

TENDENCIAS EN EL CONSUMO APARENTE DE ALIMENTOS EN LA POBLACION COSTARRICENSE, 1989 – 1991

Lic. Nuria Rodríguez Herrera ¹
Lic. Norma Meza Rojas ²

RESUMEN

El objetivo del presente estudio es realizar un análisis de las tendencias en el consumo de alimentos de la población costarricense, entre los años 1989 y 1991. Para ello, se utilizaron los datos de la I y II Encuesta Nacional sobre Consumo Aparente de Alimentos.

Los resultados mostraron una disminución en el consumo de la mayoría de los alimentos de origen vegetal estudiados, siendo el arroz el que presentó la disminución más marcada. En relación con los alimentos de origen animal consumidos, los grupos de leche y carnes fueron los que mostraron una disminución, manteniéndose el consumo de huevos y embutidos.

Tanto la ingesta energética como la protéica presentaron una disminución en 1991. La reducción fue mayor en el consumo de proteínas (6.1%) que en la ingesta de calorías (3.8%). Esta situación fue similar por grados de urbanización, estrato socioeconómico y regiones de planificación. La estructuras de consumo, tanto la energética como la protéica, se mantuvieron iguales entre ambos años. El arroz, las grasas y aceites y los azúcares fueron los tres principales contribuyentes al per cápita energético total, así como las carnes, los frijoles y el arroz al per cápita de proteínas totales.

Este análisis de tendencias indicó la importancia de focalizar los recursos de los programas sociales, hacia aquellos sectores más deteriorados, con el fin de prevenir un aumento en la magnitud de los problemas nutricionales.

INTRODUCCION

Existe consenso en que la alimentación es una necesidad básica del ser humano, que se refleja en el estado nutricional del individuo. Este, al mismo tiempo, es producto de diferentes factores interrelacionados, de tipo económico, biológico, social y agrícola^(2,8).

Para conocer las relaciones de causa-efecto de estos factores, se requiere de información periódica, permanente y oportuna, que apoye la toma de deci-

siones para la planificación y desarrollo de los sistemas alimentario-nutricionales⁽²⁾.

Dentro de este contexto, el proceso de vigilancia sobre el consumo de alimentos de la población, es necesario para poder identificar cambios y tendencias que permitan decidir oportunamente las acciones, preventivas o correctivas, que se requieren⁽²⁾. Además, este proceso debe contribuir a la identificación de aquellos grupos biológicos, geográficos y socioeconómicos, que padecen o se encuentran en riesgo de padecer problemas relacionados con la alimentación y nutrición⁽⁸⁾.

Los estudios sobre consumo de alimentos constituyen un instrumento útil para obtener información que haga posible llevar a cabo la vigilancia alimentaria⁽³⁾.

En Costa Rica, en el año 1988, se diseñó la metodología de consumo aparente de alimentos, que consiste en un método sencillo y de bajo costo, que permite vigilar en forma periódica y sistemática el consumo de alimentos de la población, por medio del análisis de tendencias y cambios en la estructura de consumo⁽⁵⁾.

Con esta metodología, se han desarrollado en el país dos encuestas nacionales, que han generado información desagregada por grado de urbanización, nivel socioeconómico y regiones geográficas^(1,4).

Este estudio tiene como objetivo realizar un análisis de tendencias en el consumo aparente de alimentos de la población costarricense, entre los años 1989 y 1991, que apoye la toma de decisiones en materia de alimentación y nutrición. Este análisis es permisible, ya que en ambas oportunidades se utilizó la misma metodología.

MATERIALES Y METODOS

El presente estudio consiste en un análisis posterior de los datos de la I y la II Encuesta Nacional sobre Consumo Aparente de Alimentos, realizadas en los años 1989 y 1991, respectivamente^(1,4).

¹ Ministerio de Salud

² Ministerio de Salud, Costa Rica

El marco muestral utilizado fue el diseñado para el Programa de Encuestas de Hogares que realiza la Dirección General de Estadística y Censo⁽⁷⁾. La primera encuesta se realizó en 7.205 hogares, y la segunda en 7.402, distribuidos en todo el territorio nacional.

Las variables consideradas para este estudio fueron: grado de urbanización, estrato socioeconómico para la zona urbana del país y regiones de planificación. Se consideraron, además, la cantidad per cápita de alimentos consumidos, la cantidad de calorías y proteínas ingeridas y la contribución porcentual de los alimentos a la ingesta de energía y proteínas totales.

Los alimentos estudiados fueron: arroz, derivados del trigo, derivados del maíz, frijoles, grasas y aceites, azúcar, leches, carnes y huevos.

Para fines de este estudio, los datos obtenidos de las dos encuestas se compararon, para determinar los cambios acaecidos durante ese período.

RESULTADOS Y DISCUSION

1. Tendencias en el consumo per cápita aparente de alimentos

En la Gráfica 1, se presenta la comparación del consumo per cápita de los alimentos de origen vegetal. Como puede observarse, con excepción del grupo de trigo y derivados, los restantes alimentos presentaron una disminución en el consumo per cápita a nivel nacional en 1991, con relación a 1989.

El alimento que registro una diferencia mayor (7.6 g.) es el arroz.

Esta disminución fue mayor en los hogares de la Región Brunca, de la zona rural y en los del estrato socioeconómico bajo de la zona urbana del país (21.7 g, 7.8 g. y 7.1 g. respectivamente).

Los hogares de la Región Brunca también presentaron la mayor disminución (6.1 g.) en el consumo de frijoles. Esta situación no era de esperar, ya que esta región es productora de este grano, lo que supondría una mayor disponibilidad por parte de la población.

Al analizar el consumo de los derivados de maíz a nivel nacional, se puede observar que en 1991 el consumo de harina de maíz disminuyó en 5.0 g., sin que se produjera un aumento importante en el consumo de alimentos sustitutos tales como el pan frances, la harina de trigo y la tortilla (Gráfica 2).

Con respecto al consumo per cápita de los alimentos de origen animal, los grupos de leches y carnes presentaron una disminución importante en 1991, a nivel nacional, mientras el consumo de huevo y embutidos se mantuvo, con relación a 1989 (Gráfica 3).

En la Gráfica 4 se muestra el consumo de los diferentes tipos de carnes, estudiadas para ambos años. Se puede observar como el consumo de pollo, cerdo, pescado y vísceras disminuyó de manera importante, en contraste con la carne de res, que aumentó en 3.8 g.

Al analizar los diferentes tipos de carne de res se determinó que en 1991 disminuyó el consumo de carne magra en 2.2 g., mientras aumentó ligeramente (0.7 g.) el de carne molida y, en forma más marcada, el de carne semigorda, que pasó de 0.4 g. a 5.7 g. Esta situación podría obedecer al costo que tienen los cortes finos de carne en relación con los cortes populares, cuya mayor cantidad de grasa sustituye a la de músculo, que es una fuente de proteínas de alto valor biológico.

El consumo del grupo de carnes disminuyó especialmente, en los hogares de la zona urbana (19.4 g), de los tres estratos socioeconómicos (20.3 g. en el alto, 19.5 g. en el medio y 16.3 g. en el bajo), y de las regiones Chorotega (19.2 g.) y Brunca (13.4 g.).

Al analizar el consumo del grupo de leches por grado de urbanización se determina que se mantuvo en los hogares de la zona urbana del país, disminuyendo, de manera importante, (26.4 g.) en los de la zona rural. De nuevo la Región Brunca fue la que presentó la mayor disminución (36.3 g.).

El consumo del grupo de aceites y grasas no presentó diferencias importantes entre los años 1989 y 1991 a nivel nacional (Gráfica 5). Sin embargo, dentro del grupo se observa una disminución de 5.3 g. en el consumo de manteca vegetal y un ligero aumento (1.9 g.) en el de aceite vegetal, en 1991 (Gráfica 5). Esto puede ser atribuido a los mensajes educativos divulgados, en relación con la prevención de las enfermedades cardiovasculares.

2. Tendencias en el consumo per cápita de energía y su contribución porcentual.

En 1991, la ingesta de energía total a nivel nacional, sufrió una disminución de 80 kcal, en promedio. Situación similar se presentó por grado de urbanización, ya que disminuyó en 26 kcal. en los hogares de la zona urbana y en 89 kcal. en los de la zona rural (Gráfica 6).

Por estrato socioeconómico, en los hogares de los estratos alto y bajo estas diferencias fueron mayores (89 Kcal. y 79 Kcal. respectivamente) que en los del estrato medio (26 Kcal.).

Al comparar la ingesta de energía por regiones de planificación se presentan diferencias marcadas entre ambos años. Los hogares de las Regiones Brunca y Huetar Atlántica sufrieron un mayor deterioro en el consumo energético, con una disminución de 284 kcal. y 153 Kcal., respectivamente, en 1991.

Lo anterior es concordante con los resultados obtenidos a través de la aplicación del Índice de Desarrollo Social (IDS), que permite determinar el grado de desarrollo social relativo de cada uno de los distritos, agregado por región de planificación. El IDS incorpora variables de educación, salud, seguridad social, nutrición y vivienda⁽⁶⁾. De esta forma, las regiones Brunca y Huetar Atlántica presentan el mayor porcentaje de distritos con un desarrollo social clasificado como bajo y muy bajo, y muestran los IDS más altos.

Al analizar las estructuras de ingesta energética a nivel nacional y por grado de urbanización, en ambos años no se encuentran diferencias en el orden de importancia que ocupan los tres alimentos que contribuyeron principalmente al consumo per cápita de energía. Estos tres alimentos son el arroz, las grasas y aceites y los azúcares. En la Gráfica 7, se presenta la estructura correspondiente a 1991.

El aporte al consumo de energía total del arroz y los frijoles, que constituyen la base de la alimentación del costarricense, no varió entre los dos años estudiados (33.8% en 1989 y 33.2% en 1991).

3. Tendencias en el consumo per cápita de proteínas y su contribución porcentual.

Al igual que el consumo energético, el consumo per cápita de proteínas a nivel nacional disminuyó en 3.6 g. en 1991 (Gráfica 8).

Al considerar el porcentaje de disminución, tanto de la ingesta calórica como de la proteica, se determina que el consumo de proteínas disminuyó en un 6.1%, mientras que el de energía fue de 3.8%. Esto podría estar relacionado con el mayor precio que presentaron los alimentos fuente de proteínas, en relación con los alimentos fuentes de energía. Por grado de urbanización, no se observan diferencias importantes en el consumo de proteínas. Esta situación es diferente a la presentada por el consumo de energía, en el que la zona rural mostró un mayor deterioro.

Por otro lado, los hogares del estrato bajo presentaron una disminución mayor (4.3 g.), a diferencia de los del estrato alto, en los que los consumos de estos años fueron muy similares.

Al comparar el consumo de proteínas por regiones de planificación, los hogares de la Región Brunca muestran la mayor disminución (7.6 g.). Esto es preocupante, ya que esta región, además, mostró un mayor deterioro en relación con la ingesta de energía. Los hogares de la Región Huetar Atlántica fueron los únicos que presentaron un aumento importante en el consumo de proteínas. Esta situación indica que en esta región se produjo únicamente un deterioro en la ingesta de energía, y no en la de proteínas.

Al igual que sucedió con las estructuras de ingesta energética, el patrón de consumo de proteínas se mantuvo en el año 1991. En la Gráfica 9 se presenta la estructura de consumo proteico en ese año, en el que los tres principales contribuyentes son las carnes, los frijoles y el arroz.

El aporte de estos dos últimos alimentos al consumo total de proteínas no presentó diferencias entre 1989 y 1991 (38.6% y 38.7%, respectivamente).

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

- 1.- La tendencia en el consumo per cápita de alimentos entre 1989 y 1991 mostró una disminución en el consumo de la mayoría de los alimentos estudiados.
- 2.- La ingesta de proteínas disminuyó en 1991 en un 6.1% y la de la energía en un 3.8%, a nivel nacional. Esto

concuera con la disminución en el consumo de alimentos de origen animal.

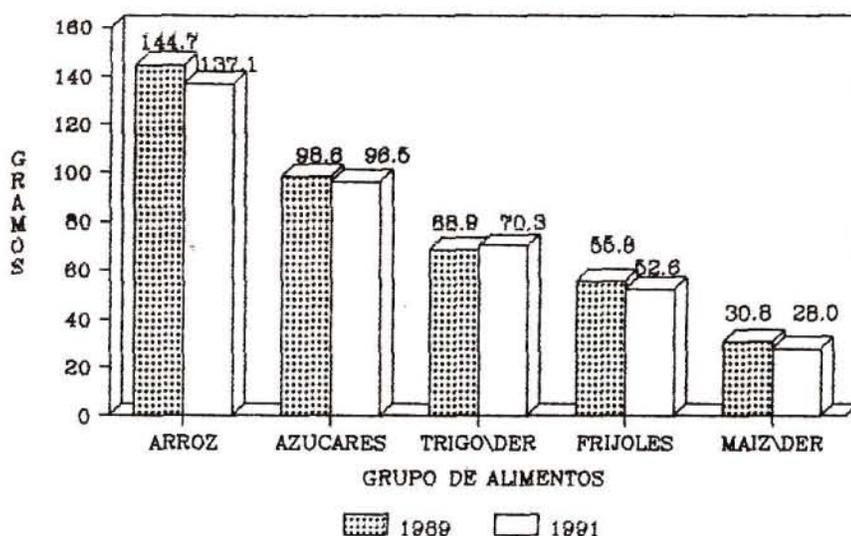
- 3.- La ingesta energética se ha deteriorado especialmente en los hogares de la zona rural, del estrato socioeconómico alto y en los de la Región Brunca. Por otro lado, el consumo de proteínas presentó una mayor disminución en los hogares de la zona urbana, en los del estrato socioeconómico bajo y en los de la Región Brunca. Es importante resaltar que los hogares de esta región han disminuido tanto su consumo energético como el proteico.
- 4.- El arroz y los frijoles continúan siendo la base de la alimentación del costarricense, aportando alrededor del 33% de las calorías y del 39% de la proteínas totales consumidas.
- 5.- Los tres principales alimentos contribuyentes al consumo de energía total continúan siendo el arroz, las grasas y aceites y el azúcar. Estos tres constituyen la mayor proporción en las estructuras de consumo de los hogares, por grado de urbanización y estrato socioeconómico.
- 6.- En la estructura de consumo proteico se continúa destacando la importancia que tienen las carnes, los frijoles y el arroz, como principales contribuyentes.
- 7.- De acuerdo con los resultados obtenidos los programas sociales que se desarrollan en el país, deberían focalizar sus recursos hacia las zonas que presentan mayor deterioro, con el fin de prevenir un aumento en la magnitud de los problemas nutricionales causados por una disminución en el consumo de alimentos.

BIBLIOGRAFIA

- 1.- Castro G. N. Meza, R.A. Monge, N. Rodríguez, K Rojas. "I Encuesta Nacional sobre Consumo Aparente de Alimentos, 1989", Ministerio de Salud, Dirección General de Estadística y Censos y Programa de Seguridad Alimentaria (CADESCA/CEE) Costa Rica. (1991).
- 2.- FAO. "Manual Práctico para la Instalación de un Sistema de Vigilancia Alimentaria Nutricional". Chile. (1989).
- 3.- INCAP. "Manual de Encuestas de Consumo de Alimentos" Guatemala. (1986).
- 4.- Meza N. N. Rodríguez. "II Encuesta Nacional sobre Consumo Aparente de Alimentos, 1991". Ministerio de Salud, Programa de Seguridad Alimentaria (CADESCA/CEE). Costa Rica, (1993).
- 5.- Meza N, N Rodríguez, G Castro. "Diseño y Aplicación de la Metodología sobre Consumo Aparente de Alimentos". *Revista Costarricense de Salud Pública*. 2(2): 5-8. (1993).

- 6.- MIDEPLAN. **"Costa Rica: Zona de Mayor y Menor Desarrollo Relativo"**. Fondo de Población de las Naciones Unidas. COS 88/PO1. Costa Rica, (1991).
- 7.- Ministerio de Economía Industria y Comercio y Dirección General de Estadística y Censos. **"Programa de Encuesta de Hogares. Resumen del Diseño Muestral"**. Costa Rica. (1988).
- 8.- Ministerio de Salud, OPS, INCAP. **"Jornada de Vigilancia Alimentaria Nutricional. Dr. Víctor Valverde Gómez"**. Costa Rica. (1986).

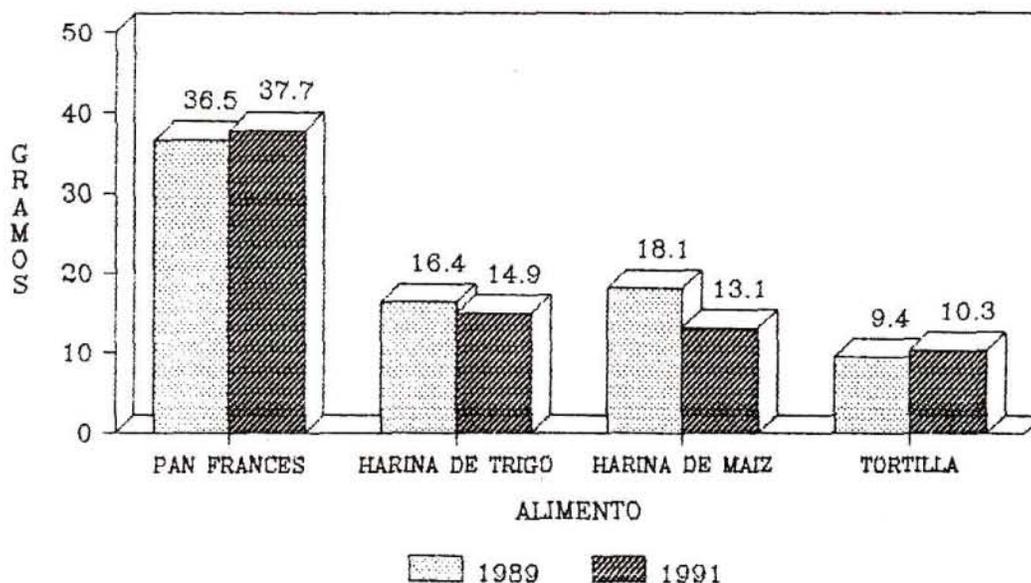
COMPARACION DEL CONSUMO PER CAPITA (gs) DE ARROZ, AZUCARES, TRIGO\DERIV, FRIJOLES Y MAIZ\DERIV SEGUN AÑO.
ENC. NAC. CONS. APAR. ALIM. C.R. 1989 - 1991



GRAFICA 1

MINISTERIO DE SALUD
P.S.A. CADESCA\CEE.

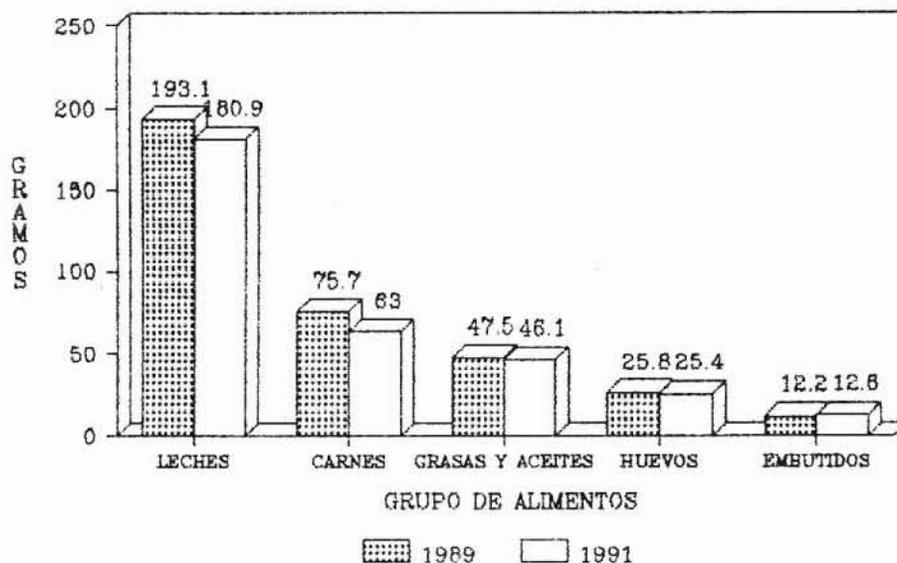
COMPARACION DEL CONSUMO PER CAPITA (gs) DE DERIVADOS DE TRIGO Y MAIZ SEGUN AÑO.
ENC. NAC. CONS. APAR. ALIM. C. R. 89-91.



GRAFICA 2

MINISTERIO DE SALUD
P.S.A. CADESCA\CEE.

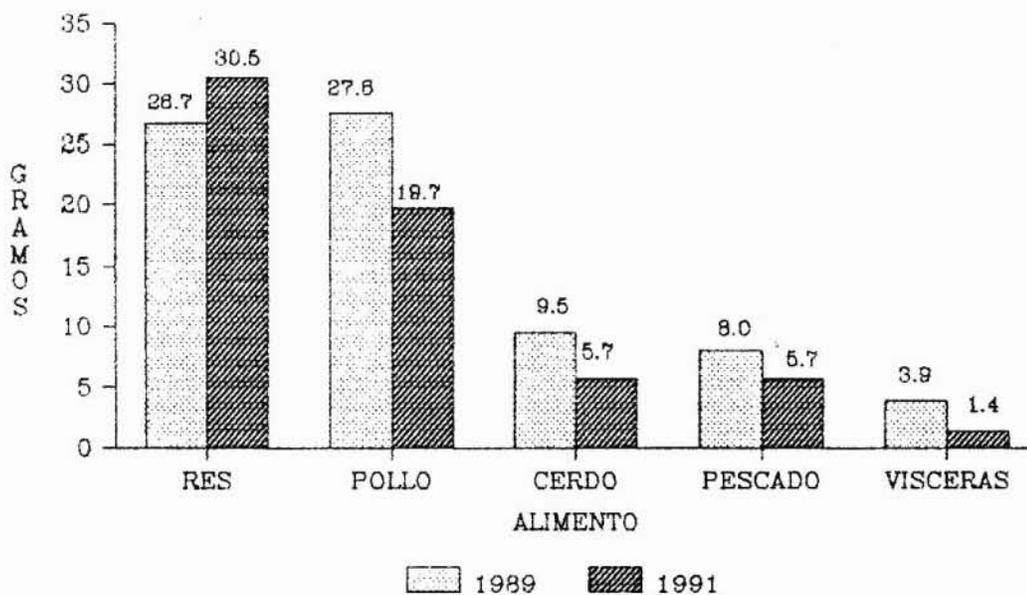
COMPARACION DEL CONSUMO PER CAPITA (gs) DE LOS GRUPOS DE
 LECHE, CARNES, GRASAS, HUEVOS Y EMBUTIDOS SEGUN AÑO.
 ENC. NAC. CONS. APAR. ALIM. C. R. 1989 - 1991



GRAFICA 3

MINISTERIO DE SALUD
 P.S.A. CADESCAECCE.

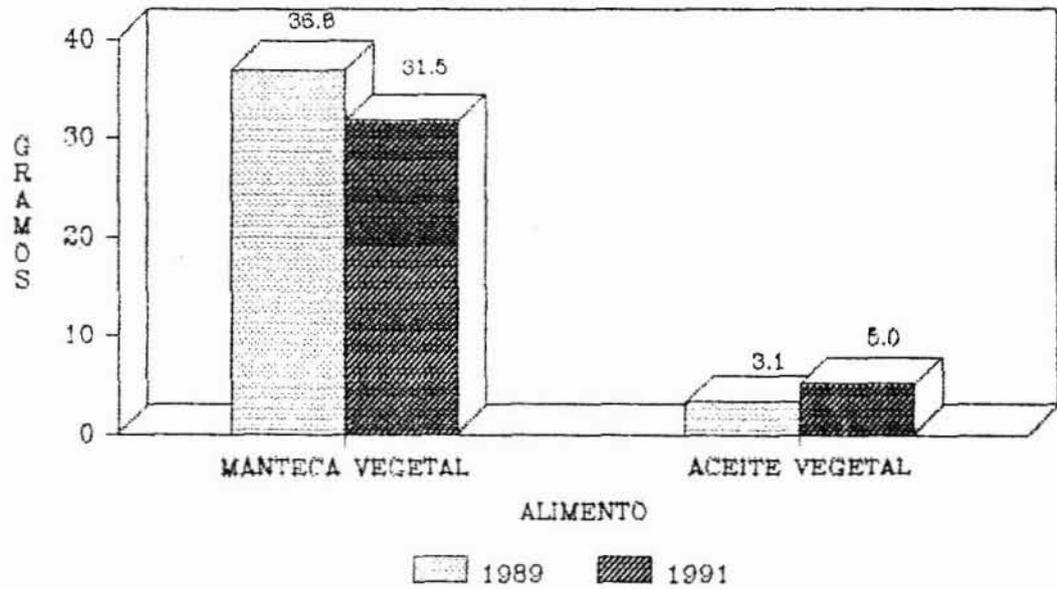
COMPARACION DEL CONSUMO PER CAPITA (gs)
 DE LOS TIPOS DE CARNES SEGUN AÑO.
 ENC. NAC. CONS. APAR. ALIM. C. R. 89-91.



GRAFICA 4

MINISTERIO DE SALUD
 P.S.A. CADESCAECCE.

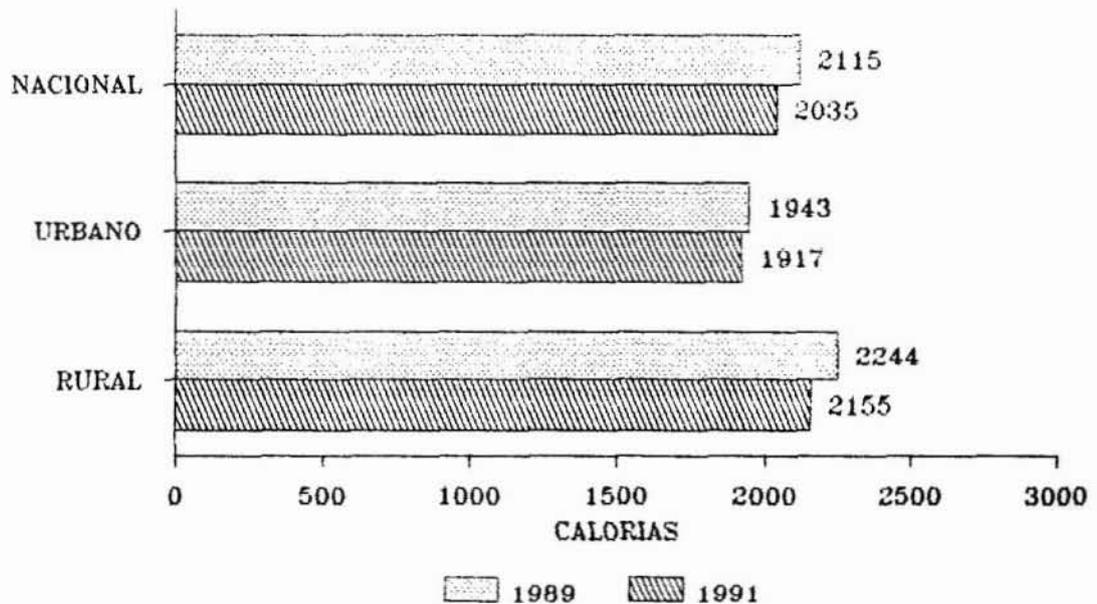
COMPARACION DEL CONSUMO PER CAPITA (gs)
DE MANTECA Y ACEITE VEGETAL SEGUN AÑO.
ENC. NAC. CONS. APAR. ALIM. C. R. 89-91



GRAFICA 5

MINISTERIO DE SALUD
P.S.A. CADESCANCEE

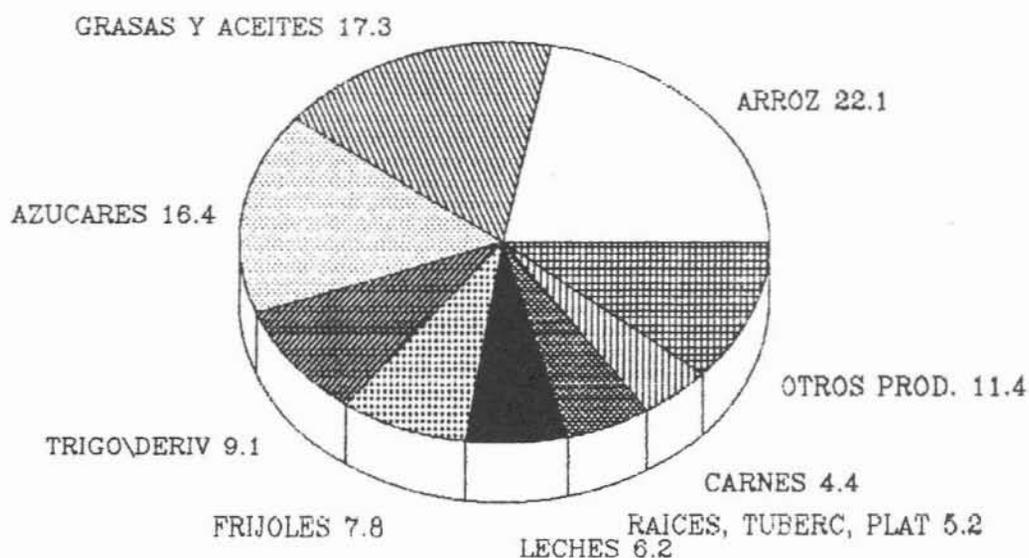
COMPARACION DEL CONSUMO PER CAPITA DE
ENERGIA (cal) POR GRADO DE URBANIZACION.
ENC. NAC. CONS. APAR. ALIM. C. R. 89-91.



GRAFICA 6

MINISTERIO DE SALUD
P.S.A. CADESCANCEE

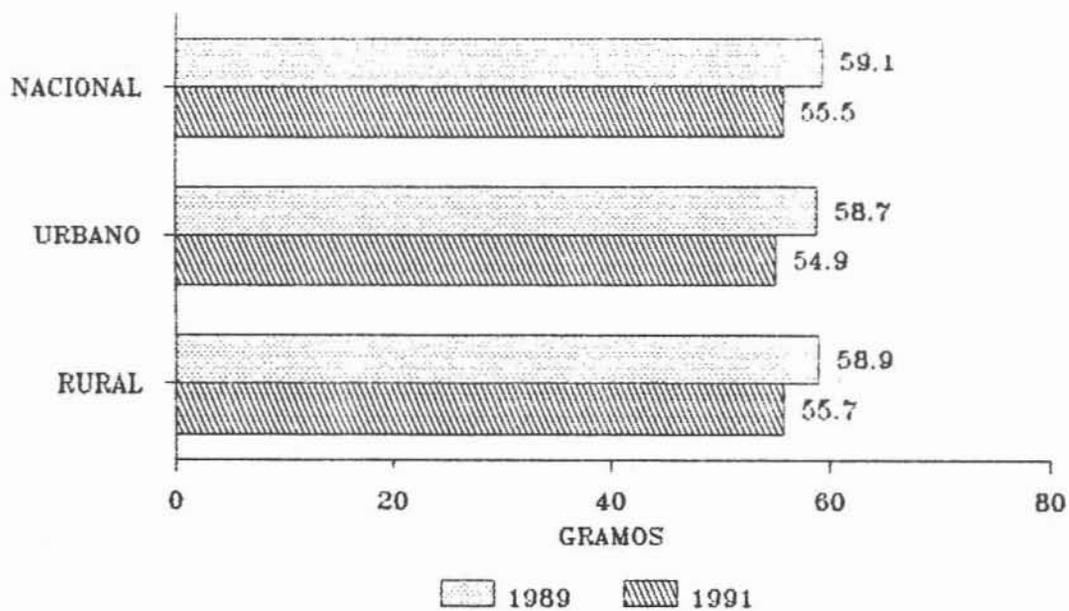
CONTRIBUCION PORCENTUAL DE LOS GRUPOS DE ALIMENTOS AL CONSUMO ENERGETICO NACIONAL
ENC. NAC. CONS. APAR. ALIM. C.R. 1991.



GRAFICA 7

MINISTERIO DE SALUD.
P.S.A CADESCANCEE.

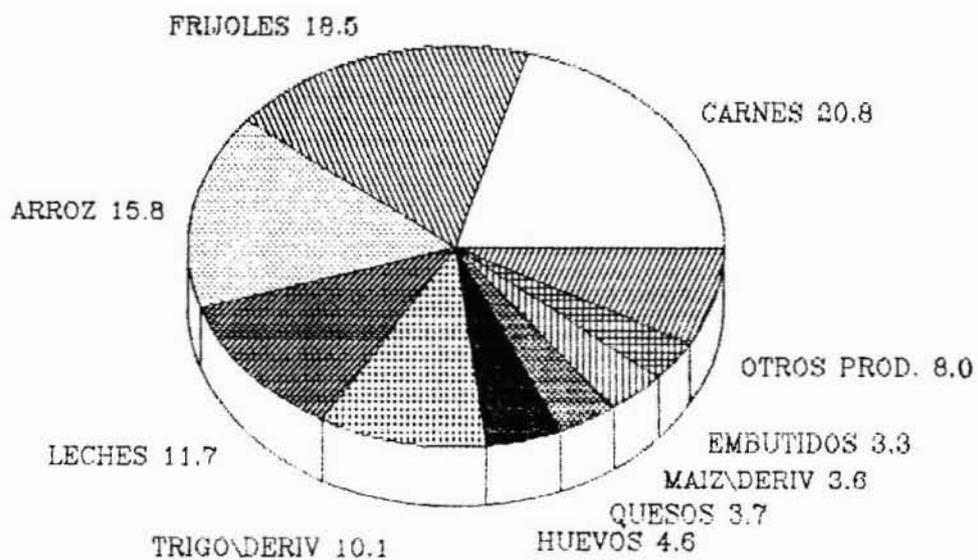
COMPARACION DEL CONSUMO PER CAPITA DE PROTEINA POR GRADO DE URBANIZACION
ENC. NAC. CONS. APAR. ALIM. C. R. 89-91.



GRAFICA 8

MINISTERIO DE SALUD
P.S.A. CADESCA/CEE.

CONTRIBUCION PORCENTUAL DE LOS GRUPOS DE ALIMENTOS AL CONSUMO PROTEICO NACIONAL.
ENC. NAC. CONS. APAR. ALIM. C.R. 1991.



GRAFICA 9

MINISTERIO DE SALUD.
P.S.A CADESUNVEE.