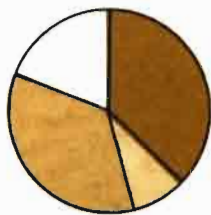
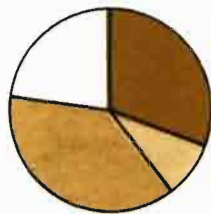


COMPOSICION DE LA DIETA



AÑO 1964

CALORIAS



AÑO 1972



AÑO 1964

PROTEINAS



AÑO 1972

CALORIAS



DE CEREALES



DE PRODUCTO ANIMAL



DE PATATA



DE OTROS VEGETALES

PROTEINAS



ANIMAL



VEGETAL

CARACTERISTICAS NUTRITIVAS DE LA DIETA

Desde el punto de vista energético se observa que en el período 1964-1972 la dieta alimenticia no ha sufrido variación y mantiene un nivel cercano a las 2.750 calorías. Por el contrario, se producen cambios importantes en la composición de dicho valor energético.

Los cereales que aportaban el 36,9 por 100 de las calorías totales en 1964 sólo aportan en 1972 el 30 por 100. Este descenso refleja 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 un 6 por 100. Resulta más significativo el incremento del consumo de proteínas de origen animal que pasa de representar un 37,2 por 100 del total en 1964 al 48 por 100 en 1972.

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

CARACTERISTICAS NUTRITIVAS DE LA DIETA POR HABITANTE Y DIA

	1964	1972
Calorías totales	2.272	2.693
Calorías de cereales.....	1.022	807
Calorías de cereales + patatas	1.258	1.050
Proteínas totales (gr.)	75,9	80,5
Proteínas animales (gr.).....	28,3	38,6
Materias grasas (gr.).....	96,8	93,7