

CONCEPTUALIZACION DE LA CANASTA BASICA DE  
ALIMENTOS

Lic. Marina Flores

1. Introducción

Para el diseño de los estudios sobre pobreza extrema en el área de Centroamérica y Panamá, se propuso como indicador integral de los niveles nutricionales y económicos, la Canasta Básica de Alimentos. Para ello en primer lugar se investigó en diversas fuentes cuál era la definición y metodología que podía seguirse para determinar la Canasta Básica. Se encontró una divergencia de criterios respecto a la denominación y conceptos para definir la Canasta Familiar. Los economistas y estadísticos se referían al gasto necesario para un conjunto de necesidades básicas mientras que para los nutricionistas eran guías alimentarias con propósitos educacionales. En ningún caso se encontró una definición exacta, mucho menos una metodología, que señalara posibles formas de conceptualizar y cuantificar una Canasta Básica de Alimentos. Si se define bajo el punto de vista económico resulta que se tienen que considerar diferentes canastas básicas, puesto que el nivel socioeconómico está asociado a distintos niveles de ingreso y gastos y esto conduce a diferentes estructuras de canastas. En cambio conceptualizando la Canasta Básica bajo un enfoque nutricional se busca estructurar una canasta común para toda la población que puede cubrir los requerimientos alimentarios básicos que aseguren niveles satisfactorios de salud y nutrición a todos los individuos,

## 2. Antecedentes

En la década de los años 66-76, en el INCAP se contaba con una enorme cantidad de información sobre los niveles de consumo de alimentos en diferentes grupos de población de los países de Centroamérica y Panamá, (1) Se propuso utilizar esa información para diseñar "Dietas Adecuadas de Costo Mínimo" dirigidas a grupos de individuos de diferente edad y sexo según área urbana y área rural. (2) Se denominaron dietas adecuadas porque se estimaron las cantidades necesarias de los diversos alimentos, que fueran suficientes para cubrir adecuadamente los requerimientos de calorías y las recomendaciones dietéticas de proteína, vitaminas y minerales. Además se les denominó de costo mínimo debido a que se seleccionaron los alimentos de más bajo precio que fueran de alto contenido nutritivo. Por eso en cada publicación, además de las dietas se especificó qué alimentos podían utilizarse dentro de cada grupo para alcanzar niveles adecuados de nutrientes en cada caso. El costo monetario de esas dietas fue utilizado por las autoridades como base para los salarios mínimos y fueron empleadas exitosamente por la OIT como base para sus programas y proyectos salariales. Para esos años el precio de los alimentos se mantenía a niveles aceptables y las dietas fueron ampliamente utilizadas con fines educativos y como guías para la alimentación de instituciones del sector público y privado. Sin embargo, la crisis internacional de energéticos y por los cambios políticos y sociales de los países, se elevaron los precios de los alimentos a niveles tan excesivamente altos que ya no pudieron estar al alcance de las familias de estratos económicos bajos.

Precisamente son las familias del estrato socioeconómico bajo a las que se pretende mejorar los niveles de calidad de vida con los proyectos

y programas de bienestar social. De aquí que fue necesario para dichos proyectos diseñar una canasta básica de alimentos como indicador social. Este indicador es traducido al gasto mínimo en alimentos necesarios para cubrir por lo menos los requerimientos de energía y proteína que le permitan trabajar activamente para poder incorporarse al desarrollo económico y social del país.

### 3. Definición y Diseño

Con el fin de colaborar con CEPAL en el proyecto regional sobre el grado de satisfacción de las necesidades básicas; el INCAP propuso una metodología para definir la Canasta Familiar de Alimentos (1979,(3)). Esta metodología fue presentada y discutida en cada uno de los países de Centroamérica y Panamá con representantes de salud y nutrición, agricultura, economía, planificación e institutos de comercialización. Conjuntamente con estas autoridades se diseñó una canasta básica de alimentos a nivel nacional en cada país con la información disponible sobre consumo de alimentos. En cada caso se conjugaron diversos criterios para establecer las cantidades de los alimentos seleccionados para conformar la canasta. Fue también materia de discusión el establecer en cada país los requerimientos de energía que deberían adoptarse de acuerdo a tipo de población y grado de actividad de los adultos según los sistemas de producción y desarrollo donde descansa la economía nacional.

En la metodología de la Canasta Básica de Alimentos propuesta se siguen tres enfoques:

1. El enfoque nutricional donde se pretende cubrir por lo menos las necesidades de energía y proteína de cada individuo,

2. El enfoque social como es el de diseñar la canasta sobre los patrones alimentarios de la población.

3. El enfoque económico utilizando en cantidades mínimas los ali-mentos de alto costo monetario y seleccionando los alimentos de bajo pre-cio con alto contenido nutritivo que se consumen en la región,

#### 4. Elementos y Criterios

Para los enfoques señalados anteriormente se requiere disponer de resultados sobre encuestas de consumo real de alimentos y los niveles de a-decuación de las dietas de los diferentes grupos de población. Con esta información los criterios para la selección de los alimentos que deben conformar la canasta serán los de más alta prioridad en base a la estructura de la dieta. Según la metodología propuesta se denomina estructura de la dieta a los porcentajes de contribución que aportan los diferentes alimentos, al consumo total de calorías y proteína. Por lo general son los ce-reales los que presentan los porcentajes más altos por la cantidad y fre-cuencia en que se consumen, ya sea maíz, arroz o trigo, y por su alto contenido calórico-proteico.

Debido a los cambios socioeconómicos y ecológicos de un país, puede ser que los patrones alimentarios y estructura de la dieta cambie en el término de un período dado, casi siempre de largo plazo. Por esta razón es necesario actual[izar el diseño de la Canasta Básica de Alimentos periódicamente, pero para esto se requiere nueva información sobre el consumo real de alimentos de la población en referencia. Por otra parte, los cambios en los precios de alimentos pueden reflejarse en el consumo, varian-do los patrones dietéticos de las familias. Por esta razón otro elemento

importante es el seguimiento periódico de los índices de precios al consumidor de los principales alimentos, información que debe obtenerse a nivel local o regional,

Las encuestas de ingresos y gastos de los hogares generalmente las realizan las entidades de estadística y censos periódicamente en casi todos los países. Los resultados proveen información sobre la distribución del gasto familiar y sobre la modalidad de compra de las familias. Con esta información se puede obtener el patrón alimentario y estimar aproximadamente el consumo de alimentos para actualizar la canasta básica de alimentos y costo monetario de la misma.

Otros elementos esenciales para el diseño de la Canasta Básica de Alimentos son las Tablas de Composición de Alimentos, nacionales o regionales, cuyos valores sobre contenido de energía y nutrientes requieren de una revisión periódica por la naturaleza de nuevos alimentos o alimentos modificados o industrializados, (4) También es esencial contar con una guía normativa sobre los requerimientos y recomendaciones dietéticas ajustadas a las poblaciones de los diferentes países de Centroamérica y Panamá. Para la preparación de estas tablas en el INCAP se siguieron las recomendaciones de los comités de expertos de FAO/OMS como se describe en el Boletín de Recomendaciones Dietéticas publicado en 1973. (5) Durante los últimos años desde 1980 a 1985 se han celebrado en FAO varias reuniones de expertos para informar sobre las necesidades de energía y de proteína revisadas y modificadas en base a nuevas investigaciones. Actualmente se cuenta con el nuevo informe de expertos FAO-OMS, publicada en 1985, (6). En esta nueva revisión se basan las necesidades calóricas en el costo energético de las diferentes actividades, expresándolas como múltiplo de la

tasa del metabolismo basal (TMB) que es afectado por la edad, sexo y peso corporal. En la mayoría de los casos el mayor componente del gasto energético es la tasa de metabolismo basal. Dentro de cada grupo de edad el índice más útil de la tasa del metabolismo basal es el peso corporal. Las tablas que presenta esta publicación ofrecen las tasas de metabolismo basal en adultos en tres grupos de edad de 18-30 años, de 30-60 y más de 60, así como las ecuaciones para calcular las TMB a partir del peso corporal. Se presenta también el costo energético en tres grados de actividad, trabajo ligero, moderado y pesado. Es decir que se hace necesario preparar nuevas tablas de requerimientos para actualizar las cifras sobre las necesidades energéticas y proteínicas de acuerdo a las nuevas cifras de FAO/OMS.

Respecto a la composición de la Canasta Básica de Alimentos se puede diseñar sobre los requerimientos del adulto en referencia para un país dado; o se puede diseñar sobre las necesidades promedio de calorías y proteínas de toda la población considerando su estructura por edad, sexo y estado fisiológico.

##### 5. Procedimiento Metodológico

La base para establecer el consumo real de alimentos de una población la constituye la información que proveen las encuestas alimentarias, y así también las encuestas de hogares principalmente en lo relacionado con presupuestos familiares o ingresos y gastos, permiten diseñar la canasta. Si en el país no se dispone de esta información puede diseñarse la Canasta Básica partiendo de los datos sobre disponibilidad de alimentos per cápita que proveen las Hojas de Balance.(7) En este caso la Canasta Básica es

diseñada a nivel nacional, presentando la ventaja que señala lo que el país está en capacidad de ofrecer para consumo humano. Lo valioso de las Hojas de Balance es que proveen información sobre las tendencias de disponibilidad de los alimentos en un período dado de 5 o más años. Con esta información es posible proyectar las necesidades alimentarias en base al crecimiento de la producción y población.

La metodología propuesta por INCAP consiste en utilizar toda información sobre encuestas alimentarias obteniendo el consumo promedio por persona por día. A las cifras resultantes se les calcula su contenido de calorías de cada producto así como el total de esa dieta promedio. Las calorías aportadas por cada alimento en relación al total proporcionará los porcentajes de contribución de los alimentos, presentando así la estructura de la dieta. Si el total de calorías alcanza los niveles de requerimientos energéticos promedio para la población en referencia, la Canasta Básica será igual a la dieta promedio de la población. Si por el contrario el consumo total está por debajo de los requerimientos, se aumentarán las cantidades de alimentos siguiendo la estructura de la dieta. Es decir se aumentarán las cantidades de alimentos proporcionalmente, según los porcentajes obtenidos para alcanzar el nivel de los requerimientos promedio establecidos para la población en referencia. En esta forma el patrón de consumo de alimentos no cambia y solamente se mejora la dieta aumentando las cantidades. A continuación se investiga el precio de los alimentos y se seleccionan los de menor precio cuyo contenido nutritivo sea igual a los alimentos del mismo grupo, y se utilizan los de alto costo en cantidades mínimas.

Como ilustración de los resultados obtenidos con esta metodología se presenta aquí dos estudios de caso, el de Guatemala y Panamá. En estos países ha sido utilizada la Canasta Básica por las autoridades nacionales en proyectos de planificación económica y social,

## 6. Estudio de Casos

### A. Guatemala

La primera Canasta Básica de Alimentos diseñada para Guatemala (8), se definió sobre el análisis de los resultados de la Encuesta Alimentaria a nivel nacional en 1965-67. Después del estudio de CEPAL sobre Pobreza Crítica, el INCAP le proporcionó a la Secretaría de Planificación toda la información sobre consumo de alimentos en el país, de la encuesta 1965-67, más datos sobre nuevas encuestas alimentarias realizadas en el área rural de Guatemala en 1975-76. Con este material el personal del sector de Nutrición de la Secretaría llevó a cabo un análisis muy completo de esos datos para definir una Canasta Básica a nivel regional. En 1980 el Lic. Juan Enrique Lee, Encargado de Planificación Alimentaria Nutricional, utilizó para este propósito los datos obtenidos en la Encuesta de Ingresos y Gastos hecha por el Instituto Nacional de Estadística. El análisis se hizo sobre el gasto familiar dedicado a la alimentación, estimando el consumo promedio de alimentos por región y por nivel económico.

Con estos datos se diseñó una nueva Canasta Básica de Alimentos para el área rural y área urbana, que se presenta en el Cuadro No, 1 .

Para las familias de ingresos más bajos de 0 a 1,200 Quetzales por año, fue necesario elevar proporcionalmente el consumo promedio de los alimentos para cubrir 2,250 calorías, cifra que se consideró como requerimiento

energético promedio para el país. Para las familias del nivel medio, de 1,200 a 2,400 Quetzales, no fue necesario ajustar las cifras de consumo sino se tomaron prácticamente las mismas para el diseño de la canasta. Para las familias de más alto ingreso las cifras se ajustaron al mismo nivel de calorías disminuyendo proporcionalmente las cantidades de alimentos. Luego la canasta a nivel nacional se obtuvo ponderando las cifras promedio en cada grupo. Con el propósito de señalar las diferencias entre canastas básicas diseñadas sobre datos de consumo aparente y de consumo real se preparó el Cuadro No. II. La primera columna corresponde a la canasta estructurada con datos de Hojas de Balance para 1985. La segunda columna presenta la canasta basada en datos de consumo real utilizando promedios ponderados para obtener el consumo a nivel nacional. La tercera columna presenta las cifras que corresponden a la canasta básica diseñada sobre datos de las encuestas de ingresos y gastos, que también miden consumo aparente.

Como puede observarse en el cuadro las diferencias más significativas, bajo el punto de vista cuantitativo y cualitativo, corresponden a las cantidades de frijol, carne y grasas; siendo más altas las cifras basadas sobre encuestas de ingresos y gastos. De aquí que sean más reales las cifras de la canasta diseñada sobre datos de las encuestas de consumo real; ya que la disponibilidad de carnes y grasas tiende a disminuir drásticamente para los años 1985 y 1986. Además los precios de frijol, carne y grasas son tan elevados actualmente que es casi imposible lograr un mejor consumo de estos productos para todos los grupos de población.

## B. Panamá

La Canasta Básica de Alimentos diseñada por INCAP sobre Encuestas de Consumo de Alimentos (1967), fue ampliamente discutida por un comité interministerial del país, que se formó para este propósito. Esta canasta se oficializó y se publicó en el documento de CEPAL en 1980. Nuevamente en 1983 la canasta fue revisada para su actualización ya que se contaba con nueva información sobre consumo real de alimentos, al realizarse una encuesta nacional de nutrición por parte del Ministerio de Salud. El trabajo de revisión y nuevo diseño de la Canasta Básica estuvo a cargo del Lic. Armando Villareal de Planificación Social del Ministerio de Planificación y Política Económica. (9)

La metodología seguida fue la propuesta por INCAP, determinando la estructura de las dietas de la Provincia y de la Ciudad de Panamá. Los requerimientos energéticos y proteicos se calcularon para la población de 1980 según edad y sexo, obteniéndose un valor promedio de 2,330 calorías y 49 gramos de proteína por persona por día. Para determinar el costo monetario de las canastas se utilizaron precios recolectados por la Dirección de Estadística y Censo. Esta investigación se hace mensualmente sobre precios al por menor y se utiliza para la construcción de los índices de precios. En el Cuadro No.3 se presenta la nueva estructura de las canastas para el área urbana y rural. Al comparar esta nueva canasta con la anterior se aprecia una disminución significativa en el consumo de leche, carnes, arroz, pan y azúcar y un aumento en el consumo de bananos y otras frutas, así como de vegetales y maíz. Respecto a grasas y huevos las cifras son prácticamente iguales. En enero de 1985 el Ministerio de Planificación

publicó en un boletín especial el estudio sobre la Canasta Básica de Alimentos para todo el país y una nueva canasta para la Ciudad de Panamá. En el Cuadro No.4 se puede observar la composición de la Canasta Básica de Alimentos para la Ciudad de Panamá (10). Para la <sup>ciudad</sup> Ciudad de Panamá se tomó como requerimiento promedio energético 2,240 calorías. En la estructura de la dieta se observa que los cereales aportan el 44% de calorías donde el arroz representa el 30%. Igualmente importante es el aporte de carnes donde la contribución calórica es de 10%, pero esto tiene gran incidencia en el gasto familiar como puede apreciarse en el Cuadro No.5. En base a los precios de los alimentos correspondientes a los años 1980 a 1984 se estableció el costo monetario de la Canasta Básica. En términos de porcentaje la distribución del costo de los diferentes alimentos se observa que las carnes ocupan el primer lugar en el valor de la Canasta, entre el 29 al 31% del precio total.

## 7. Vigilancia y la Canasta Básica de Alimentos

La Canasta Básica como un indicador alimentario puede utilizarse para diferenciar los grupos de población según nivel nutricional y calidad de dieta. Se propone por consiguiente para este indicador el enfoque "Producto-Canasta" como un sistema flexible para medir el grado de asociación que pueda tener el consumo de alimentos con otras variables que condicionan el estado nutricional de la población. La Canasta Básica a nivel regional o local presenta diversos productos de los cuales pueden seleccionarse 6 ó 7 productos específicos que conforman el patrón alimentario. La selección de los productos se fundamenta en dos criterios. Primero, por ser los alimentos más importantes debido a que se consumen en mayor cantidad y alta

frecuencia; y segundo, por ser los que generalmente se adquieren por compra local. Por consiguiente, lo que se detecta es la modalidad de compra o adquisición de los principales alimentos,

Por el hecho de que la selección y compra de los alimentos a nivel de las familias depende de los factores de disponibilidad, de capacidad de compra y de los hábitos alimentarios; con el enfoque producto-canasta se mide la demanda real de alimentos a nivel local. La información sobre "producto-canasta" como un indicador diferencial puede ser sensible a los cambios socioeconómicos de las poblaciones. La información puede revelar el valor y calidad del tipo de alimentación de las familias que conduce a su clasificación funcional.

En situaciones tan conflictivas como prevalecen en algunos países del área, el indicador "producto-canasta" puede conformarse con 2 ó 3 productos únicamente. En este caso se debe determinar la relación o combinación óptima de dos o más productos básicos para establecer el valor cualitativo y cuantitativo de la dieta. La combinación óptima de maíz-frijol es un ejemplo que permite establecer el grado de utilización de la proteína en la alimentación de comunidades muy pobres. (11) Así también las dietas a base de maíz-frijol o arroz-frijol puede elevar apreciablemente su valor nutricional con cantidades mínimas de productos de origen animal como huevo, carne o leche. (12) Estos conceptos deben ser considerados también como una base racional con las cuales tienen que sustentarse las intervenciones alimentarias-nutricionales.

### Conclusiones

El criterio seguido en la conformación de la Canasta Básica de Alimentos lo constituye el patrón de consumo alimentario de la población. La metodología propuesta es sencilla y práctica y respeta ese patrón alimentario cubriendo el requerimiento energético-proteico de los individuos. Para fines de planificación y de integración comercial debería seguirse una sola metodología para la Canasta de todos los países del área centroamericana.

Debido a que el consumo real de alimentos se puede conocer y medir únicamente por medio de encuestas alimentarias, es necesario promover en cada país la realización de nuevas encuestas alimentarias. Si no se cuenta con esta información para el diseño de las Canastas Básicas, se tiene la alternativa de utilizar los resultados de las encuestas de ingresos y gastos. Sin embargo, en este caso debe tomarse en cuenta que los datos no se refieren al consumo real, sino al patrón de compra o modalidad de adquisición de los alimentos por la familia.

El enfoque de la Canasta Básica de Alimentos conformada sólo por tres o cuatro productos debe ser únicamente para casos extremos en situaciones muy precarias. Esta modalidad, hasta donde sea posible debe evitarse, debido a que en este caso no se persigue una mejoría en la calidad de la dieta sino solamente el incremento en cantidad. Además esto puede conducir a las autoridades del estado a la implementación de políticas conformistas en el campo agrícola-alimentario. Los esfuerzos se limitarían a considerar como metas satisfactorias, el intensificar la producción de 2 ó 3 productos, lo cual resulta en una dieta inaceptable para los diferentes grupos de población.

## BIBLIOGRAFIA

1. Nutritional Evaluation of the Population of Central America and Panama 1965-1967 (Washington, D. C.). Institute of Nutrition of Central America and Panama (INCAP)/The Interdepartmental Committee on Nutrition for National Development (ICNND).
2. Flores, Marina et.al. Dieta Adecuada de Costo Mínimo para Guatemala. Guatemala, Instituto de Nutrición de Centro América y Panamá, 1969.
3. Flores, Marina & V. W. Bent. Canasta Familiar de Alimento, Definición y Metodología. Arch. Latinoamer. Nutr., 30:58-74, 1980.
4. Wu Lenng, Woot-Tsuen & Marina Flores. Tabla de Composición de Alimentos para uso en América Latina. Washington, D. C., U. S. Government Printing Office, 1961.
5. Recomendaciones Dietéticas Diarias para Centro América y Panamá. Guatemala, Instituto de Nutrición de Centro América y Panamá, 1973.
6. Necesidades de Energía y de Proteínas: Informe de una Reunión Consultiva Conjunta FAO/OMS/UNU de Expertos. Ginebra, Organización Mundial de la Salud, 1985. (Serie de Informes Técnicos 724).
7. Food and Agriculture Organization of the United Nations (FAO). Hojas de Balance de Alimentos. Promedio 1979-81, 1985.
8. Comisión Económica para América Latina (CEPAL). Canasta Familiar de Alimentos para el Istmo Centroamericano. Documento preparado por el Instituto de Nutrición de Centro América y Panamá (INCAP), 1980.
9. Ministerio de Planificación y Política Económica, Dirección de Planificación Económica y Social, División de Planificación Social. Canasta Básica de Alimentos para Panamá. Proyecto de Pobreza Crítica. República de Panamá, 1985.
10. Ministerio de Planificación y Política Económica. Dirección de Planificación Económica y Social, División de Planificación Social. Canasta Básica de Alimentos para la Ciudad de Panamá.
11. Araya, H., Marina Flores & G. Arroyave, Nutritive Value of basic food and common dishes of the Guatemalan Rural population; a theoretical approach. Ecol. Food Nutr., 11:171-176, 1981.
12. Murillo, Beatriz, M. T. Cabezas & R. Bressani. Influencia de la densidad calórica sobre la utilización de la proteína en dietas elaboradas a base de maíz y frijol. Arch. Latinoamer. Nutr., 24:223-241, 1974.

CUADRO I;

CANASTAS MINIMAS NORMATIVAS SEGUN INTERVALO DE INGRESO Y AREA<sup>1/</sup>

ALIMENTOS	AREA URBANA CENTRAL			RESTO AREA URBANA			AREA RURAL		
	0 1200	1201 2400	2401 y más	0 1200	1201 2400	2401 y más	0 1200	1201 2400	2401 y más
Tortilla	305	245	225	495	425	350	573	500	450
Pan	100	105	135	40	50	86	25	30	45
Arroz	30	32	40	23	26	35	20	25	38
Frijol	60	61	62	68	70	77	75	80	97
Carnes	60	76	132	40	52	106	26	30	68
Huevos	32	34	50	20	22	37	15	20	28
Leche	120	144	330	60	90	167	30	60	132
Verduras, raíces y tubérculos	107	122	195	90	98	116	80	90	103
Frutas y musáceas	97	105	125	80	90	96	50	65	70
Azúcares	80	84	107	85	88	124	85	89	131
Aceites y Grasas	26	27	45	18	20	40	15	18	30

<sup>1/</sup> Versión preliminar, susceptible de modificaciones.

NOTA: Los intervalos de ingreso familiar están expresados en Quetzales anuales; los alimentos en gramos per cápita diarios.

Fuente: Departamento de Planificación Alimentaria-Nutricional, SGCNPE.

CUADRO II

CANASTA BASICA DE ALIMENTOS A NIVEL NACIONAL

GUATEMALA

Alimentos	Hojas Balance*		Encuesta Consumo**		Encuesta***
	g. Cantidad	Calorías	g. Cantidad	Calorías	Ing. Gtos g. Cantidad
<u>Cereales:</u>					
Maíz (tortilla)	542	(1215)	452	(1012)	413
Trigo (pan)	49	( 180)	61	( 225)	62
Arroz	6	( 22)	31	( 113)	30
Maicillo	6	( 22)	0	( 0)	0
<u>Raíces y Tubérculos</u>	0	( 0)	21	( 23)	109
<u>Hortalizas</u>	44	( 23)	86	( 45)	
<u>Leguminosas (frijol)</u>	39	( 135)	59	( 203)	75
<u>Frutas</u>					
Bananos y plátanos	21	( 23)	21	( 23)	81
Otras	58	( 23)	58	( 23)	
<u>Carnes:</u>	<u>17</u>	<u>( 44)</u>	<u>37</u>	<u>( 90)</u>	<u>61</u>
Res	9	( 22)			
Cerdo	8	( 22)			
<u>Huevos</u>	15	( 22)	30	( 45)	27
<u>Leche fluida</u>	105	( 68)	138	( 90)	118
Azúcares	100	( 383)	65	( 248)	98
<u>Grasas:</u>	<u>11</u>	<u>( 90)</u>	<u>13</u>	<u>( 112)</u>	<u>26</u>
Aceites vegetales	8	( 68)			
Grasas animales	3	( 22)			
Total de Calorías		2250		2250	

\* Hojas de Balance 1986

\*\* Encuesta Nutricional 1965 - INCAP

\*\*\* Encuesta Ingresos y Gastos 1980 - Estadística INE

CUADRO III

CANASTA BASICA DE ALIMENTOS - PANAMA 1980\*

(gramos, por persona, por día)

ALIMENTOS	REPUBLICA**	AREA URBANA	AREA RURAL
Productos lácteos	153	192	115
Huevos	17	17	17
Carnes	86	95	77
Leguminosas	25	23	26
Vegetales	88	109	72
Frutas	197	181	203
Plátanos	161	135	187
Raíces y tubérculos	111	98	123
Cereales: arroz	193	186	199
pan de trigo	42	53	30
maíz	37	25	49
pastas	10	14	7
avena	4	6	2
Azúcares	55	48	61
Grasas	30	32	29
Miscelánea	48	65	33

\* Ministerio de Planificación y Política Económica. Panamá 1985.

\*\* Promedio ponderado según población.

CUADRO No. IV

CANASTA BASICA DE ALIMENTOS POR PERSONA POR DIA PARA LA CIUDAD DE PANAMA: 1980

Alimentos	Estructura de la dieta (%)	Calorías necesarias para alcanzar los requerimientos calóricos.	Gramos de alimentos necesarios por día	Proteínas g.
Productos lácteos	5.0	112	184	6.4
Huevos	1.0	22	17	1.7
Carnes	10.0	224	92	17.2
Leguminosas	3.5	78	22	4.6
Vegetales	1.5	34	106	1.4
Frutas	2.5	56	175	2.3
Plátanos	5.0	112	129	1.3
Raíces y Tubérculos	4.0	90	95	1.4
Cereales:				
Arroz	30.0	672	179	14.0
Pan de trigo	7.0	157	51	4.7
Maíz	4.0	90	24	1.8
Pastas	2.0	45	13	1.3
Avena	1.0	22	6	0.9
Azúcares	8.0	179	47	0
Grasas	12.0	269	30	0
Misceláneos	3.5	78	62	0
Total	100.0	2240	--	59.0

Fuente: Elaborado en el Departamento de Análisis Social de la División de Planificación Social MIPPE

CUADRO No. 5

DISTRIBUCIÓN PORCENTUAL DEL COSTO DIARIO DE LA CANASTA  
BÁSICA DE ALIMENTOS POR PERSONA PARA  
LA CIUDAD DE PANAMA: 1980 A 1984

Alimentos	1980	1981	1982	1983	1984
Productos lácteos	9.2	8.7	8.6	9.3	9.4
Huevos	2.7	2.8	2.9	2.8	2.8
Carnes	31.0	29.6	29.1	28.2	28.1
Leguminosas	1.2	1.2	1.2	1.6	1.9
Vegetales	9.3	9.4	9.1	9.0	8.0
Frutas	8.5	8.4	9.7	10.2	10.2
Plátanos	4.6	4.4	4.3	4.5	5.2
Raíces y tubérculos	5.5	6.0	5.6	5.8	6.1
<u>Cereales:</u>					
Arroz	11.0	12.5	11.9	11.5	11.4
Pan de trigo	4.4	4.3	4.2	4.0	4.0
Maíz	1.4	1.8	1.9	1.8	1.8
Pastas	1.2	1.2	1.1	1.1	1.1
Avena	1.3	1.3	1.3	1.3	1.3
Azúcares	2.5	2.5	3.0	2.9	2.9
Grasas	4.9	4.8	4.5	4.4	4.4
Misceláneos	1.2	1.2	1.5	1.5	1.5
Total	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0

Fuente: Elaborado en el Departamento de Análisis Social  
de la División de Planificación Social MIPPE