

Editorial

El debate sobre la fortaleza del peso

Ernesto Sepúlveda Villarreal
página 1

*Una Reforma Hacendaria
Distributiva a la "Robin Hood"*

Marco Pérez Valtier
página 6

*La disponibilidad de
alimentos en México.
Las hojas de balance
alimentario de la FAO*

Irma Martínez Jasso
página 11

*Índice de precios al consumidor
correspondiente a mayo de 2001
*página 20**

Entorno Económico

*L*a disponibilidad de alimentos en México. Las hojas de balance alimentario de la FAO

*Irma Martínez Jasso**

Investigadora
Centro de Investigaciones Económicas
Facultad de Economía, UANL.

De acuerdo a lo expuesto en la Cumbre Mundial sobre la Alimentación de 1996 y al documento de la FAO sobre el Derecho a la Alimentación (FAO, 2000) toda persona tiene el derecho de acceder a alimentos sanos, tener una alimentación adecuada y no padecer hambre.

En los albores del siglo XXI, las políticas públicas de la mayoría de los países latinos enfrentan como prioridad la educación y la salud como pilares de la formación del capital humano.

En particular, la salud, está estrechamente relacionada con la alimentación, sector donde se propone actuar no sólo en el logro del acceso universal y sostenible a los alimentos, sino el garantizar la seguridad nutricional.

Lo anterior significa que la oferta de alimentos debe ser adecuada, es decir, que los tipos de alimentos disponibles nacionalmente, en los mercados locales y, en definitiva, en los hogares, deben ser culturalmente aceptables ajustándose a la cultura alimentaria o dietética del país o de la región.

La oferta disponible también debe cubrir todas las necesidades nutricionales desde el punto de vista de la cantidad (energía) y la calidad (proporcionar todos los nutrientes esenciales, como vitaminas y yodo). Además, los alimentos deben ser seguros (inocuos), sin elementos tóxicos o contaminantes y de buena calidad, por ejemplo, en lo que se refiere al gusto y la textura.

Las necesidades energéticas de las personas varían y dependen de muchos factores entre los cuales están la estatura y la composición corporal, la edad, el ritmo de crecimiento, el sexo, el tipo de actividad física que regularmente se realice y las condiciones fisiológicas o de salud (enfermedades, infecciones, embarazo y lactación) en que se encuentren.

Se conoce que al aumentar el volumen corporal, mayor es el total de la energía necesaria, sin embargo, este valor disminuye por unidad corporal. Por ejemplo, a medida que un niño crece en tamaño necesita más calorías, porque su cuerpo es más grande, pero necesita menos calorías para energía por unidad de tamaño corporal.

Con la edad suele modificarse el consumo de energía, por lo general,

* La autora es egresada de la Facultad de Economía, UANL en 1975 y con estudios de postgrado por la misma Facultad de Economía y diversos diplomados en Investigación Económica y Evaluación Social de Proyectos por la Universidad Católica de Chile.

los ancianos gastan menos debido, en gran parte, a la disminución de las actividades físicas.

En adultos jóvenes el 68% del consumo de energía está asociado con los procesos vitales del organismo y un 32% con la actividad física, en los ancianos, estos porcentajes se modifican al 75% en procesos vitales y un 25% hacia la actividad física.

En las tablas internacionales sobre recomendaciones de necesidad energética para una dieta sana en un individuo sano, según la edad y sexo de la persona, se sugiere una ingesta de 2,800 calorías al día para un varón con 41 a 59 años y con un tipo de actividad moderada, si se es mujer y bajo las mismas características de actividad, la ingesta debiera ser de 2,100 calorías.

En cuanto a las proteínas se recomienda la ingesta de 80 gramos al día para el varón y 60 para la mujer; y de ser posible se sugiere que la ingesta e proteínas esté dividida, es decir, que el 50% sea de origen animal y el otro 50% sea de origen vegetal. Se recomienda que el consumo de grasa oscile en un rango de entre 30 a 50 gramos diarios.

Es ampliamente reconocido que en los países con una deficiencia del suministro energético en niños y adolescentes, se produce en éstos un crecimiento más lento de lo normal, pérdida de peso y eventualmente, cesación del crecimiento lineal y disminución en las potencias de la memoria y la inteligencia.

Por el contrario, un consumo excesivo de nutrientes puede producir ganancia de peso aumentada y obesidad con repercusiones en la salud de las personas (FAO, 1995).

Los datos sobre el consumo de alimentos en México y sus componentes nutritivos se pueden obtener de dos fuentes: las hojas nacionales de alimentos de la FAO y también con la información oficial de las encuestas sobre presupuestos familiares del INEGI, aunque estos últimos atribuyen más importancia a las

cifras relativas a los ingresos y gastos que al consumo.

Algunas anotaciones sobre las hojas de balance alimentario de la FAO

Las hojas de balance de alimentos (BA) de la FAO son estimaciones sobre las cantidades de los principales alimentos y grupos de alimentos de que se dispone para el consumo humano en un cierto país, durante un determinado periodo de tiempo, por lo común un año y se tiene en cuenta la producción, importaciones y exportaciones de alimentos, las variaciones de existencias, las cantidades empleadas como semilla, las destinadas a la alimentación de animales y a fines industriales y las que se pierden en la red de distribución que llega hasta los minoristas.

Los datos de los BA son promedios del suministro de cada alimento, o grupo de alimentos, y de la aportación de calorías y de algunos nutrientes expresados por día y habitante.

En los BA se reporta el consumo promedio aparente nacional, sin clasificar según segmentos de la población, por ejemplo por edad o sexo. Los BA no proveen información sobre el suministro de alimentos en nivel regional, local o familiar, ya que no contienen datos desglosados.

De acuerdo a esto, es posible que un país aparezca en los balances alimentarios con un suministro nacional de alimentos adecuado y, sin embargo, tener regiones o grupos de hogares con graves problemas de seguridad alimentaria.

Pero debido a que los BA de la FAO se elaboran todos los años, pueden ser de gran utilidad para comparar la disponibilidad de alimentos entre distintos países o para describir las tendencias del consumo alimentario de un país a lo largo del tiempo.

Una de las limitaciones implícitas en el uso de los BA proviene del supuesto acerca de que

cuanto más desigual sea la distribución del ingreso y los activos de un país, menos utilidad tendrán los BA como instrumento para examinar la situación alimentaria.

Así que es conveniente utilizar otras fuentes de información complementarias para la evaluación del consumo de alimentos.

Consumo aparente de alimentos en México

El cuadro 1 y 2 muestran el BA de México para el periodo de 1990 a 1998. Conviene recordar que los resultados de la cantidad de alimentos y nutrientes por persona que están en estos cuadros, significan consumos aparentes, no consumos efectivos, ya que representan sólo las cantidades que, en promedio, estuvieron disponibles en el periodo de tiempo considerado para cubrir las necesidades alimentarias de la población de México.

Según la información presentada en el cuadro 2, en México existe una disponibilidad de alimentos suficiente para cubrir las necesidades de energía de su población ya que se consumen 3,108 calorías diarias por persona, es decir, un 24.3% por encima de la norma básica, estimada en 2,500 calorías, para un individuo adulto promedio.

La ingesta de proteínas fue de 83.6 gramos diarios y de grasas fue de 85.8. Ambos nutrientes estuvieron por encima de los estándares recomendados de 80 y 50 gramos diarios por persona adulta, respectivamente.

Un asunto importante a considerar en las condiciones alimenticias de un país, es el grado de diversificación de la dieta de su población.

Esta diversificación se mide por la contribución al Suministro de Energía Alimentaria (SEA) del principal grupo de alimentos que realiza la aportación más alta al SEA. Se supone que mientras más baja sea esta contribución, más diversificada es la dieta en el país y viceversa (FAO, 1996).

Si bien la dieta del mexicano promedio satisface los requerimientos de la norma oficial de suministro energético, ésta mantiene un bajo índice de diversificación al estar altamente concentrada en pocos productos.

Los datos del cuadro 3 muestran que de 1990 a 1998 el 68.5% del total de calorías consumidas en el país se originó en cinco productos básicos que fueron: maíz, azúcar, trigo, leche y aceite de soya, los cuales tuvieron una cobertura de requerimientos nutricionales del 85.1%.

Los estudios realizados por la FAO (FAO, 1995) indican que si un país tiene interés en que sus habitantes tengan una vida sana y activa, su régimen alimenticio -lo que comen y beben, comúnmente- debería contener una cantidad diversificada de alimentos que satisfagan óptimamente sus necesidades de energía y nutrientes.

Debido a que la mayoría de los alimentos contiene una mezcla de nutrientes y que no existe una sola comida, excepto la leche materna, que proporcione todas las sustancias nutritivas necesarias para que el organismo reciba todos los nutrientes indispensables, es preferible que se consuma una rica variedad de alimentos dentro de una dieta equilibrada.

Algunos expertos en nutrición recomiendan que una dieta equilibrada podría ser de 350 Kcal. diarias de cada uno de los siguientes grupos alimenticios: leche y derivados, pescado, carne y huevos, leguminosas, verduras y hortalizas, frutas, cereales y derivados, aceites y grasas.

Aunque según la guía de alimentos en pirámide creada en Estados Unidos, la alimentación diaria de la mayoría de las personas debería contener una gran cantidad de cereales, frutas y verduras, mientras que es preferible que consuman moderadamente grasas, aceites y azúcares.

El común acuerdo en cuestión nutricional consiste en atender a la calidad, cantidad y variedad de los alimentos que ingieren las

**CUADRO 3: MÉXICO: INDICADORES DE LA SITUACIÓN ALIMENTARIA
1990-1998**

Productos	Oferta Impor. %	Calorías		Proteínas		Grasas	
		Calorías	%	Gramos	%	Gramos	%
Total general		3,108	100.0	83.6	100.0	85.8	100.0
Vegetales		2,595	83.5	50.6	60.5	49.0	57.1
Animales		513	16.5	33.0	39.5	36.8	42.9
Cereales	20.4	1,448	46.6	37.4	44.7	13.0	15.2
Raíces y tubérculos	10.9	25	0.8	0.5	0.6	0.0	0.0
Azúcar y mieles	13.0	478	15.4	0.0	0.0	0.0	0.0
Legumbres y nueces	9.1	140	4.5	7.5	9.0	1.2	1.6
Semillas oleaginosas	33.7	21	0.7	0.8	1.0	1.8	2.1
Aceites vegetales	43.0	270	8.7	0.3	0.4	30.7	35.8
Hortalizas	3.7	33	1.1	1.4	1.7	0.3	0.3
Frutas	3.1	103	3.3	1.5	1.8	1.3	1.5
Espicias	15.4	9	0.3	0.4	0.5	0.2	0.2
Estimulantes	23.6	6	0.2	0.4	0.5	0.3	0.3
Bebidas alcohólicas	1.8	62	2.0	0.4	0.5	0.0	0.0
Carnes	11.9	214	6.9	15.0	17.9	16.8	19.6
Bovina y ternera	9.6	52	1.7	6.5	7.8	2.8	3.3
Ovicaprinos	21.2	5	0.2	0.4	0.5	0.4	0.5
Cerdo	10.5	95	3.1	3.1	3.7	9.1	10.6
Aves	14.0	58	1.9	4.4	5.3	4.4	5.1
Otras	23.5	4	0.1	0.6	0.7	0.1	0.1
Despojos	36.9	15	0.5	2.5	3.0	0.4	0.5
Grasas de animales	61.2	73	2.3	0.2	0.2	8.2	9.6
Leche	24.2	147	4.7	8.9	10.6	7.7	9.0
Huevos	0.9	43	1.4	3.3	3.9	2.8	9.6
Pescados y mariscos	12.7	21	0.7	3.1	3.7	0.9	9.0
Diversificación del consumo alimentario							
Los cinco productos de mayor consumo aportan: (1)		2,128	68.5	58.0	69.46	50.6	59.0
Cobertura de los requerimientos nutricionales							
Porcentajes (2)		85.1		72.5		126.5	

(1) **Calorías:** maíz, azúcar, trigo, leche y aceite de soya. **Proteínas:** maíz, leche, trigo, frijoles y carne de bovina y ternera. **Grasas:** aceite de soya, maíz, carne de cerdo, aceite de girasol y leche.

(2) Se consideraron los siguientes requerimientos diarios: calorías: 2,500 unidades; proteínas: 80 gramos y grasas: 40 gramos.

Fuente: Elaboración propia con datos de las hojas de balance de la FAO.

universal y sostenible a los alimentos, sino el garantizar la seguridad nutricional.

Para casi todas las personas, especialmente quienes enfrentan una situación de pobreza, la seguridad alimentaria y nutricional significa tener la certeza de acceder a alimentos básicos y saber que la comida que consumen les proporcionará energía suficiente para cubrir sus necesidades.

En la mayoría de los hogares el empleo y los ingresos contribuyen de manera decisiva a proporcionar más alimentos o mejorar la posibilidad de obtenerlos. En este contexto, la función del Estado y los mercados, sobre todo en un ambiente de mercados “libres” y globalizados”, es determinante para que los grupos expuestos a riesgo nutricional, poblaciones rurales o remotas, mujeres, niños, entre otros- obtengan los ingresos y el acceso a

CUADRO 4: FAO. PROYECCIONES DE CONSUMO CÁRNICO (KILOGRAMOS OPR HABITANTE, ANUAL) EN PAÍSES SELECCIONADOS DE AMÉRICA

REGIÓN	TOTAL DE CARNE		CARNE DE BOVINO		CARNE DE CERDO		CARNE DE AVES	
	93/95	2005	93/95	2005	93/95	2005	93/95	2005
P. Desarrollados	87.9	92.7	27.3	25.2	31.5	31.2	26.2	33.5
Estados Unidos	118.8	123.9	43.7	38.5	30.5	29.8	44.0	54.4
Canadá	98.3	98.3	34.0	31.3	33.0	30.4	30.5	36.3
P. en Desarrollo	22.5	30.2	5.4	6.1	9.9	12.1	9.1	13.5
Uruguay	99.5	95.3	61.2	53.2	-	-	-	-
Argentina	87.5	88.9	60.0	53.4	7.0	7.6	18.1	25.9
Brasil	55.7	67.6	27.6	29.6	8.2	9.4	19.2	27.8
Chile	52.2	72.1	21.3	25.4	11.2	16.1	-	-
México	44.1	51.9	16.3	16.6	11.1	12.0	15.7	22.2

Fuente: Perspectivas a Plazo Medio de los Productos Básicos. Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación. FAO, 2000. Roma, Italia.

la información que les permitirá conseguir la seguridad alimentaria y nutricional.

Desde una perspectiva a largo plazo, la educación constituye la mejor inversión, sobre todo en los miembros de los grupos de población más desfavorecidos.

La educación mejora la productividad y los ingresos, tanto entre los trabajadores del sector urbano como en los del rural.

Las mujeres educadas se casan más tarde y tienen una fecundidad menor por matrimonio, sus hogares están mejor nutridos gracias a un mejor conocimiento de los alimentos y un tamaño menor de hogar.

Se conoce que cuando la educación está distribuida de una manera desigual (por regiones, género o grupos de ingresos), la subnutrición es mayor que en otras partes, sobre todo entre las personas más vulnerables (niños pequeños) debido a las tasas elevadas de fecundidad de los hogares con bajo nivel de instrucción.

Finalmente, la FAO recomienda que en algunas zonas, se podría mejorar la suficiencia energética y la seguridad alimentaria de los hogares mediante una redistribución del control sobre los ingresos y bienes a favor de la mujer, por ejemplo disminuyendo la discriminación entre

las niñas en la educación.

Referencia

- Aranceta, J. Pérez, C. (1999). *Educación nutricional*. En Muñoz M. Aranceta y J. García-Jalón I. Editores. *Nutrición Aplicada y Dietoterapia*. Pamplona: Universidad de Navarra. Masson. Pág. 757-82.
- ENCA 1997-1998. Hábitos Alimentarios y Consumo de Alimentos. Volumen I. www.gobcan.es/psc/enca
- Instituto Nacional de Estadística Geografía e Informática (INEGI) (2000). **Encuesta Nacional de Ingresos y Gastos de los Hogares (ENIGH-98)**. México.
- _____(INEGI) (1999). **El Sector Alimentario en México**. México.
- _____(1996). **Introducción a la Econometría**. Ed. Prentice Hall. México.
- Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación (FAO). (2000). **El Derecho a la Alimentación en la Teoría y la Práctica**. Roma. Italia.
- _____(FAO). (2000). **Perspectivas a Plazo Medio de los Productos Básicos. Proyecciones de Productos Básicos Agrícolas al Año 2005**. Roma.. Italia
- _____(FAO). (1996). **Sexta Encuesta Alimentaria Mundial**. Roma. Italia
- _____(FAO). (1995). **Necesidades y Recursos. Geografía de la Agricultura y la Alimentación**. Roma. Italia.
- _____(FAO). (1994). **La Política Agrícola en el Nuevo Estilo de Desarrollo Latinoamericano**. Santiago. Chile.