

Aproximación al consumo de alimentos en Venezuela en el año 1983 Approach to food consumption in Venezuela in 1983

Aliz Luna B¹, Magaly Bracho N²

Este manuscrito forma parte de la presentación de la Profesora Aliz Luna de la Escuela de Nutrición y Dietética de la Universidad Central de Venezuela y de la Licenciada Magaly Bracho en el I Congreso Nacional de Nutrición, organizado por el Instituto Nacional de Nutrición en 1985 sobre los resultados de la Encuesta Nacional de Nutrición en 1983. El Comité Editorial de la Revista Anales Venezolanos de Nutrición consideró la publicación de una parte de este documento, por su valioso aporte para la historia y comprensión de los cambios en el patrón de consumo de alimentos en las últimas cuatro décadas. Agradecemos la colaboración de la Dra. Siloyde Rivas y de la Profesora España Marco en recopilar este material y elaborar la reseña de las autoras Aliz Luna y Magalí Bracho, en reconocimiento a su excelente desempeño profesional.

Introducción

La situación alimentaria-nutricional del venezolano puede decirse que es muy particular, por cuanto presenta características de un país subdesarrollado al apreciarse en ciertos estratos de la población carencias nutricionales y al mismo tiempo, se observa en los estratos de mejores recursos, enfermedades producidas por excesos alimentarios frecuentes en países desarrollados. Ambos casos son debidos a situaciones extremas del consumo e inciden en los niños en sus primeras etapas de la vida y entre los individuos del grupo en edad productiva.

Esta situación ha sido posible constatarla a través de la Encuesta Nacional de Nutrición realizada entre 1981

y 1982 por el Instituto Nacional de Nutrición en una muestra de población de cada región administrativa, con excepción del Estado Apure y el Territorio Federal Amazonas. En ella se recogió información, entre otras cosas, sobre el consumo de alimentos y las condiciones socioeconómicas de la familia, permitiendo estos datos clasificar al grupo familiar por estratos socioeconómicos y calcular el aporte de nutrientes de la dieta diaria, contribuyendo estos elementos en la realización de un diagnóstico nutricional del país.

La población estudiada fue de 1658 familias, que por sus características socioeconómicas corresponden a los siguientes grupos:

Estratos	Familias	Porcentaje
I+II+III	337	20,33 %
IV	569	34,32 %
V	752	45,35 %
	1658	100,00 %

Esta distribución porcentual concuerda con la estratificación de la población por ingresos para la fecha, y en cada estrato la situación alimentaria-nutricional es diferente.

A continuación se exponen los aspectos de ingesta de alimentos y la adecuación de nutrientes por regiones, enfatizando la situación de los distintos estratos socioeconómicos.

¹Escuela de Nutrición y Dietética. Universidad Central de Venezuela. Se inició como docente en la Escuela Nacional de Dietistas en 1960, pasando a ser directora de esta escuela en el mismo año. Durante su ejercicio fue pionera en la transformación de la Escuela de Dietistas e incorporación total de la Escuela a la Universidad Central de Venezuela (1969); adscripción del personal a esta casa de estudios; consecución del status jurídico de la Escuela de Nutrición y Dietética; obtención de la Licenciatura; realización de cursos de nivelación para convalidar los estudios de Dietética no universitarios a universitarios y de universitarios a Licenciatura; reconocimiento del escalafón universitario para los profesores; apoyo e incentivo a las Universidades del Zulia y de los Andes, para la creación de las Escuelas de Nutrición y Dietética en cada una de ellas. Participó en la organización de la primera Encuesta Nacional de Nutrición realizada en 1963 con el concurso de diferentes instituciones del gobierno nacional. En el período de su gestión, la Escuela de Nutrición y Dietética se dio a conocer en toda Latinoamérica, mediante la "Primera Conferencia de directores de Escuelas de Nutrición y Dietética de América Latina" (1966), idea originada en la Escuela de la UCV. El evento promovió cambios curriculares y en el perfil del profesional que se deseaba formar para ese momento. La Lcda. Luna, obtuvo además el título de Licenciada en Educación en la UCV. (Fuente: *Semblanza de la Profesora Aliz Luna Bassó. Cortesía de la Licda. España Marco*).

²Instituto Nacional de Nutrición. Licda. en Nutrición y Dietética, Magister en Nutrición Materno Infantil (INCAP, Guatemala), desarrolló la mayor parte de su ejercicio profesional en el Instituto Nacional de Nutrición de Venezuela. Su actividad principal la ejecutó en el área de planificación alimentaria y nutricional, investigación en nutrición y salud pública, además del ejercicio docente universitario y comunitario. Su experiencia la llevó a participar en la planificación del área socio alimentaria, tema consumo de alimentos, de la Encuesta Nacional de Nutrición, realizada en los años 1981 y 1982 por el Instituto Nacional de Nutrición (última encuesta realizada con ese perfil en el país). Coordinó el trabajo de campo del área mencionada y participó en el procesamiento y análisis de los datos que, facilitaron el presente trabajo de investigación. Ejerció el cargo de jefe de Nutrición en Salud Pública, donde dirigió investigaciones en estudios nutricionales y normas y evaluación de programas alimentarios. Otras actividades más relevantes fueron su participación en el Proyecto de Comedores Industriales adelantado por el INN; la coordinación y supervisión de la construcción de la Hoja de Balance de Alimentos de Venezuela; coordinación de planes de trabajo con organismos internacionales: FAO, OMS, Unicef, para la prevención de enfermedades por deficiencias de Yodo; planificación de encuestas: estudio de la deficiencia de vitamina A en Venezuela; evaluación de la prevalencia de enfermedades crónicas en los trabajadores del INN. (Fuente: *Curriculo vitae Magaly Bracho N, cortesía: Licda. Miriam Bracho*)

Ingesta de Alimentos

Si bien la adquisición de alimentos está supeditada a una serie de factores socioeconómicos, la selección responde en cierta medida a los hábitos alimentarios del consumidor. En el caso de la población venezolana, es posible observar como a través del tiempo ha mantenido un patrón de consumo que con ligeras modificaciones es vigente en la actualidad y en el cual son alimentos indispensables: el maíz, la caraota, la yuca y el plátano. Las modificaciones se deben a la adopción de costumbres exógenas o a la disponibilidad regional existente.

El hecho de que la población se agrupe en sectores urbano y rural es un factor que también establece diferencias en el consumo de alimentos. Estas variaciones se observan

así mismo, entre unas regiones y otras del país y entre los distintos grupos socioeconómicos.

En líneas generales puede decirse que hasta la fecha de la Encuesta Nacional de Nutrición, la alimentación del venezolano estaba conformada básicamente por 30 alimentos y dependiendo del poder adquisitivo de la familia, dicho listado se reduce a 10 o menos, o se amplía según la región, por ejemplo en la zona metropolitana, donde gran parte de las familias aparecen ingiriendo mayor número de alimentos que en otras regiones.

En relación con los alimentos de más consumo (Cuadro 1) tanto a nivel regional como nacional, se aprecia lo siguiente: tres tipos de cereales (maíz, arroz y trigo), dos leguminosas (caraotas y arvejas), cuatro tubérculos

Cuadro 1. Dieta básica por regiones. Alimentos más consumidos y orden de importancia. Encuesta Nacional de Nutrición 1981-1982. Instituto Nacional de Nutrición. Venezuela

Alimentos	Regiones								
	Metropolitana	Capital	Central	Centro Occidental	Zuliana	Los Andes	Nor-Oriental	Guayana	Venezuela
Cereales	Maíz	Maíz	Maíz	Maíz	Maíz	Maíz	Maíz	Maíz	Maíz
	Arroz	Trigo*	Trigo*	Trigo*	Arroz	Trigo*	Trigo*	Trigo*	Trigo*
	Trigo	Arroz	Arroz	Arroz	Trigo*	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz
Leguminosas	Caraotas negras	Caraotas negras	Caraotas negras	Caraotas negras	Caraotas negras	Caraotas negras	Caraotas negras	Caraotas negras	Caraotas negras
				Quinchoncho	Arvejas	Arvejas			Arvejas
**Tubérculos (verduras y plátano)	Papa	Papa	Plátanos	Papa	Plátanos	Plátanos	Plátanos	Plátanos	Plátanos
	Plátanos	Plátanos	Papa	Plátanos	Papa	Yuca	Ocumo	Papa	Papa
	Ñame	Ñame	Yuca	Yuca	Yuca	Papa	Papa	Yuca	Yuca
	Apio	Ocumo	Ñame				Yuca		Ocumo
	Ocumo						Casabe		Apio
**Hortalizas (vegetales frescos)	Cebolla	Cebolla	Cebolla	Cebolla	Tomate	Cebolla	Tomate	Tomate	Tomate
	Tomate	Pimentón	Tomate	Tomate	Cebolla	Tomate	Cebolla	Cebolla	Cebolla
	Zanahoria	Tomate			Zanahoria	Zanahoria	Auyama	Auyama	Zanahoria
	Auyama	Zanahoria							Auyama
Alimentos proteicos (origen animal)	Leche	Leche	Leche	Leche	Leche	Leche	Leche	Leche	Leche
	Queso	Queso	Queso	Queso	Queso	Huevos	Huevos	Huevos	Huevos
	Huevos	Huevos	Huevos	Huevos	Huevos	Queso	Carne pollo	Queso	Queso
	Carne res	Carne res	Carne res	Carne res	Carne res	Carne res	Carne res	Carne res	Carne res
	***Cerdo	Carne pollo	Carne pollo	Carne pollo	Carne pollo	Carne pollo	Pescado	Carne pollo	Carne pollo
Frutas frescas	Pescado	*Cerdo	***Cerdo	***Cerdo	***Cerdo	***Cerdo	***Cerdo	***Cerdo	Pescado
		Pescado	Pescado	Pescado	Pescado	Pescado	Pescado	Pescado	***Cerdo
	Cambures	Lechosa	Cambures	Aguacate	Cambures	Cambures	Cambures	Naranja	Cambures
	Lechosa	Naranja	Lechosa	Otras frutas	Melón	Naranja	Naranja	Patilla	Naranja
	Naranja	Patilla	Melón	consumo menor de 1gr persona/día	Naranja			Cambures	Lechosa
****Grasas visibles	Melón		Naranja					Patilla	Patilla
	Aceite	Aceite	Aceite	Aceite	Aceite	Aceite	Aceite	Aceite	Aceite
	Margarina	Margarina	Mantequilla	Mantequilla	Mantequilla	Mantequilla	Margarina	Margarina	Mantequilla
	Mantequilla	Mayonesa	Mayonesa	Margarina	Manteca	Mayonesa	Mantequilla	Mantequilla	Margarina
		Mantequilla	Margarina	Mayonesa	Mayonesa	Margarina	Mayonesa	Mayonesa	Mayonesa
Bebidas	Café	Café	Gaseosas	Gaseosas	Gaseosas	Café	Café	Café	Gaseosas
	Gaseosas	Gaseosas	Café	Café	Café	Gaseosas	Gaseosas	Gaseosas	Café

*Incluye pan, pastas, galletas y otros panes. ** Consumo mayor de 5 gr. por persona/día. *** Consumo menor de 10 gr. por persona/día
**** Consumo mayor de un gramo por persona/día

(papa, yuca, ocumo y apio), plátano, cinco hortalizas (tomate, cebolla, zanahoria, auyama y pimentón), cuatro frutas (cambur, naranja, lechosa y patilla), leche, queso, mantequilla y huevos, dos carnes (res y pollo), aceite, margarina y mayonesa), bebidas gaseosas y café.

Al analizar cuantitativamente el consumo de alimentos por estratos socioeconómicos a nivel nacional (Cuadro 2), una primera observación es que el consumo de cereales por persona/día es bastante satisfactorio,

ligeramente superior que en años anteriores, con predominio del maíz y con un consumo mayor en el estrato V, el de menos recursos económicos.

Con relación a las carnes, productos proteínicos de precio más elevado que el anterior, los grupos socioeconómicos de los más altos recursos (I+II+III) tienen un consumo superior a los estratos más bajos, apreciándose también la preferencia por la carne de res y el bajo consumo de carne de cerdo (fresco) y pescado por persona/día. Sin

Cuadro 2. Consumo de alimentos en gramos persona/día por estratos socioeconómicos. Encuesta Nacional de Nutrición 1981-1982. Instituto Nacional de Nutrición. Venezuela

Alimentos	Estrato Social		
	I+II+III	IV	V
Cereales			
Arroz	64,05	59,57	48,77
Avena (cruda y cocida)	3,03	2,34	1,39
Cebada	0,08	0,06	0,03
Galletas	1,72	1,77	0,72
Arepas y hallaquitas	1,54	8,84	15,99
Maíz	2,40	4,50	14,42
Harina de maíz precocida	89,52	107,37	131,72
Pan de trigo	46,76	33,38	21,80
Harina de trigo	5,77	3,09	2,77
Otros panes	7,46	6,15	3,00
Pastas secas	26,67	39,69	42,64
Otros cereales	5,44	5,70	5,16
Total de cereales	254,44	272,46	286,41
Carnes	I+II+III	IV	V
Carne de res	99,06	70,96	43,43
Carne de cerdo	8,07	5,07	5,84
Carne de aves (pollo y gallina)	43,95	40,87	28,55
Carne de pescado	15,13	11,92	10,45
Carne de chivo	-	0,72	1,92
Visceras	19,60	14,86	11,74
Embutidos	13,45	9,03	4,56
Enlatados	7,51	4,41	6,10
Otras carnes	2,27	2,49	2,02
Total de carnes	209,04	160,33	114,61
Huevos	30,44	24,03	24,25
Leche y Quesos	I+II+III	IV	V
Leche en polvo	38,96	27,32	21,18
Leche líquida	100,91*	72,02*	49,05*
Leche condensada	0,29	0,05	0,02
Leche evaporada	0,01	-	-
Queso blanco	20,79	17,44	11,07
Queso amarillo	7,22	1,46	0,61
Otros quesos	0,17	-	-
Otros	0,81	1,27	3,25
Total de leche y quesos	81,87	57,26	42,80
Leguminosas	I+II+III	IV	V
Caraotas negras	13,12	22,78	32,40
Caraotas blancas	0,72	0,86	0,85
Frijoles	0,86	2,04	2,93
Arvejas	3,74	3,26	5,91
Otras	1,40	0,38	0,68
Total de leguminosas	19,84	29,32	42,77
Tubérculos y Plátanos	I+II+III	IV	V
Apio	5,21	1,86	0,85
Batata	0,46	0,55	0,58
Ocumo	7,70	7,56	10,15
Papa	52,00	35,21	22,80
Yuca	10,08	17,03	22,27
Plátano	86,36	71,46	55,49
Otros	4,79	6,40	10,34
Total de tubérculos y plátanos	166,60	140,07	122,48

Alimentos	Estrato Social		
	I+II+III	IV	V
Hortalizas			
Repollo	6,30	2,99	0,91
Remolacha	1,87	0,78	0,69
Auyama	6,17	4,44	4,72
Tomate (perita y manzano)	43,24	26,36	16,21
Lechuga	3,96	1,17	0,30
Cebolla	27,27	19,93	13,02
Pimentón	6,66	5,42	1,83
Vainitas	2,42	0,28	0,27
Zanahoria	13,83	4,43	2,49
Pepino	4,33	0,98	0,83
Ají dulce	0,96	1,23	0,92
Otras	8,00	2,70	2,22
Total de hortalizas	125,00	70,74	44,41
Frutas	I+II+III	IV	V
Cambures	8,58	13,13	20,68
Naranjas	27,82	10,76	5,67
Melón	8,76	2,80	1,36
Lechosa	8,32	3,53	3,12
Mango	2,81	0,84	1,78
Mandarina	1,19	0,04	0,15
Patilla	8,25	1,74	1,09
Piña	1,62	0,47	0,71
Aguacate	2,54	1,22	1,78
Otras	36,06	21,57	8,22
Total de frutas	105,95	56,10	44,56
Grasas y Aceites	I+II+III	IV	V
Aceite	35,99 cc.	34,08 cc.	28,64 cc.
Manteca de cerdo	0,04	0,13	0,68
Manteca vegetal	0,25	0,62	0,47
Mantequilla	4,20	3,58	2,55
Margarina	2,29	2,59	2,60
Mayonesa comercial	2,50	1,72	1,06
Total de grasas y aceites	45,27	42,72	36,00
Azúcar y Misceláneos	I+II+III	IV	V
Azúcar	30,70	27,03	26,85
Papelón	0,79	1,76	2,69
Dulces y mermeladas	0,19	0,13	0,10
Café infusión sin azúcar	79,07 c.c.	67,75 c.c.	71,71 c.c.
Bebidas gaseosas azucaradas	78,98 c.c.	89,60 c.c.	66,04 c.c.
Polvo bebidas achocolatadas	3,09	1,12	0,51
Barras de chocolate	15,00	22,00	0,90
Bebidas alcohólicas (en casa)	5,11 c.c.	1,03 c.c.	0,28 c.c.
Polvo para refrescos	0,07	0,03	0,04
Sopas condensadas	0,65	-	0,05
Sopas deshidratadas	0,44	0,57	0,37
Otros	18,06	6,38	4,49

*transformada en gr. de polvo son: 13,62; 9,72 y 6,67 respectivamente
Fuente: Encuesta Nacional de Nutrición, INN, 1981-1982

Cuadro 3. Consumo promedio de alimentos en gramos persona/día. Encuesta de 1963 INN/ICNND

Consumo promedio de alimentos en gramos persona/día	
Maíz	146,7 g
Trigo	48,4 g (pasta 22,8 g)
Arroz	25 g
Leche líquida	41,6 cc y en polvo 10,9 g
Queso	10,6 g
Huevos	15,1 g
Carne de res	33,6 g
Carne de pescado	35,6 g (en Margarita 110 g)
Carne de pollo	33,1 g
Carne de cerdo	4,0 g
Otras carnes	19,9 g
Leguminosas	21,6 g (caraotas, arvejas, frijoles)
Tubérculos y raíces	73,2 g
Plátanos	71,3 g
Hortalizas	85,3 g
Frutas	19,5 g
Azúcar y papelón	14,9 g
Grasas y aceites	31,0 g
Café	5,0 g
Bebidas gaseosas	7,0 cc

embargo, estos alimentos y los huevos aparecen con mayor consumo en todos los grupos socioeconómicos que en estudios anteriores (Cuadros 3 y 4, 1963 y 1966).

En el renglón de leche y derivados (queso y mantequilla) los grupos de más altos recursos tienen un consumo superior a los otros grupos, en cambio en las leguminosas, sucede lo contrario, observándose un incremento en su consumo en relación con épocas pasadas.

En cuanto a tubérculos, plátanos, hortalizas y frutas a excepción de la yuca, el ocumo y el cambur que los consumen en mayor cantidad los estratos socioeconómicos más bajos, los grupos de más altos recursos tienen una ingesta mayor de estos alimentos que los otros grupos, sin embargo se aprecia en todos los estratos, que las cantidades diarias consumidas son pequeñas, sobre todo en hortalizas y frutas, siendo más fuerte esta tendencia (44 g) en el grupo de menos recursos (V). Se observa de manera especial en el caso de las hortalizas, que el mayor consumo es de las tradicionalmente utilizadas como aliño o condimento que son tomate, cebolla y pimentón, llegando a representar más del 60% en el consumo de hortalizas en todos los grupos.

Cuadro 4. Encuesta de Caracas, 1966. Consumo de alimentos por persona/día, expresados en gramos (salvo indicaciones contrarias), clasificadas por grupos de alimentos y grupos económicos

Alimentos	Consumo por persona/día - Grupos económicos			
	I	II	III	IV
Cereales y productos derivados	220,5	238,6	254,4	264,6
Féculas y raíces amiláceas (tubérculos)	36,8	61,2	80,4	101,5
Azúcares y jarabes	54,9	62,8	66,5	78,0
Leguminosas	45,8	43,4	37,9	33,2
Nueces	0,8	1,3	0,4	0,05
Hortalizas	40,7	60,7	83,4	117,9
Frutas frescas	61,5	82,5	104,5	146,1
Frutas secas	1,0	0,7	0,05	0,3
Carnes, productos derivados y aves	35,0	67,2	86,2	120,3
Huevos	11,5	14,1	20,6	24,1
Pescado	12,1	15,8	14,5	20,5
Mariscos y crustáceos	0,05	0,1	1,0	0,3
Leche (c.c.)	197,8	294,8	344,4	420,5
Queso	7,4	12,1	16,7	24,2
Otros productos lácteos	0,1	0,2	0,2	1,2
Manteca y margarina	10,0	9,7	9,3	6,2
Aceite (c.c.)	11,1	20,5	27,4	28,6
Mantequilla	5,1	6,6	8,7	10,8
Productos derivados de aceites y grasas	0,7	1,1	1,7	2,3
Café	13,7	15,5	15,9	17,2
Sal	11,1	11,2	11,9	12,8

Fuente: Estudio de Caracas, Vol. VII, Tomo I, 1971

Lo anteriormente expuesto demuestra, que son las leguminosas (caraotas) y los cereales (maíz) la base de la alimentación de la población más desasistida, complementada con pequeñas cantidades de otros alimentos. Esto es lo que a primera vista se aprecia en los resultados de la ENCUESTA a que se hace referencia.

En cuanto a las grasas visibles, el consumo es bastante parejo en todos los estratos sociales, observándose que el aceite ha desplazado a la manteca (vegetal y animal) y que el consumo de margarina y mayonesa se está extendiendo.

Finalmente es posible apreciar en comparación con estudios anteriores un consumo moderado de azúcar como tal y casi nulo de papelón en el hogar, pero al mismo tiempo, un gran incremento del consumo de bebidas gasosas bastante parecido en todos los estratos socioeconómicos y similar en todas las regiones. Con relación a la ingesta de café se observa el arraigo que tiene entre la población, manteniéndose con muy pocas variaciones cuantitativas en los estratos socioeconómicos y en las regiones.

Adecuación de Nutrientes

Comparando los requerimientos nutricionales de la población estudiada igualados a cien con el aporte suministrado por el consumo de alimentos, se puede apreciar la adecuación porcentual de nutrientes, aportados por la alimentación recibida durante el período de la encuesta a que se ha hecho referencia.

Esta forma de indicar la ingesta de nutrientes permite establecer comparaciones con estudios de otras épocas y de otros países, así como también, reconocer la

situación nutricional crítica y la población a riesgo, con fines a la planificación de programas específicos.

Antes de iniciar el análisis, se ha creído conveniente aclarar que las cantidades de alimentos consumidos por persona/día, es el resultado promedio y por consiguiente también lo es la ingesta de nutrientes, de allí que las cifras de adecuación calculadas deben tomarse como información bastante aproximada a la real situación de la población total.

A continuación se expone la adecuación de cada nutriente en forma general, por estratos socioeconómicos y por regiones administrativas.

Energía: Con relación a este nutriente (Cuadros 5, 6, 7) se puede decir que en los estratos I+II+III correspondiente a las familias de mejores recursos, a excepción de las regiones Zulia y Los Andes, en todas las demás regiones se tiene una adecuación superior a 100% lo que indica sobreconsumo. Esta situación se desmejora en el grupo IV en donde sólo aparecen con adecuación mayor de 100% las regiones Guayana, Capital y Metropolitana. En cambio en el estrato V en todas las regiones hay una adecuación menor de 100%, llegando incluso en los Andes a ser de 81%, lo que significa que el consumo en esta región sólo cubre las 4/5 partes de los requerimientos calóricos y que el subconsumo, siendo común en todo el grupo, es menos acentuado en las regiones Metropolitana y Central.

Al analizar este nutriente de manera general y no por estratos (Cuadro 6) se aprecia que sólo existe un sobreconsumo en las regiones Metropolitana y Capital, y que en las otras el subconsumo está entre el 4 y el 16% (84 a 96% de adecuación). Este tipo de análisis diluye la gravedad de la situación en el grupo V con relación al consumo de calorías.

Cuadro 5. Distribución de las familias según porcentaje de adecuación por regiones y estratos socioeconómicos. Energía, Estratos I+II+III.

Regiones	Porcentaje de adecuación Energía														Total Familias	
	< de 51		51-70		71-80		81-90		91-110		111-120		121 y >			
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
Metropolitana	1	1,7	10	17,5	9	15,8	6	10,5	14	24,6	4	7,0	13	22,8	57	100,0
Capital	-	-	1	4,3	4	17,4	-	-	5	21,7	5	21,7	8	34,8	23	100,0
Central	2	3,7	8	14,8	2	3,7	10	18,5	12	22,2	4	7,4	16	29,6	54	100,0
Centro Occid.	-	-	2	9,5	1	4,8	1	4,8	4	19,0	3	14,3	10	47,6	21	100,0
Zuliana	2	3,5	12	21,0	12	21,0	7	12,3	9	15,8	5	8,8	10	17,5	57	100,0
Los Andes	-	-	5	16,1	3	9,7	4	12,9	10	32,2	5	16,1	4	12,9	31	100,0
Nor-Oriental	-	-	4	10,0	6	15,0	3	7,5	11	27,5	3	7,5	13	32,5	40	100,0
Guayana	1	1,8	6	11,1	5	9,2	10	18,5	9	16,7	5	9,2	18	33,3	54	100,0

Fuente: INN. Encuesta Nacional de Nutrición 1981-1982. Venezuela

Cuadro 6. Distribución de familias según porcentaje de adecuación por regiones y grupos socioeconómicos. Energía, Estrato IV

Regiones	Porcentaje de adecuación Energía														Total Familias	
	< de 51		51-70		71-80		81-90		91-110		111-120		121 y >			
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
Metropolitana	1	2,1	5	10,6	9	19,1	-	-	9	19,1	7	14,9	16	34,0	47	100,0
Capital	2	6,2	2	6,2	5	15,6	-	-	13	40,6	4	12,5	6	18,8	32	100,0
Central	4	4,9	12	14,6	9	11,0	11	13,4	24	29,3	4	4,9	18	21,9	82	100,0
Centro Occid.	6	7,7	18	23,1	13	16,7	5	6,4	13	16,7	6	7,7	17	21,8	78	100,0
Zuliana	7	7,8	14	15,6	11	12,2	12	13,3	24	26,7	7	7,8	15	16,7	90	100,0
Los Andes	5	7,7	14	21,5	6	9,2	9	13,8	18	27,7	5	7,7	8	12,3	65	100,0
Nor-Oriental	3	4,1	7	9,6	6	8,2	4	5,5	32	43,8	6	8,2	15	20,5	73	100,0
Guayana	5	4,9	12	11,8	11	10,8	10	9,8	22	21,6	11	10,8	31	30,4	102	100,0

Fuente: INN. Encuesta Nacional de Nutrición 1981-1982. Venezuela

Proteínas: El caso de este nutriente es muy especial, por cuanto es uno de los que consumen los grupos socioeconómicos en todas las regiones de manera excesiva (Cuadros 8,9,10). Tal situación puede deberse al hábito del venezolano de ingerir alimentos ricos en proteínas como carnes, leche, queso y huevos, o cuya razón original debe buscarse en el prestigio social que han tenido esos alimentos y en las recomendaciones que siempre se han hecho sobre los beneficios del consumo de los mismos, posiblemente en detrimento de la ingesta de alimentos energéticos. Esta es la situación de este nutriente en la fecha de la Encuesta, hoy día el panorama ha cambiado pero no se sabe en cuánto.

Calcio: El caso de este micronutriente para la fecha de la Encuesta a nivel de la población en general es satisfactorio (Cuadros 11,12,13), con un gran consumo

en las regiones Metropolitana (174%) y Zulia (163%). Al estudiar la adecuación de calcio por estratos socioeconómicos se aprecia en líneas generales que también existe un sobreconsumo de este mineral en todas las regiones, siendo mayor en las regiones Metropolitana (228%), Zulia (191%) y Centro Occidental (191%) en los estratos I+II+III. Así mismo existe sobreconsumo en el estrato IV en todas las regiones, siendo mayor en el Zulia (174%), Metropolitana (169%) y Capital (153%). La situación en el estrato V igualmente es satisfactoria en todas las regiones, a excepción de Guayana (97%) y Centro Occidental (95%) donde se aprecia un ligero subconsumo.

Con el alto aumento de precios que han sufrido la leche y el queso en los últimos años, la ingesta de calcio debe haber disminuido considerablemente y es seguro

Cuadro 7. Distribución de familias según porcentaje de adecuación por regiones y estratos socioeconómicos. Energía, Estrato V

Regiones	Porcentaje de adecuación Energía														Total Familias	
	< de 51		51-70		71-80		81-90		91-110		111-120		121 y >			
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
Metropolitana	1	2,4	9	21,9	1	2,4	3	7,3	12	29,6	5	12,2	10	24,4	41	100,0
Capital	3	5,8	4	7,7	10	19,2	6	11,5	12	23,1	5	9,6	12	23,1	52	100,0
Central	11	11,7	19	20,2	9	9,6	13	13,8	17	18,1	9	9,6	16	17,0	94	100,0
Centro Occid.	19	12,5	39	25,7	23	15,1	12	7,9	28	18,4	5	3,3	26	17,1	152	100,0
Zuliana	6	6,5	21	22,8	9	9,8	11	11,9	18	19,6	10	10,9	17	18,5	92	100,0
Los Andes	10	9,5	25	23,8	13	12,4	11	10,5	22	20,9	8	7,6	16	15,2	105	100,0
Nor-Oriental	10	7,1	24	17,1	8	5,7	20	14,3	34	24,3	11	7,9	33	23,6	140	100,0
Guayana	5	6,6	13	17,1	12	15,8	9	11,8	20	26,3	7	9,2	10	13,2	76	100,0

Fuente: INN. Encuesta Nacional de Nutrición 1981-1982. Venezuela

Cuadro 8. Distribución de familias según porcentaje de adecuación por regiones y estratos socioeconómicos. Proteínas, Estratos I+II+III

Regiones	Porcentaje de adecuación Proteínas														Total Familias	
	< de 51		51-70		71-80		81-90		91-110		111-120		121 y >			
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
Metropolitana	-	-	-	-	1	1,7	-	-	3	5,3	3	5,3	50	87,7	57	100,0
Capital	-	-	-	-	-	-	1	4,3	-	-	2	8,7	20	87,0	23	100,0
Central	-	-	1	1,8	1	1,8	2	3,7	5	9,3	5	9,3	40	74,1	54	100,0
Centro Occid.	-	-	1	4,8	-	-	-	-	3	14,3	-	-	17	80,9	21	100,0
Zuliana	-	-	-	-	3	5,3	1	1,7	8	14,0	6	10,5	39	68,4	57	100,0
Los Andes	-	-	-	-	-	-	1	3,2	2	6,5	5	16,1	23	74,2	31	100,0
Nor-Oriental	-	-	-	-	-	-	-	-	4	10,0	3	7,5	33	82,5	40	100,0
Guayana	-	-	-	-	-	-	3	5,6	6	11,1	2	3,7	43	79,6	54	100,0

Fuente: INN. Encuesta Nacional de Nutrición 1981-1982. Venezuela

Cuadro 9. Distribución de familias según porcentaje de adecuación por regiones y estratos socioeconómicos. Proteínas, Estrato IV

Regiones	Porcentaje de adecuación Proteínas														Total Familias	
	< de 51		51-70		71-80		81-90		91-110		111-120		121 y >			
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
Metropolitana	1	2,1	3	6,4	1	2,1	-	-	5	10,6	1	2,1	36	76,6	47	100,0
Capital	-	-	2	6,2	1	3,1	1	3,1	4	12,5	3	9,4	21	65,6	32	100,0
Central	2	2,4	3	3,6	3	3,7	8	9,8	5	6,1	6	7,3	55	67,1	82	100,0
Centro Occid.	-	-	6	7,7	2	2,6	8	10,2	9	11,5	7	9,0	46	59,0	78	100,0
Zuliana	3	3,3	2	2,2	2	2,2	5	5,6	12	13,3	4	4,4	62	68,9	90	100,0
Los Andes	3	4,6	7	10,8	2	3,1	3	4,6	10	15,4	3	4,6	37	56,9	65	100,0
Nor-Oriental	1	1,4	-	-	-	-	4	5,5	5	6,8	5	6,8	58	79,4	73	100,0
Guayana	2	2,0	4	3,9	4	3,9	4	3,9	8	7,8	11	10,8	69	67,6	102	100,0

Fuente: INN. Encuesta Nacional de Nutrición 1981-1982. Venezuela

Cuadro 10. Distribución de familias según porcentaje de adecuación por regiones y estratos socioeconómicos. Proteínas, Estrato V

Regiones	Porcentaje de adecuación Proteínas														Total Familias	
	< de 51		51-70		71-80		81-90		91-110		111-120		121 y >			
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
Metropolitana	-	-	1	2,4	2	4,9	2	4,9	5	12,2	1	2,4	30	73,2	41	100,0
Capital	1	1,9	3	5,8	-	-	1	1,9	7	13,5	2	3,8	38	73,1	52	100,0
Central	1	1,1	9	9,6	3	3,2	9	9,6	15	15,9	6	6,4	51	54,3	94	100,0
Centro Occid.	7	4,6	14	9,2	12	7,9	7	4,6	29	19,1	9	5,9	74	48,7	152	100,0
Zuliana	4	4,3	4	4,3	2	2,2	11	11,9	12	13,0	7	7,6	52	56,5	92	100,0
Los Andes	6	5,7	7	6,7	8	7,6	9	8,6	20	19,0	8	7,6	47	44,8	105	100,0
Nor-Oriental	4	2,8	7	5,0	5	3,6	12	8,6	15	10,7	13	9,3	84	60,0	140	100,0
Guayana	2	2,6	4	5,3	1	1,3	7	9,2	15	19,7	11	14,5	36	47,4	76	100,0

Fuente: INN. Encuesta Nacional de Nutrición 1981-1982. Venezuela

Cuadro 11. Distribución de familias según porcentaje de adecuación por regiones y grupos socioeconómicos. Calcio, Estratos I+II+III

Regiones	Porcentaje de adecuación Calcio														Total Familias	
	< de 51		51-70		71-80		81-90		91-110		111-120		121 y >			
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
Metropolitana	-	-	-	-	1	1,7	-	-	5	8,8	2	3,5	49	86,0	57	100,0
Capital	1	4,3	-	-	-	-	2	8,7	4	17,4	1	4,3	15	65,2	23	100,0
Central	1	1,9	6	11,1	1	1,9	-	-	4	7,4	5	9,2	37	68,5	54	100,0
Centro Occid.	-	-	-	-	2	9,5	1	4,8	1	4,8	1	4,8	16	76,2	21	100,0
Zuliana	1	1,7	2	3,5	4	7,0	2	3,5	2	3,5	3	5,3	43	75,4	57	100,0
Los Andes	1	3,2	5	16,1	1	3,2	1	3,2	-	-	-	-	23	74,2	31	100,0
Nor-Oriental	3	7,5	1	2,5	2	5,0	1	2,5	-	-	4	10,0	29	72,5	40	100,0
Guayana	2	3,7	1	1,9	2	3,7	1	1,9	4	7,4	1	1,9	43	79,6	54	100,0

Fuente: INN. Encuesta Nacional de Nutrición 1981-1982. Venezuela

Cuadro 12. Distribución de familias según porcentaje de adecuación por regiones y estratos socioeconómicos. Calcio, Estrato IV

Regiones	Porcentaje de adecuación Calcio														Total Familias	
	< de 51		51-70		71-80		81-90		91-110		111-120		121 y >			
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
Metropolitana	3	6,4	4	8,5	3	6,4	2	4,2	2	4,3	2	4,3	31	65,9	47	100,0
Capital	1	3,1	3	9,4	2	6,2	-	-	6	18,7	1	3,1	19	59,4	32	100,0
Central	6	7,3	5	6,1	4	4,9	8	9,8	6	7,3	7	8,5	46	56,1	82	100,0
Centro Occid.	10	12,8	11	14,1	5	6,4	5	6,4	10	12,8	3	3,8	34	43,6	78	100,0
Zuliana	7	7,8	5	5,6	4	4,4	3	3,3	4	4,4	5	5,6	62	68,9	90	100,0
Los Andes	13	20,0	6	9,2	5	7,7	1	1,5	4	6,1	1	1,5	35	53,9	65	100,0
Nor-Oriental	8	10,9	7	9,6	6	8,2	5	6,8	7	9,6	3	4,1	37	50,7	73	100,0
Guayana	8	7,8	10	9,8	4	3,9	5	4,9	14	13,7	7	6,9	54	52,9	102	100,0

Fuente: INN. Encuesta Nacional de Nutrición 1981-1982. Venezuela

Cuadro 13. Distribución de familias según porcentaje de adecuación por regiones y estratos socioeconómicos. Calcio, Estrato V

Regiones	Porcentaje de adecuación Calcio														Total Familias	
	< de 51		51-70		71-80		81-90		91-110		111-120		121 y >			
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
Metropolitana	2	4,9	5	12,2	3	7,3	1	2,4	7	17,1	2	4,9	21	51,2	41	100,0
Capital	5	9,6	5	9,6	2	3,8	8	15,4	6	11,5	2	3,8	24	46,2	52	100,0
Central	16	17,0	7	7,4	6	6,4	6	6,4	14	14,9	4	4,2	41	43,6	94	100,0
Centro Occid.	37	24,3	20	13,1	12	7,9	12	7,9	17	11,2	6	3,9	48	31,6	152	100,0
Zuliana	7	7,6	9	9,8	6	6,5	8	8,7	10	10,9	3	3,3	49	33,3	92	100,0
Los Andes	16	15,2	17	16,2	9	8,6	9	8,6	10	9,5	5	4,8	39	37,1	105	100,0
Nor-Oriental	23	16,4	21	15,0	8	5,7	9	6,4	21	15,0	2	1,4	56	40,0	140	100,0
Guayana	12	15,8	8	10,5	8	10,5	7	9,2	14	18,4	6	7,9	21	27,6	76	100,0

Fuente: INN. Encuesta Nacional de Nutrición 1981-1982. Venezuela

que donde más se ha sentido es en el estrato V y en las regiones Centro Occidental, Guayana, Los Andes y Nor-Oriental que ya acusaban en 1981-1982 una adecuación dentro de los límites adecuados (91-110%).

Hierro: La ingesta de hierro de la población en general es adecuada, encontrándose cifras de adecuación de 98% y 129%, siendo las regiones Capital y Centro Occidental las de mayor consumo (Cuadros 14,15,16) y Zulia y Guayanas las de menor.

En cuanto a los estratos socioeconómicos, en los grupos I+II+III la ingesta es superior a los requerimientos, con cifras de adecuación casi todas mayores de 100%, a excepción en las regiones Los Andes (96,8%) y Zulia (95,4%).

En el estrato V la situación es satisfactoria en líneas generales, pero delicada en las regiones Guayana

y Zulia donde se obtuvo una adecuación de 86,7% y 96,3% respectivamente (Cuadro 16).

La brusca alza de precios de las carnes y las leguminosas en los últimos años, que origina disminución del consumo de las mismas, consecuentemente incide en la ingesta de este micronutriente, lo cual debe estarse sintiendo en las clases de más bajo recurso y en las regiones Los Andes, Zulia y Guayana respectivamente.

Vitamina A: En la adecuación sin distinciones de estratos sociales, el consumo de Vitamina A se aprecia satisfactoria en casi todas las regiones estudiadas, a excepción de Nor-Oriental (98%), Guayana (95%) y Centro Occidental (70%) en donde existe subconsumo, más acentuado en esta última región.

Al analizar la adecuación por estratos sociales, se aprecia consumo excesivo en el grupo I+II+III llegando

Cuadro 14. Distribución de familias según porcentaje de adecuación por regiones y estratos socioeconómicos. Hierro, Estratos I+II+III

Regiones	Porcentaje de adecuación Hierro														Total Familias	
	< de 51		51-70		71-80		81-90		91-110		111-120		121 y >			
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
Metropolitana	3	5,3	6	10,5	6	10,5	5	8,8	9	15,8	2	3,5	26	45,6	57	100,0
Capital	1	4,3	1	4,3	-	-	1	4,3	4	17,4	2	8,7	14	60,9	23	100,0
Central	2	3,7	4	7,4	8	14,8	3	5,5	9	16,7	3	5,6	25	46,3	54	100,0
Centro Occid.	1	4,8	2	9,5	2	9,5	1	4,8	2	9,5	-	-	13	61,9	21	100,0
Zuliana	7	12,3	4	7,0	8	14,0	4	7,0	11	19,3	6	10,5	17	29,8	57	100,0
Los Andes	1	3,2	6	19,4	2	6,5	7	22,6	5	16,1	3	9,7	7	22,6	31	100,0
Nor-Oriental	3	7,5	4	10,0	3	7,5	3	7,5	7	17,5	5	12,5	15	37,5	40	100,0
Guayana	2	3,7	9	16,7	6	11,1	5	9,2	5	9,3	8	14,8	19	35,2	54	100,0

Fuente: INN. Encuesta Nacional de Nutrición 1981-1982. Venezuela

Cuadro 15. Distribución de familias según porcentaje de adecuación por regiones y estratos socioeconómicos. Hierro, Estrato IV

Regiones	Porcentaje de adecuación Hierro														Total Familias	
	< de 51		51-70		71-80		81-90		91-110		111-120		121 y >			
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
Metropolitana	3	6,4	3	6,4	3	6,4	1	2,1	8	17,0	5	10,6	24	51,1	47	100,0
Capital	1	3,1	7	21,9	-	-	4	12,5	4	12,5	1	3,1	15	46,9	32	100,0
Central	6	7,3	9	11,0	3	3,6	2	2,4	13	15,9	5	6,1	44	53,6	82	100,0
Centro Occid.	5	6,4	6	7,7	9	11,5	4	5,1	16	20,5	6	7,7	32	41,0	78	100,0
Zuliana	10	11,1	11	12,2	5	5,6	10	11,1	17	18,9	4	4,4	33	36,7	90	100,0
Los Andes	3	4,6	11	16,9	6	9,2	4	6,1	11	16,9	3	4,6	27	41,5	65	100,0
Nor-Oriental	5	6,8	5	6,8	5	6,8	4	5,5	22	30,1	2	2,7	30	41,1	73	100,0
Guayana	10	9,8	14	13,7	4	3,9	10	9,8	21	20,6	3	2,9	40	39,2	102	100,0

Fuente: INN. Encuesta Nacional de Nutrición 1981-1982. Venezuela

Cuadro 16. Distribución de familias según porcentaje de adecuación por regiones y estratos socioeconómicos. Hierro, Estrato V

Regiones	Porcentaje de adecuación Hierro														Total Familias	
	< de 51		51-70		71-80		81-90		91-110		111-120		121 y >			
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
Metropolitana	2	4,9	2	4,9	4	9,8	1	2,4	8	19,5	3	7,3	21	51,2	41	100,0
Capital	2	3,8	5	9,6	4	7,7	4	7,7	6	11,5	2	3,8	29	55,8	52	100,0
Central	1	1,1	12	12,8	9	9,6	4	4,2	22	23,4	10	10,6	36	38,3	94	100,0
Centro Occid.	6	3,9	18	11,8	5	3,3	10	6,6	23	15,1	7	4,6	83	54,6	152	100,0
Zuliana	13	14,1	15	16,3	6	6,5	7	7,6	16	17,3	3	3,3	32	34,8	92	100,0
Los Andes	7	6,7	9	8,6	8	7,6	10	9,5	14	13,3	6	5,7	51	48,6	105	100,0
Nor-Oriental	11	7,8	18	12,8	12	8,6	8	5,7	22	15,7	7	5,0	62	44,3	140	100,0
Guayana	9	11,8	13	17,1	11	14,5	9	11,8	14	18,4	4	5,3	16	21,1	76	100,0

Fuente: INN. Encuesta Nacional de Nutrición 1981-1982. Venezuela

en la región Capital a cifras de 204%. En los grupos IV y V la situación es de carencia en cuatro regiones y sobreconsumo en las otras cuatro, y aún cuando la adecuación en Guayana, Nororiental y Capital son bajas. La situación es muy crítica en la región Centro Occidental donde se aprecia un subconsumo de casi 50% de los requerimientos (Cuadros 17,18,19).

Tiamina: El consumo de esta vitamina no tiene problemas, pues se aprecia a nivel general, cifras por encima de 100% en todas las regiones y en los estratos socioeconómicos, sólo se observan cifras menores en el grupo IV de la Nor-Oriental y en el grupo V de Guayana (Cuadro 20,21,22).

Riboflavina: A nivel regional, las zonas de menor adecuación son Centro Occidental y Los Andes (pero con cifras que pueden considerarse dentro de un rango de consumo normal (91%-110%) (Cuadros 23,24,25).

En cuanto a los estratos socioeconómicos, la adecuación está por encima de 100% en los grupos I+II+III y IV, en cambio en el grupo V existe subconsumo en cinco de las ocho regiones estudiadas, obteniéndose los porcentajes más bajos en Centro Occidental, Los Andes y Guayana (Cuadros 23,24,25).

Niacina: Como en micronutriente anterior, se aprecian cifras bajas de adecuación en las regiones Centro Occidental (86%) y Los Andes (93%) y por encima de 100% en las demás regiones (Cuadros 26,27,28).

En la adecuación por estratos sociales, se observa en el estrato I+II+III adecuación superior al 100%; en el IV sólo la región Centro Occidental tiene subconsumo; y en grupo V las regiones Central, Centro Occidental y Los Andes tienen adecuación inferior a 100% (Cuadros 26,27,28).

Cuadro 17. Distribución de familias según porcentaje de adecuación por regiones y estratos socioeconómicos. Vitamina A, Estratos I+II+III

Regiones	Porcentaje de adecuación Vitamina A														Total Familias	
	< de 51		51-70		71-80		81-90		91-110		111-120		121 y >			
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
Metropolitana	4	7,0	7	12,3	1	1,7	2	3,5	7	12,3	-	-	36	63,2	57	100,0
Capital	1	4,3	3	13,0	2	8,7	-	-	1	4,3	-	-	16	69,6	23	100,0
Central	8	14,8	3	5,5	2	3,7	2	3,7	6	11,1	2	3,7	31	57,4	54	100,0
Centro Occid.	1	4,8	3	14,3	1	4,8	1	4,8	2	9,5	1	4,8	12	57,1	21	100,0
Zuliana	2	3,5	5	8,8	3	5,3	5	8,8	7	12,3	5	8,8	30	52,6	57	100,0
Los Andes	2	6,4	3	9,7	2	6,4	2	6,4	3	9,7	-	-	19	61,3	31	100,0
Nor-Oriental	3	7,5	2	5,0	3	7,5	1	2,5	6	15,0	2	5,0	23	57,5	40	100,0
Guayana	7	13,0	2	3,7	6	11,1	4	7,4	4	7,4	5	9,2	26	48,1	54	100,0

Fuente: INN. Encuesta Nacional de Nutrición 1981-1982. Venezuela

Cuadro 18. Distribución de familias según porcentaje de adecuación por regiones y estratos socioeconómicos. Vitamina A, Estrato IV

Regiones	Porcentaje de adecuación Vitamina A														Total Familias	
	< de 51		51-70		71-80		81-90		91-110		111-120		121 y >			
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
Metropolitana	5	10,6	9	19,1	2	4,3	3	6,4	5	10,6	-	-	23	48,9	47	100,0
Capital	5	15,6	5	15,6	3	9,4	1	3,1	4	12,5	3	9,4	11	34,4	32	100,0
Central	15	18,3	15	18,3	8	9,8	8	9,7	8	9,8	2	2,4	26	31,7	82	100,0
Centro Occid.	33	42,3	7	9,0	5	6,4	1	1,9	4	5,1	4	5,1	24	30,8	78	100,0
Zuliana	17	18,9	9	10,0	3	3,3	7	7,8	11	12,2	3	3,3	40	44,4	90	100,0
Los Andes	19	29,2	6	9,2	1	1,5	5	7,7	5	7,7	5	7,7	24	36,9	65	100,0
Nor-Oriental	16	21,9	11	15,1	13	17,8	7	9,6	9	12,3	3	4,1	14	19,2	73	100,0
Guayana	16	15,7	24	23,5	6	5,9	11	10,8	11	10,8	5	4,9	29	28,4	102	100,0

Fuente: INN. Encuesta Nacional de Nutrición 1981-1982. Venezuela

Cuadro 19. Distribución de familias según porcentaje de adecuación por regiones y estratos socioeconómicos. Vitamina A, Estrato V

Regiones	Porcentaje de adecuación Vitamina A														Total Familias	
	< de 51		51-70		71-80		81-90		91-110		111-120		121 y >			
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
Metropolitana	10	24,4	5	12,2	6	14,6	-	-	6	14,6	1	2,4	13	31,7	41	100,0
Capital	20	38,5	7	13,5	7	13,5	3	5,8	5	9,6	1	1,9	9	17,3	52	100,0
Central	39	41,5	16	17,0	6	6,4	5	5,3	8	8,5	2	2,1	18	19,1	94	100,0
Centro Occid.	108	71,0	15	9,9	6	3,9	5	3,3	5	3,3	1	0,6	12	7,9	152	100,0
Zuliana	17	18,5	16	17,4	7	7,6	5	5,4	8	8,7	5	5,4	34	36,9	92	100,0
Los Andes	37	35,2	15	14,3	2	1,9	7	6,7	10	9,5	4	3,8	30	28,6	105	100,0
Nor-Oriental	56	40,0	18	12,8	13	9,3	8	5,7	13	9,3	4	2,8	28	20,0	140	100,0
Guayana	34	44,7	16	21,0	3	3,9	8	10,5	5	6,6	1	1,3	9	11,8	76	100,0

Fuente: INN. Encuesta Nacional de Nutrición 1981-1982. Venezuela

Cuadro 20. Distribución de familias según porcentaje de adecuación por regiones y estratos socioeconómicos. Tiamina, Estratos I+II+III

Regiones	Porcentaje de adecuación Tiamina														Total Familias	
	< de 51		51-70		71-80		81-90		91-110		111-120		121 y >			
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
Metropolitana	-	-	7	12,3	3	5,3	-	-	11	19,3	3	5,3	33	57,9	57	100,0
Capital	-	-	-	-	1	4,3	1	4,3	3	13,0	3	13,0	15	65,2	23	100,0
Central	-	-	8	14,8	2	3,7	4	7,4	7	13,0	4	7,4	29	53,7	54	100,0
Centro Occid.	-	-	1	4,8	1	4,8	1	4,8	3	14,3	2	9,5	13	61,9	21	100,0
Zuliana	4	7,0	9	15,8	8	14,0	6	10,5	11	19,3	1	1,7	18	31,6	57	100,0
Los Andes	-	-	6	19,3	1	3,2	-	-	6	19,3	4	12,9	14	45,2	31	100,0
Nor-Oriental	-	-	-	-	5	12,5	4	10,0	6	15,0	4	10,0	21	52,5	40	100,0
Guayana	-	-	3	5,6	8	14,8	2	3,7	8	14,8	4	7,4	29	53,7	54	100,0

Fuente: INN. Encuesta Nacional de Nutrición 1981-1982. Venezuela

Cuadro 21. Distribución de familias según porcentaje de adecuación por regiones y estratos socioeconómicos. Tiamina, Estrato IV

Regiones	Porcentaje de adecuación Tiamina														Total Familias	
	< de 51		51-70		71-80		81-90		91-110		111-120		121 y >			
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
Metropolitana	2	4,2	3	6,4	2	4,2	3	6,4	4	8,5	3	6,4	30	63,8	47	100,0
Capital	2	6,2	1	3,1	5	15,6	3	9,4	5	15,6	4	12,5	12	37,5	32	100,0
Central	4	4,9	5	6,1	3	3,6	5	6,1	12	14,6	9	11,0	44	53,6	82	100,0
Centro Occid.	7	9,0	8	10,3	4	5,1	7	9,0	9	11,5	7	9,0	36	46,1	78	100,0
Zuliana	11	12,2	14	15,6	5	5,6	7	7,8	17	18,9	7	7,8	29	32,2	90	100,0
Los Andes	4	6,2	12	18,5	7	10,8	5	7,7	8	12,3	6	9,2	23	35,4	65	100,0
Nor-Oriental	7	9,6	6	8,2	15	20,5	7	9,6	11	15,1	2	2,7	25	34,2	73	100,0
Guayana	9	8,8	13	12,7	7	6,9	10	9,8	16	15,7	8	7,8	39	38,2	102	100,0

Fuente: INN. Encuesta Nacional de Nutrición 1981-1982. Venezuela

Cuadro 22. Distribución de familias según porcentaje de adecuación por regiones y estratos socioeconómicos. Tiamina, Estrato V

Regiones	Porcentaje de adecuación Tiamina														Total Familias	
	< de 51		51-70		71-80		81-90		91-110		111-120		121 y >			
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
Metropolitana	1	2,4	1	2,4	4	9,8	-	-	6	14,6	3	7,3	26	63,4	41	100,0
Capital	3	5,8	1	1,9	3	5,8	5	9,6	11	21,1	1	1,9	28	53,8	52	100,0
Central	4	4,2	11	11,7	3	3,2	5	5,3	16	17,0	5	5,3	50	53,2	94	100,0
Centro Occid.	13	8,6	17	11,2	9	5,9	11	7,2	15	9,9	10	6,6	77	50,6	152	100,0
Zuliana	10	10,9	14	15,2	9	9,8	7	7,6	13	14,1	7	7,6	32	34,8	92	100,0
Los Andes	10	9,5	17	16,2	8	7,6	10	9,5	15	14,3	9	8,6	36	34,3	105	100,0
Nor-Oriental	23	16,4	20	14,3	11	7,8	11	7,9	16	11,4	11	7,8	48	34,3	140	100,0
Guayana	12	15,8	19	25,0	9	11,8	9	11,8	13	17,1	5	6,6	9	11,8	76	100,0

Fuente: INN. Encuesta Nacional de Nutrición 1981-1982. Venezuela

Cuadro 23. Distribución de familias según porcentaje de adecuación por regiones y estratos socioeconómicos. Riboflavina, Estratos I+II+III

Regiones	Porcentaje de adecuación Riboflavina														Total Familias	
	< de 51		51-70		71-80		81-90		91-110		111-120		121 y >			
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
Metropolitana	-	-	5	8,8	1	1,8	5	8,8	4	7,0	5	8,8	37	64,9	57	100,0
Capital	1	4,3	1	4,3	2	8,7	2	8,7	5	21,7	1	4,3	11	47,8	23	100,0
Central	4	7,4	5	9,2	2	3,7	6	11,1	11	20,4	2	3,7	24	44,4	54	100,0
Centro Occid.	-	-	4	19,0	-	-	-	-	-	-	2	9,5	15	71,4	21	100,0
Zuliana	4	7,0	4	7,0	5	8,8	4	7,0	6	10,5	6	10,5	28	49,1	57	100,0
Los Andes	2	6,4	2	6,4	2	6,4	4	12,9	3	9,7	3	9,7	15	48,4	31	100,0
Nor-Oriental	1	2,5	4	10,0	3	7,5	-	-	10	25,0	1	2,5	21	52,5	40	100,0
Guayana	-	-	3	5,6	5	9,2	4	7,4	5	9,2	2	3,7	35	64,8	54	100,0

Fuente: INN. Encuesta Nacional de Nutrición 1981-1982. Venezuela

Cuadro 24. Distribución de familias según porcentaje de adecuación por regiones y estratos socioeconómicos. Riboflavina, Estrato IV

Regiones	Porcentaje de adecuación Riboflavina														Total Familias	
	< de 51		51-70		71-80		81-90		91-110		111-120		121 y >			
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
Metropolitana	5	10,6	1	2,1	3	6,4	4	8,5	6	12,8	1	2,1	27	57,4	47	100,0
Capital	33	9,4	6	18,8	3	9,4	-	-	2	6,2	3	9,4	15	46,9	32	100,0
Central	11	13,4	20	24,4	2	2,4	3	3,6	12	14,6	8	9,8	26	31,7	82	100,0
Centro Occid.	16	20,5	18	23,1	4	5,1	3	3,8	8	10,3	4	5,1	25	32,0	78	100,0
Zuliana	10	11,1	14	15,6	44	4,4	6	6,7	19	21,1	2	2,2	35	38,9	90	100,0
Los Andes	14	21,5	9	13,8	5	7,7	2	3,1	11	16,9	4	6,1	20	30,8	65	100,0
Nor-Oriental	12	16,4	10	13,7	5	6,8	6	8,2	10	13,7	6	8,2	24	32,9	73	100,0
Guayana	14	13,7	12	11,8	6	5,9	9	8,8	15	14,7	5	4,9	41	40,2	102	100,0

Fuente: INN. Encuesta Nacional de Nutrición 1981-1982. Venezuela

Cuadro 25. Distribución de familias según porcentaje de adecuación por regiones y estratos socioeconómicos. Riboflavina, Estrato V

Regiones	Porcentaje de adecuación Riboflavina														Total Familias	
	< de 51		51-70		71-80		81-90		91-110		111-120		121 y >			
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
Metropolitana	4	9,8	8	19,5	3	7,3	2	4,9	7	17,1	5	12,2	12	29,3	41	100,0
Capital	7	13,5	13	25,0	5	9,6	6	11,5	6	11,5	3	5,8	12	23,0	52	100,0
Central	27	28,7	11	11,7	6	6,4	8	8,5	11	11,7	8	8,5	23	24,5	94	100,0
Centro Occid.	61	40,1	27	17,8	6	3,9	9	5,9	13	8,6	6	3,9	30	19,7	152	100,0
Zuliana	18	19,6	16	17,4	8	8,7	7	7,6	10	10,9	2	2,2	31	33,7	92	100,0
Los Andes	27	25,7	17	16,2	11	10,5	5	4,8	17	16,2	7	6,7	21	20,0	105	100,0
Nor-Oriental	38	27,1	20	14,3	15	10,7	2	1,4	16	11,4	7	5,0	42	30,0	140	100,0
Guayana	17	22,4	22	28,9	5	6,6	9	11,8	8	10,5	4	5,5	11	14,5	76	100,0

Fuente: INN. Encuesta Nacional de Nutrición 1981-1982. Venezuela

Cuadro 26. Distribución de familias según porcentaje de adecuación por regiones y estratos socioeconómicos. Niacina, Estratos I+II+III

Regiones	Porcentaje de adecuación Niacina														Total Familias	
	< de 51		51-70		71-80		81-90		91-110		111-120		121 y >			
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
Metropolitana	1	1,7	3	5,3	-	-	2	3,5	6	10,5	3	5,3	42	73,7	57	100,0
Capital	-	-	-	-	1	4,3	1	4,3	4	17,4	2	8,7	15	65,2	23	100,0
Central	1	1,8	5	9,3	3	5,5	9	16,7	9	16,7	9	16,7	18	33,3	54	100,0
Centro Occid.	-	-	3	14,3	1	4,7	1	4,8	5	23,8	-	-	11	53,4	21	100,0
Zuliana	1	1,7	9	15,8	3	5,3	5	8,8	8	14,0	9	15,8	22	38,6	57	100,0
Los Andes	1	3,2	2	6,4	3	9,7	4	12,9	9	29,0	1	3,2	11	35,5	31	100,0
Nor-Oriental	-	-	5	12,5	1	2,5	5	12,5	3	7,5	4	10,0	22	55,0	40	100,0
Guayana	1	1,8	6	11,1	1	9,3	6	11,1	4	7,4	6	11,1	26	48,1	54	100,0

Fuente: INN. Encuesta Nacional de Nutrición 1981-1982. Venezuela

Cuadro 27. Distribución de familias según porcentaje de adecuación por regiones y estratos socioeconómicos. Niacina, Estrato IV

Regiones	Porcentaje de adecuación Niacina														Total Familias	
	< de 51		51-70		71-80		81-90		91-110		111-120		121 y >			
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
Metropolitana	2	4,2	6	12,8	-	-	4	8,5	4	8,5	3	6,4	28	50,6	47	100,0
Capital	1	3,1	3	9,4	4	12,5	2	6,2	3	9,4	5	15,6	14	43,8	32	100,0
Central	10	12,2	10	12,2	8	9,8	7	8,5	12	14,6	5	6,1	10	36,6	82	100,0
Centro Occid.	16	20,5	14	17,9	7	9,0	5	6,4	7	9,0	6	7,7	23	29,5	78	100,0
Zuliana	5	16,7	12	13,3	6	6,7	9	10,0	13	14,4	10	11,1	35	38,9	90	100,0
Los Andes	7	10,8	12	18,5	3	4,6	5	7,7	11	16,9	5	7,7	22	33,8	65	100,0
Nor-Oriental	2	2,7	5	6,8	3	4,1	5	6,8	10	13,7	6	8,2	42	57,3	73	100,0
Guayana	6	5,9	8	7,8	6	5,9	10	9,8	18	17,6	7	6,9	47	46,1	102	100,0

Fuente: INN. Encuesta Nacional de Nutrición 1981-1982. Venezuela

Cuadro 28. Distribución de familias según porcentaje de adecuación por regiones y estratos socioeconómicos. Niacina, Estrato V

Regiones	Porcentaje de adecuación Niacina														Total Familias	
	< de 51		51-70		71-80		81-90		91-110		111-120		121 y >			
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
Metropolitana	3	7,3	3	7,3	3	7,3	3	7,3	5	12,2	3	7,3	21	51,2	41	100,0
Capital	2	3,8	8	15,4	6	11,5	7	13,5	4	7,7	6	11,5	19	36,5	52	100,0
Central	17	18,1	24	25,5	6	6,4	8	8,5	9	9,6	9	9,6	21	22,3	94	100,0
Centro Occid.	43	28,3	28	18,4	17	11,6	9	5,9	17	11,2	10	6,6	28	18,4	152	100,0
Zuliana	15	16,3	13	14,1	9	9,8	4	4,3	11	11,9	3	3,3	37	40,2	92	100,0
Los Andes	17	16,2	19	18,1	13	12,4	11	10,5	15	14,3	5	4,8	25	23,8	105	100,0
Nor-Oriental	9	6,4	17	12,1	10	7,1	11	7,9	19	13,6	11	7,9	63	45,0	140	100,0
Guayana	8	10,5	12	15,8	3	3,9	5	6,6	14	18,4	10	13,2	24	31,6	76	100,0

Fuente: INN. Encuesta Nacional de Nutrición 1981-1982. Venezuela

Vitamina C: Como la tiamina y el calcio a nivel regional y sin estratificación social, en este nutriente se observa

una ingesta muy superior a los requerimientos llegando a cifras de 346% en la región Metropolitana (Cuadros 29,30,31).

Cuadro 29. Distribución de familias según porcentaje de adecuación por regiones y estratos socioeconómicos. Vitamina C, Estratos I+II+III

Regiones	Porcentaje de adecuación Vitamina C														Total Familias	
	< de 51		51-70		71-80		81-90		91-110		111-120		121 y >			
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
Metropolitana	1	1,7	1	1,7	1	1,7	1	1,7	1	1,7	-	-	52	91,2	57	100,0
Capital	-	-	-	-	1	4,3	1	4,3	4	17,4	2	8,7	15	65,2	23	100,0
Central	2	3,7	2	3,7	1	1,8	1	1,8	1	1,8	1	1,8	46	85,2	54	100,0
Centro Occid.	1	4,8	1	4,8	-	-	1	4,8	3	14,3	-	-	15	71,4	21	100,0
Zuliana	3	5,3	1	1,7	2	3,5	1	1,7	6	10,5	1	1,7	43	75,4	57	100,0
Los Andes	1	3,2	2	6,5	1	3,2	-	-	1	3,2	-	-	26	83,9	31	100,0
Nor-Oriental	1	2,5	-	-	3	7,5	3	7,5	2	5,0	2	5,0	29	72,5	40	100,0
Guayana	3	5,6	4	7,4	-	-	-	-	1	1,9	2	3,7	44	81,5	54	100,0

Fuente: INN. Encuesta Nacional de Nutrición 1981-1982. Venezuela

Cuadro 30. Distribución de familias según porcentaje de adecuación por regiones y estratos socioeconómicos. Vitamina C, Estrato IV

Regiones	Porcentaje de adecuación Vitamina C														Total Familias	
	< de 51		51-70		71-80		81-90		91-110		111-120		121 y >			
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
Metropolitana	1	2,1	1	2,1	-	-	-	-	5	10,6	-	-	40	85,1	47	100,0
Capital	1	3,1	3	9,4	4	12,5	2	6,3	3	9,4	5	15,6	14	43,8	32	100,0
Central	13	15,9	4	4,9	2	2,4	3	3,7	3	3,7	4	4,9	53	64,6	82	100,0
Centro Occid.	23	29,4	5	6,4	2	2,6	5	6,4	1	1,3	1	1,3	41	52,6	78	100,0
Zuliana	11	12,2	8	8,9	4	4,4	3	3,3	11	12,2	1	1,1	52	57,8	90	100,0
Los Andes	9	13,8	2	3,1	3	4,6	3	4,6	2	3,1	2	3,1	44	67,7	65	100,0
Nor-Oriental	14	19,2	6	8,2	2	2,7	1	1,4	6	8,2	2	2,7	42	57,5	73	100,0
Guayana	15	14,7	7	6,9	3	2,9	5	4,9	7	6,9	1	1,0	64	62,7	102	100,0

Fuente: INN. Encuesta Nacional de Nutrición 1981-1982. Venezuela

Cuadro 31. Distribución de familias según porcentaje de adecuación por regiones y estratos socioeconómicos. Vitamina C, Estrato V

Regiones	Porcentaje de adecuación Vitamina C														Total Familias	
	< de 51		51-70		71-80		81-90		91-110		111-120		121 y >			
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
Metropolitana	8	19,5	1	2,5	-	-	2	4,9	2	4,9	1	2,4	27	65,8	41	100,0
Capital	19	36,5	1	1,9	4	7,7	-	-	5	9,6	3	5,8	20	38,5	52	100,0
Central	25	26,6	8	8,5	6	6,4	3	3,2	8	8,5	3	3,2	41	43,6	94	100,0
Centro Occid.	76	50,0	15	8,6	5	3,3	3	2,0	7	4,6	4	2,6	44	28,9	152	100,0
Zuliana	20	21,7	6	6,5	4	4,3	3	3,3	6	6,5	3	3,3	50	54,3	92	100,0
Los Andes	18	17,1	5	4,8	2	1,9	2	1,9	5	4,8	3	2,8	70	66,7	105	100,0
Nor-Oriental	46	32,9	9	6,4	5	3,6	7	5,0	10	7,1	3	2,1	60	42,8	140	100,0
Guayana	26	34,2	7	9,2	6	7,9	5	6,6	1	1,3	2	2,6	29	38,2	76	100,0

Fuente: INN. Encuesta Nacional de Nutrición 1981-1982. Venezuela

Al analizar la información por estratos socioeconómicos, sólo se observa en el estrato V de la región Centro Occidental una adecuación inferior a 100%, en todas las demás regiones y estratos existe sobreconsumo.

Conclusiones

Para la fecha de la realización de la Encuesta Nacional de Nutrición (1981-1982) la tendencia en el país era hacia un subconsumo calórico en casi todas las regiones. Igual fenómeno se aprecia en los estratos socioeconómicos con menos intensidad en los estratos I+II+III y más fuertemente en el estrato V.

El consumo de proteínas es plenamente satisfactorio, siendo muy parecidos al del calcio, la tiamina y la vitamina C, a excepción del estrato V en Guayana y Centro Occidental.

La vitamina A sin problema en los estratos IV y V de casi todas las regiones a excepción de la Metropolitana, Zulia y Los Andes.

En los demás nutrientes, se aprecia subconsumo en las regiones Centro Occidental, Zulia, Los Andes, Nor-Oriental y Guayana, siendo el estrato V de estas regiones el de menos ingesta y la región Centro Occidental la de mayores problemas nutricionales en cuanto a carencia se refiere, por consiguiente sería recomendable dispensarle un poco más de atención y hacer coincidir en ella, políticas integradas de producción y consumo de alimentos.

El estrato V, debe ser objeto de un tratamiento especial pues es el estrato de la población más desasistido, el más numeroso, con problemas de toda índole y con una marcada carencia nutricional.

Es importante resaltar el hecho de que entre 1982 y 1985 se ha producido en el país una situación económica muy difícil con devaluación de la moneda, alza en el costo de la vida, disminución en la importación de ciertos rubros como maíz, caraoas negras y leche en polvo., aumento en los precios de los alimentos, específicamente del maíz, arroz, leguminosas, leche, queso y carnes, es decir, lo que básicamente proporcionan proteínas a la dieta.

A lo anterior se une la circunstancia de que los sueldos se han mantenido iguales y se ha incrementado el desempleo y el subempleo, por consiguiente es fácil deducir que la situación nutricional de las familias de escasos recursos debe estar seriamente comprometida. Si en 1982 existían estratos con un subconsumo de nutrientes de diversa intensidad y especialmente de calorías, hoy día el subconsumo debe ser bastante grave

tanto en cantidad como en nutrientes, por cuanto se refiere no sólo a calorías sino también a proteínas.

Si en épocas pasadas la desnutrición grado III era esporádica y ocasional, típica de la niñez y consecuencia de trastornos gastrointestinales repetidos, de no tomarse las medidas pertinentes que impliquen políticas ajustadas a la realidad e interrelacionadas en lo relativo a nutrición, alimentos, educación y salud se refiere, la desnutrición se extenderá a todo el grupo familiar del estrato socioeconómico V, que actualmente representa el 40% de la población con posibilidad de incrementarse, lo que sin duda constituye un grave problema a la nación y que debe prevenirse desde ahora.

Recibido: 15/07/2022

Aceptado: 20/09/2022