

LA ALIMENTACION HUMANA



LA ALIMENTACION HUMANA



NIVEL DE CONSUMO ALIMENTICIO

El estudio de la composición de la dieta permite deducir consecuencias muy interesantes desde el punto de vista de la programación de producciones agrícolas y ganaderas, con el fin de mejorar la calidad de la dieta. Al mismo tiempo, se obtiene una 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 cual 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 así evitarse que se produzcan desigualdades entre la oferta y la demanda, reduciendo en lo posible las tendencias inflacionistas y la acumulación de excedentes.

NIVEL DE CONSUMO ALIMENTICIO (KG./HAB./AÑO)

PRODUCTOS	1964	(1) 1974	1974 1964 = 100
Cereales panificables	92,5	76,9	83,1
Cereales secundarios	1,6	—	—
Arroz sin cáscara	8,5	6,3	74,1
Patata	105,0	115,4	109,9
Azúcar y miel	21,3	29,2	137,1
Leguminosas	7,6	8,9	117,1
Frutos con cáscara y cacao	5,4	9,4	174,1
Hortalizas	132,2	133,6	101,1
Frutas	93,0	102,9	110,6
Carne	25,5	57,4	225,1
Huevos	10,5	12,3	117,1
Pescados	29,5	32,1	108,8
Leche	63,5	91,0	143,3
Productos lácteos	5,2	8,9	171,2
Aceites vegetales	18,1	17,5	96,7
Aceites animales	5,0	3,1	62,0
Vino (litros)	66,0	60,8	92,1
Cerveza (litros)	21,5	35,1	163,3

(1) Avance.

El nivel de consumo entre los años 1964 y 1974 ha evolucionado muy favorablemente como se deduce del cuadro correspondiente.

En estos años las variaciones más importantes las podemos resumir así:

- Una disminución apreciable en el consumo de cereales panificables y la desaparición de los cereales se-

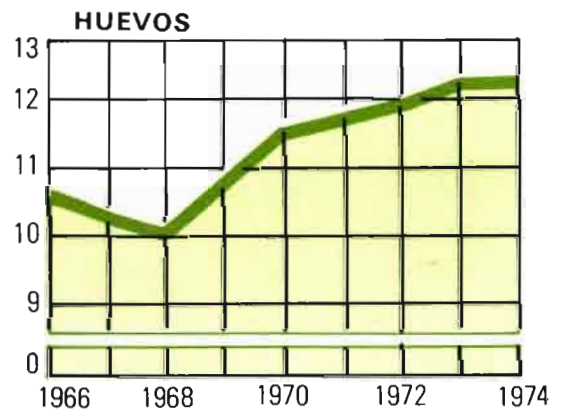
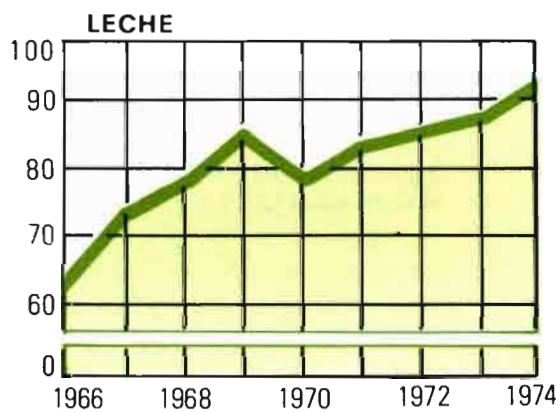
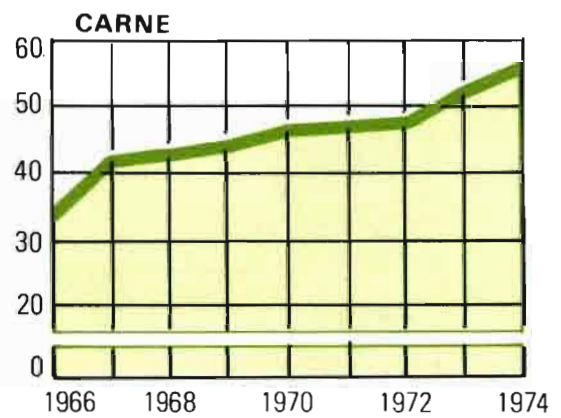
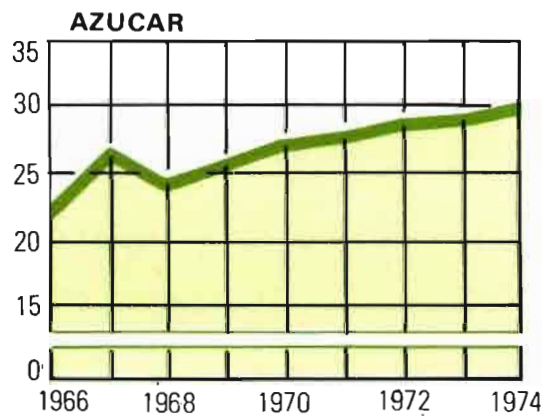
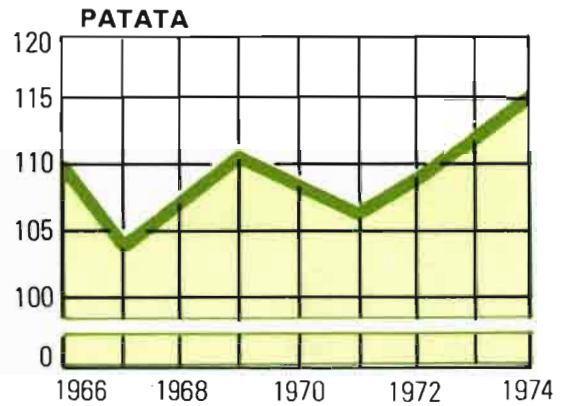
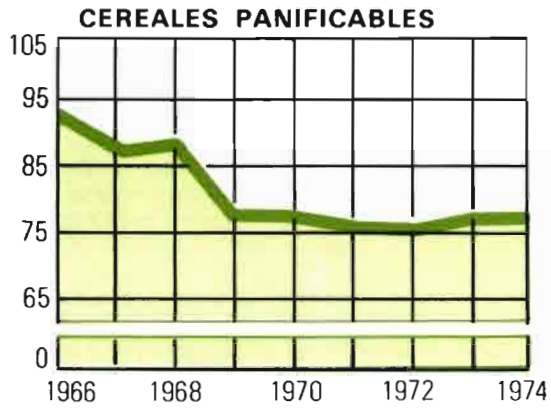
CONSUMO: NIVEL DE CONSUMO ALIMENTICIO EN LOS ULTIMOS AÑOS, POR PRODUCTOS

PRODUCTOS	1964 KG./H. AÑO	1965 KG./H. AÑO	1966 KG./H. AÑO	1967 KG./H. AÑO	1968 KG./H. AÑO	1969 KG./H. AÑO	1970 KG./H. AÑO	1971 KG./H. AÑO	1972 KG./H. AÑO	1973 KG./H. AÑO	1974 KG./H. AÑO
Cereales panificables	92,5	92,4	92,5	88,1	88,9	77,0	76,2	75,0	75,9	77,5	76,9
Cereales secundarios	1,6	2,5	—	—	—	—	—	—	—	—	—
Arroz sin cáscara	8,5	8,0	8,1	6,1	6,7	7,2	6,0	6,0	6,7	6,3	6,3
Patata	105,0	104,8	109,5	104,5	107,2	110,4	110,0	106,7	114,0	117,3	115,4
Azúcar y miel	21,3	21,5	22,9	26,8	25,0	25,7	26,6	27,0	27,0	27,4	29,2
Leguminosas	7,6	9,9	7,3	8,8	8,1	7,5	7,0	7,0	8,8	8,6	8,9
Frutos con cáscara y cacao	5,4	5,3	5,1	5,4	5,9	5,1	6,5	7,7	8,6	8,5	9,4
Hortalizas	132,2	130,9	134,7	130,4	131,1	126,1	125,8	132,5	130,6	131,5	133,6
Frutas	93,0	88,6	97,9	83,1	87,5	101,7	79,0	97,3	113,8	109,5	102,9
Carne	25,5	28,1	31,4	41,2	41,3	43,0	45,0	45,5	46,9	50,6	57,4
Huevos	10,5	10,2	10,5	10,3	10,2	10,9	11,6	11,9	11,6	11,5	12,3
Pescados	29,5	30,6	29,7	27,6	30,1	26,6	25,1	28,6	32,1	31,9	32,1
Leche	63,5	59,4	67,0	75,0	78,8	84,1	80,9	84,2	82,9	88,8	91,0
Productos lácteos	5,2	5,0	5,8	5,5	5,9	5,8	5,5	6,3	6,8	7,0	8,9
Aceites vegetales	18,1	18,6	18,9	16,0	15,7	15,7	15,8	16,1	16,8	17,3	17,5
Aceites animales	5,0	4,2	4,4	1,5	1,7	1,6	1,7	1,9	3,1	2,9	3,1
Vino (litros)	66,0	59,2	64,0	59,9	55,0	56,1	52,6	52,5	56,8	60,8	60,8
Cervezas (litros)	21,5	23,2	25,9	30,8	31,6	32,9	36,8	37,2	35,9	35,7	35,1

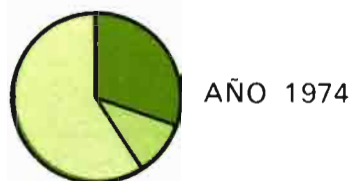
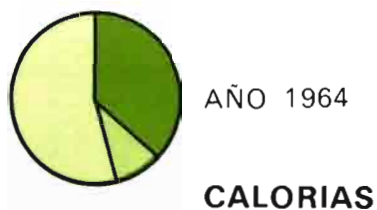
cundarios en la alimentación humana. El descenso de consumo de los cereales planificables es del 16,9 con respecto a 1964, aunque en la actualidad está estabilizado.

- El consumo de arroz ha disminuido considerablemente, suponiendo en la actualidad un 25,9 por 100 menos que en 1964.
- Una estabilización en el consumo de patatas, leguminosas y hortalizas en los últimos años.
- El consumo de azúcar se ha incrementado en todo el período, sufriendo un aumento en el último año con relación a 1964 del 37,1 por 100.
- El aumento en los frutos de cáscara y cacao es debido, principalmente, al aumento del consumo en el cacao.
- El consumo de frutas aumentó en un 10,6 por 100.
- Una ligera disminución (3,3 por 100) en el consumo de aceites vegetales y una fuerte contracción en las grasas animales.
- En cuanto a los productos de origen animal se aprecia un gran aumento, suponiendo el 17,1 por 100 en huevos; 43,3 por 100 en leche; un 71,2 por 100 en productos lácteos y un espectacular aumento en carne que supone el 125,1 por 100 más.
- El consumo de pescado está estabilizado.

NIVEL DE CONSUMO ALIMENTICIO KG./HAB./AÑO



CARACTERÍSTICAS NUTRITIVAS DE LA DIETA



Desde el punto de vista energético se observa que en el período 1964-1974 la dieta alimenticia ha sufrido una pequeña variación y mantiene un nivel cerca de 2.950 calorías. Por el contrario, se producen cambios importantes en la composición de dicho valor energético.

Los cereales que aportaban un 36,9 por 100 de las calorías totales en 1964 sólo aportan en 1974 el 28,1 por 100. Este descenso refleja una mejora sustancial de la dieta, merced a la menor importancia relativa de esos productos, de calidad alimentaria inferior por otros de calidad superior.

El valor de las proteínas ha aumentado en un 17 por 100.

Resulta significativo el incremento de proteínas de origen animal que pasa de representar el 37,2 por 100 del total al 50,6 por 100 en 1974.

El consumo de grasas se mantiene en los años considerados próximo a los 100 gramos por habitante y día.

CARACTERÍSTICAS NUTRITIVAS DE LA DIETA POR HABITANTE Y DÍA

	1964	1974	1974 1964 = 100
Calorías totales	2.772	2.946	106.2
Calorías cereales	1.022	828	81.0
Calorías de cereales patatas	1.258	1.088	86.5
Proteínas totales (gr.)	75.9	89.0	117.3
Proteínas animales (gr.)	28.3	45.0	159.0
Materias grasas (gr.)	96.8	108.0	111.6