

Consumo de alimentos en América Latina y el Caribe

Teresa Shamah Levy¹, Lucia Cuevas Nasu¹, Erika Mayorga Borbolla¹, Danae Gabriela Valenzuela Bravo¹

Resumen: El cambio en el patrón alimentario en los países de América latina y en los estilos de vida de la población, se han visto afectados durante las últimas décadas debido a los procesos de globalización y por el urbanismo. Según datos del 2009 de FAOSTAT, muestran que en 29 países de América Latina y el Caribe (Suriname carece de información), el trigo, el arroz, el maíz y el azúcar sin refinar son los productos básicos de mayor disponibilidad. El suministro per cápita en todos los países de la región de energía total, muestra que existe un mayor suministro de kilocalorías provenientes de productos de origen vegetal que de productos de origen animal; países como Barbados, Brasil, Cuba, Dominicana, México y Venezuela tienen un suministro de kilocalorías per cápita mayor o igual a las 3000 kilocalorías al día. Haití es el único país con un suministro menor a 2000 kilocalorías/día. El suministro de proteína per cápita en total muestra que Antigua y Barbuda, Argentina, Bahamas, Barbados, Brasil, Chile, Cuba, Dominica, México y Venezuela tienen un suministro per cápita de proteína mayor a los 80 gramos al día, mientras que Ecuador, Haití, República Dominicana y Suriname tienen un suministro menor a los 60 g/d. El suministro de grasa per cápita en total, muestra que Argentina, Brasil y Barbados superan el suministro de 100 gramos de grasa al día per cápita, en contraste a Perú y Haití que presentan el suministro más bajo rebasando apenas los 40 g/d. *An Venez Nutr 2014; 27(1): 40-46.*

Palabras clave: Consumo de alimentos, Latinoamérica, energía per cápita, proteínas, grasas.

Food consumption Latin America and Caribbean countries

Abstract: Feeding and lifestyle patterns in Latin America have been affected during the last decades due to globalization and urbanization processes. According to FAOSTAT data from 2009, 29 Latin America and Caribbean countries (Suriname has no data) wheat, rice, corn and unrefined sugar are the basic products with greater availability. Per-capita energy availability in all the region countries shows that a higher amount of kilocalories comes from vegetal products than those of animal ones; countries like Barbados, Brazil, Cuba, Dominican Republic, Mexico and Venezuela have daily Per-capita energy availability above 3000 kcal. Haiti is the only country with under the 2000 kcal/day. Protein availability per-capita shows figures above 80g/day for Antigua & Barbuda, Argentina, Bahamas, Barbados, Brazil, Chile, Cuba, Dominica, Mexico and Venezuela, whereas countries like Ecuador, Haiti, Dominican Republic and Suriname are under 60g/day. Fat per-capita availability shows that Argentina, Brazil and Barbados are above 100g/day in contrast with Peru and Haiti both with the lowest availability barely above 40g/day. *An Venez Nutr 2014; 27(1):40-46.*

Key words: Food consumption, Latin America, Per-capita energy, proteins, fats.

Introducción

Los cambios en los patrones de alimentación y de los estilos de vida de la población mundial, se han visto afectados durante las últimas décadas debido a los procesos de globalización y por el urbanismo. De tal forma que la población se enfrenta a procesos de transición epidemiológica y nutricional, en donde aun cuando la desnutrición aqueja a los niños pequeños, la presencia de obesidad asociada a enfermedades crónicas es cada vez más frecuente, en edades tempranas de la vida y en la edad adulta sin distinguir el nivel socioeconómico.(1,2)

Los países de Latinoamérica no escapan a dicha situación, no obstante que en ellos encontramos, una gran diversidad tanto socioeconómica, densidad poblacional y diferencias tanto internas como externas de su estado de salud y nutrición. Teniendo en consideración estas premisas y sin afán de realizar un análisis puntual y exhaustivo, el propósito de este trabajo es mostrar los cambios en el consumo de alimentos de acuerdo a diversas fuentes de información en la región de América Latina y el Caribe, con el fin de ayudar a entender el papel que juega el consumo de los alimentos en el estado de nutrición de la población Latinoamericana.

En este sentido, la evaluación de la ingesta de alimentos a nivel poblacional ayuda a conocer la cantidad de energía y nutrientes consumidos y de este modo estimar el estado de nutrición de las poblaciones, lo que

¹Centro de Investigación en Nutrición y salud. Instituto Nacional de Salud Pública, México.
Solicitar correspondencia a: Teresa Shamah tshamah@insp.mx

permite la planificación de intervenciones y programas alimentarios pertinentes según las necesidades de la población.

Una fuente de información base para conocer el suministro de alimentos disponible de los diferentes países alrededor del mundo son las hojas de balance de alimentos de la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO, por sus siglas en inglés). La metodología en que se basan, refieren el balance de alimentos (producción de alimento, más importación, menos exportación y otros usos) a nivel nacional que se encuentran disponibles para el consumo humano en el país de referencia en un periodo determinado, lo cual permite calcular la disponibilidad de alimentos para consumo per cápita. (3)

Así mismo, el "International Food Policy Research Institute (IPFRI)" utiliza cada año una herramienta para medir y dar seguimiento al hambre a nivel global, por región y por país, el Índice Global del Hambre (o GHI por sus siglas en inglés), lo que da una idea de las diferencias en el nivel de hambre de cada país y se basa en tres indicadores: desnutrición, bajo peso infantil y mortalidad infantil. El índice va de cero a 100, tomando al cero como el mejor puntaje donde no existe hambre y 100 como el peor. (4)

La prevalencia de desnutrición en América Latina y el Caribe de acuerdo al mapa del hambre de la FAO 2012 (el indicador es un estimado del porcentaje de la población en riesgo de inadecuación calórica) muestra que Argentina, Barbados, Chile, Cuba, Dominica, México, Uruguay y Venezuela tienen una prevalencia de desnutrición muy baja (<5%); por otro lado Bahamas, Belice, Brasil, Colombia, Costa Rica, El Salvador, Granada, Guyana, Honduras, Jamaica, Panamá, Perú, Suriname y Trinidad y Tobago presentan una prevalencia de desnutrición moderadamente baja (5-14%); mientras que Antigua y Barbuda, Bolivia, Ecuador, Nicaragua y República Dominicana cuentan con una prevalencia de desnutrición moderadamente alta (15-24%); Guatemala y Paraguay son los dos países que presentan una prevalencia de desnutrición alta (25-34%); y Haití es el país que presenta la prevalencia de desnutrición más alta de la región (≥35%).

En cuanto al Índice Global del Hambre (GHI), Antigua y Barbuda, Bahamas, Barbados, Belice, Dominica y Granada no cuentan con información al respecto; por otro lado Argentina, Brasil, Chile, Colombia, Costa Rica, Cuba, Jamaica, México, Uruguay y Venezuela presentan un puntaje de GHI bajo (≤4.9); los países de la región que presentan un puntaje de GHI moderado (5.0-9.9) son: Ecuador con 7.5, El Salvador con 5.7, Guyana con

7.2, Honduras con 7.7, Nicaragua con 9.1, Panamá con 7.0, Paraguay con 5.3, Perú con 7.4, Suriname con 8.5 y Trinidad y Tobago con 5.3; tres países presentan un puntaje de GHI serio (10.0-19.9): Bolivia (12.3), Guatemala (12.7) y República Dominicana (10.0); finalmente Haití presenta un puntaje del índice global del hambre de 30.8, considerado como extremadamente alarmante (≥30.0). (4)

Según datos del 2009 de FAOSTAT (la división estadística de la FAO) presentan una lista de los 10 primeros alimentos disponibles para el consumo humano en cada país. En 29 países de América Latina y el Caribe (Suriname carece de información), el trigo, el arroz, el maíz y el azúcar sin refinar son los productos básicos que ocupan el primer lugar en las listas de los 10 primeros alimentos disponibles para el consumo humano; el azúcar sin refinar, seguida del trigo, el arroz, el maíz y la yuca mandioca son los productos básicos que ocupan el segundo lugar en dichas listas; y, finalmente, el trigo, el azúcar sin refinar, el arroz, la carne de aves de corral, el aceite de soya, el maíz, las patatas, el aceite de palma y la carne de vaca ocupan el tercer lugar en las listas de productos disponibles para el consumo en la región.

Hay otros productos que figuran en las listas de los principales productos básicos disponibles de los países como la carne de cerdo. Otras grasas incluidas en las listas son: el aceite de oleaginosas, el aceite de semilla de girasol, el aceite de nuez de coco, el aceite de maní, el aceite de germen de maíz y las grasas animales crudas. En 8 países las bebidas alcohólicas toman alguno de los últimos lugares dentro de la lista y en 4 países la cerveza también tiene un lugar en la lista. En 9 países se encontró dentro de los 10 alimentos a los plátanos. La presencia de productos como frutas, naranjas y mandarinas, toronjas, nuez de coco, bananos, hortalizas y guisantes fue baja en las listas de los países. En 10 países se encontró algún tipo de leguminosas dentro de la lista, en especial los frijoles; la yuca mandioca tiene presencia en la lista en 7 países; excluyendo a la yuca en 13 países se encontraron otros cereales y tubérculos entre los que destacaban las patatas, seguido por las batatas camote, el ñame, el sorgo y la cebada (FIGURA 1).

Las hojas de balance de FAOSTAT permiten observar el suministro de kilocalorías, gramos de proteína y gramos de grasa per cápita de un país.

El suministro per cápita en todos los países de la región de energía total, energía proveniente de productos de origen vegetal y la proveniente de productos de origen animal, muestra que existe un mayor suministro de kilocalorías provenientes de productos de origen vegetal que de productos de origen animal, también se puede

apreciar que Barbados, Brasil, Cuba, Dominicana, México y Venezuela tienen un suministro de kilocalorías per cápita mayor o igual a las 3000 kilocalorías al día. Haití es el único país con un suministro menor a 2000 kilocalorías al día.

El suministro de proteína per cápita en total proveniente de productos de origen vegetal y de productos de origen animal, muestra que Antigua y Barbuda, Argentina, Bahamas, Barbados, Brasil, Chile, Cuba, Dominica, México y Venezuela tienen un suministro per cápita de proteína mayor a los 80 gramos al día, mientras que Ecuador, Haití, República Dominicana y Suriname tiene un suministro menor a los 60 gramos al día. También se aprecia que en los distintos países pertenecientes a la región varía el origen del suministro de proteína siendo mucho mayor el suministro de proteína a partir de productos de origen animal en países como Argentina, y siendo mucho mayor el suministro de proteína a partir de productos de origen vegetal como es el caso de Cuba.

El suministro de grasa per cápita en total, proveniente de productos de origen animal y aquella derivada de productos de origen vegetal, donde se observa claramente que Argentina, Brasil y Barbados superan el suministro de 100 gramos de grasa al día per cápita, en contraste Perú y Haití presentan el suministro más bajo rebasando apenas los 40 gramos al día.

Encuestas de consumo de alimentos en América Latina y El Caribe.

Las encuestas alimentarias a nivel nacional describen un panorama importante sobre el consumo de alimentos en cada país. En la región en general, son pocos los países que cuentan con información de consumo de alimentos a nivel nacional, o bien, la poca información existente proviene de estudios muy pequeños. A continuación se describe una breve reseña de los alimentos más consumidos en los países con información a nivel nacional, no obstante la información no es comparable entre los países debido a las diferentes metodologías y objetivos de las encuestas utilizadas para su obtención.

Argentina cuenta con una experiencia amplia en encuestas de consumo de alimentos. La Encuesta de Gasto de Hogares 1985-1986 encontró que la principal fuente de energía provenía de cereales (33%), seguido por las carnes y huevos (17%), aceites y grasas (14%) y edulcorantes (12%). Al comparar los datos de esta encuesta con los datos de la Encuesta de Gasto de Hogares 1996-97 se observó que no hubo cambios en la distribución energética, excepto por la disminución en la contribución de los azúcares a la energía total y se observó una dieta menos variada con alimentos de baja

densidad nutrimental. (5)

Los datos acerca del consumo de alimentos en Colombia a partir de la Encuesta Nacional de Alimentación, Nutrición y Vivienda de 1981 muestran que la dieta de la población colombiana se caracterizaba por un consumo elevado de hidratos de carbono complejos, y edulcorantes, a la par de un bajo consumo de leguminosas y grasas. En el año 2005 se realizó la Encuesta Nacional de Nutrición y Salud (ENNyS 2005) en población materno-infantil, la cual arrojó un análisis acerca de los alimentos más consumidos y encontró que los grupos de niños de 6 a 23 meses de edad, niños de 2 a 5 años de edad, mujeres entre 10 y 49 años y mujeres embarazadas consumían alimentos muy similares. También se observó que la leche, el yogur y los quesos eran poco consumidos por los adultos, que los refrescos y los jugos artificiales estaban presentes en la alimentación desde temprana edad, que el consumo de vegetales era poco variado y que existía un bajo consumo de frutas. (6) En la Encuesta Nacional de Nutrición y Salud 2010 (ENNyS 2010) se observó que en niños de 6 a 23 meses de edad la leche, el yogur y los quesos proporcionan el 39% de la energía, seguido por los cereales y derivados (24%), luego los dulces y bebidas (13%), las carnes y huevos (9%), las frutas y hortalizas (8%) y las grasas y aceites (7%). (7)

En Colombia también se cuenta con la información de consumo de alimentos a nivel nacional que proviene de la Encuesta Nacional de la Situación Nutricional en Colombia 2010 (ENSIN 2010). En esta encuesta, a través de una frecuencia de consumo se obtuvo información de los alimentos consumidos de manera diaria en el país, más del 90% de los colombianos reportaron consumir diariamente arroz, pasta, panela, azúcar y miel, mientras que del 50 al 80% reportaron consumir pan, arepa o galletas, los tubérculos o plátanos y frutas en jugo.

En Barbados se han llevado a cabo cuatro encuestas nacionales de consumo: 1969, 1980 y 1981, y la más reciente en el 2000 (información no disponible). A lo largo de estas encuestas se observó que el 38% de la energía provenía de cereales, el 12.6% de productos de origen animal y el 12.2% de aceites y grasas, junto a un incremento en el consumo de grasa y una alta dependencia de productos importados. Los productos de origen animal eran la mayor fuente de proteína seguidos de los cereales. En 1980 los productos de origen animal más consumidos eran el pescado, la gallina, la res, el cerdo y el cordero. (8)

En Brasil, la información acerca del consumo de alimentos a partir de un estudio de 1974-75, donde se registró la ingesta de alimentos por 7 días, mostró que

los principales alimentos consumidos en el país eran los frijoles, el arroz y la mandioca. La mandioca y los frijoles eran alimentos ampliamente consumidos en los hogares pobres. (9) Para el 2007 se llevó a cabo una encuesta de consumo de alimentos que analizó cambios en la ingesta dietética de familias brasileñas pertenecientes al "Programa Bolsa Familia" del gobierno federal. Las familias reportaron un incremento en el consumo de todos los grupos analizados, en especial cereales, alimentos procesados, carnes, leche y productos lácteos, frijoles y azúcar. Además se observó que las familias aumentaban el consumo de alimentos poco saludables conforme aumentaba su ingreso. (10) La Encuesta Nacional Dietaria 2008-2009 describió los alimentos más consumidos en Brasil. Los alimentos más frecuentemente registrados fueron el arroz, el café, los frijoles, el pan y la carne roja. Además se observó un consumo importante de jugos de frutas y refrescos y una baja ingesta de frutas y verduras. (11)

La información a nivel nacional de Bolivia es obsoleta (1962); los datos más recientes provienen de la Encuesta de Seguridad Alimentaria y Nutricional en municipios vulnerables de Bolivia, la cual no tiene representatividad nacional, y muestra que en los hogares más pobres se consumen principalmente los cereales y tubérculos, además de tener una dieta monótona con un déficit permanente de nutrientes. (12)

En Chile, antes de la Encuesta Nacional de Consumo Alimentario 2010-2011 (ENCA), la Encuesta de Gasto y Presupuesto Familiar del Instituto Nacional de Estadística (INE) proporcionaba información de consumo aparente en el país, donde se observaba que los cereales, en especial el pan eran el principal alimento consumido, además de un aumento en el consumo de productos de origen animal y un consumo deficiente de lácteos, pescado y frutas y verduras. (13) La ENCA 2010-2011 mostró los alimentos más consumidos por grupo de alimentos. En el grupo de los cereales y leguminosas, los alimentos más consumidos fueron los cereales y pastas seguido del pan, las leguminosas frescas y papas y, por último, los cereales procesados. En el grupo de lácteos, los más consumidos fueron los altos en grasa. En el grupo de aceites y grasas, los poliinsaturados, saturados y los alimentos ricos en lípidos monoinsaturados fueron los más consumidos. Las golosinas y dulces, las bebidas y refrescos y los azúcares fueron los alimentos consumidos del grupo de los azúcares. (14)

En Costa Rica se han realizado varias Encuestas

Nacionales de Nutrición (1966, 1978, 1982, 1996 y 2008-2009). En la encuesta de 1996 se encontró que el arroz, el azúcar de caña y las grasas y aceites eran los principales productos que aportaban energía, y las carnes, los frijoles y el arroz los que aportaban proteína. (15) En este país, la información más reciente de consumo de alimentos se obtuvo en el 2001 a partir del módulo de consumo de alimentos de la Encuesta de Hogares y de Propósitos Múltiples, al comparar el módulo del 2001 con aquel de 1991 se detectó un aumento en el consumo de cereales, carnes, queso, huevos, vegetales, frutas y tubérculos, junto a una disminución en el consumo de leche, grasas, frijoles y azúcar. (16)

En Cuba, la alimentación tradicional incluía arroz, frijoles, carne de pollo o cerdo, plátano, yuca, café y azúcar, con un consumo de azúcar muy elevado (representando más del 20% de la ingesta energética diaria). (17) La primer Encuesta Nacional de Consumo y Preferencias Alimentarias se desarrolló entre el 2000 y el 2001, en esta encuesta se observó que las grasas alimentarias, las carnes y sustitutos eran los alimentos más consumidos, y las frutas, los vegetales y los lácteos eran los alimentos menos consumidos al compararse con la recomendación. Se encontró además, un consumo excesivo de azúcar y un consumo intermedio de cereales (arroz, trigo y maíz), tubérculos, raíces y plátano. (18)

En Ecuador únicamente existe una encuesta con un componente de consumo de alimentos a nivel nacional pero únicamente en población de niños menores de cinco años, el Diagnóstico de la situación alimentaria y nutricional y de salud de la población ecuatoriana menor de cinco años (DANS) fue llevado a cabo en 1986. En esta encuesta por medio de frecuencia de consumo se observó que el arroz y la avena, los derivados de trigo, las papas y yuca, el azúcar, la manteca y el aceite eran los alimentos más consumidos por los niños menores de cinco años. (19)

En El Salvador la experiencia en encuestas nacionales de consumo de alimentos se remonta a 1965-67, seguida por la segunda en 1988. El consumo de alimentos de una encuesta a otra disminuyó probablemente por la guerra civil desencadenada en la década de 1980, registrando una disminución en el consumo energético total, y en los grupos de cereales, frutas y hortalizas, junto a un aumento de aceites y grasas y leguminosas. (20) En el año 2011 el Instituto de Nutrición de Centroamérica y Panamá (INCAP) realizó un análisis de la situación alimentaria de El Salvador, con base a la Encuesta

Nacional de Ingresos y Gastos de Hogares 2006 se realizó un análisis de la disponibilidad de los alimentos en el hogar a través del gasto o adquisición de alimentos registrados en dicha encuesta, lo cual refleja el consumo aparente de esta población. Se encontró que en más del 75% de los hogares se consumían tortillas, pan francés, huevos, pan dulce, quesos, tomate, gaseosas, frijoles, arroz y aves. (21)

En Guatemala existen dos encuestas nacionales de consumo de alimentos, una realizada en 1965 como parte de la Encuesta Nacional de Nutrición donde se registró la dieta por medio de recordatorio de 24 horas y registro diario por 3 días, y otra realizada en 1991 llamada Encuesta Nacional de Consumo Aparente de Alimentos (ENCA 1991) donde se registró el consumo aparente de alimentos por medio de recordatorio de alimentos consumidos en los hogares en una semana. En las dos encuestas se observan los mismos alimentos conformando el patrón alimentario; esta dieta se basa principalmente en cereales, especialmente el maíz y derivados, seguidos por las frutas y hortalizas, especialmente el tomate, la cebolla y el güisquil, los bananos, plátanos y aguacates, después, el azúcar blanca y los frijoles. El consumo de huevo era mucho mayor que aquel de lácteos y carnes. (22)

En el año 2006 en México se llevó a cabo la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición (ENSANUT 2006). Dicha encuesta reveló que los alimentos más consumidos por la población preescolar son: leche Liconsa (Leche subsidiada para programas de ayuda alimentaria), tortilla, huevo frito, tomate, arroz, refresco, sopa de pasta, cebolla, dulce y plátano. Los alimentos más consumidos por la población escolar son: leche Liconsa, tortilla, refresco normal, tomate, huevo frito, arroz, cebolla, dulce, sopa de pasta y pollo. Y por último, las mujeres de 12 a 49 años consumen tomate, cebolla, chiles, tortilla, refresco normal, arroz, huevo frito, leche Liconsa, frijol y queso. (23)

En Nicaragua se realizó la IV Encuesta Nacional de Consumo de Alimentos en 2004, donde se reportó que los alimentos de mayor consumo en el país son: azúcar, sal, arroz, aceite vegetal y otras grasas, frijol, cebolla, chiltoma y tomate, quesos y similares, café en polvo y tortilla de maíz. (24)

En Perú, el Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI) llevó a cabo en el periodo de mayo de 2008 a abril de 2009 la Encuesta Nacional de Presupuestos Familiares (ENAPREF), la cual recopiló información para obtener el documento "Consumo per cápita de los principales alimentos, 2008- 2009". Dicho documento enmarca los

principales alimentos que se consumen de cada grupo de alimentos. En el caso de los cereales, los 5 más consumidos por la población fueron: arroz, maíz, trigo y similares, avena y similares y cebada. Las harinas más consumidas fueron la harina de trigo, harina de otros cereales y harina de menestras. El pan, las galletas y los pasteles fueron los productos de panadería más consumidos así como los fideos secos para el grupo de las pastas. En cuanto a las carnes, la de carnero ocupó el primer lugar mientras que la de cerdo, la de res, varias como alpaca, cabrito, conejo, cuy, mono y venado, y de aves como pato, pavo y codorniz fueron las siguientes más consumidas. Los pescados de mar y río, mariscos secos y salados y los pescados y mariscos en conserva fueron los más consumidos del grupo de pescados y mariscos. En lo que respecta a productos lácteos los 5 más consumidos fueron la leche fresca, la pasteurizada, la evaporada, el yogurt y el queso fresco, en tanto el aceite vegetal y la margarina fueron los más consumidos del grupo de las grasas y los aceites. El limón, la mandarina, la naranja, los duraznos y las manzanas fueron las 5 frutas más usuales entre los peruanos mientras que el apio, la lechuga, la col, el ají entero y el tomate fueron las verduras más consumidas. En el grupo de las menestras el frijol, el arveja, la haba y la lenteja son las de mayor consumo de este grupo. El camote, la papa, la yuca, el olluco y el chuño entero fueron los tubérculos más populares. Y por último, el agua mineral y de mesa, los refrescos. En el grupo principales bebidas no alcohólicas se encuentran como los más consumidos el agua mineral y agua de mesa, las gaseosas, los refrescos fluidos (jugos) y el néctar. (25)

En Venezuela, el Instituto Nacional de Estadística (INE) llevó a cabo la Encuesta de Seguimiento al Consumo de Alimentos 2012 arrojando como resultado los productos de la canasta alimentaria con mayor consumo aparente diario por persona durante el segundo semestre del 2012. Dichos alimentos son la carne de pollo, la harina de maíz, el arroz, el plátano, la carne de res, la pasta alimenticia, la lechosa, el pan de trigo, el azúcar y el cambur. (26)

En Uruguay se realizó la Encuesta Nacional de Gastos e Ingresos de los Hogares 2005-2006 del Instituto Nacional de Estadística Montevideo – Uruguay, de la cual derivó información sobre los alimentos y las bebidas en los hogares. (27) Los alimentos más consumidos fueron: panes, galletas, alfajores y productos de repostería; arroz, fideos, harinas y otros cereales; aceites, grasas y

oleaginosas; leche y derivados; carnes de vaca, pollo, cerdo y cordero; azúcar y dulces; comidas y bebidas fuera del hogar; papas y boniatos; frutas; fiambres y embutidos; aguas, refrescos y jugos; verduras; huevos; bebidas alcohólicas; lentejas, porotos, garbanzos y arvejas; pescados; yerba, café, té y cocoa en polvo; sal, caldos y sopas concentradas.

El Instituto Nacional de Estadística (INE) de Honduras fue el encargado de llevar a cabo la Encuesta Nacional de Condiciones de Vida 2004 (ENCOVI-2004). De esta encuesta Menchú et al. obtuvieron información para analizar la situación alimentaria de Honduras. Se observó que la proporción de hogares que usaron cada grupo de alimentos a nivel nacional y según área de residencia se distribuyó de la siguiente forma: en primer lugar se encuentra el azúcar blanca, segundo lugar los huevos seguidos de arroz, frijoles, sal, quesos, aves, bananos y plátanos, tomate y cebolla y similares. (28)

Por último, el Banco Central de la República Dominicana, llevó a cabo la Encuesta Nacional de Gastos e Ingresos de los Hogares (ENGIH) 2007, en la cual se obtuvo el total absoluto y la distribución porcentual del gasto de los hogares en alimentos y bebidas no alcohólicas. En el grupo de "Alimentos" se observa que los más consumidos son el pan y cereales, la carne, el pescado, la leche, queso y huevos, el aceites y grasas, las frutas, las legumbres-hortalizas, el azúcar, mermelada, miel, chocolate y dulces de azúcar. En el grupo de "bebidas no alcohólicas" las más consumidas son el café, té y cacao, las aguas minerales, refrescos, jugos de frutas y de legumbres. (29)

La diversidad aparente de consumo de alimentos en América Latina, no es tan diversa. Como se observa la base de la alimentación en nuestros países procede de los cereales y de la azúcar refinada, ésta última preocupante ante el grave problema de sobrepeso y obesidad que nos aqueja. En sentido opuesto, se observa que la presencia de verduras y frutas es casi nula en todos los países de la región.

Dicha reducción en Latino América es parte de la llamada «modernización» de los patrones de alimentación, proceso que inició hace casi tres décadas asociado a la urbanización, al modelo del mercado global de alimentos desde su producción y procesamiento hasta su comercialización y a la mejora del ingreso entre otros factores. (30)

El consumo de alimentos referido por las Encuestas en la mayoría de los diferentes países de la región (aun cuando sus metodologías de obtención de información

son diferentes), se asocia a un consumo de alimentos primordialmente energéticos, con altos contenidos de sodio, grasas y azúcares, procesados y de bajo contenido en fibra y micronutrientes, que probablemente son los que han reemplazado a las frutas y a las verduras. Asimismo, se observa la pérdida del consumo de alimentos tradicionales de las culturas alimentarias en nuestros países, que aun cuando se basaban en cereales y en muchos casos en leguminosas se complementaban con hierbas y hortalizas características de cada país.

Si bien en muchos países de América Latina y el Caribe el suministro de energía per cápita rebasa el requerimiento energético de la población lo que se asocia a la prevalencias de sobrepeso y obesidad que se presentan en América Latina y el Caribe, todavía existen países con índices globales de desnutrición que van de moderados a severos, lo cual es un reflejo de la inequidad en la distribución del ingreso y las desigualdades sociales prevalentes en la región.

Referencias

1. Mendonça CP, Anjos LA: Dietary and physical activity factors as determinants of the increase in overweight/obesity in Brazil. *Cad Saúde Pública* 2004, 20:698-709.
2. Mello EDd, Luft VC, Meyer F: Childhood obesity: towards effectiveness. *J Pediatr* 2004, 80:173-182.
3. Cabuli Salvador. Metodologías para calcular el consumo de alimentos en una población. *Revista del Hospital J.M. Ramos Mejía*. Argentina. Vol XII 2007.
4. IFPRI. Global Hunger Index. The Challenge of hunger: ensuring sustainable food security under land, water, and energy stresses. 2012. Disponible en: <http://www.ifpri.org/sites/default/files/publications/ghi12.pdf>
5. FAO. Perfiles Nutricionales por países. Argentina. 2001. Revisado el 21 de Junio de 2013. Disponible en: <ftp://ftp.fao.org/es/esn/nutrition/ncp/ARGmap.pdf>
6. Ministerio de Salud. Alimentos Consumidos en Argentina. Resultados de la Encuesta Nacional de Nutrición y Salud -ENNyS 2004/5. Buenos Aires: Ministerio de Salud, 2012
7. Ministerio de Salud. La alimentación de los niños menores de dos años. Resultados de la Encuesta Nacional de Nutrición y Salud -ENNyS 2010. Buenos Aires: Ministerio de Salud, 2010.
8. FAO. Nutrition Country Profiles. Barbados. 2003. Revisado el 21 de Junio de 2013. Disponible en: <ftp://ftp.fao.org/ag/agn/nutrition/ncp/brbmap.pdf>
9. FAO. Nutrition Country Profiles. Brazil. 2000. Revisado el 21 de Junio de 2013. Disponible en: <ftp://ftp.fao.org/es/esn/nutrition/ncp/BRAMap.pdf>
10. de Bem Lignani J, Sichieri R, Burlandy L, Salles-Costa R. Changes in food consumption among the Programa

- Bolsa Familia participant families in Brazil. *Public Health Nutrition*. May 2011;14(5):785-792.
11. Souza Amanda de M., Pereira Rosangela A., Yokoo Edna M., Levy Renata B., Sichieri Rosely. Most consumed foods in Brazil: National Dietary Survey 2008-2009. *Rev. Saúde Pública*. 2013;47(suppl.1):190s-199s
 12. Programa Mundial de Alimentos, Ministerio de Desarrollo Agropecuario y Medio Ambiente. Resultados de la encuesta de seguridad alimentaria y nutricional en municipios vulnerables de Bolivia. 2006. Disponible en: http://www.sns.gob.bo/aplicacionesweb/pmdc1/documentos/publicaciones/Bolivia_-_Encuesta_Nacional_de_SAN.pdf
 13. FAO. Perfiles Nutricionales por países. Chile. 2001. Revisado el 21 de Junio de 2013. Disponible en: <ftp://ftp.fao.org/ag/agn/nutrition/ncp/chlmap.pdf>
 14. Ministerio de Salud de Chile. Encuesta Nacional de Consumo de Alimentos 2010-2011.
 15. FAO. Perfiles Nutricionales por países. Costa Rica. 1999. Revisado el 24 de Junio de 2013. Disponible en: <ftp://ftp.fao.org/ag/agn/nutrition/ncp/criamap.pdf>
 16. Ministerio de Salud de Costa Rica. Encuesta Nacional de Consumo de Alimentos 2001. Revisado el 24 de Junio de 2013. Disponible en: <http://www.binasss.sa.cr/enconali.pdf>
 17. FAO. Perfiles Nutricionales por países. Cuba. 2003. Revisado el 24 de Junio de 2013. Disponible en: <ftp://ftp.fao.org/es/esn/nutrition/ncp/cubmap.pdf>
 18. Porrata-Maury C. Consumo y preferencias alimentarias de la población Cubana con 15 y más años de edad. *Rev Cub Aliment Nutr* 2009;19(1):87-105.
 19. FAO. Perfiles Nutricionales por países. Ecuador. 2001. Revisado el 24 de Junio de 2013. Disponible en: <ftp://ftp.fao.org/es/esn/nutrition/ncp/ecumap.pdf>
 20. FAO. Perfiles Nutricionales por países. El Salvador. 2003. Revisado el 24 de Junio de 2013. Disponible en: <ftp://ftp.fao.org/ag/agn/nutrition/ncp/slv.pdf>
 21. INCAP/OPS. Análisis de la situación alimentaria de El Salvador. 2011.
 22. FAO. Perfiles Nutricionales por países. Guatemala. 2003. Revisado el 24 de Junio de 2013. Disponible en: <ftp://ftp.fao.org/ag/agnn/nutrition/ncp/gtmmap.pdf>
 23. Componente de Oportunidades de la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición (ENSANUT) 2006. Revisado 19 de junio de 2013. www.2006-012.sedesol.gob.mx/work/models/.../evaluacion_ensanut.pdf
 24. IV Encuesta Nacional de Consumo de Alimentos 2004. MAGFOR/INCAP/OPS 2005.
 25. Instituto Nacional de Estadística e Informática. Perú: Consumo per cápita de los principales alimentos 2008 - 2009 Dirección Técnica de Demografía e Indicadores Sociales. Encuesta nacional de presupuestos familiares (enapref). Lima - Perú mayo, 2012.
 26. Fuente: Instituto Nacional de Estadística, INE. Revisado 24 de junio de 2013. Disponible en: [http://www.ine.gov.ve/documentos/Social/ConsumodeAlimentos/html/resultadoconsultaphp?Ano\[\]=2012&R_Desde=2&R_Hasta=2&productos=1](http://www.ine.gov.ve/documentos/Social/ConsumodeAlimentos/html/resultadoconsultaphp?Ano[]=2012&R_Desde=2&R_Hasta=2&productos=1)
 27. Instituto Nacional de Estadística Montevideo - Uruguay. Los alimentos y las bebidas en los hogares. Encuesta Nacional de Gastos e Ingresos de los Hogares 2005-2006.
 28. Menchú, M. T, H. Méndez Análisis de la Situación Alimentaria en Honduras. Guatemala: INCAP, 2012
 29. Banco Central de la República Dominicana, Encuesta Nacional de Gastos e Ingresos de los Hogares (ENGIH). 2007. Resultados Generales. Santo Domingo, 2007-2008.
 30. Jacoby E, Keller I. La promoción del consumo de frutas y verduras en América Latina: buena oportunidad de acción intersectorial por una alimentación saludable. *Rev Chil Nutr* Vol. 33, Suplemento N°1, Octubre 2006.