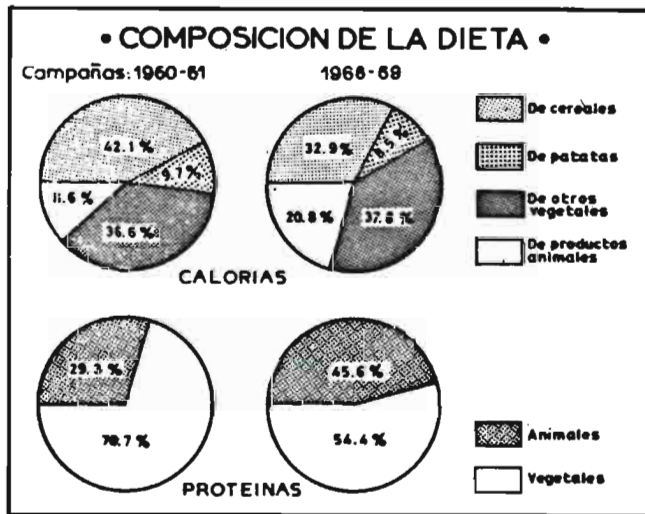
### INDICE : BASE CAMPAÑA 1960-61 =100

Calorías totales .....	103,2	106,9	104,5	102,5	102,6	99,2	99,5	98,1
Calorías de cereales..	96,3	104,4	90,8	90,7	87,5	82,0	81,7	76,5
Calorías de cereales + patatas .....	98,2	101,3	94,3	90,4	87,8	84,4	83,0	78,4
Proteínas totales grs..	104,1	106,7	104,7	101,5	103,6	106,5	107,6	108,1
Proteínas animales grs	108,2	118,2	126,2	124,5	132,3	147,3	157,7	168,2
Mat. grasas grs.....	107,3	116,3	120,2	116,6	120,0	111,3	106,6	106,0

Desde el punto de vista energético se observa que, en el período considerado, la dieta alimenticia no ha sufrido grandes alteraciones; sin embargo, sí se han producido cambios en la composición de dicho valor energético, ya que ha experimentado un descenso continuado el procedente de cereales, que ha pasado del 39,3 por ciento del total en la campaña 1961-62 al 32,9 por ciento en la de 1968-1969, y del conjunto de cereales más patatas, que ha descendido del 49,3 por ciento al 41,4 por ciento en las ocho campañas consideradas. Estos descensos indican una mejora cualitativa sustancial en la dieta, merced a la menor importancia relativa de estos productos, considerados como de inferior calidad alimenticia.

En cuanto al nivel de materias grasas se observa, en el período estudiado, un crecimiento hasta los 99,8 grs. de 1963-64; a partir de este año parece que se produce, salvo en la campaña 65-66 una disminución en el nivel graso de la dieta, hasta llegar a los 88 grs. que se estiman para la campaña 1968-69.

Las mejoras sustanciales experimentadas en la dieta, en las ocho campañas consideradas, son aquellas - que se refieren al nivel proteico, especialmente a las proteínas de origen animal, consecuencia de la sustitución de alimentos vegetales, principalmente cereales y patatas, por productos de origen animal.



El nivel de proteínas totales en la dieta ha pasado de 78 grs. por habitante y día en 1961-62 a los 81,1 grs. estimados para la campaña 1968-69; aún es más significativo el aumento experimentado en el nivel de las proteínas de origen animal, que ha pasado de 23,8 grs. a 37 grs. en el período estudiado, lo que representa un aumento del 55,5 por ciento; como consecuencia de todo lo anterior, la participación de las proteínas de origen animal en el total de proteínas de la dieta ha pasado del 30,5 por ciento en la campaña 1961-1962 al 45,6 por ciento que se estima para la última campaña.

En resumen, el cambio operado en la dieta alimenticia en estas ocho últimas campañas es fundamentalmente cualitativo en cuanto al

nivel energético, con disminución relativa apreciable en el consumo de alimentos de baja calidad; en cuanto al nivel proteico, se ha experimentado un incremento sustancial, especialmente en proteínas de origen animal, como consecuencia de la política ganadera seguida por el Ministerio de Agricultura.