

INSTITUTO DE NUTRICIÓN
DE CENTROAMÉRICA Y PANAMÁ (INCAP)



**Análisis de la situación alimentaria
en El Salvador**

Junio de 2011



INSTITUTO DE NUTRICIÓN
DE CENTROAMÉRICA Y PANAMÁ (INCAP)

Análisis de la situación alimentaria en El Salvador

**Ma. Teresa Menchú
Humberto Méndez**

Junio de 2011

MDE/155

Menchú, M. T, H. Méndez Análisis de la Situación Alimentaria en El Salvador.
Guatemala: INCAP, 2011

Ilus. Tab. Graf. 55 p.

ISBN: 978-99922-960

1. CONSUMO DE ALIMENTOS, 2. ALIMENTOS, 3. ACCESO A LOS ALI-
MENTOS, 4. CALIDAD DE LOS ALIMENTOS

Copyright © Instituto de Nutrición de Centroamérica y Panamá – INCAP, junio de 2011. Todos los derechos reservados, INCAP, Guatemala, Guatemala.
Se autoriza la reproducción fiel del contenido total o parcialmente de este análisis, siempre que se haga sin fines comerciales y se mencione la fuente del documento. Se agradecerá enviar al INCAP un ejemplar del material reproducido.
Publicación INCAP MDE/155

TABLA DE CONTENIDO

I. ANTECEDENTES	7
II. OBJETIVO	10
III. METODOLOGÍA	11
Aspectos analizados	
Proceso y Análisis Estadístico	
IV. RESULTADOS	13
A. ANÁLISIS DEL PATRÓN DE CONSUMO	13
1. Diversidad del consumo de alimentos, según área y región	13
2. Diversidad del consumo de alimentos, según nivel de pobreza	16
3. Patrón de consumo de alimentos específicos	18
B. ANÁLISIS NUTRICIONAL DEL CONSUMO DE ALIMENTOS	22
1. Cantidades de alimentos	22
Consumo de alimentos por área de residencia	
Consumo de alimentos por región	
Consumo de alimentos según nivel de pobreza	
2. Suficiencia nutricional de la disponibilidad alimentaria	30
Por área de residencia y región	
Energía y macronutrientes	
Minerales	
Vitaminas	
Por nivel de pobreza	
Energía y macronutrientes	
Minerales	
Vitaminas	
Por tamaño de hogar	
Energía y macronutrientes	
Minerales	
Vitaminas	
V. CONCLUSIONES	50

Siglas

AMSS	Área Metropolitana de San Salvador
ESA	Escala de la Seguridad Alimentaria
FAO	Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura
HExP	Hogares en Extrema Pobreza
HI	Hogares Indígenas
HNI	Hogares No Indígenas
HNP	Hogares no pobres
HP	Hogares Pobres
INCAP	Instituto de Nutrición de Centroamérica y Panamá
InSA	Inseguridad Alimentaria
RDD	Recomendaciones Dietéticas Diarias
SA	Seguridad Alimentaria
TCA	Tabla de Composición de Alimentos de INCAP

I. ANTECEDENTES

La seguridad alimentaria (SA) ha sido conceptualizada como el acceso físico, económico y social de todas las personas, todos los días, a suficientes e inocuos alimentos, necesarios para satisfacer sus necesidades alimentarias y sus preferencias, a fin de lograr y mantener una vida activa y saludable. Esto supone, que los alimentos están disponibles y que las personas/hogares tienen la capacidad para adquirirlos por vías socialmente aceptables¹, es decir que las personas/hogares pueden obtener y seleccionar los alimentos que necesitan y desean, a través de los canales convencionales de adquisición, tales como: la propia producción, los mercados, las ventas de alimentos preparados, etc. En sí, el concepto de SA se origina como una propuesta de carácter preventivo, a fin de garantizar a la población el acceso a los alimentos que necesita. Obviamente, el sólo acceso a los alimentos no garantiza una buena alimentación, pues problemas de salud y falta de condiciones higiénicas adecuadas pueden incidir en el aprovechamiento biológico de los mismos.

La inseguridad alimentaria (InSA) es lo contrario de la seguridad alimentaria, supone la probabilidad que las cantidades de alimentos disponibles para consumo humano sean insuficientes y/o su adquisición por parte de las personas/hogares tenga limitaciones o sea incierta e inestable, lo que lleva a una alimentación inadecuada. Las causas de la InSA se pueden relacionar con las causas del hambre y de la pobreza extrema; sin embargo, esto no significa que necesariamente todos los hogares en inseguridad alimentaria estén en extrema pobreza² y a la inversa.

¹ Kendall A, Kennedy E. Position of the American Dietetic Association: domestic food and nutrition security. *J Am Diet Assoc* Mar;98(3):337-42, 1998

² CEPAL-WFP. *Pobreza, hambre y seguridad alimentaria en Centroamérica y Panamá*. Arturo León, Rodrigo Martínez, Ernesto Espíndola, Alexander Schejtman. Santiago de Chile, mayo 2004.

Si bien, una puede estar relacionada con la otra, sus causas y manifestaciones dependerán de diversas condiciones de desarrollo en general, pues la incapacidad para que los hogares/individuos accedan a los alimentos y las deficiencias en la disponibilidad de alimentos (producción/importación) son efectos de una situación de subdesarrollo. En este contexto la inseguridad alimentaria puede ser una situación crónica, que mantiene una condición de subalimentación; pero también, puede ocurrir que algunos hogares pasen por períodos de inseguridad alimentaria debido a situaciones coyunturales como el alza en los precios de los alimentos, la escasez por problemas climáticos, falta de empleo, etc.

En el ámbito nacional, la SA se relaciona con la suficiencia nacional de alimentos para cubrir las necesidades de la población, lo que supone una igual distribución en todas las regiones o clases sociales. A nivel del hogar, la SA se refiere a la capacidad del hogar para obtener los alimentos (cantidad y calidad) que necesita para cubrir las necesidades nutricionales de sus miembros.

De todo lo anterior se deduce que el concepto de SA, es en sí muy amplio y complejo, sobre todo si se desea medir y operacionalizar (definir variables medibles y manejables). Además, en los últimos años la seguridad alimentaria se ha ido institucionalizando, de manera que dada su condición multidimensional ha dado lugar a un enfoque o proceso multisectorial; lo cual hay que tomar en cuenta cuando se trata de buscar cómo medirla. Obviamente, la medición de la InSA es esencial en primer lugar para identificar a las personas/hogares/zonas más afectadas, crónica o temporalmente, para caracterizar la severidad y naturaleza del problema, analizar las tendencias y para disponer de una base para la medición del efecto de futuras acciones. Además, el contar con información adecuada facilita la promoción para movilizar la voluntad política hacia el combate de la inseguri-

dad alimentaria como una vía de mejorar el nivel de vida de la población.

Se han propuesto varios métodos, directos e indirectos, cuantitativos y cualitativos, para medir el nivel de seguridad alimentaria. Obviamente, dadas sus múltiples dimensiones, ninguna medición es suficiente para captar por sí sola todos los aspectos de la seguridad alimentaria o de la inseguridad alimentaria: Ningún indicador o medición por sí solo puede pretender abarcar la inseguridad alimentaria. Se necesita un conjunto de indicadores capaces de medir la disponibilidad de alimentos, el acceso económico de los hogares a los alimentos, la ingesta del hogar y la individual; además de la inestabilidad en el acceso.

El método de FAO para medir la carencia de alimentos se basa en el cálculo de tres parámetros fundamentales para cada país: la cantidad media de alimentos disponibles por persona, el nivel de desigualdad en el acceso a dichos alimentos y el volumen mínimo de calorías que necesita una persona en promedio. Los datos usados son de las hojas de balance de alimentos disponibles en los países; y los datos de las encuestas en los hogares para extraer un «coeficiente de variación», que representa el grado de desigualdad en el acceso a los alimentos. Obviamente, los resultados están sujetos a la confiabilidad de los datos de los países.³

En la búsqueda de formas más simples de medir la seguridad alimentaria, se han propuesto y utilizado métodos cualitativos. En abril de 1995, en los Estados Unidos se aplicó un módulo sobre seguridad alimentaria como parte de una encuesta nacional. El módulo consta de 18 preguntas basadas en la percepción de las personas sobre la carencia de alimentos en un período de 12 meses, con el fin de determinar si los hogares han tenido dificultades en cubrir sus necesidades mínimas de alimentación en algún momento durante ese período. A fin de categorizar a los hogares según su nivel de inseguridad alimentaria y hambre, el conjunto de preguntas fue convertido en una medida única, llamada escala

de la seguridad alimentaria (ESA). La ESA es una escala lineal continua que mide el grado de severidad de la inseguridad alimentaria y hambre del hogar en términos de un único valor numérico⁴. La validación de la ESA determinó que la inseguridad alimentaria presentaba una significativa correlación negativa con los ingresos y con el gasto en alimentación de los hogares, y tenía una correlación significativa con la ingesta de energía per cápita. Sin embargo, es probable que cuando el método indica carencia de alimentos, no siempre ésta guarde relación con insuficiencia de energía alimentaria; pues el nivel en que las personas perciben la carencia de alimentos depende de su posición en la sociedad. Puede ser que algunas personas experimenten sensación de escasez alimentaria si sienten que lo que están comiendo es de inferior calidad o cantidad, para el nivel donde viven. Una ventaja es que las mediciones cualitativas incorporan la forma en que las personas más afectadas perciben la inseguridad alimentaria y el hambre. No obstante, los métodos cualitativos no han sido establecidos para sustituir indicadores cuantitativos ya aceptados, como los datos antropométricos, los datos de encuestas de hogares sobre gastos, la evaluación de la ingesta de alimentos o la metodología usada por la FAO (Ref 4).

Las encuestas de hogares, que registran el gasto en alimentos, también se han utilizado para medir la seguridad alimentaria en el hogar, pues permiten conocer el acceso de los hogares a los alimentos, su consumo efectivo; así también, el grado de desigualdad en el acceso a los alimentos. Estas encuestas también ayudan a conocer otros aspectos del hambre y de la inseguridad alimentaria, como es la calidad de las dietas; además, de facilitar la realización de un análisis causal para identificar acciones orientadas a la reducción de la inseguridad alimentaria. Una de las desventajas de este tipo de encuestas es que no siempre se realizan de forma periódica y que son altos los costos de recopilación y cómputo de datos (recursos financieros y humanos) (Ref2).

³ FAO, 2004. El Estado de la inseguridad alimentaria en el mundo (SOFI). Sexta edición. Viale delle Terme di Caracalla, 00100 Roma, Italia. On line: <ftp://ftp.fao.org/docrep/fao/007/y5650s/y5650s00.pdf>

⁴ FAO. Medición y Evaluación de la Carencia de Alimentos y la Desnutrición. Resumen de los debates. Simposio científico internacional, 26-28, junio de 2002 Roma, Italia. On line: <ftp://ftp.fao.org/docrep/fao/005/y4250s/y4250s00.pdf>

En el Simposio realizado en la sede de FAO en Roma (junio de 2002) sobre mediciones de la seguridad alimentaria, se concluyó que ninguna medición es suficiente por sí sola para abarcar todos los aspectos de la InSA. Así también, que las mediciones deberían centrarse en tendencias y no en niveles, pues la evaluación de las tendencias será más fiable que la evaluación de los niveles, siempre que se utilice sistemáticamente la misma metodología. Otro aspecto a tomar en cuenta, es que no sólo debe ponerse atención a la insuficiencia de energía, sino también hay que considerar otros aspectos como es la carencia de nutrientes específicos que pueden constituir problemas de salud pública, y que también forman parte de la inseguridad alimentaria y por tanto deben recibir atención. Existen pues diversos métodos para analizar la seguridad alimentaria, y todos miden algo distinto, por lo que a veces es necesario aplicar más de un método. Por otra parte, es importante poner atención a la terminología usada, pues se aplican indistintamente los términos hambre, hambruna, inseguridad alimentaria, desnutrición, etc. y cada uno tiene un significado diferente.

Con base en lo anterior, y tomando en cuen-

ta la importancia de disponer de información actualizada sobre la situación de la población salvadoreña, en relación a la seguridad alimentaria, el Instituto de Nutrición de Centro América y Panamá (INCAP) decidió hacer un análisis de los niveles actuales de seguridad alimentaria en El Salvador, tomando como base los datos recopilados en la Encuesta Nacional de Ingresos y Gastos de Hogares (ENIGH-2006). Es un análisis secundario de datos y no de un estudio directo del consumo real de alimentos en los hogares, por lo que los resultados están sujetos a las condiciones de confiabilidad y alcance de los datos.

Considerando que los hogares más expuestos a la inseguridad alimentaria son los que presentan bajos niveles de consumo alimentario debido a diversas razones, principalmente a la pobreza y otros factores de índole socioeconómico y demográfico, en el estudio, los datos del consumo alimentario son analizados en función de estas variables.

Se espera que los resultados de este estudio sean de utilidad como fuente de información y referencia para fortalecer las estrategias nacionales para la reducción de la pobreza y la inseguridad alimentaria nutricional.

II. OBJETIVO

Analizar la disponibilidad de alimentos a nivel de hogar, con base en los datos de la Encuesta Nacional de Ingresos y Gastos de Hogares- 2006, con el propósito de:

- Medir la suficiencia de la energía alimentaria per cápita, según área de residencia, nivel de pobreza y tamaño del hogar.

- Analizar la disponibilidad per cápita de vitaminas y minerales en relación a las recomendaciones dietéticas, según área de residencia, nivel de pobreza y tamaño del hogar.

- Analizar la diversidad del consumo de alimentos, según área de residencia, regiones, nivel de pobreza y tamaño del hogar.

III. METODOLOGÍA

Los datos analizados atañen al gasto o adquisición de alimentos registrados en la Encuesta Nacional de Ingresos y Gastos de Hogares-2006. Los valores corresponden a la disponibilidad de alimentos en el hogar y reflejan en gran parte la ingesta de alimentos.

Aspectos analizados

En el estudio se analizaron los siguientes aspectos referidos a áreas de residencia, regiones, nivel de pobreza y tamaño de hogar.

Variedad de los alimentos consumidos:

La diversidad dietética es un indicador de calidad de la alimentación por favorecer una ingesta adecuada de nutrientes y propiciar un equilibrio apropiado de micronutrientes y de energía.

Consumo aparente o disponibilidad per cápita de alimentos:

Junto con la variedad de los alimentos, las cantidades usadas o consumidas nos permiten conocer el patrón de consumo de alimentos, principalmente asociado a otras variables.

Consumo aparente o disponibilidad energética per cápita de energía:

El consumo absoluto de energía es el resultado de convertir las cantidades de alimentos a energía alimentaria. Estos datos son mejor analizados cuando se comparan con las cantidades recomendadas o necesarias.

Suficiencia de la disponibilidad de energía alimentaria:

Esta variable refleja la suficiencia alimentaria y se refiere a la adecuación energética a los requerimientos, con un margen de seguridad para compensar la desigualdad en la distribu-

ción de los alimentos, y por los desperdicios y pérdidas que ocurren antes de ser consumidos los alimentos. A nivel nacional, en los países en vías de desarrollo, se ha considerado que el suministro alimentario, expresado en energía, sólo es suficiente cuando supera un 20% de los requerimientos promedio¹. A nivel de hogar, se ha considerado que el suministro es suficiente cuando supera el 10% de la norma.

Suficiencia en la disponibilidad de vitaminas y minerales:

Esta variable refleja la calidad nutricional del consumo aparente de alimentos, en cuanto a las principales vitaminas y minerales. Se refiere a la adecuación de las cantidades per cápita de vitaminas y minerales en relación a las recomendaciones dietéticas diarias para la región centroamericana.

Proceso y Análisis Estadístico

El análisis secundario de los datos de la Encuesta Nacional de Ingresos y Gastos de Hogares (ENIGH-2006) se realizó con la sección de gastos en alimentos en los últimos 14 días previos a la encuesta, con una lista de 728 alimentos que fueron clasificados en 12 categorías y 55 grupos de alimentos para la presentación de los resultados.

El análisis comprendió todas las cantidades adquiridas de alimento, tanto las cantidades compradas como las no compradas. Las cantidades de alimentos fueron recolectadas y registradas en valor monetario y en distintas unidades de medida. Lo que dificultó la de-

¹ Dixis Figueroa Pedraza, Medición de la Seguridad Alimentaria y Nutricional. Revista de Salud Pública y Nutrición Vol. 6 No. 2, 2005. Una forma de clasificar los diferentes países podría ser: *Suficiencia Plena*: Suministro de Energía Alimentaria (SEA) > 110% de la norma (120% si es país en desarrollo); *Suficiencia Precaria*: SEA entre 100 y 110%; *Insuficiencia*: SEA < 100%; *Insuficiencia Crítica*: SEA por debajo del 95% de la norma.

terminación de las cantidades en gramos/mililitros; en varios casos fue necesario usar un peso promedio de las unidades registradas.

Se generó una tabla de códigos de alimentos equivalentes entre los códigos de alimentos del formulario de la Encuesta Nacional de Ingresos y Gastos de Hogares (ENIGH-2006) y los códigos de alimentos de la Tabla de Composición de Alimentos de INCAP (TCA). En varios casos fue necesario calcular la composición promedio de alimentos genéricos, que no estaba disponible como tal en la TCA.

Para la determinación del contenido de energía (Kcal) y de nutrientes en las cantidades de alimentos disponibles se usó la Tabla de Composición de Alimentos para Centro América y Panamá del INCAP (1996). Para evaluar la disponibilidad de nutrientes en función de las necesidades, se tomó como referencias las Recomendaciones Dietéticas Diarias propuestas por el INCAP en 1994. En el caso de energía y proteínas, se usaron los datos preliminares de la revisión que actualmente realiza el INCAP para los requerimientos energéticos y recomendaciones diarias de proteínas.

Se determinó la proporción de hogares que usó cada alimento y grupo de alimento. Así

mismo, la cantidad per cápita de alimento y grupo de alimento; la disponibilidad per cápita de energía y nutrientes; la adecuación de la disponibilidad de energía y nutrientes en función de los requerimientos energéticos y de las recomendaciones dietéticas de proteínas, vitaminas y minerales.

Todos los análisis fueron realizados a nivel nacional, por área de residencia, región, por nivel de pobreza y por tamaño del hogar.

Se realizaron chequeos y validación de los datos para determinar la validez, consistencia y confiabilidad, en base a estos chequeos se determinó el criterio para la inclusión de casos en este análisis de datos de la Encuesta Nacional de Ingresos y Gastos de Hogares (ENIGH-2006). El criterio fue incluir todos los casos comprendidos entre el percentil 5 y 95 de la disponibilidad de energía per cápita por día.

Para la realización del análisis estadístico se utilizó el software SAS, versión 9.1.3 que permite realizar los ajustes correspondientes, de acuerdo al diseño de la Encuesta Nacional de Ingresos y Gastos de Hogares (ENIGH-2006), por lo que los resultados presentados son representativos de los hogares a nivel nacional y las diferentes agregaciones realizadas.

IV. RESULTADOS

A. ANÁLISIS DEL PATRÓN DE CONSUMO

El patrón de consumo de alimentos de una población se refiere al conjunto de alimentos usados por la mayoría de la población y con mayor frecuencia. La ENIGH-2006 registró solamente los gastos y cantidades de alimentos usados en un período dado, no el número de veces que se utilizó cada producto en ese lapso de tiempo. Por lo que, en este análisis, el patrón de consumo se refiere a los productos más usados por los hogares sin considerar la frecuencia de uso.

1. Diversidad del consumo de alimentos, según área y región

La universalidad de los productos, o sea su registro en mayor número de hogares, se analizó tomando en cuenta dos niveles: los productos usados por el 75% o más de los hogares, y los productos usados por el 50% o más de los hogares. El análisis se hizo con base en los 55 grupos genéricos, por regiones y por nivel de pobreza.

En el Cuadro 1a. se presenta, por área, la proporción de hogares que usó cada uno de los 55 productos genéricos incluidos en el análisis. Las proporciones usadas por el 75% o más de los hogares se presentan en verde y las proporciones entre 50 y 75% en celeste, las menores de 50% no tienen color. No se incluyen los usados por <10% de los hogares.

Como puede verse, ocho productos fueron usados por el 75% o más de los hogares en el área urbana, mientras en el área rural fueron 10 productos. Los productos más usados en el área urbana son: tortilla, pan francés, pan dulce, huevos, pollo, quesos, tomate y gaseosas; en el área rural se encuentra los mismos, menos pollo y gaseosas, y se agregan arroz, frijoles, sopas deshidratadas y azúcar. El número de productos usados por el 50% de los hogares del área urbana asciende a 23, mientras en el área rural es de 19.

Cuadro 1a
El Salvador, ENIGH -2006
Proporción de hogares que usaron cada grupo de alimentos a nivel nacional y según área de residencia.

No.	Nombre	Nacional	Urbano	Rural
1	Tortillas	94	94	94
2	Pan francés	88	93	80
3	Huevos	87	87	88
4	Pan dulce	86	86	87
5	Quesos	84	85	81
6	Tomate	84	82	86
7	Gaseosas	76	79	71
8	Frijoles	77	73	84
9	Arroz	77	73	85
10	Aves	75	79	68
11	Sopas deshidratadas	74	72	77
12	Azúcar	71	65	81
13	Tortillas/panes con comida	67	74	53
14	Papas	68	68	68
15	Cebolla	68	67	70
16	Otras bebidas	61	64	55
17	Jugos y refrescos	60	63	55
18	Condimentos	55	53	57
19	Crema	60	67	47
20	Bananos y plátanos	58	67	43
21	Res sin hueso	44	52	30
22	Embutidos	45	51	34
23	Güisquil y calabazas	46	51	37
24	Aceites vegetales	52	49	59
25	Salsas, aderezos y similares	46	49	40
26	Chiles pimiento, verde	47	48	44
27	Pastas	44	47	40
28	Leche fluida	40	46	28
29	Pescado y mariscos	46	46	46
30	Tamales	38	44	26
31	Otras verduras	41	43	36
32	Hortalizas ensalada	38	40	33
33	Golosinas y snacks	43	40	47
34	Frutas tropicales	34	37	27
35	Res con hueso	31	36	24
36	Zanahoria, remolacha	31	34	24
37	Comidas preparadas	28	33	21
38	Hierbas frescas	28	32	21
39	Margarina	29	32	24
40	Frutas cítricas	27	32	19
41	Postres	29	30	26
42	Confites, jaleas y similares	31	30	32
43	Otras frutas	27	30	21
44	Aguacate	27	30	23
45	Leche en polvo	28	29	25
46	Cereales desayuno	20	25	9
47	Atoles	24	24	23

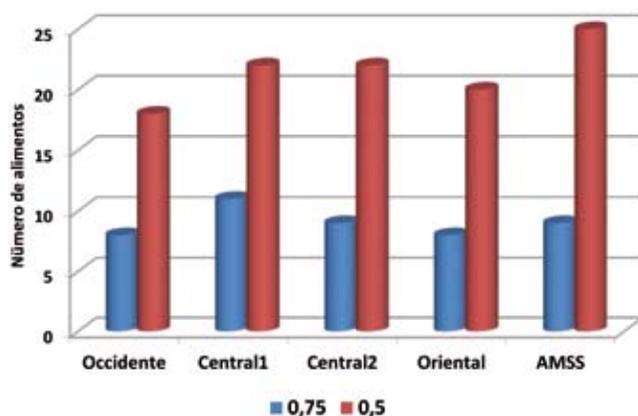
Cuadro 1b
El Salvador, ENIGH -2006
Proporción de hogares que usaron cada grupo de alimentos, según región.

No.	Nombre	Occidente	Central1	Central2	Oriental	AMSS
1	Pan francés	88	88	89	76	96
2	Tortilla	93	97	93	95	92
3	Huevos	85	90	88	85	88
4	Quesos y similares	81	87	84	80	85
5	Pan dulce	85	89	83	89	85
6	Tomate	85	86	87	85	79
7	Arroz	78	83	79	82	69
8	Sopas deshidratadas	78	81	79	67	69
9	Frijoles y similares	79	82	73	79	72
10	Azúcar	72	79	77	72	63
11	Aves	74	76	69	69	80
12	Gaseosas	73	74	70	74	82
13	Tortillas/panes con comida	62	64	59	59	78
14	Papas y raíces	67	70	68	64	70
15	Otras bebidas	51	68	63	54	66
16	Jugos y refrescos	59	54	57	59	66
17	Cebolla y similares	72	72	70	65	65
18	Bananos y plátanos	45	52	51	58	74
19	Crema	65	58	54	49	66
20	Condimentos	57	57	56	49	55
21	Aceites vegetales	43	51	61	66	48
22	Pescado y mariscos	41	43	56	50	47
23	Res sin hueso	39	40	33	37	58
24	Embutidos	44	41	39	36	56
25	Güisquil y calabazas	44	47	44	38	52
26	Leche fluida	34	31	33	39	51
27	Salsas y similares	45	49	46	36	50
28	Pastas	46	51	42	31	48
29	Golosinas y snacks	51	43	42	43	37
30	Chiles pimiento, verde	49	45	45	47	47
31	Otras verduras	34	44	32	39	46
32	Hortalizas ensalada	37	37	34	32	43
33	Tamales	40	29	34	39	42
34	Frutas tropicales	32	31	28	30	41
35	Res con hueso	27	26	26	34	37
36	Frutas cítricas	26	23	24	21	36
37	Zanahoria	29	30	28	26	35
38	Comidas preparadas	28	26	23	23	35
39	Hierbas frescas	31	29	19	19	33
40	Otras frutas	24	24	23	25	33
41	Margarina	41	36	23	7	32
42	Leche en polvo	25	26	27	26	31
43	Cereales desayuno	15	12	11	18	31
44	Postres	30	28	27	26	31
45	Confités, jaleas y similares	32	31	30	32	30
46	Aguacate	24	25	33	27	30
47	Atoles	27	25	23	21	24
48	Manzanas y similares	9	12	11	15	21
49	Otras grasas	25	19	13	5	3
50	Cerdo	13	10	15	16	15

En el cuadro 1b se presenta, por región, los productos usados por el 75 y 50% de los hogares. Los productos más usados en todas las regiones son: pan francés, tortillas, huevos, quesos, pan dulce y tomate; arroz excepto en la AMSS. Los frijoles son usados por menos del 75% de hogares en la AMSS y la Central-2, y las sopas deshidratadas en la región Oriental y en la Metropolitana.

Los productos de origen animal usados con mayor frecuencia son quesos y los huevos, que más del 80% de los hogares los usan en todas las regiones; mientras, la carne de pollo la usaron cerca del 70%. La carne de res y la leche es usada por menos del 50% de los hogares, excepto en la AMSS. Llama la atención que los panes con comida son usados por más del 75% de los hogares del área Metropolitana, y por más del 50% de los hogares en el resto de regiones.

Gráfica 1
El Salvador, ENIGH- 2006. Número de alimentos usados, por el 75% o el 50% de los hogares, según región.



El número de alimentos usados por los hogares, es decir, la variedad de alimentos empleados en la alimentación, refleja hasta cierto punto la calidad nutricional de la dieta, en cuanto más diversificada esté, mejor será su calidad. En la Gráfica 1 se presenta el número de productos usados por el 75% y el 50% o más de hogares en cada región. La región Metropolitana presenta el mayor el número de productos usados por más el 50% de los hogares (25); mientras, que la región Occidental presenta el menor número (18). En cuanto a los alimentos usados por la mayoría de los hogares (75% y más), el mayor número de productos se encontró en la región Central-1 (11) y el número menor (8) en la región oriental y occidental.

Cuadro 1c
El Salvador, ENIGH 2006
Alimentos usados por el 50% o más de los hogares según región

Occidente	Central 1	Central 2	Oriental	AMSS
Crema Quesos Huevos Aves	Crema Quesos Huevos Aves	Crema Quesos Huevos Aves Pescado y mariscos	Quesos Huevos Aves Pescado y mariscos	Crema Quesos Huevos Aves Res sin hueso Embutidos Leche fluida
Frijoles	Frijoles	Frijoles	Frijoles	Frijoles
Tortilla Pan francés Pan dulce Arroz	Tortilla Pan francés Pan dulce Arroz Pastas	Tortilla Pan francés Pan dulce Arroz	Tortilla Pan francés Pan dulce Arroz	Tortilla Pan francés Pan dulce Arroz
Azúcar	Azúcar Aceite	Azúcar Aceite	Azúcar Aceite	Azúcar
Tomate Cebolla Papas	Tomate Cebolla Papas Bananos y plátanos	Tomate Cebolla Papas Bananos y plátanos	Tomate Cebolla Papas Bananos y plátanos	Tomate Cebolla Papas Güisquil y calabazas Bananos y plátanos
Café Jugos y refrescos Gaseosas Tortilla/pan c/comida				
Sopas deshidratadas Condimentos Golosinas y snacks	Sopas deshidratadas Condimentos	Sopas deshidratadas Condimentos	Sopas deshidratadas	Sopas deshidratadas Condimentos Salsas y similares

En el cuadro 1c se presenta el tipo de alimentos usados por el 50% o más de los hogares en cada una de las regiones. Como puede verse, en relación a los productos de origen animal, con excepción de la región metropolitana, donde aparecen siete productos de origen animal, en el resto de regiones se usan cuatro productos, siendo los más usados los huevos y quesos por más del 80% de los hogares. En las regiones Central-2 y Oriental, más del 50% de los hogares incluyen pescado y mariscos. La carne de res solamente aparece en la región Metropolitana.

Los frijoles son usados aproximadamente por el 70% de los hogares, excepto en la región Central-1 (82%) de los alimentos derivados de los cereales, son usados en todas las regiones: arroz (>70%), tortilla (>90%), pan dul-

ce (>80%) y pan francés (>85%), excepto en la región Oriental (76%).

En todas las regiones, el azúcar es usada por más del 70% de los hogares, con excepción de la región metropolitana con 63%. El aceite aparece en las regiones Central-1, Central-2 y Oriental con más del 50%; otras grasas, la margarina es usada por cerca del 40% de hogares en las regiones Metropolitana y Central 1, en cantidades muy pequeñas ($\leq 2g$). En cuanto a vegetales y frutas, la variedad es similar en todas las regiones (tomate, cebolla, papas y bananos). Otros productos usados en todas las regiones son: café, jugos, gaseosas, tortillas o panes con comida, condimentos y sopas en polvo. En resumen, en las regiones occidente y oriental el consumo de alimentos es menos variado; mayor variedad se encuentra en la región metropolitana.

Cuadro 1d
EL SALVADOR, ENIGH -2006
Proporción de hogares que usaron cada grupo de alimentos, según nivel de pobreza.

No.	Nombre	Extrema	Relativa	No pobre
1	Tortillas	98	97	92
2	Pan francés	80	88	90
3	Pan dulce	81	87	87
4	Huevos	91	93	85
5	Quesos	78	85	84
6	Tomate	89	86	82
7	Arroz	88	86	72
8	Sopas deshidratadas	79	80	70
9	Frijoles	88	81	73
10	Azúcar blanca	83	80	66
11	Gaseosas	59	71	80
12	Aves	62	73	77
13	Papas y raíces	60	69	69
14	Cebolla	68	70	68
15	Otras bebidas	52	62	62
16	Condimentos y similares	57	59	53
17	Aceite	56	57	50
18	Tortillas/panes con comida	46	60	73
19	Bananos y plátanos	36	52	65
20	Jugos y refrescos	48	57	63
21	Crema	48	58	63
22	Res sin hueso	21	37	51
23	Chiles pimiento, verde	34	43	50
24	Güisquil y calabazas	33	42	50
25	Embutidos	31	41	49
26	Salsas, aderezos y similares	37	47	47
27	Pescado y mariscos	43	43	47
28	Leche fluida	21	34	45
29	Pastas,	41	46	44
30	Otras verduras	33	37	43
31	Tamales	25	32	42
32	Hortalizas ensalada	30	31	41
33	Golosinas y snacks	48	48	40
34	Frutas tropicales	21	28	38
35	Res con hueso	18	27	35
36	Zanahoria	18	23	35
37	Otras frutas	13	20	32
38	Frutas cítricas	16	22	31
39	Confitos y similares	29	31	31
40	Postres	20	27	31
41	Comidas preparadas	20	25	31
42	Aguacate	21	21	30
43	Hierbas frescas	20	26	30
44	Margarina	28	29	29
45	Leche en polvo	23	26	29
46	Atoles	25	24	24
47	Cereales desayuno	6	14	24
48	Otras grasas	23	17	8

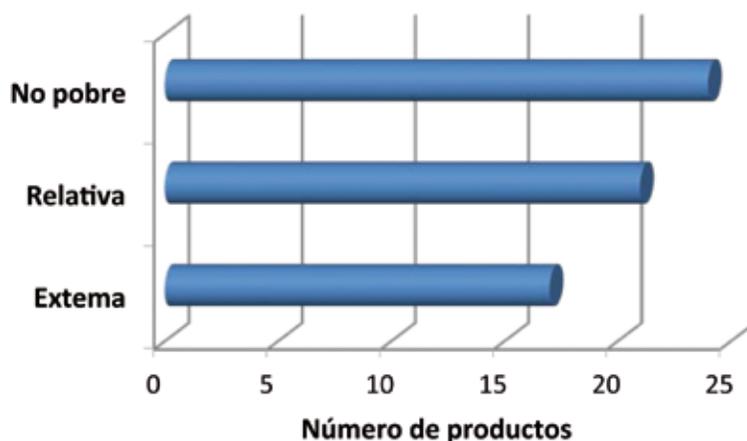
2. Diversidad del consumo de alimentos, según nivel de pobreza

En el cuadro 1d se presentan los alimentos usados por los hogares según su clasificación de pobreza. En los hogares no pobres (HNP), 24 alimentos fueron usados por el 50% o más de los hogares y de éstos, sólo ocho fueron usa-

dos por el 75% o más de los hogares. Mientras que en los hogares clasificados en extrema pobreza (HEXP) sólo 17 productos fueron usados por el 50% o más de los hogares, de los que 10 fueron usados por el 75% o más de los hogares. En los hogares clasificados con pobreza relativa (HP), 21 productos son usados por el 50% de los hogares y sólo 10, por el 75%.

La variedad disminuye conforme más severa es la pobreza en el hogar (Ver Gráfica 2).

Gráfica 2
El Salvador, ENIGH 2006. Número de alimentos usados por el 50% de los hogares, según nivel de pobreza



En el Cuadro 1e se presenta la lista de alimentos de acuerdo al nivel de pobreza de los hogares, donde se pueden observar las diferencias según el tipo de producto usado por más del 50% de los hogares. La lista de productos está ordenada de la siguiente forma: alimentos de origen animal (de mayor valor biológico); frijoles; cereales; azúcares y grasas; hortalizas, verduras y frutas; bebidas y otros alimentos.

Como puede verse en el cuadro 1e, el número de alimentos de origen animal se reduce conforme es mayor en nivel de pobreza; pues mientras que en los HNP hay cinco productos, en los HExP solamente hay tres. Llama la atención que la leche no aparece en ninguno de los grupos, aunque sí se usan quesos y crema. En cuanto a carnes, el producto más usual es la carne de pollo, que aparece en los tres grupos.

Los frijoles son usados por más del 50% de hogares en los tres grupos. En lo que respecta a cereales y derivados, no hay diferencia por nivel de pobreza, en los tres grupos se usa por más del 50% de hogares: arroz, tortillas, pan francés y pan dulce. Así también, en los tres grupos aparece consumo de azúcar y de aceite.

Cuadro 1e
El Salvador, ENIGH-2006
Alimentos usados por el 50% o más de los hogares, según nivel de pobreza.

Extrema	Relativa	No pobre
Quesos	Quesos	Quesos
Huevos	Crema	Crema
Aves	Huevos	Huevos
	Aves	Aves
		Res s/hueso
Frijoles	Frijoles	Frijoles
Arroz	Arroz	Arroz
Tortillas	Tortillas	Tortillas
Pan francés	Pan francés	Pan francés
Pan dulce	Pan dulce	Pan dulce
Azúcar	Azúcar	Azúcar
Aceite	Aceite	Aceite
Tomate	Tomate	Tomate
Cebolla	Cebolla	Cebolla
Papas	Papas	Papas
		Güisquil
		Chile dulce
	Bananos y plátanos	Bananos y plátanos
Café	Café	Café
Gaseosas	Gaseosas	Gaseosas
	Jugos y refrescos	Jugos y refrescos
Sopas deshidratadas	Sopas deshidratadas	Sopas deshidratadas
Condimentos	Condimentos	Condimentos
	Panes con comida	Panes con comida

En cuanto a verduras y hortalizas, las usadas por más del 50% de los hogares en los tres grupos son: tomate, cebolla y papas. En relación a frutas, sólo los bananos y plátanos se observan en los HNP y en los HP. Obviamente, las frutas son menos usadas por los hogares más pobres.

Otros productos usados por más del 50% de los hogares, en los tres grupos, son el café, las gaseosas, las sopas deshidrata-

das y condimentos (aquí se incluye la sal).

Cabe hacer notar que los panes con comida fueron adquiridos por más del 50% de los hogares no pobres y por los hogares con pobreza relativa.

En resumen, se puede decir que el patrón de consumo a nivel nacional está compuesto por 24 productos, de los cuales cuatro no llegan a los más pobres.

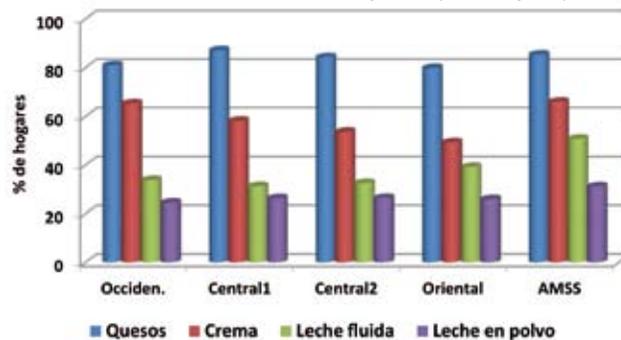
3. Patrón de consumo de alimentos específicos

Lácteos y Huevos:

En todas las regiones hay consumo de productos lácteos, los más usados son los quesos y la crema ($\pm 80\%$ y 55% de hogares).

En cambio el consumo de leche, sea fresca o en polvo, no llega al 50% de los hogares en ninguna de las regiones. Ver gráfica 3. Por otra parte, los huevos son ampliamente usados, de manera que en más del 85% de los hogares, en todas las regiones, aparece el consumo de este producto.

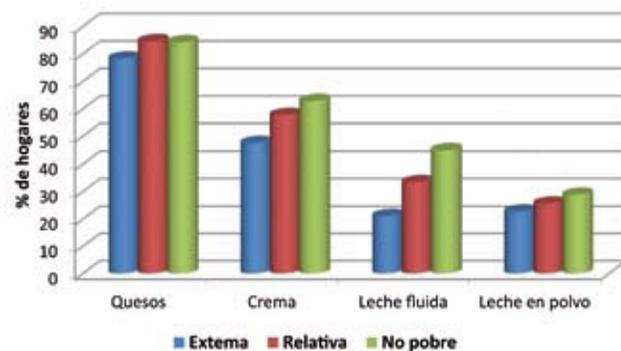
Gráfica 3
El Salvador, ENIGH 2006. Proporción de hogares con consumo de QUESO, CREMA Y LECHE, por regiones. (% de hogares)



Cuando el análisis se hace por nivel de pobreza (gráfica 4) se encuentra que, en cuanto a quesos se refiere, no hay mayor diferencia en el porcentaje de hogares que usaron este producto ($\pm 80\%$), es ligeramente menor en

los HEXP. La mayor diferencia se encuentra en el consumo de leche fluida, pues mientras en los HNP lo usa un 45% en los HEXP solamente lo usa un 21%. En los otros productos la diferencia es menor.

Gráfica 4
El Salvador, ENIGH 2006. Proporción de hogares con consumo de QUESO, CREMA Y LECHE, según nivel de pobreza. (% de hogares)

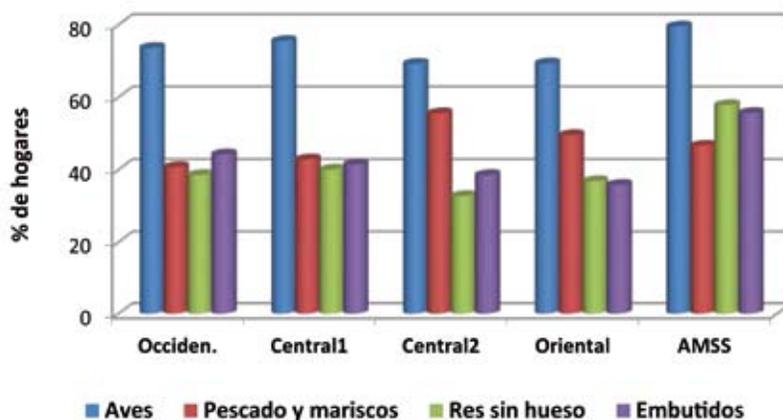


Carnes:

De las carnes, la menos usada es la de cerdo (<20% de hogares). La carne de pollo es la más usada por los hogares en todas las regiones ($\pm 70\%$), pescado y mariscos son consumidos por más del 40% de hogares,

principalmente en las regiones Central-2 y Oriental. En cuanto a los embutidos (salchichas, jamones, etc.) se observa que son bastante frecuentes en los hogares de la región Metropolitana. (Gráfica 5).

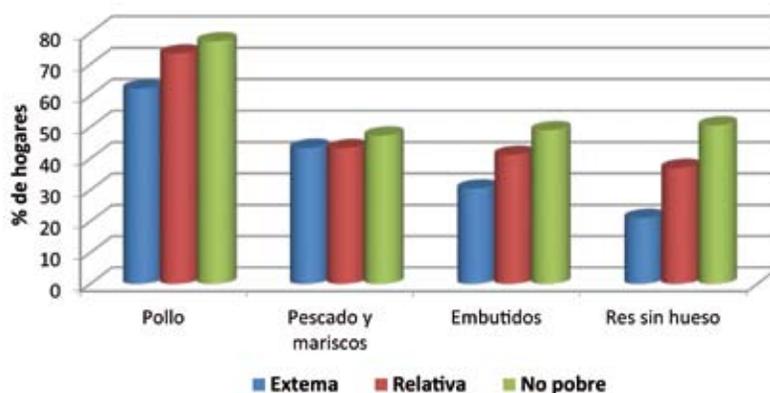
Gráfica 5
El Salvador, ENIGH 2006. Proporción de hogares con consumo de POLLO, RES, EMBUTIDOS Y PESCADO, por regiones (% de hogares)



En relación al uso de carnes según nivel de pobreza, se observa que, en los tres niveles, la carne de mayor consumo es el pollo. Le sigue el pescado y los mariscos que en los tres

grupos lo usa aproximadamente un 42% de los hogares. La carne de res y los embutidos son consumidos principalmente por los HNP. Ver gráfica 6.

Gráfica 6
El Salvador, ENIGH 2006. Proporción de hogares con consumo de POLLO, RES, EMBUTIDO Y PESCADO, según nivel de pobreza (% de hogares)



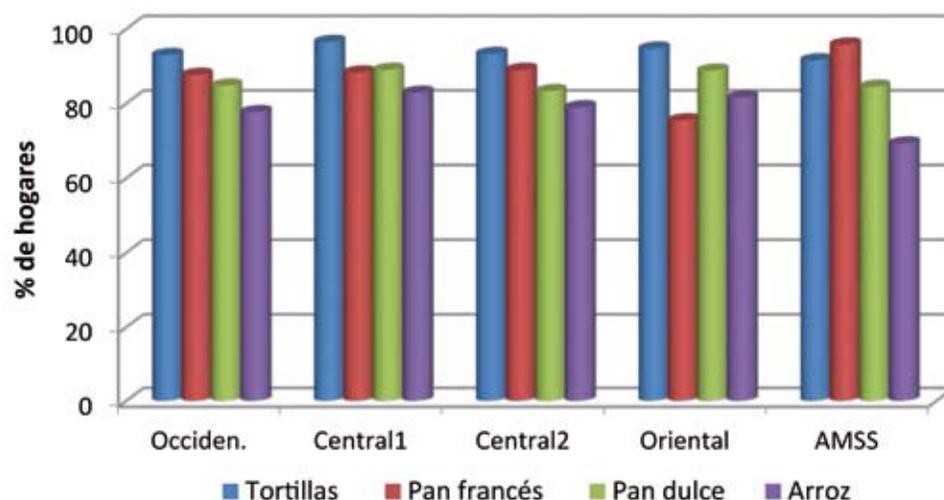
Frijoles:

Los frijoles son usados en todas las regiones por aproximadamente el 77% de hogares, excepto en la Central-1 donde el porcentaje de hogares que lo consumen llega a 82%. El porcentaje de HExP que consumen frijoles llega a 88%, en cambio en los HNP la proporción se reduce a 73%, pero sigue siendo alta. Estos porcentajes demuestran que los frijoles constituyen un producto habitual en la dieta del salvadoreño.

Cereales y derivados:

La tortilla de maíz, que incluye también el maíz en grano convertido a tortilla, es usada por la mayoría de hogares (90% o más) en todas las regiones; así también, el pan dulce es usado por $\pm 85\%$ de hogares. En cuanto al pan francés es bastante usado principalmente en la región Metropolitana (96%) y menos usado en la región Oriental (75%). En el caso del arroz el consumo está por el 75% de los hogares, excepto en la región Metropolitana (69%) (Gráfica 7).

Gráfica 7
El Salvador, ENIGH-2006. Proporción de hogares con consumo de ARROZ, TORTILLA, PAN FRANCÉS Y PAN DULCE, por regiones (% de hogares)

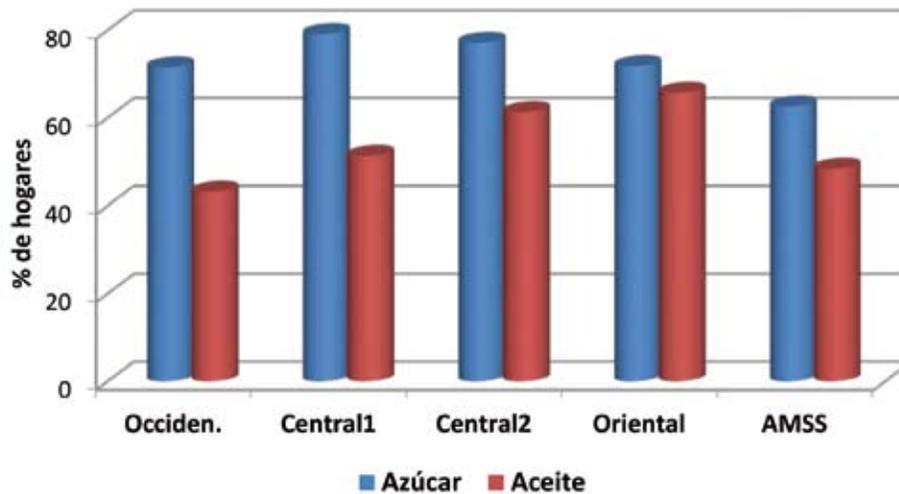


Cuando se analiza el consumo de derivados de cereales por nivel de pobreza, la proporción de hogares que usan tortilla es semejante en los tres grupos (92-96%). En cambio el porcentaje de hogares que usan pan dulce y pan francés es menor en los HExP, aunque las proporciones siguen siendo altas ($>80\%$). En pastas también se observa la misma tendencia, solamente que los porcentajes de hogares que las usan son inferiores a 50%. El arroz es un producto de uso común, arriba del 86% de los HExP y HP lo consumen, mientras que en los HNP el porcentaje se reduce a 72%

Azúcares y grasas:

El azúcar es usada por menos del 80% de los hogares en todas las regiones, siendo más baja la proporción de hogares que usan este producto en la región Metropolitana (63%). Estos datos llaman la atención pues se trata de un producto realmente de uso diario. En cuanto a grasas, el aceite vegetal fue usado por más del 60% de hogares en las regiones Central-2 y Oriental, y por menos del 50% en la Occidental (42%) y Metropolitana (48%); o sea, que un alto porcentaje de hogares no lo incluye en su consumo alimentario. Ver gráfica 8.

Gráfica 8
El Salvador, ENIGH-2006. Proporción de hogares con consumo de AZÚCAR Y ACEITE,
por región (% de hogares)



Al analizar el consumo de azúcar según nivel de pobreza, llama la atención que el consumo sea mayor en los HExP y en los HP (>80%) y sea menor en los HNP (66%). En cuanto a aceite, no hay mayores diferencias en los hogares según nivel de pobreza, fue registrado por aproximadamente el 55% de los hogares, o sea que un 45% de hogares no lo incluyó; lo que también parece extraño. Posiblemente haya un subregistro en la información de azúcar y aceite.

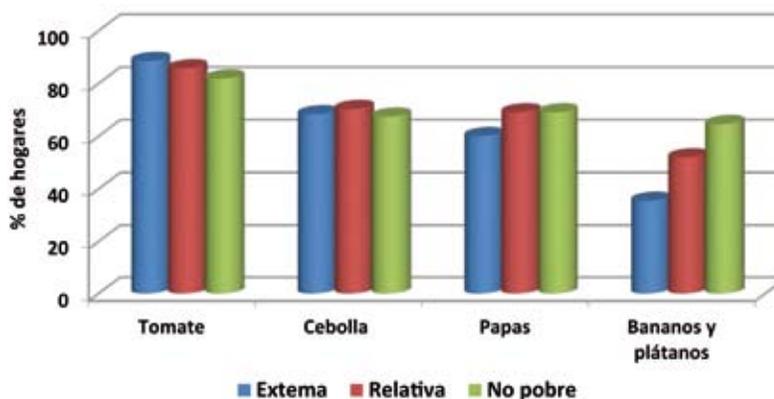
Vegetales y frutas:

De los productos vegetales, los de mayor

consumo en todas las regiones son: el tomate (>80%), la cebolla (± 70%) y las papas (±68%); con menor consumo, el güisquil y el chile pimienta. En cuanto a frutas las más usadas son los bananos y plátanos, aunque aparece el uso de otras frutas en menor proporción de hogares.

En general, es menor la proporción de HExP que consumen vegetales y frutas. En cuanto a frutas, en los HNP y en los HP, los bananos y plátanos son usados por más del 50% de hogares; en los hogares en extrema pobreza sólo el 36% lo usa. Ver gráfica 9.

Gráfica 9
El Salvador, ENIGH 2006. Proporción de hogares con consumo de TOMATE, CEBOLLA,
PAPAS Y BANANOS-PLÁTANOS, según nivel de pobreza (% de hogares)



Otros productos de uso frecuente:

Otros productos de uso frecuente en todas las regiones son: panes con comida, sopas deshidratadas, refrescos, gaseosas y café.

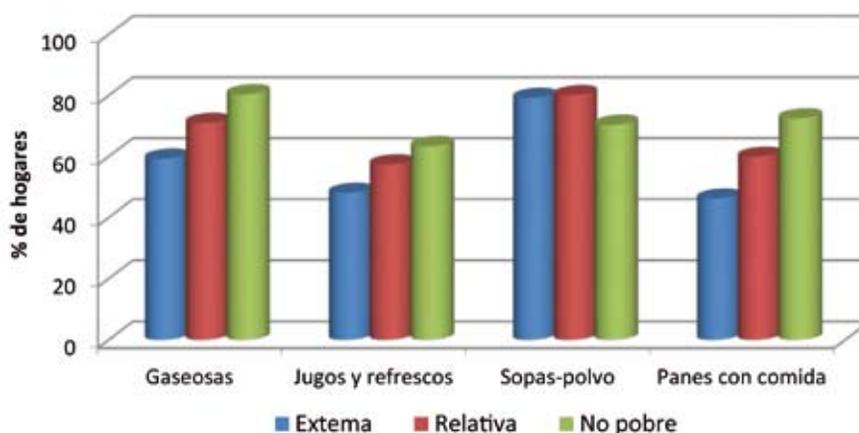
El consumo de estos productos por nivel de pobreza se presenta en la gráfica 10, en la que puede verse que las sopas deshidratadas son usadas por más del 70% de hogares en todos los niveles y que el uso de gaseosas aunque es alto, está afectado por la clasificación de pobreza. El uso de panes con

comida es mayor conforme aumenta el nivel de ingreso.

En general se podría decir que el nivel de pobreza no sólo afecta la variedad de productos alimenticios adquiridos, sino también la cantidad de los mismos. Esto es más obvio en los siguientes productos: leche fluida, pollo, res, bananos, gaseosas y panes de comida. En el caso de frijol la cantidad no es afectada por el nivel de ingreso.

Gráfica 10

El Salvador, ENIGH-2006. Proporción de hogares con consumo de GASEOSAS, REFRESCOS, SOPAS-POLVO Y PANES CON COMIDA, según nivel de pobreza (% de hogares)



B. ANÁLISIS NUTRICIONAL DEL CONSUMO DE ALIMENTOS

1. Cantidades de alimentos

Los valores analizados corresponden a las cantidades de alimentos adquiridas por los hogares, sean o no usadas para su alimentación, de ahí que los valores se refieran más bien a un consumo aparente o sea a la disponibilidad de alimentos o nutrientes. En el texto se ha usado la palabra consumo, debe tenerse presente que no es ingesta.

Los análisis se hacen por área de residencia, región y por nivel de pobreza, usando la cantidad disponible per cápita de cada uno de los productos alimenticios

incluidos en la ENIGH-2006. Las cantidades de alimentos se expresan en gramos disponibles per cápita por día, y en los análisis se ha incluido tanto la mediana como el promedio; aunque se está consciente que la mediana es más representativa que el promedio.

Para facilitar el análisis y la presentación de resultados, los productos han sido agrupados en seis grandes categorías según su origen: Productos de origen animal, frijoles, cereales y derivados, azúcares y grasas, verduras y frutas, y otros. Las cantidades de maíz en grano fueron convertidas a gramos de tortilla de maíz y agregadas a la cantidad disponible de tortilla de maíz, para expresarlo de esta forma.

Un aspecto a tomar en cuenta es que las cantidades analizadas de los productos no provienen de una medición o pesada directa de las cantidades compradas o usadas, sino de la aplicación de medidas de compra con un peso estimado. Con frecuencia, cuando se usa este tipo de registro se ha observado sobrestimación en algunos productos, generalmente en aquellos que se compran o adquieren para ser usados en varios días.

La disponibilidad o consumo aparente per cápita por día, expresado en gramos brutos, se presenta, como mediana y promedio, por área de residencia en los cuadros 2a y 2b. La misma información se presenta por región en los cuadros 2c y 2d, y según el nivel de pobreza en los cuadros 2e y 2f. En el caso de los cuadros con cantidades expresadas como promedio solamente se han dejado los productos con cantidades mayores de cinco gramos per cápita.

Cuadro 2a
El Salvador, ENIGH -2006
Cantidad diaria disponible per cápita de cada grupo de alimentos a nivel nacional y según ÁREA DE RESIDENCIA.
(Gramos MEDIANA)

Nombre Número	Nacional 3985	Urbana 2991	Rural 994
Productos de origen animal			
Queso blanco	2	3	1
Crema	4	7	0
Huevo	23	24	21
Pollo	20	25	11
Res	4	9	0
Frijoles			
Frijoles	17	14	22
Cereales			
Arroz	16	15	19
Pan dulce	7	8	7
Pan francés	30	38	15
Tortilla	195	175	294
Azúcar y aceite			
Azúcar	25	19	37
Aceite	4	0	8
Verduras y vegetales			
Cebolla	9	9	8
Papas	10	10	10
Tomate	36	36	36
Plátano	0	13	0
Otros			
Pupusas	7	14	0
Gaseosas	31	35	22

Consumo de alimentos por área de residencia

En el cuadro 2a se presenta la cantidad disponible de cada alimento por área de residencia, expresada como mediana. En el cuadro se observa que en varios productos la cantidad usada es inferior a 10 gramos, tanto en el

área urbana como en la rural, es decir que la disponibilidad para consumo es muy baja, lo que podría explicar la baja disponibilidad de algunos nutrientes.

De los productos de origen animal, solamente la carne de pollo y el huevo aparecen con cantidades ligeramente significativas, el hue-

vo con cantidades similares en el área urbana y la rural, y la carne de pollo con más del doble en el área urbana. La carne de res sólo parece en el área urbana con una cantidad muy baja.

La cantidad disponible de frijol es mayor en el área rural, aproximadamente $\frac{1}{3}$ de onza en el

área urbana y $\frac{2}{3}$ de onza en el área rural.

La cantidad de arroz es similar en las dos áreas, más o menos $\frac{1}{2}$ onza per cápita. El pan francés es más usado en el área urbana, más de doble del área rural. En el caso de maíz, el consumo en el área urbana fue registrado como tortilla y en el área rural aparece como grano seco. En este informe la cantidad de maíz en grano ha sido convertida a tortilla y así se presenta. En el consumo de tortilla hay mucha diferencia según área de residencia, en el área rural es aproximadamente 300 gramos diarios por persona, mientras en el área urbana es 175 gramos.

Es importante señalar que mientras el consumo de azúcar en el área rural es de 37 gramos (>1 onza), en el área urbana es apenas de 19 gramos ($\frac{1}{2}$ onza). Este valor parece muy bajo y posiblemente se deba a un subregistro, dado que el azúcar en muchos casos se adquiere para varios días y probablemente no se compró los días de la encuesta, porque había disponibilidad en el hogar.

Otro aspecto, que cabe hacer notar es que en el área urbana no aparece consumo de aceite, como mediana, pues menos del 50% de hogares lo informaron. En la región rural se registra una cantidad de 8 gramos per cápita/día, lo cual es demasiado bajo, y repercute en la cantidad disponible de kilocalorías. Cuando la cantidad se expresa como promedio (cuadro 2b) la cantidad sube a 11 gramos en las dos áreas, que todavía se considera baja.

En cuanto al consumo de verduras, solamente es apreciable la cantidad en tomate y papas; si bien, se consumen varias verduras en el área urbana, las cantidades son muy bajas. En frutas sólo aparece plátano en el área urbana; no obstante, se encuentran otras frutas cuando las cantidades son expresadas como promedios (Cuadro 2b).

Entre otros productos, solamente se encuentra el consumo de gaseosas en las dos áreas y el de pupusas en el área urbana. Llama la atención que menos del 50% de los hogares hayan informado del consumo de sal de mesa, pareciera que al igual que en el azúcar hubiera subregistro en el consumo de este producto.

Cuadro 2b

El Salvador, ENIGH -2006
Cantidad diaria disponible per cápita de cada grupo de alimentos a nivel nacional y según ÁREA DE RESIDENCIA.
(Gramos PROMEDIO)

Nombre	Nacional	Urbana	Rural
Número	3985	2991	994
Productos de origen animal			
Crema	9	11	6
Leche fresca	43	52	26
Leche en polvo	5	6	4
Quesos	13	14	12
Huevo	29	30	26
Carne de pollo	36	41	25
Carne de res	15	19	8
Pescado	5	6	5
Frijoles			
Frijoles	26	23	30
Cereales			
Arroz	22	20	24
Pan dulce-galletas	15	16	13
Pan francés	39	47	26
Tortilla de maíz	252	218	357
Azúcar y aceite			
Azúcar	37	31	49
Aceite	11	10	11
Verduras y frutas			
Aguacate	7	8	6
Cebolla	15	16	15
Güisquil	8	9	6
Papas	17	17	17
Repollo-lechuga	6	5	6
Tomate	44	45	44
Zanahoria	5	6	4
Banano-guineo	7	8	4
Naranja	9	11	5
Plátano	27	32	17
Sandía	12	13	9
Otros			
Gaseosas	49	56	37
Refrescos	12	14	7
Jugos-empacados	10	11	7
Pupusas	20	25	10
Sal	8	6	13

Consumo de alimentos por región

En el análisis de las cantidades de producto se han usado tanto las cantidades expresadas en forma de mediana y de promedio (Cuadros 2c y 2d).

En general, las cifras que se observan, en todos los productos y en todas las regiones, son relativamente bajas, si se considera que estos valores corresponden a cantidades compradas de alimentos, y no necesariamente a las que llegan a la boca del consumidor. Es de suponer que entre la compra y la ingesta hay una cantidad que se pierde o se desperdicia, monto que en promedio se estima de 10%; por ello se considera que las cantidades de alimentos deberían ser mayores.

Productos de origen animal

Las cantidades de los productos de origen ani-

mal son muy bajas. Al revisar las cantidades expresadas como mediana, solamente los huevos y la carne de pollo aparecen con más de 10 gramos per cápita en todas las regiones.

Con excepción de la región occidental, el consumo de huevos es similar en el resto de regiones ($\pm 23g$, menos de $\frac{1}{2}$ unidad per cápita). En cuanto a carne de pollo el consumo es cerca de $\frac{1}{2}$ onza en todas las regiones, menos en la Metropolitana donde es de 1 onza per cápita. Cuando se analizan las cifras promedio suben todas las cantidades, sobre todo para carne de pollo, lo que demuestra que en carnes el consumo es desigual entre los hogares.

La cantidad promedio de leche líquida disponible per cápita fue mayor en la región Metropolitana (62g per cápita) y menor en la región

Cuadro 2c

El Salvador, ENIGH -2006

Cantidad diaria disponible per cápita de cada grupo de alimentos según REGIÓN.
(Gramos MEDIANA)

Nombre	Occidental	Central-1	Central-2	Oriental	ASSM
Número	794	796	813	802	780
Productos de origen animal					
Crema	5	4	2	0	7
Leche fresca	0	0	0	0	11
Huevos	20	24	25	23	25
Carne de pollo	18	17	14	15	30
Carne de res	0	0	0	0	12
Frijoles					
Frijoles	22	19	14	17	13
Cereales y derivados					
Arroz	16	17	14	21	14
Pan dulce	5	7	8	10	8
Pan francés	30	22	26	15	42
Tortilla	198	202	213	251	134
Azúcar y aceite					
Azúcar	30	37	30	25	14
Aceite	0	3	8	9	0
Verduras y frutas					
Cebolla	9	8	8	9	9
Papas	9	11	10	9	12
Tomate	33	35	36	36	36
Plátano	0	0	0	0	19
Otros					
Pupusas	4	6	4	2	18
Gaseosas	29	27	21	27	43

Central1 (25 g). Sin embargo, como es usada por menos del 50% de los hogares, la mediana es cero en todas las regiones, excepto en la región Metropolitana, donde apenas alcanza a 11g. Para el queso, lácteo usado con mayor frecuencia, la cantidad promedio disponible es baja <15g, y expresada como mediana la

disponibilidad es cero en todas las regiones. La mediana de consumo de carne de res es cero en todas las regiones, excepto en la Metropolitana donde es de 12g. Cuando se expresa como promedio el consumo de este producto varía de 10 a 14g en todas las regiones con excepción de la Metropolitana (ver cuadros 2c y 2d).

Cuadro 2d
El Salvador, ENIGH -2006
Cantidad diaria disponible per cápita de cada grupo de alimentos según REGIÓN.
(Gramos PROMEDIO)

Nombre	Occidental	Central-1	Central-2	Oriental	ASSM
Número	794	796	813	802	780
Productos de origen animal					
Crema	10	9	7	7	11
Leche fresca	32	25	39	46	62
Queso	11	13	14	16	14
Huevos	24	27	28	27	33
Carne de pollo	34	35	32	34	47
Carne de res	11	11	10	14	23
Pescado y mariscos	6	8	11	11	9
Frijoles					
Frijoles	26	31	23	25	23
Cereales y derivados					
Arroz	19	23	19	25	23
Pan dulce	13	14	14	18	17
Pan francés	35	31	37	30	54
Tortilla	255	265	271	308	161
Azúcar y aceite					
Azúcar	40	46	38	38	30
Aceite	7	9	12	15	11
Verduras y frutas					
Aguacate	6	6	8	8	8
Cebolla	15	14	14	17	16
Güisquil	7	7	7	6	10
Papas	14	17	18	17	19
Tomate	42	40	47	49	44
Banano-guineo	5	4	6	8	9
Naranja	8	6	9	7	14
Plátano	17	22	21	29	36
Sandía	9	10	7	16	13
Otros					
Gaseosas	44	44	39	47	61
Refrescos	9	9	11	13	14
Jugos empacados	7	7	9	10	13
Pupusas	14	17	18	12	30
Caldos	6	6	6	5	7
Sal	10	8	13	12	5

Frijoles

Este producto es usado por más del 70% de los hogares en todas las regiones; sin embargo, la cantidad usada es relativamente baja, aproximadamente de ½ onza per cápita; el consumo es menor en la región Metropolitana (13g) y mayor en la Occidental (22g). En promedio, la cantidad no llega a una onza; es decir, es un alimento de uso frecuente pero en pequeñas cantidades.

Cereales y derivados

La cantidad disponible de arroz es aproximadamente ½ onza en todas las regiones, un poco mayor en la región de oriente.

El consumo de pan dulce es bajo en todas las regiones ($\leq 10g$); en cuanto al consumo de pan francés, éste varía entre regiones, siendo mayor en la Metropolitana (42g) y menor en la región de Oriente (15g). Este es un producto de amplia variación entre hogares dado la mayor diferencia entre el promedio y la mediana.

El consumo de tortilla, incluyendo el maíz en grano, es similar en las regiones Occidental, Central-1 y Central-2 ($\pm 200g$), es mayor en la región Oriental (251g) y menor en la región Metropolitana (134g).

Azúcares y grasas

El consumo de azúcar está alrededor de una onza en todas las regiones, excepto en la Metropolitana, que apenas es de 14 g o sea media onza; valores relativamente muy bajos a lo esperado. El consumo promedio es bastante mayor, lo cual refleja una amplia dispersión entre hogares.

En consumo de aceite es sumamente bajo, con una mediana de cero en las regiones Metropolitana y Occidental, apenas de 3g en la Central-1, y menos de 10g en las regiones Central-2 y Oriental. Los valores promedio son ligeramente mayores, lo que denota la dispersión del consumo entre los hogares.

Obviamente, el bajo consumo registrado en

aceite y azúcar repercuten en el monto disponible de energía per cápita.

Vegetales y frutas

El mayor consumo de vegetales se da en la región Metropolitana. La verdura de mayor consumo es el tomate, aproximadamente el equivalente a una onza. La cantidad usada de cebolla y las papas es cercana a los 10g. En el caso de las frutas, únicamente aparece el plátano en la región Metropolitana. Aunque existe una variedad de verduras y frutas usadas (cuadro 2d), la mayor parte son consumidas por menos de la mitad de los hogares.

Otros productos

En el cuadro 2d se encuentran otros productos usados por menos de la mitad de los hogares. Entre los cuales sobresalen las gaseosas, cuyo consumo promedio es alrededor de 1½ onza per cápita.

Cabe señalar, que la sal no aparece cuando los datos corresponden a la mediana, pues fue registrada en menos del 50% de los hogares. La cantidad promedio está alrededor de 10g. Como ya fue mencionado, en este caso, al igual que en el azúcar, pareciera que hubo subregistro del dato.

En resumen, puede decirse, por el número de hogares que los consumen y por las cantidades usadas según región, que los alimentos que conforman el patrón de consumo nacional son los siguientes: huevos, carne de pollo, frijoles, arroz, tortilla de maíz, pan dulce, pan francés, azúcar, tomate, cebolla, papas, gaseosas, café instantáneo y pupusas. Obviamente, aquí falta sal y aceite que son usados por menos del 50% de los hogares. El patrón de consumo difiere entre regiones, es más diversificado en la región metropolitana y menos en la región occidental.

Consumo de alimentos según nivel de pobreza
En el análisis de las cantidades de los productos se han usado tanto las cantidades expresadas en forma de mediana, como de promedio (cuadros 2e y 2f).

Cuadro 2e
El Salvador, ENIGH -2006
Cantidad diaria disponible per cápita de cada grupo de alimentos según
NIVEL DE POBREZA.
(Gramos MEDIANA)

Nombre	Extrema	Relativa	No pobre
Número	493	899	2593
Productos de origen animal			
Crema	0	3	6
Queso	1	2	2
Huevo	18	24	25
Carne de pollo	5	14	27
Carne de res	0	0	9
Frijoles			
Frijoles	22	19	14
Cereales y derivados			
Arroz	16	19	16
Pan dulce	4	6	9
Pan francés	16	26	35
Tortilla	270	239	172
Azúcar y aceite			
Azúcar	32	30	22
Aceite vegetal	4	5	0
Verduras y frutas			
Cebolla	6	7	10
Papas	6	10	12
Tomate	27	29	36
Plátano	0	0	10
Otros			
Pupusas	0	3	14
Gaseosas	11	21	41

Productos de origen animal

Más del 50% de los HNP usaron cinco productos de origen animal; sin embargo, las cantidades son muy bajas, excepto para carne de pollo y huevos (26-24g). Los HExP solamente usaron huevos en cantidades muy bajas (18g). En el caso de los hogares con pobreza relativa el consumo fue ligeramente mayor que los HExP. Carne de res solamen-

te fue registrada en los HNP y la cantidad es relativamente baja (9g) (Cuadro 2e).

Cuando se analizan las cantidades promedio (cuadro 2f) se encuentra el consumo de siete productos de origen animal en los tres grupos y en cantidades superiores; esto no es más que el reflejo de consumos altos en pocos hogares.

Cuadro 2f
El Salvador, ENIGH -2006
Cantidad diaria disponible per cápita de cada grupo de alimentos según
NIVEL DE POBREZA.
(Gramos PROMEDIO)

Nombre	Extrema	Relativa	No pobre
Número	493	899	2593
Productos de origen animal			
Crema	5	7	11
Leche fresca	12	26	54
Queso fresco	8	11	15
Huevos	22	28	30
Carne de pollo	18	27	46
Carne de res	6	11	24
Pescado y mariscos	4	5	9
Frijoles			
Frijoles	23	27	21
Cereales y derivados			
Arroz	19	23	22
Pan dulce	10	13	17
Pan francés	25	32	41
Tortilla	341	303	218
Azúcar y aceite			
Azúcar	39	42	36
Aceite	8	9	12
Verduras y frutas			
Aguacate	5	5	9
Cebolla	10	12	18
Güisquil	4	5	9
Papas	13	15	19
Repollo	9	3	7
Zanahoria	2	3	7
Tomate	33	38	48
Banano	3	4	9
Naranja	3	4	12
Plátano	12	18	32
Sandía	4	8	14
Otros			
Refrescos	6	8	14
Gaseosas	24	34	59
Jugos empacados	3	6	12
Pupusas	7	13	24
Sal	11	9	8

Frijoles

Prácticamente, no hay diferencia en la cantidad usada de frijoles en los HExp y los HP (22 y 19g respectivamente), en los HNP el consumo es menor (14g). En promedio las cantidades suben ligeramente en los HP y HNP, donde probablemente hay más variación en el consumo.

Cereales y derivados

En cuanto al consumo de arroz, prácticamente no hay diferencia entre los hogares según nivel de pobreza ($\pm 17g$). En lo referente al consumo de tortillas de maíz, se observa que conforme es mayor el nivel de pobreza mayor es la cantidad usada; en los HExp el consumo de tortilla es de 270g mientras en los HNP es de 172g. Las cantidades promedio son mayores, debido a que en algunos hogares el consumo per cápita sobrepasa los 400g diarios.

La cantidad consumida de pan francés se reduce conforme es mayor el nivel de pobreza, en los HExp es menos de la mitad (15g) que la usada en los HNP (35g), obviamente esto denota una diferencia en el patrón de consumo. En cambio el consumo de pan dulce es muy bajo en todos los hogares indistintamente del nivel de pobreza.

Azúcar y aceite

El consumo de azúcar es aproximadamente de 1 onza en los HExp y los HP, menos de 1 onza en los HNP. En lo que respecta a aceite, la cantidad es demasiado baja, tanto que la mediana es cero en los HNP. Como ya se

mencionó da la impresión de que en este producto hubo subregistro, igual que en el caso del azúcar. Las cifras de consumo promedio de estos dos productos son ligeramente más altas.

Verduras y frutas

En los tres niveles de pobreza, el consumo de verduras se reduce a tres productos (tomate, cebolla y papas); las cantidades de cebolla y papas son muy bajas, solamente para tomate, las cantidades se aproximan a una onza en los hogares pobres, y es ligeramente mayor en los HNP.

En cuanto al consumo de frutas, prácticamente no existe en los HP y HExp, y en los HNP se reduce a plátanos y en baja cantidad ($< 1/2$ onza). En los valores promedio se observa mayor variación, pero hay que tomar en cuenta que los productos no llegan al 50% de los hogares.

Otros

En cuanto a otros productos, solamente se encuentra las gaseosas en los tres grupos, y en los HNP el consumo es más alto.

En general se podría decir que el nivel de pobreza no sólo afecta la variedad de productos alimenticios adquiridos, sino también la cantidad de los mismos. Esto es más obvio en los siguientes productos: huevos, pollo, pan francés, tomate, papas y frutas. En el caso de frijoles, tortillas y azúcar, la cantidad disponible per cápita es mayor en los hogares más pobres.

2. Suficiencia nutricional de la disponibilidad alimentaria

En esta sección se analiza la cantidad disponible de energía y nutrientes, per cápita y por día, y su relación con las recomendaciones dietéticas diarias (RDD), expresada como porcentaje de adecuación. Se han usado las RDD propuestas por el INCAP en 1994 para los nutrientes y las cifras preliminares de la revisión actual para los requerimientos energéticos y las RDD de proteínas. Este análisis se hace tanto para área de residencia, regiones y nivel de pobreza, como en función del tamaño del hogar.

Por área de residencia y región**Energía y macronutrientes**

En el cuadro 3a se presenta la disponibilidad promedio per cápita de energía y nutrientes, a nivel nacional y por área de residencia; mientras en el cuadro 3b la misma información por región. La disponibilidad de energía per cápita es 100 Kcal mayor en el área rural que en el área urbana. Esto se debe a que en el área rural es mayor el consumo de tortilla de maíz, frijoles y azúcar.

Cuadro 3a

El Salvador, ENIGH -2006

Disponibilidad per cápita* de energía y nutrientes, a nivel nacional y según área de residencia.

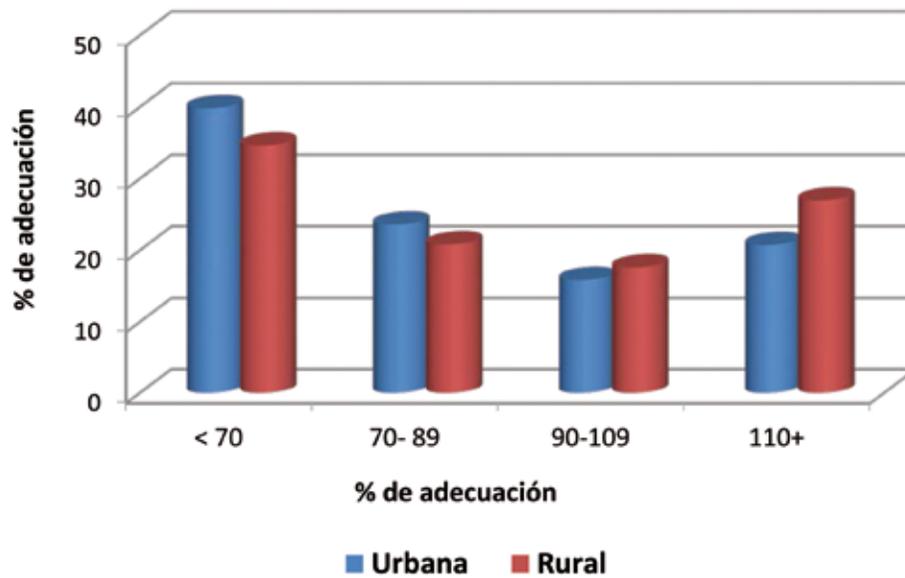
Nutriente		Nacional	Urbana	Rural
Número		3985	2991	994
Energía	Kcal	1974	1935	2046
Proteínas	gramos	63	66	60
Grasas	gramos	53	55	48
Carbohidratos	gramos	323	304	356
Fibra dietética	gramos	18	19	16
Calcio	Mg	630	716	475
Fósforo	Mg	1093	1079	1118
Hierro	Mg	13,6	13	7,8
Zinc	Mg	6,5	5,8	14,7
Tiamina	Mg	1,4	1,3	1,6
Riboflavina	Mg	1,3	1,3	1,2
Niacina	Mg	15,5	15,2	16,2
Vitamina B6	Mg	3	1,7	5,3
Ácido fólico	mg	104	111	90
Folatos equivalentes	mg	301	302	301
Vitamina B12	mg	2,6	3,2	1,6
Vitamina C	Mg	57	64	44
Vitamina A –Retinol	mg	790	792	785
Ác. G. saturados	gramos	16	17	13
Ác. G. monoinsaturados	gramos	21	22	19
Ác. G. poliinsaturados	gramos	9	8	10
Colesterol	Mg	206	232	159

*Promedio

En promedio la disponibilidad de energía, por área de residencia, cubre el 87% de las necesidades; sin embargo, tomando en cuenta que se trata de energía provista por los alimentos comprados, debería cubrir por lo menos el 110% de las necesidades de la población para asegurar una ingesta apropiada.

A este nivel sólo llega el 21% de los hogares del área urbana y un 27% en el área rural. Además, cerca del 40% de los hogares del área urbana y 35 % del área rural, tienen una adecuación menor del 70%, lo que significa que están en una situación crítica, que podría llamarse de subalimentación. Ver gráfica 11.

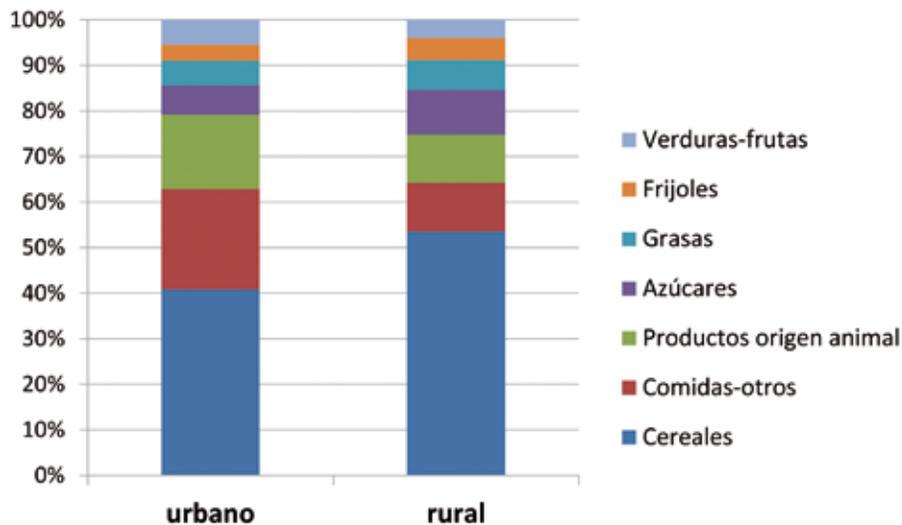
Gráfica 11
El Salvador, ENIGH 2006. Distribución de los hogares según adecuación de ENERGÍA, por área de residencia (% de hogares)



Si bien, tanto en el área urbana como en la rural, la mayor parte de la energía proviene de los cereales, la proporción es mayor en el área rural (54%) en relación a la urbana (41%). Es importante señalar que el azúcar aporta cerca del 10% de la energía en el área rural, mientras que en el área urbana solamente 6%. En el caso de los alimentos de origen animal el aporte es mayor en el área urbana (16%) que en el área rural

(10%). Por otra parte, el aporte energético de frijoles es ligeramente mayor en el área rural, y el de verduras y frutas es mayor en el área urbana. Ver gráfica 12. Llama la atención la contribución de grupo de comida y otros alimentos con un 22%, pues ello significa que los hogares están recurriendo a la compra de alimentos ya preparados, quizá no solamente por el tiempo, sino también por la parte económica.

Gráfica 12
El Salvador, ENIGH 2006. Contribución porcentual de los grupos de alimentos al contenido total de energía, según área de residencia



En cuanto al aporte de los macronutrientes al total de energía, se encuentra que la contribución de los carbohidratos es mayor en el área rural (67%) que en el área urbana (62%). Por otra parte, la contribución de las proteínas y de las grasas totales (visibles + invisibles) es mayor en el área urbana.

En cuanto a la disponibilidad de energía por regiones, en el cuadro 3b se observa que la disponibilidad per cápita promedio es mayor en la región Oriental y bastante menor en la región Occidental (2,102 y 1,876 Kcal/persona/día respectivamente).

Cuadro 3b
El Salvador, ENIGH-2006
Disponibilidad per cápita* de energía y nutrientes, por región.

Nutriente		Occidental	Central1	Central2	Oriental	AMSS
Número		794	796	813	802	780
Energía	Kcal	1.876	1.985	1.937	2.102	1.961
Proteínas	gramos	58	61,3	60,3	64,7	68,3
Grasas	gramos	46,5	48,2	49,4	55,1	58,2
Carbohidratos	gramos	316,3	337,1	323,4	348,5	300,8
Fibra dietética	gramos	16,3	19,3	15,8	18,4	19,7
Calcio	mg	507	580	549	644	756
Fósforo	mg	1017	1109	1072	1160	1093,5
Hierro	mg	13	14	13,4	14,3	13,4
Zinc	mg	6,5	6,8	6,6	7,3	5,9
Tiamina	mg	1,4	1,5	1,4	1,6	1,3
Riboflavina	mg	1,1	1,2	1,2	1,3	1,4
Niacina	mg	14,5	15,6	15	16,7	15,6
Vitamina B6	mg	2	7,4	1,8	2,1	1,5
Ácido fólico	mg	88	94	84	106	124
Folatos equivalentes	mg	272	311	260	311	318
Vitamina B12	mg	2	2,1	2	2,4	3,6
Vitamina C	mg	48	50	47	54	72
Vitamina A -Retinol	mg	755	836	697	740	836
Ác. G. saturados	gramos	14	14	14	16	19
Ác. G. monoinsaturados	gramos	18	19	20	23	24
Ác. G. poliinsaturados	gramos	9	9	9	9	8
Colesterol	mg	174	183	189	190	257

Cuando se analiza la adecuación de la disponibilidad promedio de energía, se observa que a excepción de la región Oriente, donde la adecuación de energía es de 94%, en el resto de las regiones, la adecuación de ener-

gía no alcanza a cubrir el 90% de los requerimientos (cuadro 3c). Porcentaje muy bajo, si se considera que no se trata de ingesta energética sino de disponibilidad de energía alimentaria.

Cuadro 3c
El Salvador, ENIGH -2006
Adecuación de la disponibilidad promedio de energía y nutrientes, por región (Expresado como % de las recomendaciones dietéticas)

Nutriente	Occidental	Central1	Central2	Oriental	AMSS
Número	794	796	813	802	780
Energía	85	87	86	94	85
Proteínas	107	109	109	118	119
Calcio	63	71	67	80	93
Hierro	94	103	99	105	96
Cinc	57	54	55	62	47
Tiamina	158	165	160	179	150
Riboflavina	98	101	101	114	122
Niacina	99	104	101	113	103
Vitamina C	88	90	86	99	128
Vitamina A –Retinol	147	160	134	143	160
% ENERGIA DE PROTEINAS	13	13	13	12	14
% ENERGIA DE GRASAS	22	22	23	23	26
% ENERGIA DE HDC	65	65	64	64	60

En el caso de la región de Oriente 30% de los hogares tiene una adecuación suficiente (>110%), en las otras regiones dicha proporción es de 21% en la Metropolitana y Central-2, y en Occidente y Central-1 es de 18% (Ver cuadro 3d). Más de 40% de los hogares de las regiones Occidental, Central 1 y Metropolitana tienen un déficit en la disponibilidad de energía mayor del 30%, es decir, están en una situación alimentaria crítica. En las otras regiones, la proporción es ligeramente menor.

Los cereales contribuyen con aproximadamente el 47% de la energía alimentaria en la mayoría de regiones, siendo mayor esta proporción en la región Oriental (51%) y menor en la región Metropolitana (37%). Los productos de origen animal contribuyen con el 12.5% de la energía en todas las regiones, excepto en la Metropolitana donde alcanza

18%. El azúcar, aporta aproximadamente el 8% de la energía en todas las regiones, siendo inferior en la Metropolitana (6%) y en la Oriental (7%). En cuanto a grasas visibles, principalmente aceite, contribuyen solamente con el 6% de la energía total, es menor en la Metropolitana (5%). Ver gráfica 13.

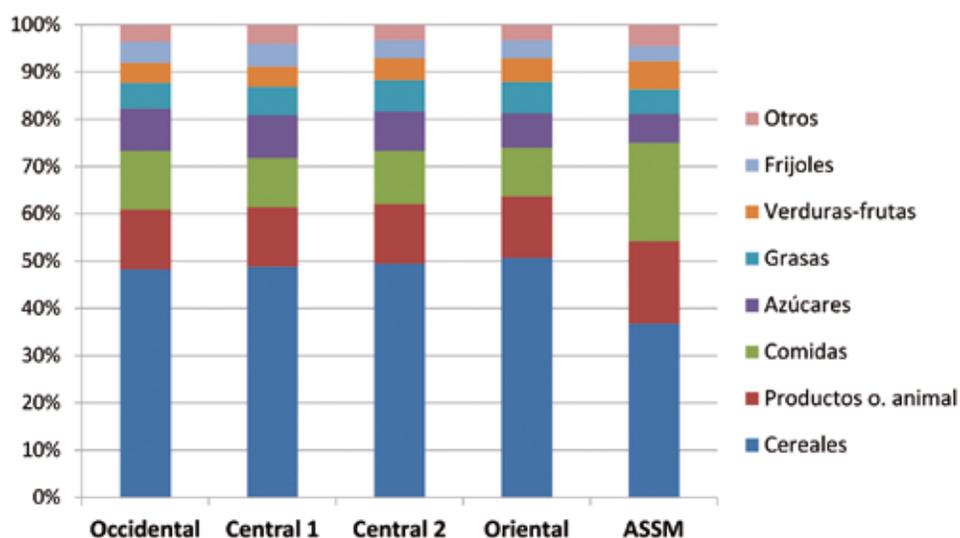
En promedio, en todas las regiones, la energía proveniente de las proteínas totales se encuentra en niveles aceptables (12-14%), no obstante un 9% de los hogares está por debajo de este nivel. Así mismo, la energía aportada por las grasas totales (incluye la grasa no visible), en promedio es de 22%, se encuentra en el intervalo sugerido (20-30% de la energía total); sin embargo, un 17% de los hogares sobrepasa el 30% y un 32% no llega a 20% de aporte de las grasas, al contenido total de energía.

Cuadro 3d
El Salvador, ENIGH 2006
Distribución de los hogares según adecuación de ENERGÍA, por región (% de hogares)

Región	Adecuación %			
	<70%	70-89%	90-109%	>109%
Occidental	43	24	15	18
Central-1	41	21	18	19
Central-2	36	25	17	22
Oriental	31	21	18	30
ASSM	42	23	13	21

Gráfica 13

El Salvador, ENIGH 2006. Contribución porcentual de los grupos de alimentos al contenido total de energía, por regiones



En todas las regiones, la disponibilidad promedio de proteínas per cápita es mayor de 50 gramos/día, cantidad que cubre, en promedio, más del 100% de las necesidades; no obstante, al analizar la distribución de los hogares por la adecuación en proteínas totales se observa que un 20% de los hogares tienen un déficit de 30% o más en proteínas y que solamente un 45% tienen una adecuación suficiente.

En el área urbana, el 34% de las proteínas totales disponibles son de origen animal, en cambio en el área rural, solamente un 26% proceden de estos productos. En la región Metropolitana esta proporción es de 35%, mientras en el resto de las regiones es de 29% aproximadamente.

Los ácidos grasos saturados contribuyen con

el 6.5% de la energía total en todas las regiones, excepto en la región Metropolitana donde llega a 8.7%; los ácidos grasos poliinsaturados aportan solamente el 4%, cuando lo recomendable es entre 6-11%.

Minerales

En todas las regiones se observa déficit en la disponibilidad de calcio, el cual es menor en la región Metropolitana (ver cuadro 3c). A excepción de las regiones Metropolitana y Oriental, en las otras regiones el 50% o más de los hogares no llegan a cubrir el 70% de las RDD de calcio, lo que es más severo en la Occidental (60% de hogares), ver cuadro 3e. Lo que manifiesta que la disponibilidad de este mineral es crítica para la mayoría de hogares. Las principales fuentes de calcio, en todas las regiones, son los alimentos lácteos y los cereales.

Cuadro 3e

El Salvador, ENIGH 2006
Distribución de los hogares según adecuación de CALCIO, por región (% de hogares)

Región	Adecuación %			
	<70%	70-89%	90-109%	>109%
Occidental	60	15	11	15
Central1	53	17	11	19
Central2	52	18	10	19
Oriental	42	17	12	29
ASSM	39	21	14	27

En cuanto a hierro, aparentemente se cubren las recomendaciones dietéticas en todas las regiones, pero hay que tomar en cuenta que se trata principalmente de hierro de origen vegetal con bajo nivel de absorción, pues solamente un 13% es de origen animal. Aún así, cerca del 40% de los hogares en todas las regiones no alcanzan a cubrir el 70% de las RDD, siendo mayor este porcentaje en la región Occidental.

En lo referente a cinc, también se observa

déficit en todas las regiones, con una adecuación promedio bastante baja (<60%) y aún más baja en la región Metropolitana (<50%). Además, en todas las regiones más del 70% de los hogares tienen un déficit de más del 30% de las RDD, lo que refleja una posible deficiencia severa de este nutriente. (Ver cuadro 3f). Hay que tomar en cuenta que a la baja disponibilidad de este mineral se suma la ingesta alta de fibra en muchos casos, que afecta la absorción de este nutriente.

Cuadro 3f
El Salvador, ENIGH 2006
Distribución de los hogares según adecuación de CINC, por región (% de hogares)

Región	Adecuación %			
	<70%	70-89%	90-109%	>109%
Occidental	79	8	5	8
Central1	82	7	4	7
Central2	78	9	5	7
Oriental	68	13	7	11
ASSM	85	7	5	3

Vitaminas

En relación a riboflavina, a excepción de la región Occidental, en todas las regiones la adecuación promedio es mayor que el 100%, y en las regiones Oriental y Metropolitana sobrepasa el 110% (Cuadro 3c). Sin embargo,

como puede verse en el cuadro 3g, en todas las regiones cerca de un 30% de los hogares están debajo de una adecuación del 70% (situación deficiente) y aproximadamente un 40% tienen una adecuación >109%, o sea suficiente.

Cuadro 3g
El Salvador, ENIGH 2006
Distribución de los hogares según adecuación de RIBOFLAVINA, por región (% de hogares)

Región	Adecuación %			
	<70%	70-89%	90-109%	>109%
Occidental	34	19	13	34
Central1	32	19	15	35
Central2	30	17	16	37
Oriental	25	16	12	47
ASSM	25	17	13	45

En cuanto a vitamina C, las regiones Occidental y Central-2 tienen una adecuación promedio menor de 90%; mientras en la región Metropolitana la adecuación promedio llega a 128% y en la región Oriental a 99% (Cuadro 3c). A excepción de la región Metropolitana que tiene un 30%, en el resto de regiones más del 40% de los hogares se encuentran

Cuadro 3h
El Salvador, ENIGH 2006
Distribución de los hogares según adecuación de VITAMINA C, por región (% de hogares)

Región	Adecuación %			
	<70%	70-89%	90-109%	>109%
Occidental	47	15	9	29
Central1	47	16	9	29
Central2	48	11	11	30
Oriental	41	11	11	37
ASSM	30	14	10	46

en situación deficiente respecto a la vitamina C, con una adecuación menor de 70% (Ver cuadro 3h). Por otra parte, aproximadamente el 30% de los hogares de las regiones Occidental, Central-1 y Central-2, tienen una disponibilidad suficiente para cubrir las necesidades de esta vitamina, en las otras dos regiones la proporción es más alta.

Respecto a vitamina A, el consumo de azúcar fortificada hace que se cubran con creces las RDD de todas las regiones. Este producto contribuye con 45% de la disponibilidad de esta vitamina, excepto en la región Metropolitana donde el aporte es de 28%. Aún cuando se dispone de esta fuente de vitamina A, en todas las regiones se encuentra un 25% de hogares con un

déficit de 30% o más en la adecuación de esta vitamina.

En resumen, puede decirse que la región Occidental es la región con mayor problema en la disponibilidad de energía y nutrientes, seguida de la región Central-2. Aunque no se trata de un análisis propiamente de la ingesta alimentaria, sí constituye un reflejo de la misma.

Cuadro 4a

El Salvador, ENIGH -2006
Disponibilidad per cápita* de energía y nutrientes, según nivel de pobreza.

Nutriente		Extrema	Relativa	No pobre
Número		493	899	2593
Energía	Kcal	1747	1811	2070
Proteínas	g	49	55	69
Grasas	g	37	41	59
Carbohidratos	g	315	315	326
Fibra dietética	g	13	17	20
Calcio	mg	344	488	730
Fósforo	mg	937	1007	1149
Hierro	mg	12,3	12,6	14,2
Zinc	mg	6,8	6,3	6,6
Tiamina	mg	1,4	1,3	1,5
Riboflavina	mg	0,9	1	1,4
Niacina	mg	13,6	13,6	16,5
Vitamina B6	mg	1,7	1,6	3,7
Vitamina B12	mg	1,1	1,6	3,2
Ácido fólico	µg	64,9	79	119,3
Folatos Equivalentes	µg	230	278	322
Vitamina C	mg	30	36	68
Vitamina A -Retinol	µg	580	704	856
Ác. G. saturados	g	9,5	11,4	18,4
Ác. G. monoinsaturados	g	14,5	15,9	24
Ác. G. poliinsaturados	g	8,4	8,4	9
Colesterol	mg	123	165	235

*Promedio

Por nivel de pobreza

Energía y macronutrientes

La disponibilidad promedio de energía y nutrientes, según nivel de pobreza, se presentan en el cuadro 4a y en el cuadro 4b la adecuación promedio.

Como puede verse en el cuadro 4a, la disponibilidad de energía en los hogares se reduce conforme es mayor el nivel de pobreza, en tal forma que mientras en los HNP la disponibilidad per cápita es de 2,070 Kcal diarias, en los HExp solamente es de 1,747 Kcal.

Por otra parte, en ninguna de las tres clasificaciones por pobreza, la disponibilidad promedio de energía cubre el 100% de los requerimientos, mucho menos llegar al 110% que es lo deseable por tratarse de datos de compra y no de ingesta. En el caso de los hogares no pobres (HNP) la adecuación promedio es de 90% y en los hogares en Extrema Pobreza (HExp) llega solamente a 81% (cuadro 4b).

Cuadro 4b

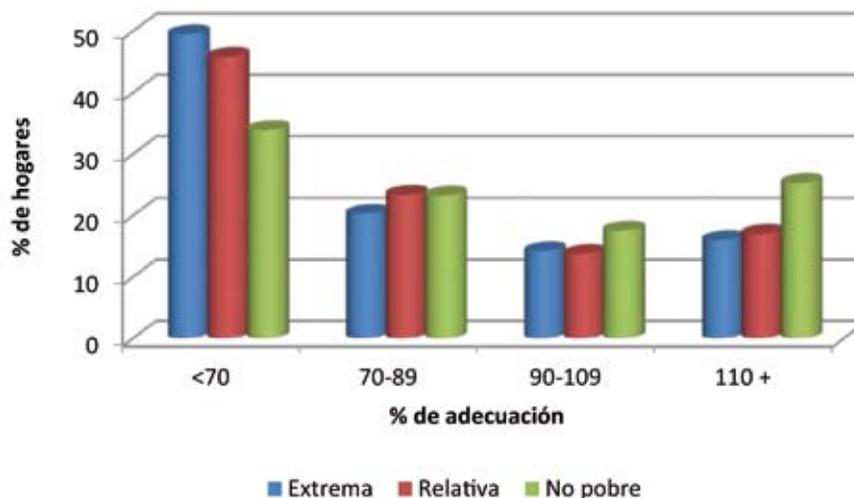
El Salvador, ENIGH -2006
Adecuación de la disponibilidad promedio de energía y nutrientes, según nivel de pobreza (Expresado como % de las recomendaciones dietéticas)

Nutriente	Extrema	Relativa	No pobre
Número	493	899	2593
Energía	81	83	90
Proteínas	96	103	120
Calcio	43	61	90
Hierro	88	91	104
Zinc	63	55	52
Tiamina	163	153	164
Riboflavina	83	89	121
Niacina	95	93	109
Vitamina C	58	69	123
Vitamina A -Retinol	115	137	164
% ENERGIA DE PROTEÍNAS	12	12	14
% ENERGIA DE GRASAS	19	21	26
% ENERGIA DE HDC	69	67	61

Como se observa en la Gráfica 14, más de la mitad de los HExP y la mitad de los HP no alcanzan a cubrir, con su disponibilidad alimentaria, el 70% de los requerimientos de energía, por lo que podríamos decir que están en situación de subalimentación. Esta

proporción se reduce al 34% en los hogares clasificados como no pobres (HNP). Por otra parte, de los HExP y los HP sólo un 17% alcanzan un nivel satisfactorio de energía, mientras en los HNP esta proporción es de 25%.

Gráfica 14
El Salvador, ENIGH -2006. Distribución de los hogares según adecuación de ENERGÍA, por nivel de pobreza (% de hogares)



En promedio, la principal fuente de energía alimentaria en los HExP proviene de los cereales (60%) y de los azúcares (10%), el aporte de las grasas visibles es relativamente muy bajo (6%). Por otra parte, en los HNP se reduce el aporte de los cereales (40%) y de

los azúcares (7%) y queda igual el aporte de las grasas visibles. En cambio, los productos de origen animal contribuyen con el 16% de la energía en los HNP, mientras en los HExP este porcentaje es de solamente 8%. (Ver cuadro 4c).

Cuadro 4c

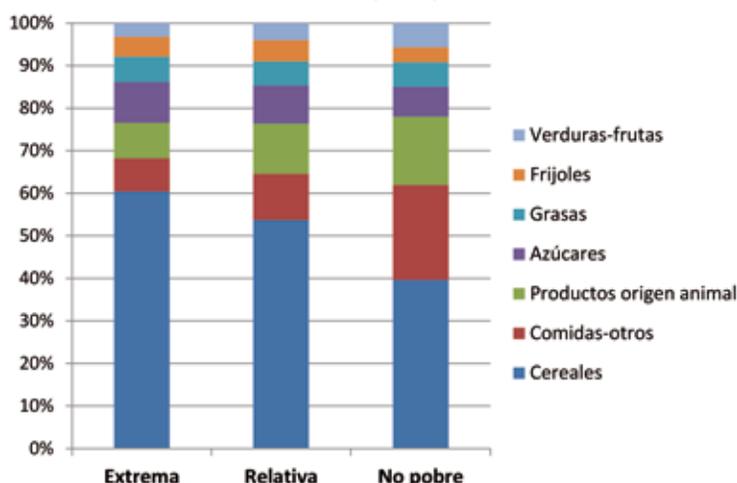
El Salvador, ENIGH -2006
Contribución porcentual de los grupos de alimentos al contenido total de energía, según nivel de pobreza

Grupo	Extrema	Relativa	No pobre
Lácteos	3,1	4,6	6,6
Huevos	1,8	2,2	2
Carnes	3,4	5	7,5
Leguminosas	4,7	5	3,5
Cereales	60,4	53,7	39,7
Azúcares	9,6	8,9	7
Grasas	5,9	5,7	5,8
Verduras Y Hortalizas	2,1	2,3	2,9
Frutas	1,1	1,7	2,8
Comidas	5,3	7,7	17,9
Bebidas	1,3	1,9	2,7

En la gráfica 15 se presenta la contribución porcentual de los diferentes grupos de alimentos a la disponibilidad total de energía. Puede verse que el aporte de los cereales aumenta conforme es mayor el nivel de pobreza de los hogares, y se reduce el aporte de las comidas preparadas y de los productos de origen animal. El aporte de las

grasas es similar en los tres grupos y en el caso de los azúcares el aporte es mayor en los HExP (9.4%) que en los HNP (6.9%). Llama la atención la alta contribución de las comidas ya preparadas al contenido total de energía en los HNP y la mayor participación de los azúcares en el caso de los HExP.

Gráfica 15
El Salvador, ENIGH 2006. Contribución porcentual de los grupos de alimentos al contenido total de energía, según nivel de pobreza



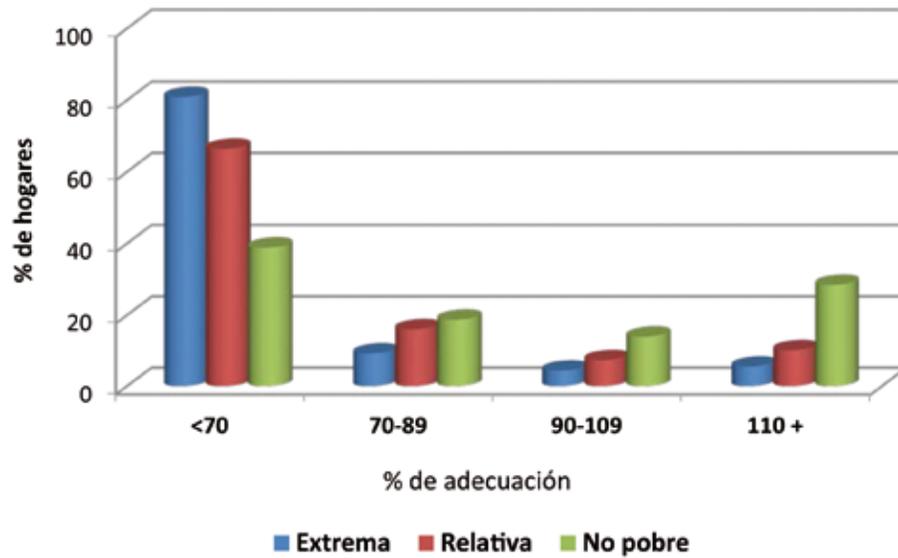
Por otra parte, en promedio, el 66% de la energía alimentaria disponible proviene de carbohidratos y el 22% de grasas totales; es importante señalar que en los HExP el aporte de las grasas se reduce a 19%, cuando se espera esté entre 20-25% (cuadro 4b).

Por otra parte, la contribución de los ácidos grasos saturados al contenido de energía total va de 5% en los HExP a 8% en los HNP; mientras que la contribución de los ácidos grasos poli-insaturados a la energía total está alrededor del 4% en todos los grupos.

Minerales

La disponibilidad per cápita de calcio es deficiente en todos los grupos (cuadro 4a). En los HExP la adecuación promedio apenas es de 43%, en los HP (pobreza relativa) es de 61% y en los HNP llega a 90%. En los HExP la disponibilidad es tan baja que el 80% de los hogares tiene un déficit de 30% o más en relación a las RDD y solamente el 5% llega a una adecuación satisfactoria. Esto refleja un serio problema de deficiencia de este mineral; pues aún en el grupo considerado no pobre, casi un 40% de los hogares están por debajo del 70% de las RDD de calcio (gráfica 16). O sea, que la deficiencia en este mineral se agudiza con la pobreza.

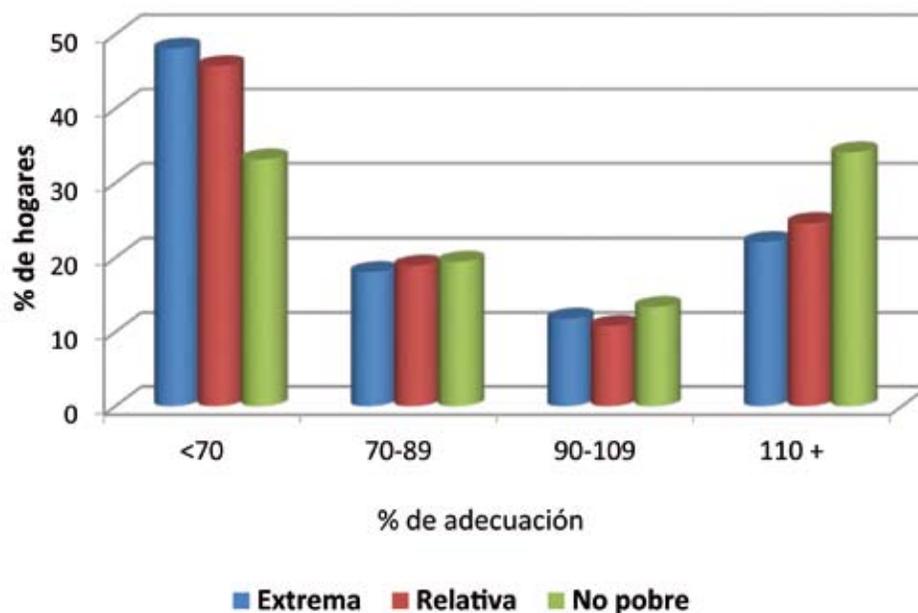
Gráfica 16
El Salvador, ENIGH -2006. Distribución de los hogares según adecuación de CALCIO, por nivel de pobreza (% de hogares)



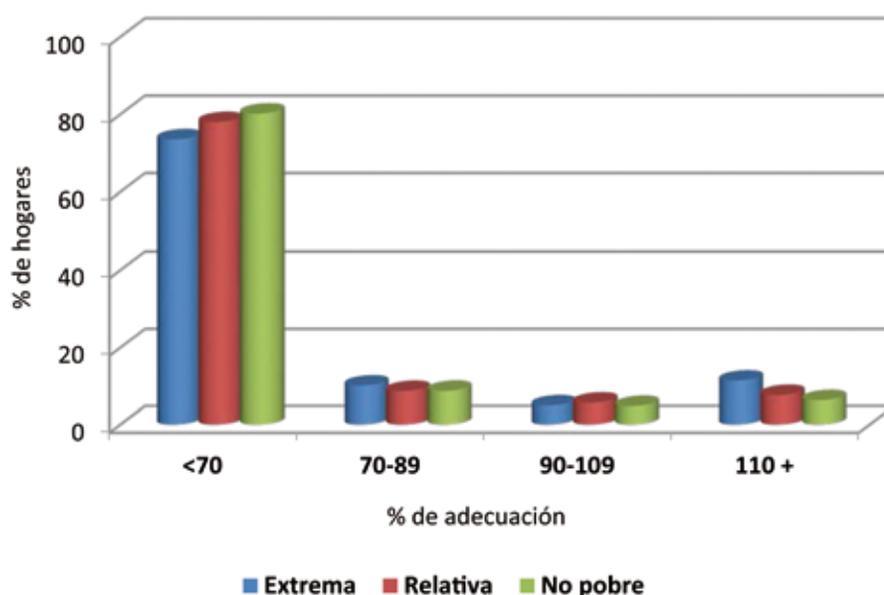
La disponibilidad per cápita de hierro, sólo en los HNP cubre las RDD, en los otros grupos de hogares cubre el 85%. Hay que tomar en cuenta que se trata principalmente de hierro de origen vegetal, cuya absorción es baja. Cuando se analiza la distribución de los hogares según el nivel de adecuación,

se encuentra que en los HP y HExP más de un 46% no alcanza el 70% de las RDD y solamente un 23% alcanzan un nivel satisfactorio. Además, un tercio de los HNP tienen menos del 70% de adecuación y otro tercio llega a una adecuación promedio adecuada. (Gráfica 17).

Gráfica 17
El Salvador, ENIGH -2006. Distribución de los hogares según adecuación de HIERRO, por nivel de pobreza (% de hogares)



Gráfica 18
El Salvador, ENIGH -2006. Distribución de los hogares según adecuación de CINC, por nivel de pobreza (% de hogares)

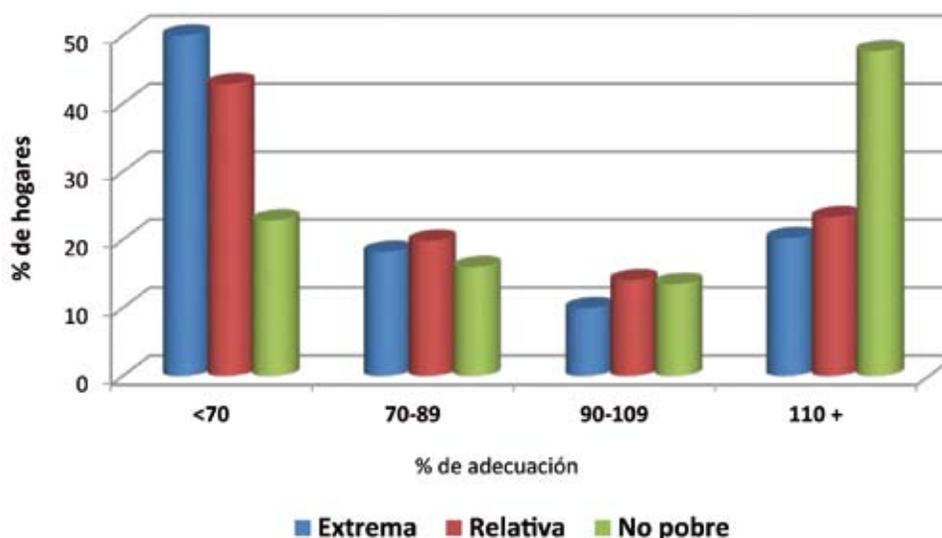


Vitaminas

La disponibilidad de la riboflavina es afectada por el nivel de pobreza, de tal manera que la adecuación promedio presenta una marcada diferencia entre los HExP y los HNP (cuadro 4b). Además, la proporción de los HExP con menos de 70% de adecuación es de 48%; mientras que en los HNP esta proporción baja a 21%, los HP quedan en

medio con una proporción de 40%, que sigue siendo alta (Gráfica 19). Por otra parte, en los HNP un 48% de hogares presentan una adecuación de riboflavina suficiente, mientras que en los HExP y HP solamente llegan a este nivel el 22% de los hogares. Es decir, que el nivel de pobreza afecta muy marcadamente la disponibilidad per cápita de riboflavina.

Gráfica 19
El Salvador, ENIGH -2006. Distribución de los hogares según adecuación de RIBOFLAVINA, por nivel de pobreza (% de hogares)

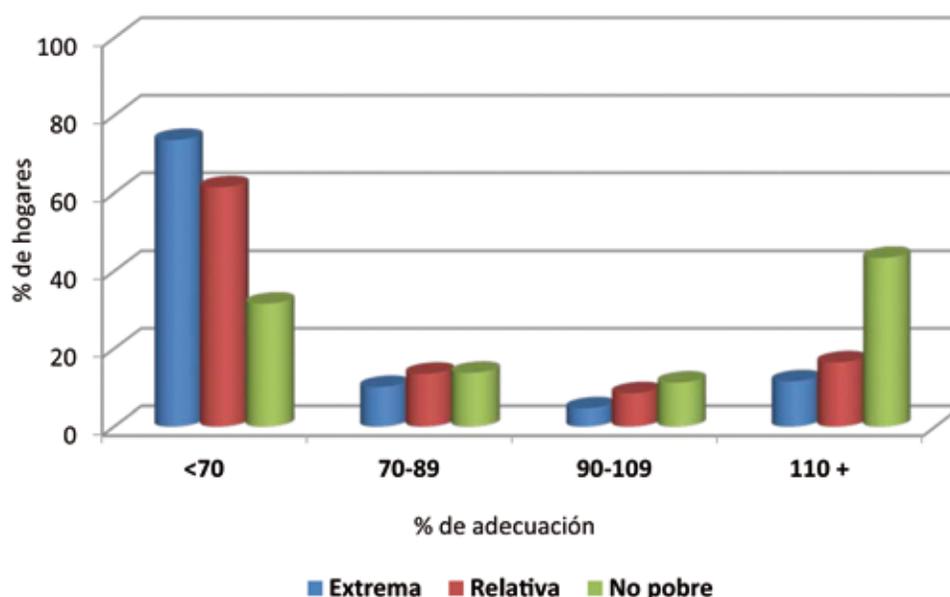


En relación a vitamina C, al igual que en la riboflavina, también se observa diferencia en la disponibilidad según nivel de pobreza. De manera, que mientras en los HNP la disponibilidad promedio es de 68 mg, en los HExP es apenas de 30 mg (cuadro 4 a). En consecuencia, la adecuación promedio también varía según el nivel de pobreza (Cuadro 4b), en los HNP la adecuación promedio alcanza el 123% y en los HExP solamente llega a 58%, prácticamente la mitad. Los hogares con pobreza relativa se sitúan entre estos valores con una adecuación promedio de 69%.

Al analizar la distribución de los hogares

por adecuación de vitamina C y nivel de pobreza, se encuentra que 72% de los HExP tienen más del 30% de déficit, lo que refleja un serio problema en la disponibilidad de esta vitamina en este grupo de población. En los HNP la proporción de hogares con este déficit baja a 30%; además, el 44% de estos hogares satisface el nivel de adecuación de vitamina C. En los HExP solamente el 12% tienen un nivel de adecuación satisfactorio (Gráfica 20). Es decir, que el nivel de pobreza incide grandemente en la disponibilidad de la vitamina C. Cabe señalar que las comidas preparadas, en los HNP, aportan el 28% de la disponibilidad de esta vitamina.

Gráfica 20
El Salvador, ENIGH -2006. Distribución de los hogares según adecuación de VITAMINA C, por nivel de pobreza (% de hogares)



En cuanto a la vitamina A, la adecuación promedio sobrepasa el 110% de las RDD en todos los grupos, esto se debe al consumo de azúcar fortificada. No obstante, solamente un 42% de los hogares con pobreza extrema o relativa llegan a un nivel suficiente de esta vitamina; más aún, en estos niveles de pobreza se encuentra un 30% o más de hogares con un déficit mayor del 30% de las RDD, proporción que en los hogares no pobres es de 21%. Es probable que haya subestimación de la disponibilidad real de vitamina A, pues está muy relacionada a la disponibilidad de azúcar y aparentemente existe subregis-

tro en el consumo de este producto.

En resumen, puede decirse que el nivel de pobreza es determinante en las deficiencias encontradas en la disponibilidad energía y nutrientes. Así mismo, que las grasas totales tienen bajo aporte al contenido total de energía, principalmente en los hogares muy pobres. En relación a minerales, las cifras reflejan deficiencia en la disponibilidad de cinc y calcio, ligeramente menor en la disponibilidad de hierro. Respecto a las vitaminas, el mayor problema reside en la riboflavina y la vitamina C, y son afectados por el nivel de pobreza.

Por tamaño de hogar

En general, se observa que la disponibilidad de energía y nutrientes es mayor en cuanto es menor el tamaño de hogar. En el cuadro 5a se presenta la disponibilidad de energía y nutrientes según el tamaño del hogar y en el cuadro 5b la adecuación promedio de la disponibilidad de energía y nutrientes.

Energía y macronutrientes

La disponibilidad promedio de energía es apenas de 1,588 Kcal/persona/día en los hogares con más de siete miembros, en comparación con una disponibilidad promedio de 2,128 Kcal en hogares con menos de cinco miembros (cuadro 5a).

Cuadro 5a

El Salvador, ENIGH -2006
Disponibilidad per cápita* de energía y nutrientes, según tamaño del hogar.

Nutriente		1-4 m.	5-7 m.	8 y + m.
Número		2416	1308	261
Energía	Kcal	2128	1766	1588
Proteínas	gramos	70	55	46
Grasas	gramos	58	45	37
Carbohidratos	gramos	343	295	276
Fibra dietética	gramos	21	15	12
Calcio	mg	735	494	336
Fósforo	mg	1183	973	846
Hierro	mg	14,6	12,4	11,1
Zinc	mg	6,8	6,3	6
Tiamina	mg	1,5	1,3	1,2
Riboflavina	mg	1,4	1,1	0,9
Niacina	mg	16,8	13,8	12,3
Vitamina B6	mg	3,8	1,7	1,5
Vitamina B12	µg	3	2,1	1,2
Ácido fólico	µg	122	80	61
Folatos Equivalentes	µg	329	267	216
Vitamina C	mg	67	44	28
Vitamina A -Retinol	µg	865	697	550
Ác. G. saturados	gramos	17,9	13,2	9,9
Ác. G. monoinsaturados	gramos	23,5	17,8	15,2
Ác. G. poliinsaturados	gramos	9,3	8	7,4
Colesterol	mg	229	179	129

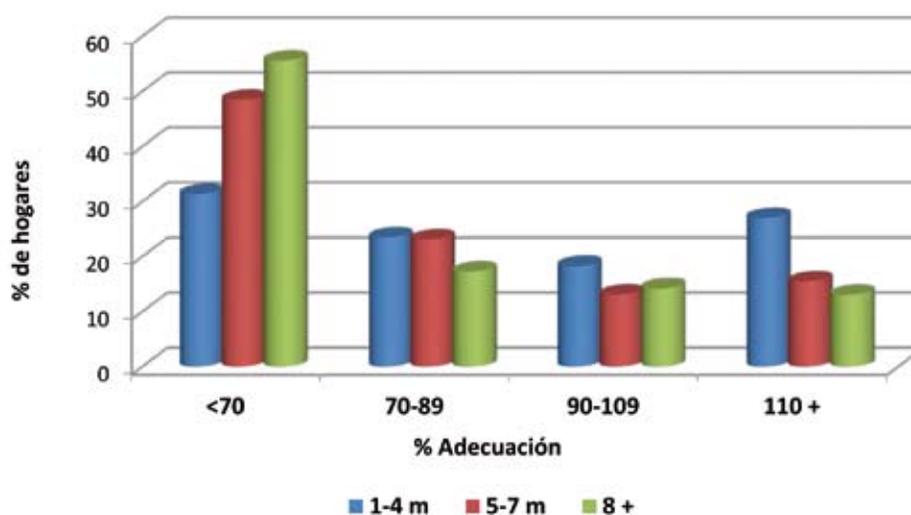
*Promedio

Esto se refleja en la adecuación promedio de la disponibilidad de energía, que es de 93% en los hogares con menos de cinco miembros y aproximadamente 76% en los hogares que tienen cinco o más miembros (cuadro 5b). O sea, el número de miembros en el hogar afecta la disponibilidad per cápita de energía en el hogar.

Asimismo, mientras menor sea el número de miembros en el hogar, mayor es la propor-

ción de hogares con niveles satisfactorios de disponibilidad de energía (>110% de adecuación). Por el contrario, conforme es mayor el tamaño del hogar, es mayor la proporción de hogares con niveles bajos de adecuación (<70%), de manera que en los hogares con cinco o más miembros aproximadamente la mitad están en situación crítica en relación a la disponibilidad de energía. (Ver Gráfica 21).

Gráfica 21
El Salvador, ENIGH -2006. Distribución de los hogares según la adecuación de ENERGÍA,
por tamaño del hogar (% de hogares)



En los hogares con más miembros, es menor la disponibilidad de proteínas, grasas totales y carbohidratos. Sin embargo, el tamaño del hogar no afecta el aporte proporcional de las proteínas a la disponibilidad per cápita de energía total. En cambio,

la contribución de las grasas totales a la energía total se reduce conforme aumenta el número de miembros en el hogar, y por el contrario el aporte de los carbohidratos aumenta según sea mayor el tamaño del hogar (ver cuadro 5b).

Cuadro 5b
El Salvador, ENIGH -2006
Adecuación de la disponibilidad promedio de energía y nutrientes, según
tamaño del hogar.
(Expresado como % de las recomendaciones dietéticas)

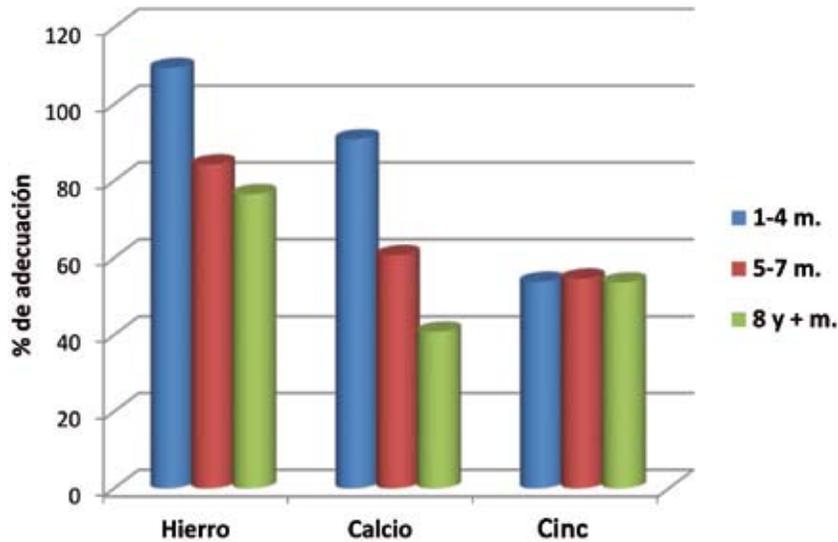
Nutriente	1-4 m.	5-7 m.	8 y + m.
Energía	93	79	73
Proteínas	120	105	91
Calcio	91	61	41
Hierro	109	84	77
Cinc	54	55	54
Tiamina	172	146	140
Riboflavina	122	93	76
Niacina	112	93	85
Vitamina C	119	83	54
Vitamina A -Retinol	165	136	108
% ENERGIA DE PROTEÍNAS	13	13	12
% ENERGIA DE GRASAS	24	23	21
% ENERGIA DE HDC	62	65	67

Minerales

Como puede verse en la gráfica 22, la disponibilidad de calcio y de hierro es afectada por el tamaño del hogar, en cuanto mayor es el número de miembros en el hogar, menor es la adecuación promedio de estos

dos minerales. Por otra parte, en el caso del cinc, en las tres categorías de hogares la disponibilidad promedio de este mineral es igualmente deficiente; es decir, el tamaño del hogar no influye en la disponibilidad per cápita del cinc.

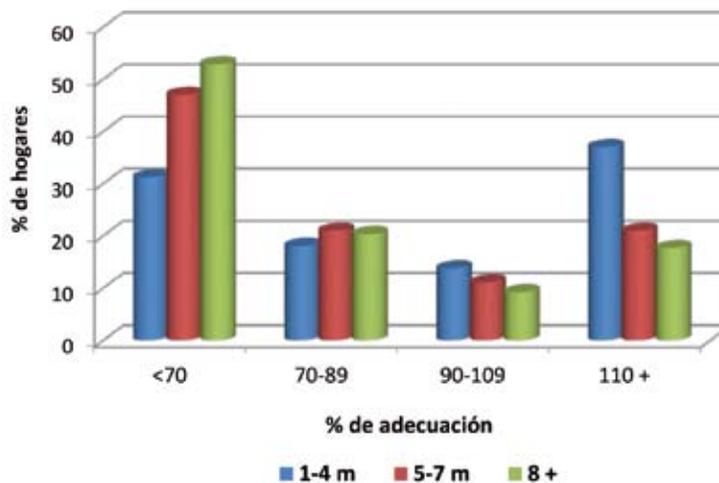
Gráfica 22
El Salvador, ENIGH -2006. Adecuación promedio de la disponibilidad de HIERRO, CALCIO, y CINCO, según tamaño del hogar



En el caso del hierro, es marcada la diferencia de la adecuación promedio entre los hogares con menos de cinco miembros y los de mayor tamaño. Igualmente, más del 50% de los hogares con más de cinco miembros tienen una adecuación inferior

a 70% y solamente un 20% de los hogares presentan una adecuación satisfactoria (>110%) (Gráfica 23). Hay que tomar en cuenta que se trata principalmente de hierro de origen vegetal, cuya absorción es relativamente baja.

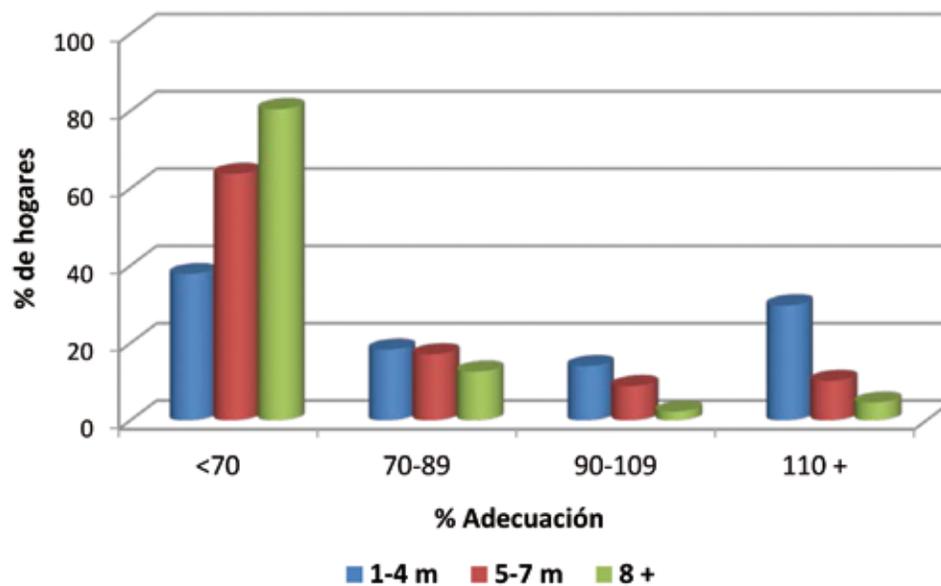
Gráfica 23
El Salvador, ENIGH -2006. Distribución de los hogares según adecuación de HIERRO, por tamaño del hogar (% de hogares)



El efecto del tamaño del hogar sobre la disponibilidad per cápita de calcio es muy marcado, conforme aumenta el tamaño del hogar ésta se reduce drásticamente, de manera que de una disponibilidad de 735 mg/día en los hogares con <5 miembros, pasa a 335 mg/día en los hogares que tienen más de siete miembros. Lo que se manifiesta en la adecuación promedio que en los hogares con <5 miembros es de 90% y en los hogares con >7 miembros sólo llega a 40% de la RDD (Ver cuadros 5a y 5b).

Por otra parte, cuando se distribuyen los hogares según el nivel de adecuación, se observa que el 80% de los hogares con >7 miembros tienen una adecuación de calcio inferior al 70%, porcentaje que baja a 38% en el caso de hogares con menos de cinco miembros (gráfica 24). Es claro que hay una situación grave en la disponibilidad de este nutriente, en la gráfica 24 puede verse que son pocos los casos que alcanzan un nivel de adecuación satisfactorio en los hogares de mayor tamaño (5%), en los hogares de menor tamaño la proporción es mayor (30%).

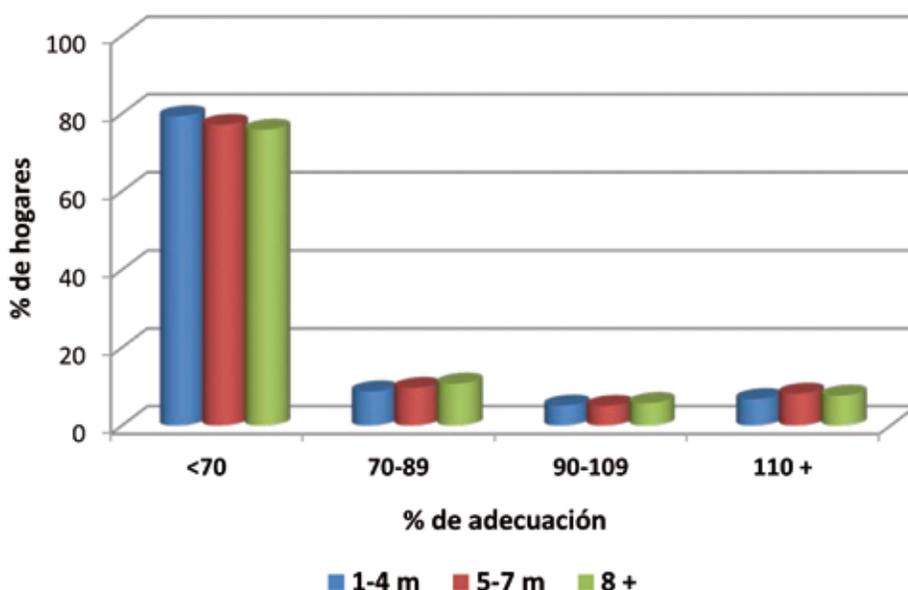
Gráfica 24
El Salvador, ENIGH -2006. Distribución de los hogares según adecuación de CALCIO, por tamaño del hogar (% de hogares)



En cuanto a cinc, la disponibilidad promedio es similar en los tres grupos, es decir, no es afectada por el tamaño del hogar (cuadro 5a) y la adecuación promedio es 54% de las RDD en los tres grupos. O sea, que el tamaño del hogar no afecta la disponibilidad de este mineral. Como puede verse en la gráfica

ca 25, en los tres grupos, el 77% de hogares tienen un déficit de 30% de adecuación, y solamente el 8% alcanza un nivel satisfactorio en la disponibilidad de cinc. Realmente, existe una deficiencia severa en la disponibilidad per cápita de cinc, independiente del tamaño del hogar.

Gráfica 25
El Salvador, ENIGH -2006. Distribución de los hogares según adecuación de CINC, por tamaño del hogar (% de hogares)

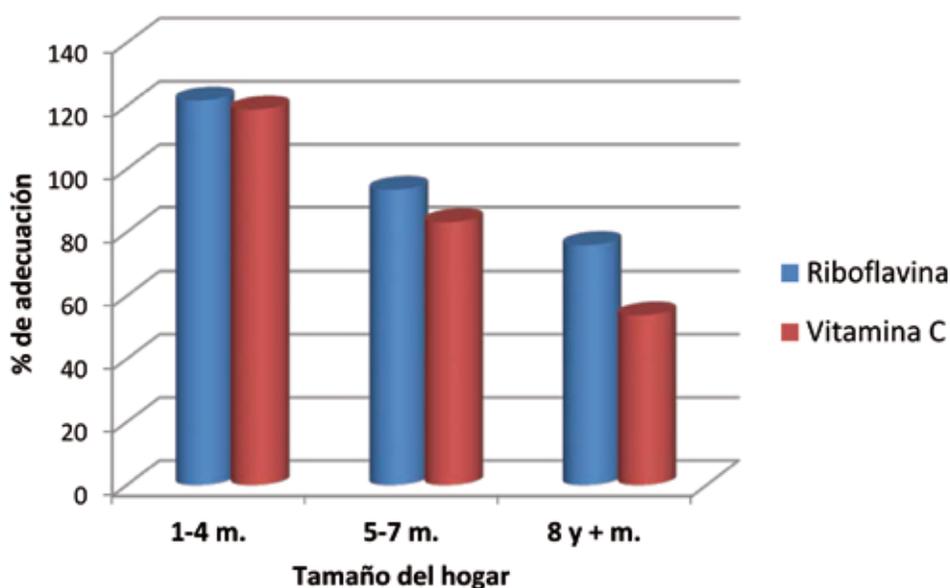


Vitaminas

En el cuadro 5a se observa que la disponibilidad per cápita de riboflavina y de vitamina C se reduce conforme aumenta el tamaño del hogar. El efecto del tamaño del hogar sobre la adecuación promedio de estas dos vitaminas se presenta en la gráfica 26, en la que puede verse que conforme es menor el número

de miembros en el hogar, mayor es la adecuación promedio de las dos vitaminas, lo cual es más notorio en el caso de la vitamina C, donde se observa que en los hogares con más de siete miembros la adecuación promedio es apenas de 54%, mientras en los que tienen menos de cinco miembros alcanza un porcentaje de 119%.

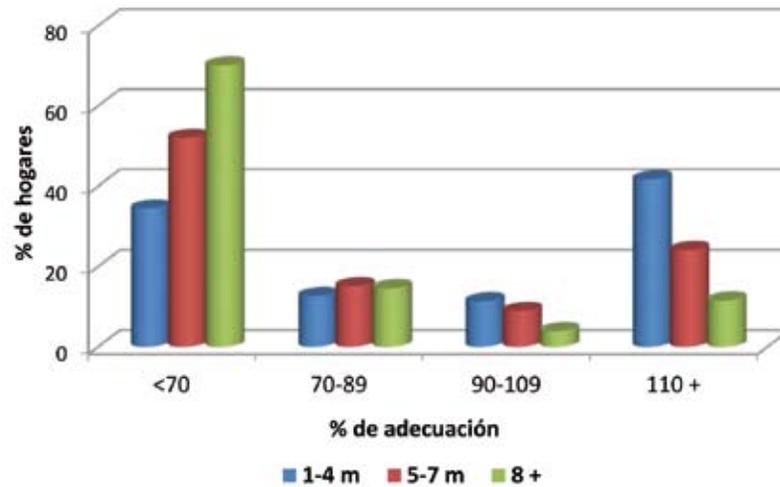
Gráfica 26
El Salvador, ENIGH -2006. Adecuación promedio de la disponibilidad de RIBOFLAVINA y VITAMINA C, según tamaño del hogar



Cuando se analiza la distribución de los hogares según la adecuación de la vitamina C (gráfica 27), se encuentra que cuando mayor es el número de miembros del hogar, es mayor el porcentaje de hogares que tienen una adecuación de vitamina C inferior al 70%. Así

también, en cuanto menor es el número de miembros del hogar, mayor es la proporción de hogares con una disponibilidad suficiente de vitamina C, y cuanto mayor es el tamaño del hogar, menor es la proporción de hogares con una adecuación suficiente.

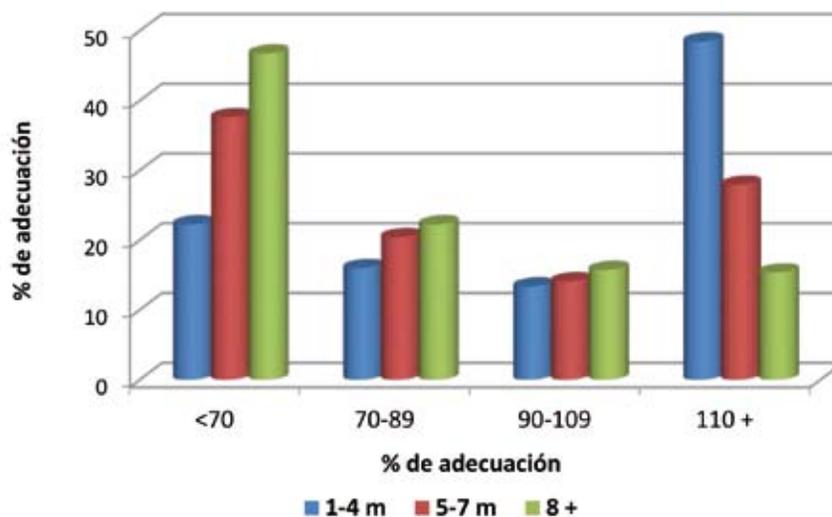
Gráfica 27
El Salvador, ENIGH -2006. Distribución de los hogares según la adecuación de VITAMINA C, por tamaño del hogar



Por otra parte, cerca del 50% de los hogares con mayor tamaño, tienen una adecuación de riboflavina menor de 70%; mientras en los hogares de menos de cinco miembros esta proporción es prácticamente la mitad. Igual-

mente, en los hogares con menos miembros, la proporción de hogares con niveles satisfactorios de riboflavina es de 48%, en cambio la proporción en los hogares con más de siete miembros solamente es de 15%. (Gráfica 28)

Gráfica 28
El Salvador, ENIGH -2006. Distribución de los hogares según la adecuación de RIBOFLAVINA, por tamaño del hogar



En lo referente a vitamina A, la adecuación promedio supera el 100% de las RDD, sobre todo en los hogares con menor número de miembros, esto debido al consumo de azúcar fortificada con esta vitamina. No obstante, se mantiene una proporción de cerca de 30% de los hogares con más de siete miembros que tienen un déficit de 30% o más en relación a las necesidades

de esta vitamina, proporción que es ligeramente menor en los hogares con menos miembros.

En resumen, el tamaño del hogar afecta marcadamente la disponibilidad de energía y de nutrientes, habiendo posibilidades de mayor deficiencia cuando el tamaño del hogar es de siete o más miembros.

V. CONCLUSIONES

La variedad en el consumo de alimentos refleja la calidad de la alimentación. Al respecto, puede decirse que el área rural presenta menor variedad que la urbana, y que entre las regiones, la de Occidente es donde se observó menor variedad, por el contrario, en la Metropolitana se encontró mayor variedad.

Como era de esperar, la variedad de alimentos disminuye conforme más severa es la pobreza en el hogar. Tomando como base los alimentos usados por el 50% de los hogares, puede decirse que el patrón de consumo a nivel nacional está compuesto por 24 productos, de los cuales cuatro no llegan a los más pobres.

En general, las cantidades que se observan, en todos los productos y en todas las regiones, son relativamente bajas, si se considera que estos valores corresponden a cantidades compradas de alimentos y no necesariamente a las que llegan a la boca del consumidor. Es de suponer que entre la compra y la ingesta hay una cantidad que se pierde o se desperdicia, por ello se estima que las cantidades de alimentos deberían ser mayores.

Respecto al consumo de azúcar hay varios aspectos que llaman la atención, considerándose este producto como de uso popular, fue registrado por menos del 80% de los hogares en todas las regiones y por 63% en la región Metropolitana. Lo cual sugiere un posible subregistro. Por otra parte, la proporción de hogares que consumieron este producto es mayor en los hogares con extrema pobreza en relación con los no pobres. Así también, la cantidad disponible es mayor en el área rural (37 gramos) en comparación con el área urbana (19 gramos).

El nivel de pobreza no sólo afecta la variedad de productos alimenticios adquiridos, sino también la cantidad de los mismos. Esto es más obvio para los siguientes productos: huevos, pollo, pan francés, tomate, papas y frutas. En el caso de frijoles, tortillas y azúcar, la cantidad disponible per cápita es mayor en los hogares más pobres.

Por el número de hogares que los consumen y por las cantidades usadas según región, los alimentos que integran el patrón de consumo, para todas las regiones, son los siguientes: huevos, pollo, frijoles, arroz, tortilla de maíz, pan dulce, pan francés, azúcar, tomate, cebolla, papas, gaseosas, café instantáneo y pupusas. A este patrón debe agregarse sal y aceite que aparentemente son usados por menos del 50% de los hogares.

En cuanto a la disponibilidad per cápita de energía y nutrientes, puede decirse que en general hay un déficit aproximadamente de 25% de energía (Kcal) en todas las regiones, este es mayor en la región Occidental, seguida de la región Central-2. Aunque no se trata de un análisis propiamente dicho de la ingesta alimentaria, sí constituye un reflejo de la misma, por lo que podría decirse que en estas regiones la alimentación es deficiente. Por otra parte, la disponibilidad de energía per cápita es notoriamente afectada por el nivel de pobreza y por el tamaño del hogar, de manera que los hogares en extrema pobreza y los de mayor tamaño están seriamente afectados en su alimentación.

En cuanto a la disponibilidad de minerales, se observa deficiencia severa en la disponibilidad de calcio y cinc; sobre todo en cinc; donde, en promedio la cantidad disponible apenas llega a cubrir la mitad de la cantidad recomendada per cápita. Por otra parte, el nivel de pobreza y el tamaño del hogar afectan grandemente la deficiencia de calcio; no así la deficiencia de cinc. En cuanto a hierro, la deficiencia es menor, aunque siempre es afectada por el nivel de pobreza y por el tamaño del hogar.

En relación a la disponibilidad de vitaminas, se observa un serio problema en riboflavina y vitamina C. El nivel de pobreza es determinante en la deficiencia de estas vitaminas, así como el tamaño del hogar. En el caso de la vitamina A, el azúcar fortificada resulta buena fuente de esta vitamina; de manera que en promedio no se observa deficiencia, aunque sí hay casos con déficit alto de vitamina A, sobre todo en los hogares más pobres.

Publicado con el apoyo de:

