

NIVEL DE CONSUMO ALIMENTICIO (KILOGRAMO/HABITANTE/AÑO)

	1961	1971 (1)	1971 1961 = 100
Cereales panificables	105,1	70,5	67,1
Cereales secundarios	1,5	—	—
Arroz	6,3	6,3	100
Patatas	120,9	110,4	91,3
Azúcar	17,8	28,1	157,9
Leguminosas	8,5	7,2	84,7
Frutos de cáscara	7,1	4,6	64,8
Hortalizas	127,7	129,2	101,2
Frutas (excepto agrios)	65,2	62,4	95,7
Agrios	21,0	25,8	122,9
Carne	19,9	45,1	226,6
Huevos	6,8	11,4	163,2
Leche	61,2	84,8	138,6
Productos lácteos	2,8	5,8	207,1
Grasas animales	4,5	1,9	42,2
Aceites vegetales	15,0	15,9	106,0
Pescado	27,8	27,8	100,0

(1) Avance

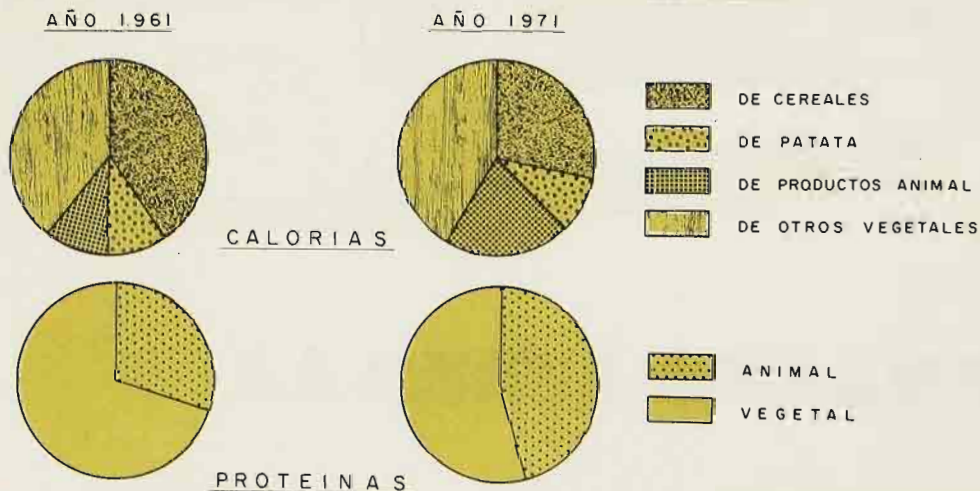
El nivel de consumo entre los años 1961 y 1971 ha evolucionado muy favorablemente, como se deduce del cuadro adjunto. En estos diez años, las variaciones más importantes pueden resumirse así:

- Disminución apreciable del consumo de cereales panificables. El descenso ha sido de 34,6 Kg./hab./año, equivalente al 32,9 por 100.
- Ligera contracción en el consumo de patata y leguminosas.
- Estabilización del consumo de hortalizas, fruta y agrios.
- Tampoco sufre variación el consumo de arroz y pescado.
- Frente a una ligera elevación en el consumo de aceites vegetales, se observa una fuerte contracción en la de grasas animales.
- Fuerte elevación en el consumo de azúcar. El aumento fue de 10,3 Kg./hab./año, que supone un aumento del 57,9 por 100.
- 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./hab./año a 45,1 Kg., supone un aumento de 126,6 por 100. Para los huevos el aumento es del 63,2 por 100, y para la leche, del 38,6 por 100.

CARACTERISTICAS NUTRITIVAS DE LA DIETA

Desde el punto de vista energético se observa que, entre los dos años, la dieta alimenticia no ha sufrido variación

COMPOSICION DE LA DIETA



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.

Los cereales, que aportaban el 40,7 por 100 de las calorías totales en 1961, sólo aportan en 1971 el 28,2 por 100. El conjunto de cereales, más patatas, ha descendido desde el 50,5 por 100 al 37,4 por 100. 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 valor de proteínas ha aumentado en casi un 10 por 100. Resulta aún más significativo el incremento del consumo de proteínas de origen animal, que pasa de un 29,9 por 100 del total, en 1961, al 45,7 por 100 en 1971.

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

CARACTERÍSTICAS NUTRITIVAS DE LA DIETA POR HABITANTE Y DÍA

	1961	1971 (1)
Calorías totales.....	2.771,0	2.705,0
Calorías cereales.....	1.127,5	765,0
Calorías cereales + patata.....	1.400,5	1.013,0
Proteínas totales (gr.).....	76,6	84,2
Proteínas animales (gr.).....	22,9	38,5
Materias grasas (gr.).....	86,1	90,0

(1) Avenca