

Publicación INCAP CE/027f

ENCUESTA ALIMENTARIA ENTRE REGIONES DE HONDURAS

Lic. Ma. Teresa Menchú ^{1/} y Lic. Roberta Palma ^{2/}INTRODUCCION

En Honduras, sobre consumo de alimentos el único estudio existente era la encuesta realizada en 1966 (1), la cual tuvo como propósito identificar las principales dietética y conocer el patrón alimentario referido a nivel nacional. En dicho estudio se investigaron 331 familias en 30 cabeceras municipales y 99 en la ciudad de San Pedro Sula. Se encontró que la dieta era deficiente en energía, proteínas de origen animal, vitamina A, hierro y riboflavina.

El Sistema de Análisis y Planificación de la Alimentación y Nutrición (SAPLAN), tomando en cuenta que la base informativa es indispensable para la formulación de programas y planes y el control y evaluación de los mismos, decidió realizar una encuesta sobre ingresos y gastos familiares, complementada con un estudio sobre consumo de alimentos.

En ésta oportunidad se presenta sólo una parte de los resultados de la encuesta sobre consumo de alimentos, la cual fué coordinada por el Depto. de Nutrición del Consejo Superior de Planificación Económica (CONSUPLANE).

OBJETIVOS DEL ESTUDIO:

El propósito general del proyecto fué la determinación del consumo real de alimentos en una muestra de la población hondureña, para la elaboración de perfiles dietéticos y su relación con las condiciones socioeconómicas a nivel familiar.

Los objetivos específicos fueron:

1/ Profesional de la División de Nutrición Aplicada del INCAP

2/ Profesional del Depto. de Nutrición de CONSUPLANE, Coordinador de la Encuesta sobre Consumo de Alimentos.

- Definición de patrones regionales del consumo de alimentos.
- Determinación de la magnitud de las deficiencias dietéticas por áreas geográficas y según nivel de ingreso familiar.
- Capacitación de técnicos hondureños de diferentes niveles en las distintas tareas que conlleva una investigación de ésta naturaleza.

METODOLOGIA:

Considerando los propósitos del estudio, se decidió que este fuera realizado en tres regiones del país, en una submuestra de las familias seleccionadas para la encuesta de ingresos y gastos familiares.

Las regiones incluídas fueron: occidente, sur y nororiente; en cada región se seleccionaron 210 familias distribuidas así: 50 en cada una de las tres ciudades autorepresentadas, 80 en el resto urbana y 80 en el área rural.

La recolección de datos se realizó en dos épocas del año (pre y postcosecha de granos básicos), cada período tuvo una duración de 2 semanas en cada región, estudiando simultáneamente los tres conglomerados. Se aplicó el método de "Recordatorio de 24 horas" a nivel familiar, por medio de una entrevista realizada en el hogar; las cantidades de alimentos fueron estimados pesando porciones similares en el hogar y en pulperías.

El procesamiento de datos se hizo una parte en forma manual, con fines de capacitación del personal, y otra parte por computadora. El valor nutritivo de las dietas fué calculado en base a la Tabla de Composición de Alimentos del Instituto de nutrición de Centro América y Panamá (INCAP).

RESULTADOS:

El análisis de los datos de consumo de alimentos por región (Cuadro No 1), revela que a excepción del maíz, el consumo de todos los productos fué mayor en la región nororiental.

Por otra parte, la región con menos consumo fué la de occidente, excepto en lo que se refiere a maíz y frijoles. Las variaciones entre regiones es más notable en cuanto a carnes, frutas, arroz, azúcares y grasas. Llama la atención que en las tres regiones el consumo promedio de productos lácteos en términos de leche fluída sobrepasa los 200 gramos, es decir, más de una taza.

Obviamente el consumo fue más elevado en las áreas urbanas que en las rurales (Cuadro No 2); sin embargo, la relación no fue igual en las tres regiones, la diferencia fue más marcada en occidente. Aún más, en el sur el consumo promedio del área rural fue ligeramente mayor que el de las comunidades incluidas como resto urbano. En general, el consumo de maíz y frijoles fue más elevado en las áreas rurales y los productos de origen animal, el arroz, el pan y las grasas se consumieron en mayor cantidad en las áreas urbanas; no se encontró diferencias en el consumo de azúcares.

El consumo de alimentos estuvo altamente asociado al ingreso familiar (Cuadro No 3); para la mayoría de productos la cantidad consumida aumentó-- conforme fue mayor el ingreso de la familia; únicamente en el caso de maíz y frijoles se observó una tendencia inversa, siendo más fuerte para el maíz.

Las variaciones encontradas entre las regiones en el consumo de alimentos se refleja en el contenido nutricional de las dietas. Así, la ingesta energética en la región nororiental es mayor en más de 100 kilocalorías en comparación con la dieta del sur y del occidente (Cuadro No 4). En relación a proteínas totales no hay mucha diferencia entre las regiones; no obstante, sí existe marcada desigualdad en el caso de proteína de origen animal, cuyo consumo también es más elevado en nororiente.

La ingesta energética y proteínica fue más elevada en las ciudades autorepresentadas que en el resto urbano y área rural; la diferencia entre estos dos últimos conglomerados únicamente se observa para el caso de proteína animal (Cuadro No 5).

Obviamente, la ingesta energética y proteínica está estrechamente asociada al nivel de ingreso. Puede apreciarse en el Cuadro No 6, la diferencia tan grande (549 cls) entre el grupo con ingreso familiar anual inferior de Lps. 100.00 (\$ 500.00) y el grupo con ingreso superior a Lps. 10.000.00----- (\$ 5.000.00). Lo mismo se observa para el caso de las proteínas de origen animal (11.8g-40.4g).

En relación a la satisfacción del requerimiento energético puede decirse, que en las dietas promedio de las tres regiones y en las de los conglomerados se encontró déficit, siendo éste menos en la región nororiental y en las ciudades autorepresentadas. Los déficits sobrepasan el 20% en las regiones sur y occidente, lo mismo sucede en las áreas rurales y el resto urbano estudiado. Solamente en el grupo con ingresos superiores a Lps. 10.000.00 (\$ 500.00) se alcanzó a cubrir la cantidad de energía requerida, en los otros grupos los déficits son mayores conforme es menor el ingreso.

En ninguna dieta se encontró una ingesta de proteínas por debajo de la cantidad recomendada, aún en las de bajos ingresos se cubrió dicha cantidad. Sin embargo, la calidad difiere grandemente entre regiones, conglomerados y variaciones en el ingreso familiar.

Los cereales proporcionaron más del 50% de la energía en las regiones sur y occidente y únicamente el 37% en la nororiental; en ésta última región fué mayor la contribución de las grasas (14%) y de las musáceas (8%) comparado con las otras regiones.

La contribución energética de los productos de origen animal fué de 14% en Occidente, 17% en el Sur y 19% en Nororiental.

La contribución porcentual de los alimentos a la ingesta de proteínas varió de una a otra región. En Occidente y el Sur los cereales contribuyeron con el 40% de la proteína total, pero mientras en occidente los productos animales proporcionaban sólo el 29% de la proteína total, en el sur esta cifra era de 36%.

Por otra parte, en la región nororiental los productos de origen animal llegaron a proporcionar el 43% de la ingesta proteínica y los cereales únicamente el 30%. En el caso de los frijoles no se encontró mayor diferencia entre las regiones.

COMENTARIOS:

Aparentemente el patrón alimentario pareciera similar en todo el país, sin embargo, los resultados de la encuesta muestran que existen diferencias cualitativas en el consumo de alimentos, que llevan a la conformación de patrones alimentarios regionales. La variación entre áreas rurales y urbanas fué aún más marcada en determinadas regiones; sin embargo, esta desigualdad estuvo fuertemente asociada al nivel de ingreso de las familias en esas áreas, o sea, que parece ser que en los grupos estudiados el ingreso es el factor más importante para la decisión de consumo.

El valor nutritivo de las dietas; a excepción de las familias de altos ingresos, siempre fué deficiente en energía (kcal.) en algunos casos más del 50% de déficit de lo requerido. Esto refleja un grave problema de subalimentación o sea limitación en la cantidad de alimentos consumidos. En el caso de proteínas no se encontró una deficiencia tan alta como lo fué con energía; lo

que coincide con estudios dietéticos realizados en diversas partes del mundo (2 y 3). Se hace notar, la desigualdad tan marcada en el consumo de proteína de origen animal, el cual fué mas escaso (23-26% del total) en las áreas rurales, donde generalmente estuvieron ubicadas las familias de menos ingresos.

Al comparar los resultados de esta encuesta con los datos de consumo del estudio de 1966 (4) y se observa que el consumo de los alimentos de origen animal ha aumentado; esto hace que la calidad de la dieta sea probablemente mejor en cuanto a proteínas; sin embargo, frente a un déficit tan grande de energía, una parte de las proteínas consumidas son utilizadas como fuente -- energética.

Las variaciones encontradas entre regiones y grupos, permiten hacer una primera selección de zonas, áreas y grupos que requieren mayor atención y que podrían ser objeto de programas orientados a mejorar la disponibilidad alimentaria y el consumo.

CUADRO N° 1

CONSUMO DE ALIMENTOS EN LAS REGIONES OCCIDENTE, SUR Y NOR-ORIENTAL. HONDURAS

1978 - 1979
(Gramos netos per cápita)

P r o d u c t o s	Occidente	Sur	Nor-oriental
Lácteos (leche fluída)	232	260	281
Huevos	21	26	18
Carnes	34	50	77
Frijoles	60	47	52
Hortalizas	47	38	32
Frutas	15	27	36
Plátanos y guineos	34	34	142
Papas y raíces	17	11	19
Cereales:			
Arroz	23	29	66
Maíz	246	234 <u>1/</u>	111
Pan de Trigo	25	22	23
Otros	6	3	22
Azúcares	36	27	39
Grasas	16	18	31
Café	11	7	7
Gaseosas	30	45	37
No. de Familias	379	423	414

Depto. de Nutrición, CONSUPANE. 1981

1/ Incluye 30 gramos de Maicillo.

CUADRO N° 2

CONSUMO DE ALIMENTOS EN LAS REGIONES OCCIDENTE, SUR Y NOR-ORIENTAL SEGUN CONGLOMERADO

URBANO Y RURAL. HONDURAS 1978 - 1979.

(Gramos netos per cápita)

	Occidente		Sur		Nor-Oriental	
P r o d u c t o s	Urbano	Rural	Urbano	Rural	Urbano	Rural
Lácteos (leche fluída)	275	123	259	229	292	252
Huevos	26	15	28	24	18	20
Carnes	50	12	64	25	92	52
Frijoles	54	74	40	59	47	60
Hortalizas	64	12	43	31	40	26
Frutas	26	9	27	27	40	19
Plátanos y guineos	40	23	42	21	148	132
Papas y raíces	22	8	13	7	21	14
Cereales:						
Arroz	29	10	32	23	70	60
Maíz	217	309	185	317 ^{1/}	71	174
Pan de Trigo	32	12	30	8	33	4
Otros	5	1	3	4	22	20
Azúcares	38	33	27	26	42	34
Grasas	23	7	22	12	34	29
Café	8	10	7	7	6	7
Gaseosas	40	14	64	12	59	5
No. de familias	261	118	267	156	270	144

Depto. Nutrición, CONSUPLANE 1981

^{1/} Maicillo 77 gramos

CUADRO Nº 3CONSUMO DE ALIMENTOS, SEGUN INGRESO FAMILIAR EN LAS REGIONES DE OCCIDENTE, SUR Y NOR-ORIENTAL. HONDURAS 1978 - 1979

(Gramos netos per cápita).

P r o d u c t o s	Ingreso Familiar Anual (Lempiras)			
	0-999	1,000-3999	4,000-9999	10,000 y +
Lácteos (leche Fluída)	162	229	327	464
Huevos	12	25	25	35
Carnes	27	47	93	114
Frijoles	57	57	46	35
Hortalizas	33	28	54	84
Frutas	25	20	28	60
Plátanos y guineos	40	73	77	112
Papas y raíces	8	13	20	33
Cereales:				
Arroz	27	41	55	49
Maíz	255	194	155	122
Pan de Trigo	12	22	31	34
Otros	5	10	12	20
Azúcares	29	33	34	35
Grasas	13	22	27	35
Café	8	8	10	5
Gaseosas	25	25	67	99
No. de familias	157	522	148	57

Depto Nutrición, CONSUPLANE, 1981.

CUADRO No 4

CONTENIDO ENERGETICO Y DE PROTEINAS DE LA DIETA PROMEDIO EN LAS REGIONES DE OCCIDENTE, SUR Y NORORIENTAL. HONDURAS, 1978-1979.

REGION	ENERGIA	PROTEINAS	
		TOTALES	ORIGEN ANIMAL
	Kcals.	gm.	gm.
Occidente	1768 (81%)	56.4 (125%)	16.4
Sur	1702 (77%)	55.0 (120%)	19.8
Nororiental	1966 (89%)	58.5 (129%)	24.0
Promedio	1800 (82%)	56.2 (125%)	20.0

Cifras entre paréntesis porciento de la cantidad requerida.

Fuente: Depto. de Nutrición, CONSUPLANE.

CUADRO No 5

CONTENIDO ENERGETICO Y DE PROTEINAS DE LAS DIETAS PROMEDIO EN LOS CONGLOMERADOS AUTOREPRESENTADOS, RESTO URBANO Y PARA RURAL; HONDURAS, 1978-1979.

CONGLOMERADOS	ENERGIA	PROTEINAS	
		TOTALES	ORIGEN ANIMAL
	Kcals.	Gm.	Gm.
Autorepresentados 1/	1880 (85%)	60.0 (129%)	26.5
Resto urbano	1797 (80%)	56.7 (121%)	23.0
Area Rural	1742 (83%)	56.0 (125%)	14.6

1/ Comprende las ciudades de La Ceiba, Sta. Rosa de Copán y cifras entre paréntesis porciento de la cantidad requerida.- Choluteca Porciento en relación a la proteína total.

Fuente: Depto. de Nutrición/ CONSUPLANE.

CUADRO No 6

CONTENIDO ENERGETICO Y DE PROTEINAS DE LAS DIETAS PROMEDIO SEGUN INGRESO
FAMILIAR ANUAL.- HONDURAS 1978-1979.

INGRESO FAMILIAR Lps./ años	ENERGIA Kcls	PROTEINAS	
		TOTALES gms	ORIGEN ANIMAL gms.
0- 999	1623 (75%)	50.4 (112%)	11.8
1000-3,999	1767 (81%)	55.5 (122%)	18.5
4000-9,999	1962 (87%)	62.5 (133%)	28.6
10.000 y más	2172	70.5	40.4

FUENTE: Depto. de Nutrición/ CONSUPLANE

Cifras entre paréntesis, porciento de la cantidad requerida.