

DIETA ALIMENTICIA

## NIVEL DE CONSUMO ALIMENTICIO CARACTERISTICAS NUTRITIVAS DE LA DIETA

### Nivel de consumo alimenticio

Es creciente el interés despertado en los tiempos actuales por el conocimiento cualitativo y cuantitativo de la dieta alimenticia. El estudio tiene una gran importancia, ya que permite conocer el nivel alimenticio medio de la población y compararlo con un «nivel mínimo», considerado como indispensable, y con los niveles alimenticios de los países más desarrollados.

De las comparaciones anteriores citadas y del estudio de la composición de la dieta en sí, se deducen consecuencias muy interesantes desde el punto de vista de la programación de producciones agrícolas y ganaderas con el fin de mejorar la calidad de dicha dieta. Se obtiene, también, información sobre el consumo futuro de alimentos, cuestión de sumo interés en los estudios de desarrollo económico. Alcanzar un conocimiento, lo más exacto posible, de cuál puede ser la demanda futura de alimentos es cuestión de gran trascendencia, ya que permite programar la política de producciones y comercio exterior agrario. Puede evitarse, así, que se produzcan desigualdades entre la oferta y la demanda de alimentos y reducirse, en lo posible, tanto las tensiones inflacionistas como la acumulación de excedentes; fenómenos ambos derivados de los desajustes citados anteriormente.

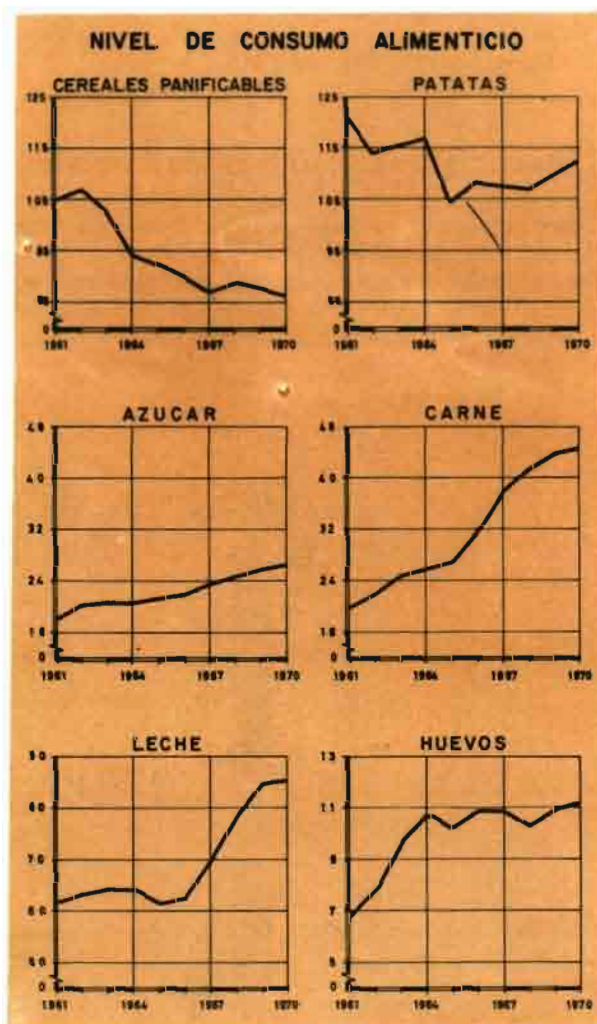
Dado que este tipo de indicador sólo registra variaciones suficientemente significativas a medio o largo plazo, se ha comparado el nivel de consumo alimenticio y las características nutritivas de la dieta del año 1970 con los de 1961.

### Nivel de consumo alimenticio (Kg./habitante/año)

	1961	1970 (1)
Cereales panificables ... ..	105,1	87,1
Cereales secundarios ... ..	1,5	—
Arroz ... ..	6,3	6,6
Patatas ... ..	120,9	112,6
Azúcar ... ..	17,8	26,6

	1961	1970 (1)
Leguminosas ... ..	8,5	7,4
Frutos con cáscara ... ..	7,1	4,5
Hortalizas ... ..	127,7	129,1
Frutas (excepto agríos) ... ..	65,2	60,1
Agríos ... ..	21,0	25,5
Carne ... ..	19,9	44,7
Huevos ... ..	6,8	11,1
Leche ... ..	61,2	84,7
Productos lácteos ... ..	2,8	5,7
Grasas animales ... ..	4,5	2,0
Aceites vegetales ... ..	15,0	15,6
Pescado ... ..	27,8	27,8

(1) Avance.



El nivel de consumo entre los años 1961 y 1970 ha evolucionado muy favorablemente, como se deduce del cuadro adjunto. En estos diez años, las variaciones más importantes pueden resumirse así:

- a) Disminución apreciable del consumo de cereales panificables. El descenso ha sido de 18 Kg/habitante/año, equivalentes al 17,1%.
- b) Ligera contracción en el consumo de patatas y leguminosas.
- c) Estabilización del consumo de hortalizas y del total de frutas y agrios.
- d) Tampoco ha sufrido variación el consumo de pescado.
- e) Frente a una ligera elevación en el consumo de aceites vegetales, se observa una fuerte contracción en el de grasas animales.
- f) Fuerte elevación en el consumo de carne, de huevos, de leche y de productos lácteos. El consumo de carne, que pasa de 19,9 Kg/habitante y año a 44,7 Kg., se ha duplicado. Para los huevos, el aumento es del 63,2%; y para la leche, del 38,4%.

Los cereales, que aportaban el 40,7% de las calorías totales en 1961, sólo aportan en 1970 el 33,9%. El conjunto de cereales más patatas ha descendido desde el 50,5% al 43,1%. Estos descensos reflejan una mejora sustancial de la dieta, merced a la menor importancia relativa de estos productos, considerados como de inferior calidad alimenticia.

El nivel de proteínas ha aumentado en casi un 10%. Resulta aún más significativo el incremento del consumo de proteínas de origen animal que pasa del 29,9% del total en 1961, al 44,6% en 1970.

Finalmente, el consumo de materias grasas ha variado relativamente poco entre los dos años considerados.

### Características nutritivas de la dieta

Desde el punto de vista energético se observa que, entre los dos años considerados, la dieta alimenticia no ha sufrido variación y mantiene un nivel cercano a las 2.800 calorías. Por el contrario, se han producido cambios muy importantes en la composición de dicho valor energético.

### Características nutritivas de la dieta por habitante y día

	1961	1970 (1)
Calorías totales ... ..	2.771,0	2.770,0
Calorías de cereales ... ..	1.127,5	940,0
Calorías de cereales + patatas	1.400,5	1.195,0
Proteínas totales (grs.) ... ..	76,6	84,0
Proteínas animales (grs.) ... ..	22,9	37,5
Materias grasas (grs.) ... ..	86,1	90,0

(1) Avance.

