

La alimentación humana



La alimentación humana

NIVEL DE CONSUMO ALIMENTICIO

Tiene gran interés el estudio de la composición de la dieta para deducir consecuencias muy interesantes desde el punto de vista de la programación de producciones agrícolas y ganaderas y poder así mejorar la calidad de la misma. Al tiempo que se obtiene una información sobre el consumo futuro de alimentos, que es 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, pudiendo evitarse así 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	1976 (1)	1976 1964 = 100
Cereales panificables	92,5	79,0	85,4
Cereales secundarios	1,6	—	—
Arroz sin cáscara	8,5	6,5	76,5
Patata	105,0	120,0	114,3
Azúcar	21,3	24,0	136,2
Leguminosas	7,6	6,7	88,2
Frutas con cáscara y cacao	5,4	7,0	129,6
Hortalizas	132,2	123,0	93,0
Frutas	93,0	130,0	139,8
Carne	25,5	63,0	247,1
Huevos	10,5	17,2	163,8
Pescados	29,5	30,5	103,4
Leche	63,5	102,0	160,6
Productos lácteos	5,2	8,4	161,3
Aceites vegetales	18,1	20,0	110,5
Aceites animales	5,0	3,4	68,0
Vino (litros)	68,0	66,0	100,0
Cerveza (litros)	21,5	44,0	204,7

NOTA: (1) Avance.

El nivel de consumo entre los años 1964 y 1976 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

secundarios en la alimentación humana. El descenso de consumo de los cereales panificables es del 14,6 con respecto al 1964, aunque en la actualidad está estabilizado.

- Una estabilización en el consumo de patatas, leguminosas y hortalizas en los últimos años.
- El consumo de arroz ha disminuido considerablemente, suponiendo en la actualidad un 23,5 por 100 menos que en 1964.
- El consumo de azúcar se ha incrementado con relación a 1964 el 36,2 por 100.
- El aumento en las frutas de cáscara y cacao, después de un notable aumento, se ha estabilizado en los últimos años.
- El consumo de frutas aumentó en un 39,8 por 100.
- Una estabilización 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 63,8 por 100 en huevos, 60,6 por 100 en leche, un 61,3 por 100 en productos lácteos y un espectacular aumento en carne que supone el 147,1 por 100 más.
- El consumo de pescado está estabilizado.
- En las bebidas el consumo de vino está estabilizado y hay un fuerte aumento en el consumo de cerveza, 104,7 por 100.

CONSUMO: NIVEL DE CONSUMO ALIMENTICIO EN LOS ÚLTIMOS 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	1975 KG./H. AÑO	1976 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	78,6	79,7	79,0
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	5,8	6,2	6,5
Patata	5,0	104,8	109,5	104,5	107,2	110,4	110,0	106,7	114,0	117,3	119,6	111,3	120,0
Azúcar	21,3	21,5	22,9	26,8	25,0	25,7	26,6	27,0	27,0	27,4	29,8	27,4	29,0
Leguminosas	7,6	9,9	7,3	8,8	8,1	7,5	7,0	7,0	8,8	8,6	7,5	7,4	6,7
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	7,6	7,3	7,0
Hortalizas	132,2	130,9	134,7	130,4	131,1	126,1	125,8	132,5	130,6	131,5	131,8	128,3	132,0
Frutas	93,0	88,6	97,9	83,1	87,5	101,7	79,0	97,3	113,8	109,5	123,3	129,3	130,0
Carne	25,5	28,1	31,4	41,2	41,3	43,0	45,0	45,5	46,9	50,6	58,9	60,3	63,0
Huevos	10,5	10,2	10,5	10,3	10,2	10,9	11,6	11,9	11,6	11,5	13,8	16,2	17,2
Pescados	29,5	30,6	29,7	27,6	30,1	26,6	25,1	28,6	32,1	31,9	33,2	31,0	30,5
Leche	63,5	59,4	67,0	75,0	78,8	84,1	80,9	84,2	82,9	88,8	102,9	101,5	102,0
Productos lácteos	5,2	5,0	5,8	5,5	5,9	5,8	5,5	6,3	6,8	7,0	8,3	8,1	8,4
Aceites vegetales	18,1	18,6	18,9	16,0	15,7	15,7	15,8	16,1	16,8	17,3	18,3	20,3	20,0
Aceites animales	5,0	4,2	4,4	1,5	1,7	1,6	1,7	1,9	3,1	2,9	3,4	3,4	3,4
Vino (litros)	66,0	59,2	64,0	59,9	55,0	56,1	52,6	52,5	56,8	60,8	64,0	65,6	66,0
Cerveza (litros)	21,5	23,2	25,9	30,8	31,6	32,9	36,8	37,2	35,9	35,7	43,5	43,8	44,0

NIVEL DE CONSUMO ALIMENTICIO
KG/HAB./AÑO

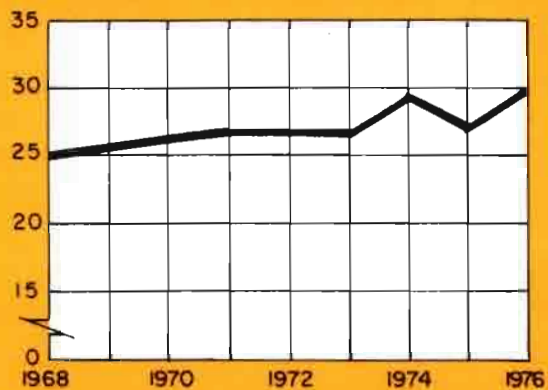
CEREALES PANIFICALES



PATATA



AZUCAR



CARNE

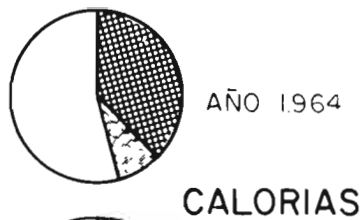


LECHE





HUEVOS





CALORIAS
 DE CEREALES  OTRAS CALORIAS

 DE PATATA

PROTEINAS
 ANIMAL  VEGETAL

CARACTERISTICAS NUTRITIVAS DE LA DIETA

Desde el punto de vista energético se observa que en el periodo 1964-1976 la dieta alimenticia ha sufrido una pequeña variación y mantiene un nivel cerca de 3.000 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 1976 el 28,0 por 100. Este descenso refleja una mejora sustancial de la dieta merced a la menor importancia relativa de esos productos de calidad alimenticia inferior, por otros de calidad superior.

- El valor de las proteínas ha aumentado en un 21 por 100.
- Resulta significativo el incremento de proteínas de origen animal, que pasa de representar el 37,2 por 100 del total al 52,8 por 100 en 1976.
- El consumo de grasas en los años considerados ha aumentado en un 35 por 100.

CARACTERISTICAS NUTRITIVAS DE LA DIETA POR HABITANTE Y DIA

	1964	1976	1976 1964 = 100
Calorías totales	2.772	3.040	109,7
Calorías cereales	1.022	851	83,3
Calorías de cereales+patatas	1.258	1.120	89,0
Proteínas totales (gramos)	75,9	92,1	121,3
Proteínas animales (gramos)	28,3	48,6	171,7
Materias grasas (gramos)	96,8	131,0	135,3