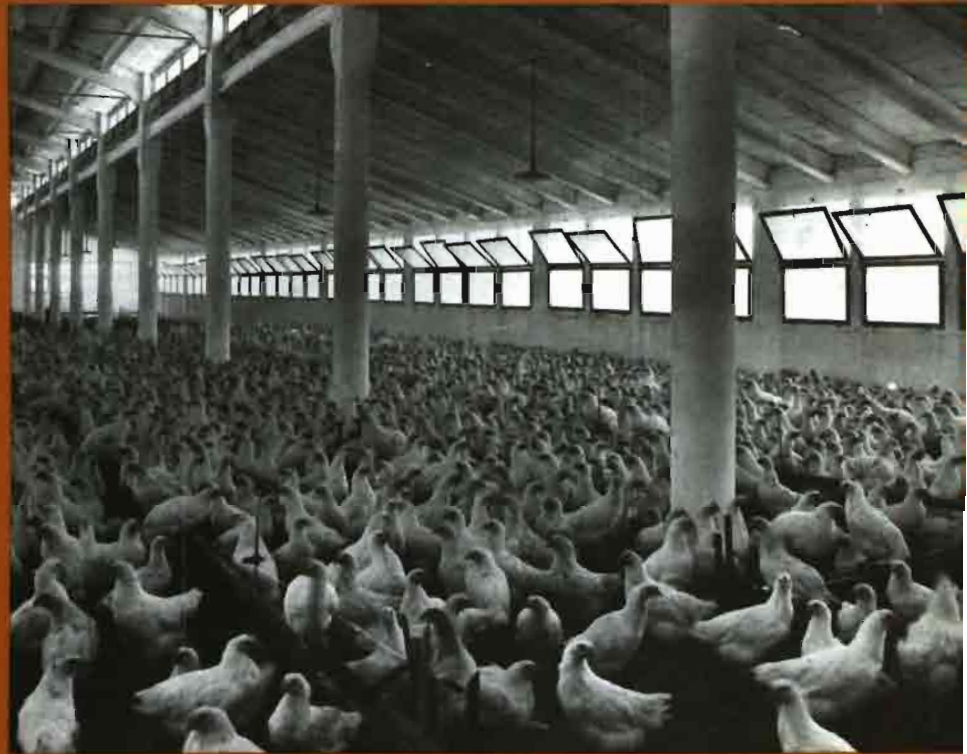


La alimentación humana



La alimentación humana

NIVEL DE CONSUMO ALIMENTICIO

El conocimiento de las tendencias y hábitos alimentarios de la población española es de gran interés para poder predecir cuales van a ser las necesidades nacionales de productos agrícolas y ganaderos. Tan sólo conociendo su demanda futura es posible programar las producciones para que no resulten excedentarias ni deficitarias, con los consiguientes problemas de comercialización que ambas desviaciones engendran.

En el cuadro elaborado sobre niveles de consumo alimenticio puede seguirse la evolución de los principales alimentos durante los últimos quince años. Es de advertir que las cifras que aquí se dan son más bien indicativas de la tendencia general, ya que la inexistencia en muchos casos de estadísticas de stocks y de productos transformados hacen difícil garantizarlas en su valor absoluto y hacer comparaciones de años consecutivos.

En el período considerado merece destacarse, comparando 1965 con 1979, las siguientes características:

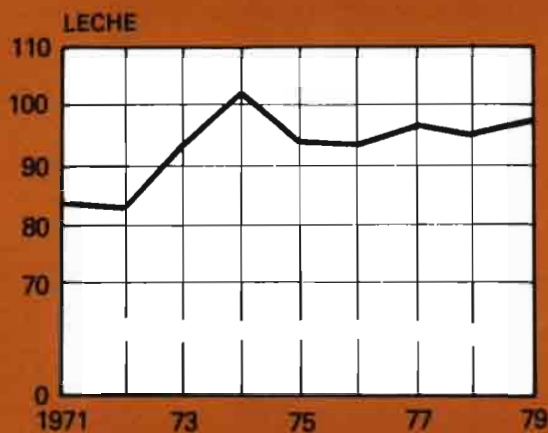
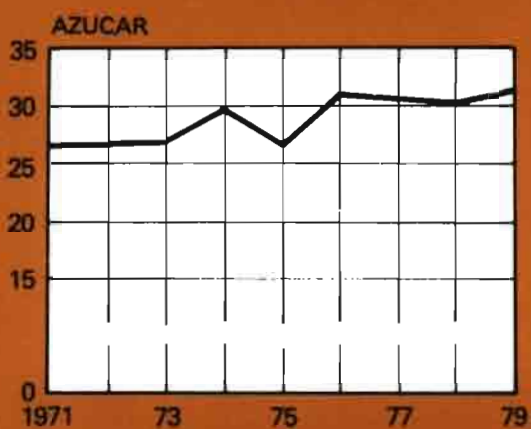
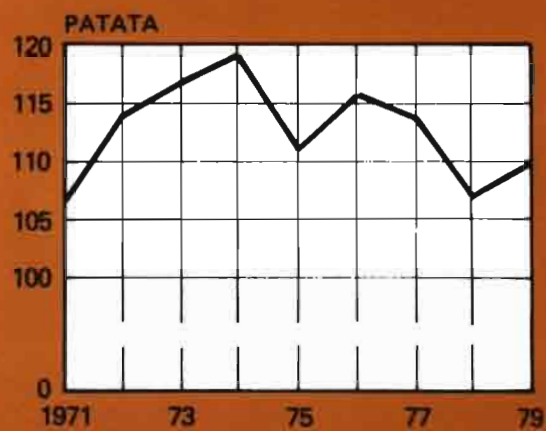
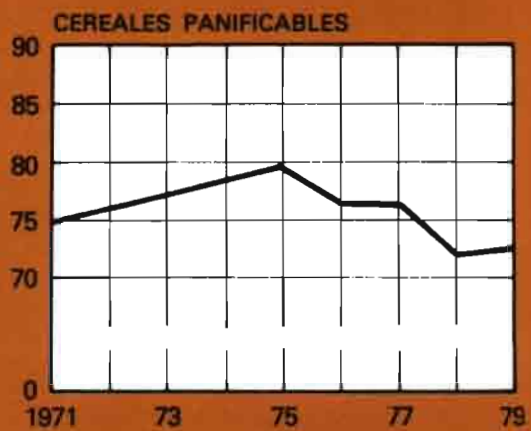
- Reducción en el consumo de cereales panificables, y aumento en otros cereales.
- Aumento del consumo de azúcar y frutos de cáscara y cacao.

- Aumento del consumo de frutas.
- Aumento del consumo de alimentos de origen animal como carne, huevos, leche y productos lácteos.
- Aumento del consumo de aceites vegetales.

En cambio puede decirse, tras la comparación de los cinco últimos años, que:

- El consumo individual de arroz elaborado se ha estancado alrededor de 6 kg. por habitante y año.
- La demanda de azúcar por persona ha amortiguado su fuerte crecimiento inicial y lo hace ahora mucho más lentamente.
- El consumo individual de patatas, frutas y hortalizas se encuentra prácticamente estabilizado.
- También la carne y la leche consumidas muestran una cierta estabilidad a lo largo del último quinquenio.
- La demanda por persona de aceites y grasas no ha crecido apenas en el período considerado.
- El consumo de vino, pese a que se han producido mejores cosechas, ha mantenido una tónica similar durante los últimos cinco años.

NIVEL DE CONSUMO ALIMENTICIO
kg./hab./año



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

PRODUCTOS	1965	1970	1975	1976	1977	1978	1979	1979 1975-100
Cereales panificables (harina)	92,4	76,2	79,7	77,1	76,9	71,8	72,2	90,3
Arroz elaborado	8,0	6,0	6,2	6,2	5,7	5,8	5,7	91,9
Otros cereales	2,5	4,6	4,8	6,8	6,7	6,8	7,3	152,1
Patata	104,8	110,0	111,3	115,8	113,5	107,2	109,8	98,7
Azúcar y miel	21,5	26,6	27,4	30,8	30,3	30,1	31,6	115,3
Laguminosas grano	9,9	7,0	7,4	6,1	5,2	7,8	6,4	86,5
Frutos con cáscara y cacao	5,3	6,5	7,3	9,3	3,8	6,8	4,7	80,3
Hortalizas	130,9	125,8	128,3	126,4	132,7	133,8	128,3	100,0
Frutas	88,6	79,0	132,0	130,1	108,8	129,9	129,7	98,3
Carne	28,1	45,0	61,2	64,2	65,3	67,2	63,5	111,9
Huevos	10,2	11,6	16,2	17,0	16,5	15,4	16,4	101,2
Pescado	30,6	25,1	29,3	27,8	s.d.	s.d.	s.d.	s.d.
Leche	59,4	80,9	95,3	94,1	97,3	95,7	97,1	101,8
Productos lácteos	5,0	5,5	8,9	8,8	8,2	9,00	8,6	96,6
Aceites vegetales	18,6	15,8	20,3	20,4	20,4	21,2	19,6	96,6
Aceras y grasas animales	4,2	1,7	2,3	3,3	2,7	3,4	3,4	147,8
Cerveza	23,2	36,8	43,8	48,0	s.d.	s.d.	s.d.	s.d.
Vino (litros)	59,2	52,6	65,6	61,3	59,2	58,8	60,0	91,5

* Avance.

CARACTERISTICAS NUTRITIVAS DE LA DIETA

En el cuadro siguiente aparecen las calorías de la dieta española media, así como el nivel de las proteínas y grasas contenidas en la misma.

Las calorías diariamente ingeridas se aproximan a 3.250 mientras que las proteínas totales se acercan a los 100 gramos; de esta cantidad, aproximadamente la mitad son proteínas de origen animal.

El consumo de materias grasas, que fue creciendo hasta 1976, ha disminuido algo en los últimos años.

CARACTERISTICAS NUTRITIVAS DE LA DIETA, POR HABITANTE Y DIA

CONCEPTOS	1965	1970	1975	1976	1977	1978	1979*
Calorías totales	2.907	2.812	3.318	3.368	3.186	3.243	3.219
Calorías de cereales	1.025	865	903	896	889	840	848
Calorías de cereales+patatas	1.261	1.112	1.153	1.157	1.143	1.081	1.094
Proteínas totales (gramos)	79	80	95	95	94	95	95
Proteínas animales	29	36	49	49	51	51	52
Materias grasas (gramos)	98	94	126	128	114	121	116

* Avance.