

I.P.A.

investigación sobre pobreza en Argentina

LC/MVD/R.17 (Sem. 44/14)

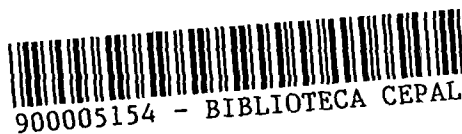
PRESIDENCIA DE LA NACION
SECRETARIA DE PLANIFICACION
INSTITUTO NACIONAL DE ESTADISTICA Y CENSI

CANASTA BASICA DE ALIMENTOS

GRAN BUENOS AIRES



Autor: Nut. Elena B. Andueza de Morales



Taller Técnico sobre Medición e Investigación de la Pobreza
Montevideo, 11 de Abril de 1988.
LC/MVD/R.17 (SEM.44/14)

"LA POBREZA URBANA EN LA ARGENTINA"

CANASTA BASICA DE ALIMENTOS

GRAN BUENOS AIRES

INSTITUTO NACIONAL DE ESTADISTICAS Y CENSOS
1987

Autor: Nut. Elena B. A. de MORALES

INDICE

- Presentación	3
- Introducción	5
- Capítulo I - "Determinación de las necesidades de energía y de proteínas".	11
- Capítulo II - "Canasta básica de alimentos"	25
- Notas -	42
- Bibliografía -	43
- Anexo -	45

PRESENTACION

Uno de los criterios utilizados para clasificar a los hogares según su condición de pobreza, ha sido la determinación de un valor que asegure la posibilidad de acceder a un adecuado nivel de vida.

La dificultad es definir cuál es ese nivel y cómo establecer el valor económico que asegure su satisfacción.

La determinación de lo que se suele denominar "línea de pobreza" es una de las aproximaciones habitualmente utilizadas para resolver este problema. La misma parte de considerar a la alimentación como la necesidad primaria. La determinación del costo de un conjunto de bienes alimenticios (canasta básica), que por su composición aseguren una adecuada nutrición de la población, supone que conocido el nivel de ingresos per cápita de una familia, es posible inferir si puede o no tener la posibilidad de acceder a una alimentación adecuada.

Aquellos hogares cuyos ingresos sean inferiores al valor de la canasta, son los denominados "indigentes".

Por lo tanto, como la canasta de bienes alimenticios asegura una nutrición adecuada y los alimentos representan aproximadamente la mitad del gasto de los hogares de ingresos más bajos, la "línea de pobreza" se suele construir duplicando el valor de esa canasta.

Es decir, se asume que con ese valor, los miembros del hogar pueden satisfacer sus principales necesidades, atendiendo a sus distintos requerimientos biológicos.

La línea de pobreza parte, entonces, de la construcción de una canasta alimentaria que debe cumplir ciertos requisitos:

- a) Los bienes alimentarios que la componen deben

garantizar, tanto en cantidad como en calidad, la satisfacción de las necesidades nutricionales de la población.

b) Por tratarse de una canasta, que debe ser valorizada para determinar la relación que mantiene con el ingreso del hogar, los alimentos que la componen deben ser aquellos de menor costo, siempre que aseguren la satisfacción de las necesidades nutricionales.

c) Los bienes alimentarios que componen la canasta son seleccionados respetando los hábitos culturales de la población.

Teniendo en cuenta que uno de los ejes de estudio que viene realizando el INDEC -a través del Proyecto "Investigación sobre Pobreza en Argentina"- es la delimitación de la línea de pobreza, se decidió construir una canasta de alimentos a partir de los datos disponibles en la Encuesta de Gastos e Ingresos de los Hogares, realizada por ese organismo en Capital Federal y el conurbano bonaerense en 1985/86.

La nutricionista Elena A. de Morales elaboró el presente estudio con la coordinación de Pablo Vinocur.

Este trabajo se realizó en el marco del Proyecto "Investigación sobre Pobreza en la Argentina" desarrollado por el Instituto Nacional de Estadística y Censos y dirigido por Alberto Minujín.

INTRODUCCION

La alimentación es una de las necesidades básicas del hombre y su logro adecuado es un derecho de todos los integrantes de la sociedad. No obstante haber suficientes alimentos disponibles en el mundo son muchas las regiones en las que no se ha podido asegurar a sus habitantes la accesibilidad permanente a éstos en cantidad y calidad suficientes como para cubrir sus necesidades nutricionales. Los grupos poblacionales socio-económicamente más deprimidos son los que padecen el impacto de esta situación, la que repercute negativamente en el estado nutricional.

Si bien resulta dificultoso definir la pobreza porque ésta varía en su dimensión según el contexto social donde sea medida y según el criterio del evaluador, el nivel de alimentación es, sin lugar a dudas, un buen indicador. Puede ser medido y comparado más allá del contexto social ya que está determinado por condicionantes de tipo biológico. Por tal motivo la Comisión Económica para América Latina (CEPAL) ha definido la pobreza según la "Línea de la Pobreza" que se determina por el costo de una "canasta de alimentos" que permita satisfacer las necesidades nutricionales mínimas, tanto de calorías como de proteínas.

El presente documento forma parte del estudio "La Pobreza Urbana en la Argentina" realizado por el Instituto Nacional de Estadísticas y Censos, el que tiene como objetivo conocer las condiciones y características que asume la pobreza en el área en estudio, identificando las diferentes situaciones existentes respecto a la estructura de satisfacción de necesidades, la gravedad de las carencias y la percepción que de las mismas tengan los

grupos afectados.

Considerando los resultados de las encuestas alimentarias realizadas en el país, los que muestran que las mayores deficiencias alimentarias son energéticas, fue definida la "canasta básica de alimentos" en este estudio como "EL CONJUNTO DE ALIMENTOS Y PRODUCTOS ALIMENTARIOS QUE CONSTITUYEN LA DIETA HABITUAL DE LA POBLACION, EN CANTIDADES SUFICIENTES PARA CUBRIR ADECUADAMENTE POR LO MENOS LAS NECESIDADES ENERGETICAS DE TODO INDIVIDUO AL MINIMO COSTO".

Para su determinación se seleccionaron los alimentos en función de tres condiciones: a) que respondan a los gustos y hábitos de la población, b) que exista disponibilidad en el mercado y c) que tengan costo mínimo. Cabe destacar, además, que la canasta que se propone asegura la cuota necesaria de proteínas de alta calidad, así como también alcanza porcentajes de adecuación altos en la mayoría de los minerales y vitaminas esenciales.

La canasta básica de alimentos propuesta permitirá:

- 1) Determinar el costo de la alimentación mínima que cubra las recomendaciones nutricionales y relacionarlo con los ingresos para estimar la posibilidad de acceso de los hogares a la satisfacción o no de las necesidades alimentarias.

- 2) Definir el límite de la pobreza a través de la determinación del porcentaje de hogares que aún gastando todos sus ingresos en alimentación no alcanzan a cubrir sus necesidades alimentarias, y el porcentaje de aquellos que destinando la mayor proporción de su ingreso para la compra de alimentos tampoco alcanzan a satisfacer plenamente las mismas.

A diferencia de otros estudios sobre el tema, en los

que se determina una canasta básica de alimentos para la familia en base a la constitución promedio del grupo poblacional. en el presente estudio la aplicación de las necesidades y por ende de la canasta básica se hará en cada uno de los hogares de la muestra en base a su constitución por edad y sexo. Por tal motivo se definió la canasta para un hombre adulto al que se consideró como unidad consumidora, a partir de la cual se obtienen el resto de unidades para los miembros del hogar. Esta relación se realiza en base a las necesidades energéticas determinadas según sexo, edad, actividad y otras variables biológicas (embarazo y lactancia).

ANTECEDENTES

Para América Latina han sido determinadas canastas básicas de alimentos por la CEPAL, en base a las hojas de balance de alimentos (1) (2). En estos trabajos el análisis se realiza para cada uno de los países de la región siguiendo pautas generales de consumo, lo que hace que en algunos casos la estructura de consumo propuesta no refleje adecuadamente los hábitos y costumbres específicos de cada región del país, puesto que las hojas de balance son de carácter nacional.

En la Argentina hay antecedentes de trabajos para la estimación del costo de la canasta familiar que muestran diferentes criterios metodológicos. El Instituto Nacional de Nutrición (inexistente desde el año 1967) tuvo entre sus funciones la de educar a la población para que lograra alcanzar una alimentación correcta al mínimo costo, para lo cual se determinaba periódicamente una canasta que siguiendo criterios nutricionales resultara accesible económicamente. Es de destacar que una canasta así

definida tiene un criterio normativo que no siempre es compatible con los gustos y hábitos de la población.

El Instituto Nacional de Estadística y Censos utiliza para la determinación del Índice de Precios al Consumidor una canasta familiar definida como el conjunto de bienes y servicios representativos del consumo familiar, entre los que se encuentran los alimentos. La estructura de esta canasta surge de los resultados de la Encuesta de Gastos en Bienes y Servicios realizada durante los años 1970-71 y reiterada en 1985; por tal motivo contempla los aspectos relativos a los gustos y hábitos ya que es elaborada en base al consumo real o efectivo de cada alimento, pero no toma como variable de ajuste al criterio nutricional.

El Instituto de Nutrición de Centroamérica y Panamá propone una definición y metodología para la determinación de la canasta familiar de alimentos que reúne criterios nutricionales, económicos y socioculturales (3), razón por la cual el presente trabajo ha sido realizado tomando como guía éste antecedente.

SINTESIS METODOLOGICA

Como primer paso en la elaboración del trabajo, se procedió a determinar las necesidades energéticas para los distintos grupos de población según edad, sexo, actividad y situación biológica.

En el caso del adulto de referencia o unidad consumidora se determinó además la necesidad proteica. Se utilizó para el cálculo de estas determinaciones el Informe de la Reunión Consultiva FAO-OMS-UNU-1985 (4), por ser éste el patrón de referencia más actualizado y producido por organismos internacionales especializados en el tratamiento del tema.

Cabe destacar que su actualización se realiza sólo cada diez años.*

La agrupación biológica se realizó teniendo en consideración dos pautas: reducir al mínimo posible el número de grupos y asegurar que cada miembro de la población tenga asegurado el nivel que cubra la necesidad energética. Esto significó no poder subsumir en un sólo grupo algunas situaciones biológicas, dado que son muy marcadas las diferencias en las necesidades energéticas entre las distintas edades que constituyen el grupo.

Posteriormente se elaboró la estructura de la canasta de alimentos teniendo en consideración el consumo de alimentos de los habitantes del área en estudio (Gran Buenos Aires). Para tal fin los datos fueron obtenidos de la Encuesta de Gastos e Ingresos de los Hogares realizada por el INDEC durante el período Julio-October 1985.

Se trabajó con la estructura de consumo de los hogares pertenecientes a los estratos socio-económicos más bajos debido a que el objetivo del estudio es definir la línea de pobreza en este área.

A fin de que la canasta propuesta asegure el aporte de energía y de nutrientes básicos al mínimo costo, se realizaron algunas modificaciones a la estructura de consumo que efectivamente tienen los habitantes del área en estudio respetando al máximo sus gustos y hábitos.

* De aquí en más se citará simplemente como documento base, acompañado al número de página de la cual se extrae información.

El trabajo está compuesto por dos capítulos y un anexo. El primer capítulo está referido a la determinación de las necesidades nutricionales y el segundo a la elaboración de la canasta básica de alimentos.

En el anexo se presentan una serie de tablas utilizadas para la realización del trabajo. Al final del documento figuran las referencias bibliográficas consultadas.

CAPITULO I

Determinación de las necesidades de energía y de proteínas.

La agrupación biológica se realizó teniendo en consideración la edad, sexo y momentos biológicos particulares como son el embarazo y madre que da de lactar, debido a que las necesidades nutricionales varían significativamente en función de estos atributos de la población.

Los grupos propuestos son:

- a) Niños de 6 meses a 12 meses
- b) Niños de 1 año
- c) Niños de 2 años
- d) Niños de 3 años
- e) Niños de 4 a 6 años
- f) Niños de 7 a 9 años
- g) Adolescentes varones de 10 a 12 años
- h) Adolescentes varones de 13 a 15 años
- i) Adolescentes varones de 16 a 17 años
- j) Adolescentes mujeres de 10 a 12 años
- k) Adolescentes mujeres de 13 a 15 años
- l) Adolescentes mujeres de 16 a 17 años
- m) Adultos hombres de 18 a 29 años
- n) Adultos hombres de 30 a 59 años
- ñ) Adultos hombres de 60 y más años
- o) Adultos mujeres de 18 a 29 años
- p) Adultos mujeres de 30 a 59 años
- q) Adultos mujeres de 60 y más años
- r) Mujeres embarazadas de más de 18 años
- s) Mujeres en lactancia de más de 18 años

Se considero como unidad consumidora al hombre adulto entre 30 y 59 años, a partir del cual se relacionaron las necesidades energéticas de cada grupo.

Los niños de 6 a 12 meses fueron integrados dentro del grupo consumidor de la canasta básica por entender que a esa edad ya han abandonado la alimentación a base de leche con carácter de exclusividad y comienzan a ingerir otros alimentos que integran la estructura de consumo de los adultos.

Hasta los 10 años no se han realizado diferenciaciones por sexo, dado que el gasto energético basal en relación con el peso, difiere poco entre ambos en la preadolescencia. En la adolescencia se han establecido necesidades diferentes para cada sexo debido al crecimiento puberal disímil.

Para el caso de los adultos se han determinado necesidades energéticas diferentes no sólo por sexo y por edad sino también por el tipo de actividad física que éstos desarrollan.

De la Encuesta Permanente de Hogares -abril 1985- se obtuvo información con respecto a tipo de actividad ocupacional y a la cantidad de horas dedicadas diariamente a las mismas.

No fue posible determinar el tiempo dedicado a actividades discrecionales (tareas domésticas, recreación, deportes, actividades sociales, etc.) pues no brinda esta fuente de datos esa información; por tal motivo se estimó la cantidad de horas dedicadas a esas actividades teniendo en cuenta los factores socio-culturales que caracterizan a la población del Gran Buenos Aires.

La clasificación de actividad se realizó en base al Manual de Códigos de la Encuesta Permanente de Hogares-

Componente de ocupación y rama de actividad. Las categorías utilizadas fueron las tradicionales para este tipo de estudios: a) ligera, b) moderada y c) intensa.

Con respecto a las necesidades de proteínas, se han determinado sólo para el hombre adulto de referencia que representa la unidad consumidora = 1.00; debido a que por la metodología aplicada en la determinación de la canasta el resto de integrantes del grupo familiar se relaciona con el adulto de referencia en función de las necesidades energéticas y no proteicas.

Metodología utilizada para la determinación de las necesidades energéticas.

a) Niños de 6 meses a 12 meses

Se promediaron las necesidades de energía que corresponden a las categorías 6 meses-9 meses y 9 meses-12 meses del Cuadro 49 (página 148 del documento base), dado que el valor promedio de kilocalorías hallado se ubica dentro del 10% en más y en menos de la propia recomendación para el primer y segundo grupo respectivamente.

Se utilizaron estos valores de kilocalorías por no existir diferencias significativas entre la mediana del peso de los datos antropométricos sobre los que se basa esa determinación (NCHS) y las tablas nacionales (8vo. Congreso Argentino de Nutrición-1983).

EDAD	NCHS	TABLAS NAC.
	+	++
6 m - 9 m	8,5 kg	8,2 kg
9 m - 12 m	9,5 kg	9,9 kg

FUENTE: + Necesidades de Energía y de Proteínas
OMS-1985
++ Recomendaciones Nutricionales
8vo. Congreso Argentino de
Nutrición - 1983

b) Niños de 1, 2 y 3 años

No se realizó agrupación biológica para estas edades debido a los cambios considerables en el crecimiento durante los primeros años de vida.

Se promediaron las necesidades energéticas entre niños y niñas que figuran en el Cuadro 23 (pág. 102-103 del documento base) para cada año de edad.

c) Niños de 4 a 6 años

Se promediaron las necesidades energéticas de los niños y niñas de 4, 5 y 6 años (Cuadro 23, pág. 102-103 del documento base). Se corroboró que el promedio estuviera dentro de márgenes aceptables (más 10% y menos 10% de las necesidades correspondientes a las edades extremas del grupo) para cada uno de los tres grupos de edad. Se sumó un 10% de sus propias recomendaciones al grupo de 4 años y se restó un 10% de sus propias recomendaciones al grupo de 6 años, verificándose de este modo que el promedio de energía correspondiente al grupo no llevaría a los más pequeños a la obesidad ni a los más grandes al adelgazamiento.

Se utilizaron los valores de kilocalorías del documento de base debido a la similitud en el peso corporal según edad que existe entre las tablas internacionales y las nacionales (Tablas Internacionales que figuran en el Anexo 2.A, pág. 193 del documento de base y las Nacionales

del Dr. Lejarraga que se adjunta en el anexo del presente documento - Cuadro IA).

d) Niños de 7 a 9 años

Se procedió de igual forma que con el grupo anterior por las mismas razones (similitud en los datos antropométricos).

En este caso también se corroboró si las necesidades energéticas promedio se ubicaban dentro del 10% más y 10% menos de las necesidades de las edades extremas del grupo.

e) Adolescentes de 10 a 12 años - Varones y Mujeres

En este grupo se procedió a la diferenciación por sexo por los motivos explicitados anteriormente.

Se compararon los patrones antropométricos internacionales (Cuadro 24, pág. 104 del documento base) con los nacionales del Dr. Lejarraga (Anexo Cuadro I-A).

Las tablas nacionales muestran a partir de los 10 años diferencias con respecto a las internacionales en la mediana de talla por edad. Esto obliga a comparar patrones que expresen peso por talla y edad y no sólo peso por edad. Desafortunadamente todavía no se dispone de tablas nacionales de peso según la talla para diferentes tramos de edad, razón por la cual todos los estudios que en la actualidad se realizan en el área de nutrición siguen tomando patrones de referencia internacionales ante estos casos.

Por lo tanto, se procedió a promediar las necesidades energéticas que figuran en el Cuadro 28, pág. 106 del documento base.

f) Adolescentes de 13 a 15 años - Varones y Mujeres

Se procedió de igual modo que para el grupo de edad anterior.

g) Adolescentes de 16 a 17 años - Varones y Mujeres

Se procedió de igual modo que para los dos grupos anteriores.

h) Adultos hombres y mujeres

Se dividió la población adulta según sexo en tres categorías de edad: 18 a 29 años, 30 a 59 años y 60 años y más.

Para adjudicar la unidad consumidora = 1.00 fue necesario conocer en qué grupo de edad y en qué tipo de actividad se ubica la mayor concentración poblacional del área en estudio.

Con este fin se trabajó con los datos provenientes de la Encuesta Permanente de Hogares (abril 1985) de donde se obtuvo el número de horas diarias dedicadas a actividades ocupacionales, resultando la actividad moderada y la intensa las que reúnen a la mayor parte de la población activa.

Al analizar la estructura de población por edad, resultó ser la categoría de 30 a 59 años la que tiene frecuencias relativas más altas.

Por tales motivos se consideró como adulto de referencia o unidad consumidora = 1.00 al hombre de 30 a 59 años con actividad moderada.

En lo relativo a las características antropométricas del grupo adulto, no fue posible basar la determinación de las necesidades energéticas en el peso corporal promedio que indican las encuestas clínico-nutricionales nacionales

puesto que son estudios realizados en áreas muy puntuales y además tienen limitaciones importantes en la magnitud de la muestra.

Ante este hecho fueron consultadas las Tablas de Recomendaciones Nutricionales de la República Argentina del 8vo. Congreso Argentino de Nutrición (año 1983), donde figuran datos de peso y talla promedio.

Dado que según consta en este patrón de referencia, no existen variaciones en el peso para diferentes edades mientras que sí existen variaciones en la talla, se consideró conveniente, a fin de que las necesidades energéticas a determinar tengan efecto normativo, utilizar los valores de talla que figuran en dichas tablas y trabajar con el peso por talla apropiado para cada grupo de edad.

La opinión de los expertos que participaron del Comité refuerza esta forma de estimación de necesidades, según manifiestan en la pág. 33 del documento base: "de ser utilizado el peso real se estaría manteniendo el statu quo, mientras que si se usa la mediana del margen de referencia el resultado tendrá un efecto 'normativo'".

Disponiendo de estos datos se procedió del siguiente modo:

- 1) De la Tabla C. Anexo 2 (pág. 196 del documento base) se tomó la mediana del peso por talla apropiado, partiendo del dato de talla/edad de las tablas nacionales.

MEDIANA DEL PESO/TALLA APROPIADO POR SEXO Y EDAD

EDAD (años)	TALLA/EDAD (metros) +		PESO/TALLA (kg) ++	
	HOMBRES	MUJERES	HOMBRES	MUJERES
18-29	1.72	1.60	65.0	52.6
30-59	1.70-1.68	1.57-1.54	62.6	49.9
60 y +	1.68	1.54	61.7	49.5

FUENTE: + Recomendaciones Nutricionales-8vo. Congreso Argentino de Nutrición-1983

++ Necesidades de Energía y de Proteínas-OMS-1985

2) Se obtuvo la tasa de metabolismo basal/kg/día (T.M.B./kg) de los Cuadros 42 a 47 (pág. 144-146 del documento base) basándose en el peso/talla apropiado según sexo. La tasa de metabolismo basal es el gasto energético en condiciones basales (estado post-absortivo, en reposo absoluto y en un medio termoneutro).

TASA DE METABOLISMO BASAL POR KG. POR DIA SEGUN EDAD Y SEXO

EDAD (años)	TASA DE METABOLISMO BASAL/KG/DIA	
	HOMBRES (kcal.)	MUJERES (kcal.)
18-29	26	24
30-59	25.5	25.5
60 y +	21.2	22.5

FUENTE: Necesidades de Energía y de Proteínas-OMS-1985

3) Se obtuvo la tasa de metabolismo basal por hora para el peso/talla apropiado según tramos de edad multiplicando la tasa de metabolismo basal/kg por el peso por talla y dividiendo el resultado por 24 horas.

$$T.M.B./h = \frac{T.M.B./kg \times \text{Peso/talla}}{24}$$

TASA DE METABOLISMO BASAL/HORA

EDAD (años)	TASA DE METABOLISMO BASAL/HORA	
	HOMBRES (kcal.)	MUJERES (kcal.)
18-29	70	53
30-59	66	53
60 y +	54	46

FUENTE: Elaboración propia a partir del documento
 "Necesidades de Energía y de Proteínas" - OMS -
 1985

4) Del Cuadro 8 (pág. 81 del documento base), se obtuvieron los múltiplos de T.M.B. adecuados para cada tipo de actividad, según sexo.

ACTIVIDAD	MULTIFLOS de T.M.B.	
	HOMBRES	MUJERES
LIGERA	1.7	1.7
MODERADA	2.7	2.2
INTENSA	3.8	2.8

FUENTE: Necesidades de Energía Proteínas
OMS-1985 .

Finalmente, para la determinación de las necesidades energéticas para adultos se procedió a discriminar los tiempos que dedican a actividades ocupacionales, discretionales, descanso y tiempo restante. Tal como fuera mencionado, todos los tiempos, excepto los dedicados a actividades ocupacionales, fueron estimados ante la falta de información que permitiera precisarlos. Para estas estimaciones se tuvieron en consideración algunos aspectos socio-culturales propios del grupo. Así por ejemplo, el tiempo dedicado al descanso se estimó para hombres y mujeres en 8 horas, mientras que para actividades discretionales se agregó 1 hora más en el caso de la mujer por las tareas domésticas que desarrolla.

Los tiempos dedicados a actividades ocupacionales fueron los siguientes:

Hombres: actividad ligera (6 hs. 3/4), moderada (6 hs. 3/4) e intensa (6 hs. 1/8)

Mujeres: actividad ligera (5 hs. 1/2), moderada (5 hs. 1/4) e intensa (6 hs. 1/2)

Al analizar los tiempos dedicados a actividades ocupacionales que surgen de la Encuesta Permanente de

Hogares del INDEC, sorprende encontrar mayor dedicación horaria en el caso de la mujer, a medida que aumenta la intensidad de la actividad (entre actividad moderada e intensa). Previa tabulación de los datos se suponía que a mayor intensidad en la actividad, los tiempos de dedicación resultarían decrecientes, debido a que esto implica un mayor gasto energético.

Como último paso en la determinación calórica se procedió a multiplicar la tasa de metabolismo basal por hora por el múltiplo de T.M.B. correspondiente a esa actividad y por el número de horas dedicadas a la misma.

i) Embarazo y lactancia

Se determinaron necesidades energéticas para mujeres embarazadas de 18 a 29 años y de 30 a 59 años, adicionando 285 kcal./día a las necesidades propias de la edad. En el caso de mujeres madres de niños que alimentan al pecho se adicionaron 500 kcal./día.

Estos suplementos calóricos son los recomendados en el documento base para el caso de estas dos situaciones biológicas (Cuadro 50 - pág. 149)

Al final del presente capítulo figura el Cuadro Nro. I sobre necesidades energéticas para todos los grupos de edad, sexo y actividad.

METODOLOGIA PARA LA DETERMINACION DE LAS NECESIDADES DE PROTEINAS

Las necesidades de proteínas tal como se menciona en párrafos anteriores, fueron establecidas para el hombre adulto exclusivamente, puesto que por razones propias de la metodología a aplicar en la determinación de la canasta básica de alimentos para la familia, la distribución

intrafamiliar de alimentos surge de la aplicación de índices hallados al relacionar las necesidades energéticas y no proteicas.

Esta aplicación, tal como lo sostienen otros autores (5), es teórica, pues en el seno familiar la distribución se realiza en base a otros patrones de consumo más allá de las necesidades energéticas.

Cabe ser destacado que tal como fuera mencionado en la introducción, la canasta de alimentos debe cubrir básicamente las necesidades energéticas de todos los individuos. En el caso particular de la canasta que se propone en este trabajo, los ajustes realizados por calidad y digestibilidad proteica así como el porcentaje de adecuación (118%) que cubre, aseguran en la mayoría de las situaciones biológicas la satisfacción de la necesidad proteica.

En el documento base, la dosis inocua de ingestión de proteína para los adultos (0,75 gramos/día/kg de peso corporal) está referida a proteínas de alta calidad y digestibilidad (proteínas de huevo, leche de vaca, carne y pescado). Por tal razón fue necesario realizar los ajustes en función de la dieta que efectivamente consumen los integrantes del grupo poblacional en estudio.

En el presente trabajo se ajustó la dosis inócua de ingestión de proteínas teniendo en cuenta: a) los antecedentes existentes referidos a la composición de las dietas en los países en desarrollo los que indican que estas tienen una calidad proteínica del 70% (6), b) la digestibilidad, dado que la estructura de la dieta efectivamente consumida en la población objetivo se caracteriza por su bajo contenido en fibra o residuo, se corrigió el valor hallado en un 95% .

Según surge de la aplicación de los ajustes mencionados la necesidad de proteínas determinada fue de 70.60 gramos por día para el hombre adulto

$$\begin{aligned}
 \text{Necesidad de proteínas} &= \text{Dosis} \times \text{peso} \times \text{calidad} \times \text{digestibilidad} \\
 &= 0.75 \text{g} \times 62.6 \text{kg} \times \frac{100}{70} \times \frac{100}{95} = 70.60 \text{ gr/día}
 \end{aligned}$$

En la elaboración de la canasta básica de alimentos se tuvo en consideración las pautas de cultura alimentaria propias del país. Esto está reflejado en el porcentaje de proteínas según origen (40% de proteínas de origen animal). De esta manera la canasta básica resultará un instrumento de aplicación práctica que refleja la verdadera tendencia de consumo de la población argentina.

CUADRO No. 1
NECESIDADES ENERGETICAS Y UNIDADES CONSUMIDORAS
SEGUN EDAD, SEXO Y ACTIVIDAD
GRAN BUENOS AIRES

EDAD - SEXO - ACTIVIDAD.	NECESIDADES ENERGETICAS (Kcal)	UNIDADES CONSUMIDORAS
Niños de 6m - 12m	880	0.33
Niños 1 año	1.170	0.43
Niños 2 años	1.360	0.50
Niños 3 años	1.500	0.56
Niños 4-6 años	1.710	0.63
Niños 7-9 años	1.950	0.72
ADOLESCENTES VARONES		
10-12 años	2.230	0.83
13-15 años	2.580	0.96
16-17 años	2.840	1.05
ADOLESCENTES MUJERES		
10-12 años	1.980	0.73
13-15 años	2.140	0.79
16-17 años	2.140	0.79
ADULTOS VARONES		
18-29 años Ligera	2.490	0.92
18-29 años Moderada	2.860	1.06
18-29 años Intensa	3.260	1.21
30-59 años Ligera	2.350	0.87
30-59 años Moderada	2.700	1.00
30-59 años Intensa	3.070	1.14
60 y + años Ligera	1.930	0.71
60 y + años Moderada	2.210	0.82
60 y + años Intensa	2.520	0.93
ADULTOS MUJERES		
18-29 años Ligera	1.950	0.72
18-29 años Moderada	2.000	0.74
18-29 años Intensa	2.260	0.84
30-59 años Ligera	1.950	0.72
30-59 años Moderada	2.000	0.74
30-59 años Intensa	2.260	0.84
60 y + años Ligera	1.690	0.63
60 y + años Moderada	1.730	0.64
60 y + años Intensa	1.960	0.73
Embarazo (mayores de 18 años) Ligera	2.230	0.83
Embarazo (mayores de 18 años) Moderada	2.290	0.85
Embarazo (mayores de 18 años) Intensa	2.540	0.94
Lactancia (mayores de 18 años) Ligera	2.450	0.91
Lactancia (mayores de 18 años) Moderada	2.500	0.93
Lactancia (mayores de 18 años) Intensa	2.760	1.02

CAPITULO II

Canasta Básica de Alimentos

Para la elaboración de la canasta básica de alimentos aplicable a las familias del área del Gran Buenos Aires, se procedió en primer término a reconocer la estructura de la dieta que estos grupos consumen.

De la Encuesta de Gastos e Ingresos de los Hogares (INDEC-1985) se obtuvo el consumo/día/persona de cada uno de los alimentos que integran la dieta.

Se trabajó sobre los estratos socio-económicos más deprimidos, los que fueron categorizados del siguiente modo, en base a la información disponible y la estratificación:

a) Estrato 4: radios censales donde los hogares tienen un 30%-40% de jefes de familia con primaria incompleta.

b) Estrato 5: radios censales donde los hogares tienen un 40%-50% de jefes de familia con primaria incompleta.

c) Estrato 6: radios censales donde los hogares tienen un porcentaje mayor a 50 de jefes de familia con primaria incompleta.

Ello resultó en una muestra de 385 hogares que nucleaban a 1640 miembros.

La cantidad promedio comprada, diariamente de cada alimento fue convertida mediante la aplicación de factores de cálculo a cantidades comestibles (alimentos libres de desechos: cáscaras, huesos, semillas, etc.) (Ver Cuadro Nro. II-A del anexo).

Se clasificaron los alimentos según los rubros propuestos por FAO; la única modificación que se realizó a esta agrupación fue la inclusión del rubro "pescados y mariscos" dentro del grupo "carne y derivados".

Los valores hallados expresados en peso neto y peso bruto para cada grupo figuran en el Cuadro Nro. II.

CUADRO NRO. II

CANTIDADES PROMEDIO DE ALIMENTOS CONSUMIDOS

POR DIA Y POR PERSONA

GRAN BUENOS AIRES

GRUPOS DE ALIMENTOS	CANTIDAD DIARIA	
	Peso Bruto (g)	Peso Neto (g)
1-Cereales y derivados	294	294
2-Féculas y raíces amil.	170	133
3-Azúcares	64	64
4-Legumbres secas	2	2
5-Hortalizas	120	90
6-Frutas	130	89
7-Carnes y derivados	243	179
8-Huevo	28	24
9-Productos lácteos:		
Leche fluida, de vaca	164	164
Leche en polvo, de vaca	1	1
Quesos	15	13
Dulce de leche	3	3
Yoghurt	6	6
10-Grasas y aceites	37	37
11-Varios: condimentos, infusiones y otros	46	46
12-Bebidas: gaseosas edul- coradas	122	122
alcohólicas	80	80
gaseosas no edul- coradas	112	112

FUENTE: Encuesta de Gastos e Ingresos - INDEC - 1985

Para el análisis de la composición química de la dieta se tomaron en cada grupo de alimentos aquellos que fueron consumidos en mayor cantidad. En el anexo figura la nómina de alimentos por grupo:

Los valores promedio utilizados de calorías y nutrientes, fueron obtenidos en base a las Tablas de Composición de Alimentos para Uso en América Latina - Incap - 1961, las que fueron complementadas con las Tablas de Composición Química de Alimentos del Instituto Nacional de Nutrición - Argentina - 1949.

A fin de conocer la estructura de la dieta se halló el origen de las calorías, que fue expresado como porcentaje del contenido calórico total aportado por cada grupo de alimentos (Cuadro Nro. III).

CUADRO NRO. III
ORIGEN DE LAS CALORIAS DE LA DIETA CONSUMIDA
SEGUN GRUPOS DE ALIMENTOS
GRAN BUENOS AIRES

GRUPOS DE ALIMENTOS	PORCENTAJES DE CALORIAS AFORTADAS
1-Cereales y derivados	41,40
2-Féculas y raíces amiláceas	5,04
3-Azúcares	8,01
4-Legumbres secas	0,27
5-Hortalizas	0,98
6-Frutas	2,07
7-Carnes y derivados	14,74
8-Huevo	1,37
9-Productos lácteos	6,33
10-Grasas y aceites	12,90
11-Varios	---
12-Bebidas: gaseosas edulcoradas	1,92
alcohólicas	4,96
gaseosas no edulcoradas	---

FUENTE: Elaboración propia a partir de la Encuesta
de Gastos e Ingresos - INDEC - 1985

Esta estructura de consumo se comparó con la encontrada en otros estudios realizados en el país en el área de Capital Federal (7).

CUADRO NRO. IV
ORIGEN DE LAS CALORIAS DE LA DIETA CONSUMIDA
SEGUN GRUPOS DE ALIMENTOS
CAPITAL FEDERAL

GRUPOS DE ALIMENTOS	PORCENTAJES DE CALORIAS AFORTADAS
1-Cereales y derivados	34,71
2-Féculas y raíces amil.	3,89
3-Azucares y dulces	11,83
4-Legumbres secas	1,17
5-Hortalizas	1,81
6-Frutas	4,10
7-Carnes y derivados	15,99
8-Huevo	1,49
9-Productos lácteos	8,62
10-Grasas y aceites	14,22
11-Bebidas alcohólicas	2,17

FUENTE: Encuesta alimentaria en la Capital Federal
(Estudio promedio de los años 1978-79-80)
Secretaría de Estado de Intereses Marítimos.

Se destaca la similitud entre ambas, lo que refleja una tendencia sostenida en la selección de alimentos. Los únicos rubros que muestran algunas diferencias son los de cereales y derivados y los de féculas y raíces amiláceas, resultando mayor el consumo porcentual en el Gran Buenos Aires con respecto a Capital Federal. Esto es fácilmente explicable por las características socio-económicas de las

muestras. Paralelamente disminuye en Gran Buenos Aires el porcentaje calórico proveniente de azúcares refinados y grasas libres. El grupo cárneo muestra inelasticidad en la demanda según nivel socio-económico, lo que reafirma las pautas culturales mencionadas en el capítulo anterior.

Basándose en esta estructura de dieta se confeccionó la canasta básica siguiendo los objetivos que se han mencionado en la introducción del presente documento. Por tal motivo la estructura de dieta propuesta sufrió las siguientes modificaciones con respecto a la realmente consumida.

CUADRO NRO. V

DEFINICION DE LA ESTRUCTURA DE LA DIETA
DE LA CANASTA BASICA DE ALIMENTOS
GRAN BUENOS AIRES

GRUPOS DE ALIMENTOS	ESTRUCTURA DE LA DIETA (%)
1-Cereales y derivados	46
2-Féculas y raíces amil.	7
3-Azúcares	8
4-Legumbres secas	1
5-Hortalizas	1
6-Frutas	2
7-Carnes y derivados	12
8-Huevo	1
9-Productos lácteos:	
Leche fluida, de vaca	6
Quesos	1
10-Aceites	13
11-Bebidas	2

FUENTE: Elaboración propia.

Si bien se intento mantener al máximo la estructura de consumo que realmente tiene la población sobre la que se aplicará la canasta básica propuesta, se realizaron algunas modificaciones con el objeto de mejorar el valor nutritivo de esta al mínimo costo. Tal como fuera explicitado en la introducción del trabajo, la canasta propuesta debe asegurar que se cubran las necesidades nutricionales reduciendo el costo en alimentos. Por tal motivo:

1) Se aumentó en un 4,6% las calorías aportadas por el grupo de cereales y derivados, manteniendo la selección de alimentos que actualmente realiza la población y cuidando de guardar las mismas proporciones en que cada uno de ellos contribuyen a la constitución del grupo.

2) Se aumentó en un 1,96% las calorías aportadas por el grupo de féculas y raíces amiláceas, con idénticos criterios que los sustentados para el caso anterior.

3) Se aumentó en un 0,73% las calorías aportadas por las leguminosas secas a fin de mejorar el valor nutritivo de la alimentación. El incremento fue poco significativo dado que este grupo de alimentos no responde en general a los hábitos y gustos de la población argentina.

4) Se disminuyó en un 2,74% el aporte de calorías del grupo cárneo por ser alto el costo del gramo/proteína por ellas aportado. Una reducción más sustancial podría haber sido hecha desde el punto de vista nutricional pues el aporte proteico de la alimentación que se propone, supera el 100% de adecuación y el porcentaje de proteínas de origen animal es alto, pero aquí nuevamente las limitaciones estuvieron marcadas por razones de cultura alimentaria.

5) El grupo lácteo se mantuvo en los mismos porcentajes, pero se seleccionaron los alimentos que lo integran considerando sus precios unitarios a igual valor nutritivo; por este motivo se eliminó de la canasta propuesta el yogurt y se aumentó la cantidad de leche. Cabe aquí ser destacada la posibilidad a nivel familiar de elaborar este

producto alimenticio partiendo de la leche fluida. Asimismo se excluyó para la determinación del origen de las calorías de la dieta el grupo de "varios" por estar constituido por condimentos que no aportan calorías. En el grupo de "bebidas" se excluyeron las alcohólicas dado que no contribuyen a la constitución del valor calórico con sentido nutricional. El rubro "varios" será considerado para la valorización monetaria de la canasta.

En el Cuadro Nro. VI se presentan las calorías que debe aportar cada grupo de alimentos en base a los porcentajes propuestos en el Cuadro Nro. V, con el objeto de cubrir las necesidades energéticas del hombre adulto, con la respectiva conversión en cantidades de alimentos expresados en peso neto necesarias para alcanzar esas cifras calóricas.

CUADRO NRO. VI
CANASTA BASICA DE ALIMENTOS
HOMBRE ADULTO

(Calorías y cantidades por grupo de alimentos)

GRUPO DE ALIMENTOS	CALORIAS QUE APORTAN	GRAMOS DE ALIMENTOS POR DIA
1-Cereales y derivados	1242	345
2-Féculas y raíces amil.	189	194
3-Azúcares	216	56
4-Legumbres secas	27	8
5-Hortalizas	27	100
6-Frutas	54	92
7-Carnes y derivados	324	154
8-Huevo	27	18
9-Productos lácteos:		
Leche fluída, de vaca	162	265
Quesos	27	8
10-Aceites	351	40
11-Bebidas	54	135

FUENTE: Elaboración propia.

La adecuación de la alimentación propuesta fue hallada mediante la comparación de los nutrientes que aporta la canasta con las recomendaciones nutricionales de energía y proteínas determinadas oportunamente y con las recomendaciones de FAO-1975 para el resto de microelementos.

Se expresó esta adecuación mediante un porcentaje:

$$\text{Porcentaje de adecuación} = \frac{\text{Cantidad de nutrientes aportados por la dieta}}{\text{Cantidad recomendada del mismo nutriente}} \times 100$$

CUADRO No. VII
CALORIAS Y NUTRIENTES DE LA CANASTA BASICA
GRAN BUENOS AIRES

CALORIAS Y NUTRIENTES	UNIDAD	VALOR NUTRITIVO	% DE ADECUACION
Calorias		2.700	100
Proteinas	gramos	83,46	118
Calcio	miligramos	693	138
Hierro	miligramos	16,88	187
Vitamina "A" (retinol)	U.I.	1.675	67
Tiamina	miligramos	0,89	74
Riboflavina	miligramos	1,21	67
Niacina	miligramos	25,02	126
Acido ascórbico	miligramos	58,03	193

FUENTE: Elaboración propia

Las recomendaciones en minerales y vitaminas utilizadas fueron las últimas disponibles propuestas por FAO/OMS (1975).

El porcentaje de proteínas de origen animal que brinda la canasta básica es del 49% y el hierro de origen animal que aporta alcanza el 40%.

El contenido en vitamina "A" está expresado como vitamina activa, para lo cual se valoró la sexta parte del contenido en carotene al que se sumó el de vitamina "A" alcohol.

El aporte de vitamina "C" o ácido ascórbico se halló considerando las pérdidas por cocción para el caso de los alimentos que se consumen exclusivamente de este modo.

El porcentaje de adecuación para el caso de las vitaminas "A", tiamina y riboflavina no alcanza el óptimo aunque se encuentra en valores razonablemente adecuados. De haberse seleccionado alimentos que aportaran en forma abundante estos nutrientes se hubiera aumentado considerablemente el costo pero básicamente no se hubieran contemplado los patrones culturales en el consumo de alimentos propios de la población en estudio (las fuentes principales de estas vitaminas son las vísceras, algunas legumbres, cereales integrales, etc.).

A fin de poder determinar la valorización monetaria de la canasta básica de alimentos, se transformaron las cantidades de alimentos expresadas en peso neto en cantidades expresadas en peso bruto o peso de compra (esto último incluye las partes no comestibles o desechos).

La distribución interna de los grupos de alimentos fue necesario discriminarla dadas las distintas proporciones en que los mismos contribuyen, en algunos casos, a la constitución del grupo y, dadas las diferencias marcadas en los precios de los alimentos de un mismo grupo. La composición interna de aquellos grupos que no figurán discriminados en el cuadro No. VIII se encuentran en el anexo en el Cuadro No. III-A.

CUADRO No. VIII
CANASTA BASICA DE ALIMENTOS
HOMBRE ADULTO

(cantidades expresadas en peso bruto por día)

ALIMENTOS	CANTIDAD (gramos)
Pan	202
Galletitas saladas	14
Galletitas dulces	24
Arroz	21
Harina de trigo	34
Otras harinas	7
Fideos	43
Papa	235
Batata	23
Azúcar	48
Dulces	8
Legumbres secas	8
Hortalizas	131
Frutas	134
Carnes	209
Huevo	21
Leche fluida	265
Quesos	9
Aceite	40
Bebidas edulcoradas	135
Bebidas sin edulcorar (gaseosas)	115
Sal fina	5
Sal gruesa	3
Vinagre	3
Café	2
Té	2
Yerba	20

FUENTE: Elaboración propia.

A efectos de establecer diferencias se comparó la estructura de consumo de la canasta básica propuesta, con la elaborada para América Latina por la CEPAL en el año 1979 (8).

Se destaca la similitud entre ambas, aunque existan algunas diferencias provenientes de la metodología con que ambas han sido elaboradas.

La estimación realizada por Oscar Altimir está basada en la disponibilidad de alimentos que surge de las Hojas de Balance de FAO (1975) que cubren el período 1960-1975. Cabe ser destacado, este instrumento marca tendencias de consumo aparente de carácter nacional, razón por la cual la especificidad en los gastos y hábitos de la población del área delimitada para la determinación de la canasta que se propone en este trabajo, no se ve correctamente reflejada.

Así, por ejemplo, las diferencias marcadas que existen en la estructura propuesta y la elaborada por la CEPAL en los referido al consumo de legumbres se explica porque en ésta se han incluido algunas leguminosas como son los frijoles, que si bien en algunos países de América Latina son altamente consumidos, en la Argentina no es así.

Otra diferencia que resulta llamativa es la referida al grupo lácteo. En la estructura que se propone es mayor el porcentaje de calorías aportado por este grupo debido a la expansión considerable de la demanda que en los últimos años se ha producido de leches acidificadas (yogurt). El porcentaje de calorías provenientes de los otros grupos de alimentos es prácticamente similar entre ambas canastas.

Cabe ser destacado que se ha incluido en la canasta elaborada del área en estudio el rubro bebidas por considerar que su exclusión conlleva un sesgo importante en la estimación, dado que en la estructura que realmente consumen los habitantes, este grupo aporta el 6,88% del aporte energético diario. Por supuesto se seleccionaron éstas con criterio nutricional (jugos de frutas para diluir concentrados y en polvo).

En el cuadro No. IX se aprecia la comparación entre ambas estructuras de consumo; a efectos de poder realizarla se estimaron los aportes calóricos de la canasta de la

CEPAL con los mismos valores de composición química de alimentos que los utilizados para la canasta elaborada en este documento.

CUADRO No. IX

CUADRO COMPARATIVO DE LAS ESTRUCTURAS DE CONSUMO

GRUPOS DE ALIMENTOS	PORCENTAJE DE CALORIAS APORTADAS	
	CEPAL (1975) +	INDEC (1987)++
Cereales y derivados	46,96	46,00
Féculas y raíces amil.	7,79	7,00
Azúcares	8,51	8,00
Legumbres secas	2,24	1,00
Hortalizas	0,91	1,00
Frutas	3,00	2,00
Carnes	13,87	12,00
Productos lácteos	3,95	7,00
Huevo	1,03	1,00
Aceites y grasas	11,74	13,00
Bebidas	---	2,00

FUENTE: + Elaboración propia a partir del documento

" La dimensión de la pobreza en América
Latina" - CEPAL - 1978.

++ Elaboración propia.

NOTAS

1) ALTIMIR, O. - "La dimensión de la pobreza en América Latina"- CEPAL - Santiago de Chile, 1978; y TEJO JIMENEZ, P. - "Un método para estimar consumos mínimos de alimentos para países de América Latina". Cepal - Santiago de Chile - 1976.

2) TEJO JIMENEZ, P. - "Un método para estimar consumos mínimos de alimentos para los países de América Latina"- CEPAL - Santiago de Chile - 1976.

3) FLORES, M. y BENT, V. - "Canasta familiar de alimentos, definición y metodología". INCAP - Pub. No. INCAP E, Guatemala, 1981.

4) OMS - "Necesidades de energía y proteínas" - Informe de la reunión consultiva conjunta FAO/OMS/UNU - Serie de informes técnicos 724, Ginebra, 1985.

5) FLORES, M. y BENT, V. - IDEM

6) TEJO JIMENEZ, P. - IDEM

7) MORALES, E y LONGO, E - "Encuesta alimentaria en la Capital Federal". Secretaría de Intereses Marítimos, Argentina, 1980.

8) ALTIMIR, O. - IDEM.

BIBLIOGRAFIA

1. ALTIMIR, O.- "La dimensión de la pobreza en América Latina"- CEPAL- Santiago de Chile - 1978.
2. CEPAL - "Determinación de los requerimientos de energía y proteínas para la población uruguaya"- Uruguay- 1987.
3. CONSEJO ECONOMICO Y SOCIAL DE LAS NACIONES UNIDAS- "Itsmo Centroamericano. Los sistemas alimentarios de la canasta básica"- CEPAL/MEX./SEM. 4/8 - 1981.
4. CONSEJO ECONOMICO Y SOCIAL DE LAS NACIONES UNIDAS- "La pobreza y la satisfacción de necesidades básicas en el Itsmo Centroamericano"- CEPAL/MEX./SEM. 4/12 - 1981.
5. F.A.O/O.M.S. - "Manual sobre necesidades nutricionales del hombre"- Italia- 1975.
6. FLORES, M. - BENT, V.- "Canasta familiar de alimentos - Definición y Metodología"- INCAP- Pub. No. INCAP E- Guatemala- 1981.
7. INSTITUTO NACIONAL DE LA NUTRICIÓN- "Tablas de la Composición Química de los Alimentos"- Pub. Cient. CNP10- Argentina - 1945.
8. MORALES, E. - LONGO, E.- "Encuesta alimentaria en Capital Federal" - Secretaría de Intereses Marítimos- Argentina - 1980.

9. O.M.S. - "Necesidades de energía y proteínas" - Informe de una Reunión Consultiva Conjunta FAO/OMS/UNU- Serie de Informes técnicos 724 - Ginebra- 1985

10. SECRETARIA PERMANENTE DEL TRATADO GENERAL DE INTEGRACION ECONOMICA CENTROAMERICANA- "Consumo de alimentos e ingesta de nutrientes por grupos socio-económicos en los hogares de Honduras". Doc. No. 42- Honduras - 1983.

11. TEJO JIMENEZ, P. - "Un método para estimar consumos mínimos de alimentos para los países de América Latina"- CEPAL-Santiago de Chile - 1976.

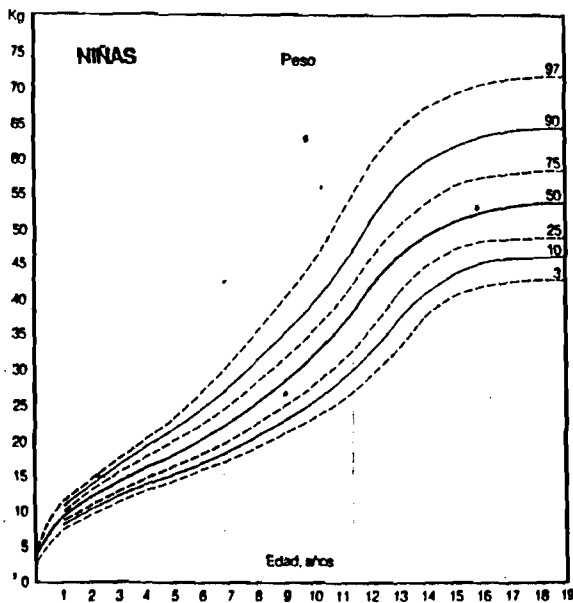
12. WOOT-TSUEN, WU LEUNG, FLORES M. - "Tabla de Composición de alimentos para uso en América Latina"- INCAF-ICNND- Guatemala- 1961.

A N E X O

CUADRO IA

PESO NIÑAS

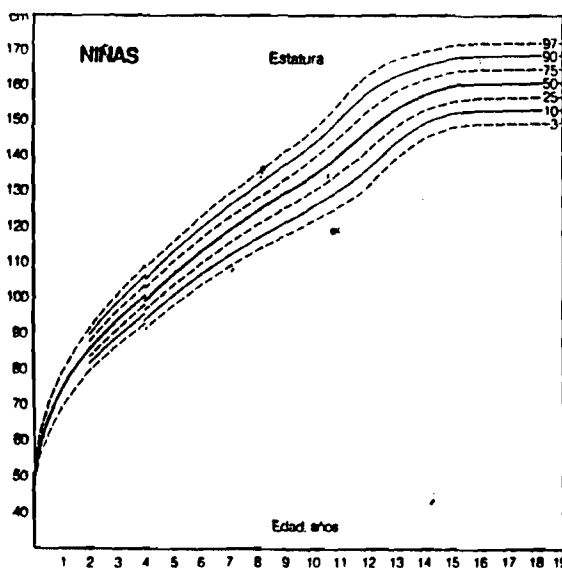
Nacimiento - 19 años



Gráficas elaboradas por Leizaola, H. y Oñate, J. sobre datos de La Plata (Cuernavaca M. y col. Parte I 79, 281, 1980; Parte II 79, 445, 1980); Córdoba (Funes Leizaola, P. y col. Min. Bienestar Social. Datos de Matern e Infancia Nov. 1975) y otras 20 provincias argentinas (Leizaola, H., Bocca, S., Alonso, M., Maza, E. Arch. Arg. Pediat. en Prensa)

ESTATURA NIÑAS

Nacimiento - 19 años

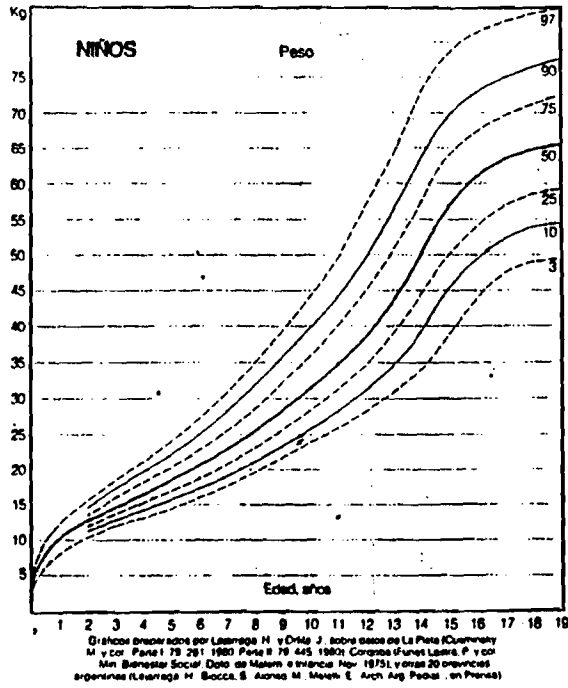


Gráficas elaboradas por Leizaola, H. y Oñate, J. sobre datos de La Plata (Cuernavaca M. y col. Parte I 79, 281, 1980; Parte II 79, 445, 1980); Córdoba (Funes Leizaola, P. y col. Min. Bienestar Social. Datos de Matern e Infancia Nov. 1975) y otras 20 provincias argentinas (Leizaola, H., Bocca, S., Alonso, M., Maza, E. Arch. Arg. Pediat. en Prensa)

CUADRO IA

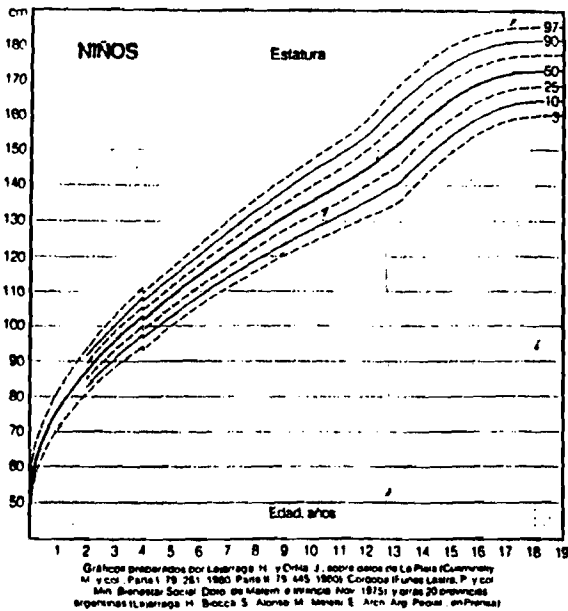
PESO NIÑOS

Nacimiento - 19 años



ESTATURA NIÑOS

Nacimiento - 19 años



CUADRO NRO. II. A

FACTORES DE CALCULO POR GRUPOS DE ALIMENTOS

GRUPOS DE ALIMENTOS	FACTORES DE CALCULO
1. Cereales y Derivados	-----
2. Féculas y Raíces Amil.	-----
3. Azúcares	-----
4. Leguminosas secas	-----
5. Hortalizas	1.31
6. Frutas	1.45
7. Carnes	1.36
8. Huevo	1.19
9. Leche fluida	-----
10. Quesos	1.17
11. Grasas y aceites	-----
12. Varios	-----
13. Bebidas	-----

CUADRO NRC. III. A

ALIMENTOS QUE INTEGRAN CADA GRUPO

GRUPO DE ALIMENTOS	ALIMENTOS QUE LO INTEGRAN
14 Cereales y derivados	Pan, galletitas saladas, galletitas dulces, arroz, harina de trigo, fideos, otras harinas.
24 Féculas y raíces amiláceas	Papa, batata.
3 Azúcares	Azúcar refinada, dulce de batata, mermeladas.
4 Leguminosas secas	Arvejas, lentejas y porotos.
5 Hortalizas	Acelga, cebolla, lechuga, tomate, zanahoria, zapallo, tomate natural.
5 Frutas	Banana, mandarina, manzana, naranja.
74 Carnes	Vacuna: asado, carnaza, carne picada, cuadril, falda con huevo, nalga, paleta. Ave: pollo
8 Huevo	De gallina.
9 Lácteos	Leche fluida entera de vaca, queso fresco y queso de rallar.
10 Grasas y aceites	Aceite mezcla.
11 Varios	Sal fina, sal gruesa, vinagre, café, té, yerba mate.
12 Bebidas	Jugos para diluir concentrados y en polvo, soda.

3
3
3

3
3
3