

Título: Metodologías para Calcular el Consumo de Alimentos en una Población

Autor: Salvador D. Cabuli: Licenciado en Nutrición. Magíster en Salud Pública. Profesor Regular Asociado de Nutrición en Salud Pública U.B.A.

Resumen

El conocimiento de la ingesta de alimentos y por ende de energía y nutrientes de una población, es de vital importancia para conocer su estado nutricional y poder planificar programas de intervención alimentaria en forma coherente y de acuerdo a sus necesidades, así como para investigar las interrelaciones entre el estado nutricional y el estado de salud de la población.

La medición de la ingesta de alimentos en individuos y poblaciones se realiza mediante diversos métodos que difieren tanto en la forma de recoger la información como en el periodo de tiempo que abarcan. Existe gran controversia sobre cual de estos métodos es el mas adecuado y cual refleja de manera mas fidedigna el consumo real de alimentos de una población, de hecho diversas revisiones al respecto concluyen que no existe un método enteramente satisfactorio por si mismo y la utilidad de cada uno dependerá de las condiciones en que se use y de los objetivos con que se realice la medición.

Abstract

The knowledge of the intake of food, and therefore of energy and nutrients by a population, has a vital importance to know its nutritional state and to plan programs of nutritional intervention in a proper way and according to its needs, as well as to investigate the relationship between the nutritional state and the public health state.

The measurement of intake of food in subjects and populations is done by means of different methods that differ both in the way of taking information as in the period of time they take in. There is an important controversy about which of these methods is the most proper one and which reflects better the real consume of foods by a population, in fact different revisions conclude that there is no wholly satisfactory method by itself and the utility of each one will depend on the conditions under which they are used and ths aims of the measurement.

Palabras Clave:

Medición de la ingesta en poblaciones, Hojas de balance de alimentos, Encuestas Nacionales de Gastos de los Hogares, Encuestas de consumo alimentario, Vigilancia nutricional.

Introducción:

La nutrición es uno de los derechos humanos básicos. Un adecuado suministro de alimentos es esencial para vivir, y también es un factor del bienestar, la productividad y el desarrollo de los individuos.

El estado de nutrición de una población es un indicador de su calidad de vida. El bienestar nutricional es el resultado de una amplia gama de factores sociales y económicos; refleja el grado de acceso a los alimentos directamente relacionado con el precio de los alimentos, el ingreso de los hogares, la ocupación y la desocupación y la capacidad redistributiva del estado como así también la atención de la salud, a los servicios de saneamiento ambiental y al desarrollo en general.

Los problemas nutricionales son intrínsecamente complejos y su abordaje requiere desde un comienzo un esfuerzo multisectorial. Es necesario un enfoque integral de los múltiples factores que influyen en la situación alimentaria nutricional de las personas. De esta manera se tendrán en cuenta las causas profundas y la magnitud del problema de la malnutrición y cual es el rol de cada sector en el mejoramiento de la situación alimentaria nutricional de la población.

En la Declaración Universal de los Derechos Humanos se establece el derecho de todos los hombres a la satisfacción de las necesidades básicas, entre ellas la alimentación, como una condición de la calidad de vida. Sin embargo existen sectores de la población que no acceden a la satisfacción de sus necesidades básicas por lo cual se encuentran en situación social de desventaja.

El objetivo del desarrollo es proporcionar el medio social y económico a todas las personas para que puedan llevar una vida sana y productiva, la nutrición por lo tanto es a la vez una consecuencia y condición del desarrollo nacional. Las políticas y los programas de desarrollo deben tender a mejorar el desarrollo humano incluyendo el bienestar nutricional.

El conocimiento de la ingesta de alimentos y por ende de energía y nutrientes de una población, es de vital importancia para conocer su estado nutricional y poder planificar programas de intervención alimentaria en forma coherente y de acuerdo a sus necesidades, así como para investigar las interrelaciones entre el estado nutricional y el estado de salud de la población.

La medición de la ingesta de alimentos en individuos y poblaciones se realiza mediante diversos métodos que difieren tanto en la forma de recoger la información como en el periodo de tiempo que abarcan. Existe gran controversia sobre cual de estos métodos es el mas adecuado y cual refleja de manera mas fidedigna el consumo real de alimentos de una población, de hecho diversas revisiones al respecto concluyen que no existe un método enteramente satisfactorio por si mismo y la utilidad de cada uno dependerá de las condiciones en que se use y de los objetivos con que se realice la medición.

▪ **Metodologías para Calcular el Consumo de Alimentos en una Población**

Al igual que en el campo económico en el que podemos hablar de macroeconomía cuando se hace referencia a valores económicos promedios nacionales y de microeconomía o del análisis de diferentes grados de desagregación hasta llegar a las unidades de producción y consumo, en los estudios del consumo alimentario a nivel poblacional se puede trabajar con valores representativos del consumo promedio de la población de un país, del consumo a nivel familiar o conocer los consumos individuales de las personas o grupos específicos.

Estas metodologías pueden agruparse en:

- A) Hojas de Balance de Alimentos**
- B) Encuestas nacionales de gastos de los hogares**
- C) Encuestas alimentarias de consumo**

A) Hojas de Balance de Alimentos:

Las hojas de balance de alimentos como su propio nombre lo indica son un balance (*relación entrada- salida*), de alimentos a “nivel nacional”, de la cantidad de un alimento, o de una categoría de alimentos que se halla disponible para el consumo humano generalmente en el periodo de tiempo de un año. Para su elaboración se realiza una estimación de la cantidad total de un alimento o categoría de alimento que es producida por un país en un año y a esta estimación se le suma la cantidad importada y se ajusta según las variaciones producidas en las existencias (*Stocks*), luego se deduce la cantidad total de alimento que ha sido exportado, usado como semilla, para alimentar el ganado o con diferentes usos industriales. La cifra resultante de las operaciones expuestas representa la cantidad de un determinado alimento que ha estado disponible a nivel nacional para consumo humano durante el periodo estudiado. Dividiendo esta cifra entre el total de la población del país se obtiene la cantidad de alimento disponible por persona y se expresa en kilogramos por año o gramos por día. Es importante destacar que los resultados obtenidos de las hojas de balance miden disponibilidad alimentaria y no el consumo real de los habitantes de un país, pero permiten mediante tablas de conversión obtener el dato de la disponibilidad de energía y nutrientes por persona de un país.

Entre otras utilidades, las hojas de balance de alimentos sirven para:

- Mostrar las tendencias del suministro básico de alimentos a nivel nacional.
- Mostrar cambios en el tipo de los alimentos consumidos (*estructura de la dieta*).
- Conocer junto a las encuestas de gastos de los hogares y encuestas alimentarias los hábitos alimentarios de la población.
- Analizar las políticas agropecuarias y las estructuras agrícolas.

- Hacer proyecciones sobre la demanda futura de alimentos a nivel nacional.

Del análisis de la serie histórica de las hojas de balance de alimentos para la Argentina¹, se desprende que los valores medios de energía se ubican en el orden de las 3200 Kcal., las proteínas en 105 gramos y las grasas en 110 gramos.

Algunas de las características nutricionales salientes del análisis de los últimos treinta años indican que:

- La disponibilidad calorica siempre se ubico por encima de las 3000 Kcal. solo a fines de los `80 y principios de los `90 descendió aproximadamente unas 200 Kcal., aunque en la actualidad ha vuelto a ubicarse en lo que podría definirse como valores históricos.
- La disponibilidad proteica nunca fue inferior a los 100 gramos por habitante.
- Dos tercios de la disponibilidad de proteínas corresponden a productos de origen animal.
- Las grasas saturadas siempre representaron un 33 % del total de las grasas

De acuerdo al criterio definido por F.A.O². en relación a la adecuación nutricional media (*relación entre la disponibilidad y la recomendación nutricional*), y que comprende las categorías de : plena, inestable, insuficiente y critica, el único de los principales nutrientes en el cual la dieta media Argentina no presenta una disponibilidad plena (*adecuación mayor al 120 %*), es el calcio cuyo nivel varia en torno al 60 %.

B) Encuestas de Ingresos y Gastos de los Hogares:

Las encuestas de gastos e ingresos de los hogares constituyen una herramienta fundamental para la obtención de estadísticas que permitan conocer la situación socioeconómica de los hogares de un país; así como los patrones de consumo de una población. Sobre la base de estas investigaciones es posible elaborar y evaluar políticas económicas y sociales

Según la duodécima Conferencia Internacional de Estadígrafos del Trabajo auspiciada por la Organización Internacional del Trabajo (O.I.T.) los objetivos, frecuencia y alcance de dichas encuestas son entre otros:

(1). Obtener coeficientes de ponderación y otros datos útiles para organizar la recolección de precios y la elaboración o revisión del índice de precios al consumidor (i.p.c.).

¹ Ver anexo: Hojas de balance de alimentos –Argentina –periodo 1961-1995.

² F.A.O.: Organización para la Agricultura y la Alimentación.

- (2). Proporcionar los datos básicos necesarios para elaborar las políticas relacionadas con la planificación social y económica y facilitar la determinación de las metas a alcanzar.
- (3). Suministrar información para evaluar las repercusiones que sobre las condiciones de vida de las familias provocan las medidas económicas o sociales vigentes o previstas, en particular de los cambios en la estructura de los gastos del hogar y en el consumo del hogar.
- (4). Proporcionar datos para estimar los efectos redistributivos de la tributación directa o indirecta y de una amplia gama de prestaciones sociales en la situación de los diversos tipos de hogares.
- (5). Analizar la variación de los niveles de vida durante varios años y la disparidad entre los hogares de los distintos grupos socioeconómicos, zonas geográficas, zonas rurales y urbanas.
- (6). Proporcionar información sobre la distribución del ingreso y los gastos familiares.
- (7). Proporcionar información sobre aspectos particulares de las condiciones de vida de la población, tales como las que se relacionan con el consumo de alimentos, salud, y la vivienda.
- (8). Los datos procedentes de las encuestas sobre ingresos y gastos de los hogares pueden usarse también para determinar los niveles de salarios mínimos, y evaluar la necesidad de revisar los mismos.
- (9). Como una encuesta puede proseguir varios objetivos es conveniente velar por que la encuesta se proyecte y ejecute teniendo en cuenta también las necesidades que tengan, en cuanto a los tipos de datos que se recojan, otros usuarios de los resultados de la encuesta.

En cuanto a la frecuencia de realización dicha conferencia establece:”en cada país debería emprenderse como mínimo a intervalos que no excedan los diez años, una gran encuesta por muestreo sobre ingresos y gastos de los hogares en que estén representados en lo posible todos los hogares particulares del país...”. Los países en vías de desarrollo parecen experimentar una necesidad cada vez mayor de contar con datos al día como los que se obtienen mediante las encuestas sobre ingresos y gastos de los hogares, por lo que en dichos países los intervalos no deberían exceder de los cinco años.

Si se emprende una encuesta permanente que abarque todos los aspectos comprendidos en una encuesta de gran alcance, pero con una muestra anual mas pequeña, el promedio de los resultados de varios años sucesivos puede reemplazar satisfactoriamente algunos de los datos que se recogerían en una encuesta a gran escala.

Cada país debería emprender encuestas en mas pequeña escala entre dos encuestas de gran escala, para obtener datos que permitan estimar los cambios que se hayan producido en las cifras globales importantes obtenidas por las encuestas a gran alcance.

Entre los datos a recoger se puede citar:

- (1). Datos sobre los ingresos de los hogares.
- (2). Datos sobre los gastos de consumo de los hogares.
- (3). Información sobre la composición del hogar.
- (4). Información sobre la actividad profesional del jefe de familia y de otros miembros del hogar.
- (5). Los datos sobre gastos de los hogares constituyen una muy valiosa información para el análisis del consumo de alimentos y la nutrición de los hogares. Los datos obtenidos de la encuesta sobre el gasto en alimentos deberían analizarse en relación con la composición del hogar y su nivel de vida medido a través de los ingresos percibidos. Siempre que los datos lo permitan se deberá efectuar un análisis de las cantidades de alimentos consumidos.

En la Argentina se han realizado diversas encuestas de gastos e ingresos de los hogares urbanos desde el año 1924. Pero su frecuencia no ha sido regular variando entre 5 y 15 años, mientras que la cobertura geográfica se ha concentrado en el área de Capital Federal y Conurbano Bonaerense. En 1996/1997, el Instituto Nacional de Estadísticas y Censos, llevo a cabo la primera Encuesta de Gastos e Ingresos de los Hogares (E.N.G.H), basada en una muestra representativa de las localidades de 5000 y mas habitantes de todo el país (86 % e la población total del país). La E.N.G.H provee no solo estimaciones nacionales y regionales de los patrones de gastos y niveles de ingresos de los hogares urbanos, sino también la información básica necesaria para la estimación de varios indicadores fundamentales, tales como el índice de precios al consumidor de carácter nacional y las líneas de pobreza urbana de las distintas regiones del país .

C) Encuestas Alimentarias de Consumo:

En términos generales los métodos de encuesta de ingesta de alimentos se pueden definir como una investigación dirigida a conocer y juzgar la suficiencia de la dieta de un individuo o grupo de población.

Estas encuestas pueden diferenciarse por sus metodologías y por sus coberturas. Las encuestas alimentarias de consumo pueden dividirse en:

- ❑ *Diario Dietética:* Es un método prospectivo que consiste en pedir al entrevistado que anote diariamente durante 3, 7 o mas días los alimentos y bebidas que va ingiriendo. El método requiere previamente que el entrevistado sea instruido con la ayuda de modelos y/ o medidas caseras.
- ❑ *Recordatorio de 24 Hs.:* Se pide al entrevistado que recuerde todos los alimentos y bebidas ingeridos el día anterior.
- ❑ *Cuestionario de Frecuencia:* Consiste en una lista cerrada de alimentos sobre la que se solicita la frecuencia diaria, semanal o mensual de consumo de cada uno de ellos

Generalmente estas encuestas no son fáciles de hacer y cuando son de amplia cobertura habitualmente se demora la obtención de los resultados.

Encuesta Nacional de Nutrición y Salud

Por primera vez el Ministerio de Salud y Ambiente de la Nación esta llevando a cabo una encuesta de alcance nacional que permitirá dimensionar la magnitud e importancia relativa de los problemas nutricionales e identificar los factores asociados mas relevantes a fin de establecer prioridades y orientar la formulación de las políticas de salud y alimentación. La importancia de la misma radica en el hecho que se dispondrá de datos directos y no de estimaciones sobre el consumo de alimentos como insumo para la formulación de las políticas alimentarias y nutricionales.

Objetivos de la Encuesta Nacional de Nutrición y Salud

- Obtener información sobre el estado de nutrición y salud de niños entre 6 meses y 5 años cumplidos, mujeres en edad fértil y embarazadas.
- Evaluar factores asociados a los diferentes perfiles de estado nutricional en las poblaciones estudiadas.
- Obtener información acerca del acceso y la utilización de los servicios sanitarios y la cobertura de programas alimentarios en las poblaciones estudiadas.
- Evaluar el estado de nutricional de la población a través de indicadores antropométricos, determinaciones bioquímicas y estimar la ingesta de nutrientes y su adecuación a las recomendaciones.
- Estimar la prevalencia de lactancia materna y su duración en los menores de dos años.

Conclusión

Conocer la situación alimentaria y nutricional de una población y el consumo de energía y nutrientes es de gran utilidad tanto para la planificación y la vigilancia alimentario-nutricional como para establecer las guías alimentarias, compatibilizando los aspectos de la producción como los del consumo, en términos de alimentos y nutrientes. De esta manera se podrán elaborar políticas y estrategias de seguridad alimentaria, en correspondencia con los recursos del país y las pautas culturales, destinadas por un lado para aumentar el consumo de energía, proteínas y micronutrientes en los sectores de bajos ingresos y por otro, para mejorar los hábitos alimentarios y prevenir las enfermedades crónicas no transmisibles relacionadas con la alimentación.

Bibliografía:

1. Nutriología Medica, Casanueva y Col. México, Ed. Panamericana 2000.
2. Nutrición y Salud Publica, Serra Majem, Ed. Masson 1994.
3. Nutrición Comunitaria, Bartina Javier, Ed. Masson 2001.
4. UNICEF, Programa de Cooperación 2002 – 2004.
5. Encuesta Nacional de Nutrición y Salud. Ministerio de Salud Argentina 2004
6. Encuesta Nacional de Gastos de los Hogares 1996/1997 I.N.D.E.C.
7. Encuesta Nacional de Gastos de los Hogares 1985/1986 I.N.D.E.C.
8. La Alimentación y la Nutrición en la Gestión de Programas de Alimentación de Grupos, F.A.O. Roma 1995
9. Economía Política de los Sistemas Alimentarios en América Latina, F.A.O.1994.
10. Estudio Comparativo de los Datos de Consumo de Alimentos de las Encuestas de Hogares y las Hojas de Balance de Alimentos. F.A.O. Roma 1984.

Sitios de Internet

www.indec.mecon.gov.ar

www.msal.gov.ar

www.fao.org