

REPÚBLICA BOLIVARIANA DE VENEZUELA  
MINISTERIO DEL PODER POPULAR DE  
PLANIFICACIÓN  
INSTITUTO NACIONAL DE ESTADÍSTICA

## Encuesta Nacional de Consumo de Alimentos (ENCA)

### Informe Resultados Preliminares

**Abril-Septiembre 2015,**

Gerencia General de Estadísticas Sociales y Ambientales

Gerencia de Estadísticas Sociales

Coordinación de Estadísticas de Seguimiento al Consumo





## Encuesta Nacional de Consumo de Alimentos (ENCA)

### Resultados Preliminares Abril-Septiembre 2015

*Elaborado por: Siloyde Rivas (Asesora ENCA)*

*Ever Gutiérrez (Consultor ENCA)*

*Colaboradores: Laura Núñez (Coordinadora Estadísticas de Consumo)*

*Marly Villamizar (Nutricionista (Coordinación Estadísticas de Consumo)*

*Gladysbel Sánchez (Coordinación Estadísticas de Consumo)*

*Franklin Reina (Gerente General de Diseño y Control de Calidad)*

*Lelys Figueroa (Programadora Coordinación Estadísticas de Consumo)*

Caracas, Julio 2015

El presente documento presenta los resultados registrados por la Encuesta Nacional de Consumo de Alimentos (ENCA), realizada durante el segundo y tercer trimestre de 2015, sobre la base de la muestra correspondiente a la Encuesta de Seguimiento al Consumo de Alimentos, mediante la medición del consumo real de alimentos en sujetos seleccionados. Se describen los aspectos operativos, metodológicos, características de la población, el consumo de alimentos medido según frecuencia cualitativa y registro de un día habitual, además de los aportes nutricionales por alimentos consumidos.

## **CONTENIDO**

1. Introducción
2. Antecedentes
3. Metodología
4. Resultados y Discusión
5. Conclusiones
6. Recomendaciones
7. Anexos

# Encuesta Nacional de Consumo de Alimentos (ENCA)

---

## Resultados Preliminares Abril-Septiembre 2015

### 1. Introducción

El Instituto Nacional de Estadística de Venezuela (INE) lleva a cabo su objetivo a través de instrumentos de recolección de datos, los cuales se han venido depurando y adaptando no sólo en términos de la realidad socio económica y cultural del país, sino también, sobre la base de los requerimientos de los usuarios. La información obtenida es insumo fundamental para la formulación de políticas por parte de los organismos responsables de tomar decisiones. Es por ello que ha decidido en el marco del Comité de Estadísticas de Consumo, adelantar la realización de la *Encuesta Nacional de Consumo de Alimentos (ENCA)*, en el marco del Sistema Nacional de Estadísticas. En tal sentido, en el ámbito del Subcomité de Estadísticas de Alimentos en 2009, fue elaborada la propuesta interinstitucional para la realización de una encuesta nacional de consumo de alimentos, debido a la importancia asignada al tema, como uno de los factores determinantes para evaluar el estado de salud y nutrición de la población.

El presente informe contiene los resultados preliminares correspondientes a la Encuesta Nacional de Consumo de Alimentos (ENCA), ejecutada durante el segundo y tercer trimestre de 2015 y la comparación con los obtenidos durante 2013, en el marco de la Encuesta de Seguimiento al Consumo de Alimentos (ESCA).

En este sentido se han realizado tres pruebas piloto, en la Región Capital (Noviembre-Diciembre de 2009) y Región Andina (Julio de 2010), Nivel nacional (Abril-Junio de 2011), en las cuales se probaron instrumentos, metodología, materiales de apoyo, programa de captura y procesamiento de los datos. En la primera y segunda prueba se registró el consumo de alimentos en hogares y sujetos muestra en población de tres años y más. En la tercera se evaluó solo el consumo en sujeto muestra. En la segunda prueba se incluyó la evaluación antropométrica (peso y talla) de los miembros del hogar y de los sujetos evaluados. El registro del consumo de alimentos se realizó utilizando las técnicas del recordatorio de un día habitual y la frecuencia cualitativa de consumo de alimentos.

El presente documento contiene los resultados del estudio realizado en el 2015 y la comparación con los obtenidos durante 2013.

### 2. Antecedentes

Las encuestas de consumo de alimentos constituyen un instrumento de gran valor para medir los cambios alimentarios y nutricionales de las poblaciones. Son útiles para medir la calidad de la dieta, su estructura, los aportes nutricionales y en consecuencia el grado de cobertura de los requerimientos nutricionales. Se puede llegar a construir el patrón alimentario, dependiendo de la cobertura, expresada de manera nacional o regional. En este sentido, se han considerado relevantes los siguientes estudios de consumo real ejecutados en el país: la Encuesta de Nutrición realizada en 1963, el Estudio de Caracas efectuado en 1966, la

Encuesta Nacional de Nutrición (ENN) desarrollada entre 1981 y 1982, así como la Encuesta de Hábitos y Consumo de Alimentos a Nivel Nacional, realizada desde Julio de 1981 hasta Octubre de 1987, como parte del Proyecto Venezuela, adelantado por FUNDACREDESA.

Entre los logros más importantes, derivados de estos estudios, se cuentan el enriquecimiento de las harinas precocida de maíz y de trigo (identificado el primero como un alimento de consumo masivo y factible de servir de vehículo para sales de hierro y vitaminas); la construcción y actualización periódica de la canasta alimentaria; el desarrollo de las Metas Nutricionales y Guías Alimentarias para la población Venezolana y el diseño y focalización de programas sociales.

Es importante señalar que los estudios mencionados sirvieron de base para el diseño de la ENCA, con algunas variaciones como: la medición de la frecuencia del consumo de alimentos; la inclusión de todos los grupos de edad a partir de los tres (3) años; el registro de la actividad física individual. En común con las encuestas mencionadas se menciona la forma de agrupar los alimentos, semejante a la Hoja de balance de Alimentos y la utilización de la estratificación Social de Graffar, modificada por H Méndez Castellano.

En este orden de ideas, bajo la coordinación del INE, en la figura de la Coordinación de Estadísticas de Consumo, de la Gerencia General de Estadísticas Sociales y Ambientales, se realizaron tres (3) pruebas pilotos de la ENCA: en la Región Capital (Noviembre-Diciembre de 2009), Región Andina (Julio de 2010), Ámbito Nacional (Abril-Junio de 2011), en las cuales se probaron instrumentos, metodología y materiales de apoyo, logística de la recolección de datos con el personal técnico operativo del INE y el procesamiento automatizado de la data con software diseñado para tal fin. En las dos primeras oportunidades se registró el consumo de alimentos en hogares y sujetos muestra en población de tres años y más. El registro se realizó utilizando el método del recordatorio de 24 horas, representado por un día habitual de consumo y la frecuencia cualitativa de consumo. En la segunda prueba se incluyó la evaluación antropométrica (peso y talla) de los miembros del hogar y de los sujetos evaluados, con el apoyo de personal asignado por el Instituto Nacional de Nutrición (INN). La tercera prueba piloto, de alcance nacional, se desarrolló con la plataforma técnica de la institución, en el marco de la Encuesta de Seguimiento al Consumo de Alimentos, con el propósito, entre otros, de reforzar esta encuesta, así como, consolidar el estudio de consumo de alimentos a nivel nacional. Se investigó el consumo real de alimentos de la población de tres años y más, seleccionada de los hogares donde simultáneamente se realizó la medición del consumo por adquisición de alimentos.

Con atención a los resultados de las pruebas pilotos y a las necesidades del país, de obtener información oportuna del consumo de alimentos, el INE ha desarrollado la ENCA, con alcance nacional durante, el segundo trimestre del 2012, segundo y tercer trimestre de 2013 y en igual período para 2015.

### **3. Metodología**

El estudio evaluó el consumo de alimentos dentro y fuera del hogar en una muestra de población nacional de 9.502 individuos de tres (3) años y más. Es una muestra probabilística, la

cual una vez expandida es representativa de la población venezolana objeto de estudio. La encuesta se realizó en las 24 entidades federales del país y está desagregada por sexo, grupos de edad específicos, estrato social y dominio geográfico.

Las variables consideradas son:

- Distribución y estructura social de la población
- Número de comidas realizadas
- Tipo y cantidad de alimentos consumidos
- Aportes de energía y nutrientes
- Estructura de la dieta por grupo de alimentos
- Tipo de actividad física

### 3.1 Aspectos técnicos

- El período de recopilación de los datos se cumplió durante el segundo trimestre de 2012 (abril-junio), semanas 13 a 24 de levantamiento
- La ENCA fue ejecutada en los 24 estados del país, tomando el marco muestral ampliado de la ESCA. La población evaluada son los individuos de tres (3) y más años, desagregados en: preescolares, escolares, adolescentes, adultos y adultos mayores, considerados como la unidad de investigación del estudio. La alimentación de la población menor de tres años fue evaluada durante 2008, por el Instituto Nacional de Nutrición.
- De los hogares, donde se ejecuta la ESCA, se extrajeron los sujetos muestra, en número tal que puedan ser representativos de la población de tres (3) años y más, en cada entidad federal. *Fueron evaluados todos los niños de tres a cinco años presentes en el hogar investigado*, debido a que en las pruebas realizadas, este grupo constituía el de menor cantidad de sujetos.
- El registro de la información se realizó mediante entrevista personal con entrevistador entrenado. Todos los entrevistadores emplearon instrumentos de recolección de datos estandarizados.
- Para el consumo de alimentos en el sujeto muestra se utilizó la medición de la frecuencia cualitativa en el período establecido (un mes) y la técnica del recordatorio de un día habitual del consumo de alimentos dentro y fuera del hogar.
- En concordancia con la ESCA, la estratificación social de la población se realizó utilizando el método de Graffar, modificado por H. Méndez C.
- Para la medición de la frecuencia cualitativa del consumo de alimentos, se definió una lista de cuarenta (40) alimentos, presentados solos o agrupados. Se tuvo en cuenta la información recopilada por estudios de consumo anteriores, así como, los resultados de adquisición aportados por la ESCA y de gasto de alimentos reportados por la Encuesta Nacional de Presupuesto y Gasto Familiar (ENPF). La lista de alimentos se presenta en el **cuadro 1** del Anexo.
- A fin de establecer el perfil de frecuencia de consumo fueron definidas nueve (9) categorías, las cuales se describen a continuación:
  1. Dos y más veces al día
  2. Una vez al día



3. Cinco o seis veces a la semana
  4. Tres o cuatro veces a la semana
  5. Una o dos veces a la semana
  6. Dos veces al mes
  7. Una vez al mes
  8. Menos de una vez al mes
  9. No consume
- Con fines de analizar los resultados, las categorías de consumo se reagrupan en tres tipos:
    - a) Frecuencia alta (1+2+3)
    - b) Frecuencia Media (4+5)
    - c) Frecuencia baja (6+7+8)

*El no consumo de alimentos, categoría nueve (9) se registra solo.*

- Para medir el consumo real de alimentos se utilizó el recordatorio de un día habitual de consumo. En el caso de los preescolares, escolares, algunos adolescentes y adultos mayores, así como otras personas con limitada capacidad de respuesta, se interrogó a la madre o a la persona responsable de preparar los alimentos. Igual procedimiento se realizó al medir la frecuencia cualitativa de consumo.

### **3.2 Capacitación**

Para la realización de la prueba, se entrenó al personal del INE: Asistentes Técnicos, Supervisores, del nivel estatal, mediante el desarrollo de dos talleres simultáneos de tres (3) días de duración. Se enfatizó el uso de los formularios y análisis de los resultados de la recolección de datos de las encuestas previas realizadas, con fines de identificar y corregir el máximo de errores, por lo cual no se realizó la actividad de campo. El personal facilitador estuvo conformado por el personal asesor coordinador y funcionarios técnicos del INE.

### **3.3 Logística**

La logística y operaciones de campo de la prueba estuvieron a cargo de cada Dirección estatal del INE, bajo los lineamientos de la Coordinación de Estadísticas de Consumo de la sede central de la institución.

### **3.4 Recolección de datos**

- Se planificó levantar la información en 1394 controles de 15 viviendas cada uno, distribuidos en los 24 estados del país, siguiendo el marco referencial de los hogares de la ESCA.
- En conjunto con el cuestionario de la ESCA, donde se recogen los datos de adquisición de alimentos, se aplicó el cuestionario referido al módulo de consumo de alimentos del sujeto muestra.
- El sujeto muestra es seleccionado de la lista de miembros del hogar identificado en el Cuestionario ESCA, tomando como referencia la fecha de nacimiento. Son elegidos los niños y niñas de tres a cinco años presentes en el hogar y un sujeto correspondiente a los otros grupos de edad incluidos en el estudio, próximo a cumplir años o con fecha de nacimiento coincidente con la fecha de levantamiento del cuestionario

- La muestra fue distribuida en el ámbito nacional por entidad federal y por razones de representatividad se agrupó en dominios geográficos definidos a continuación.
  1. Región Capital (Distrito Capital, Miranda, Vargas)
  2. Región Central (Aragua, Carabobo)
  3. Región Centro-Occidental (Falcón, Lara, Yaracuy)
  4. Región Andina (Mérida, Táchira, Trujillo)
  5. Región Zuliana (Zulia)
  6. Región Sur (Amazonas, Bolívar, Delta Amacuro)
  7. Región Oriental (Anzoátegui, Monagas, Nueva Esparta, Sucre)
  8. Región Llanera (Apure, Barinas, Cojedes, Guárico, Portuguesa)
- El personal participante en la recolección de la información estuvo conformado por: Asistentes Técnicos, Supervisores y Encuestadores adscritos a la Encuesta de Seguimiento al Consumo de Alimentos (ESCA- INE).
- Como material de apoyo, se destaca el Atlas Fotográfico de Alimentos, facilitado por Fundacredesa y el uso de las Tablas Medidas Prácticas para alimentos.

### **3.5 Procesamiento de datos**

La transcripción de los datos estuvo a cargo del personal de transcripores de la ESCA. Una vez transcrita la data, se realizó la revisión digital por parte de nutricionistas facilitadas por el INN. Este proceso permitió realizar los ajustes en las cantidades registradas en el consumo real de alimentos. Con fines de estimar los aportes nutricionales de los alimentos y adecuación a los requerimientos, se utilizaron la “Tabla de Composición de Alimentos para Uso Práctico” (Revisión 2012, INN; los “Valores de Referencia de Energía y Nutrientes para la Población Venezolana” (Revisión 2012, INN). De igual manera otras tablas de referencia con estimaciones de pesos y aportes por raciones de alimentos, elaboradas sobre la base de trabajos de investigación en el tema de consumo de alimentos (Fundacredesa, Escuelas de Nutrición y Dietética Nacionales). Esto permitió construir una tabla de composición de alimentos propia para la encuesta. Para el análisis de los reportes han sido utilizados estadísticos, como elementos de gestión de calidad de la información.

## **4. Resultados y discusión**

### **4.1 Características demográficas**

La población evaluada presenta una distribución uniforme en cuanto al sexo: 50,1% el grupo masculino y 49,9% el grupo femenino (Cuadro 1). Al comparar los resultados con la ENCA realizada en el segundo y tercer trimestre de 2013, la distribución por sexo no presenta variación, en un total de población de 27.880.697 individuos.

Con respecto a las edades, la población evaluada en mayor proporción la constituye el grupo de 18 a 49 años, con un porcentaje de 50,3%, la mitad de los individuos evaluados. Este grupo de edad se ha tratado de separar, debido a las diferencias biológicas y de comportamiento con referencia al consumo de alimentos, entre los individuos más jóvenes (18



a 30 años) y el resto. En este sentido se evalúan las posibilidades de la representatividad de la muestra, en este grupo de población.

Los siguientes grupos en orden descendente son los escolares y adolescentes, en igual proporción y los adultos maduros y mayores. El grupo con menor contribución lo representan los preescolares: 6,9%. (Cuadro 2). Al comparar los resultados con los obtenidos en la ENCA 2013, se observa un incremento en el número de preescolares evaluados.

Los datos indican que el consumo de alimentos evaluado corresponde en mayor cantidad a la población de 18 a 40 años.

**Cuadro 1. Venezuela. Distribución de la población por sexo.**

SEXO	TOTAL	%
<b>TOTAL</b>	<b>28.984.851</b>	<b>100,0</b>
<b>Masculino</b>	14.508.929	50,1
<b>Femenino</b>	14.475.922	49,9

Fuente: INE. ENCA 2015.

**Cuadro 2. Venezuela. Distribución de la población por grupos de edad.**

GRUPOS DE EDAD	ENCA 2013		ENCA 2015	
	TOTAL	%	TOTAL	%
<b>TOTAL</b>	<b>27.880.697</b>	100,0	<b>28.984.851</b>	100,0
<b>3,0 – 5,9</b>	1.632.459	5,9	2.294.300	7,9
<b>6,0 – 11,9</b>	3.303.674	11,8	3.281.273	11,3
<b>12,0 – 17,9</b>	3.239.301	11,6	3.216.247	11,1
<b>18,0 – 49,9</b>	14.279.470	51,2	14.583.386	50,3
<b>50,0 – 59,9</b>	2.705.348	9,7	2.858.269	9,9
<b>60,0 y +</b>	2.720.445	9,8	2.751.376	9,5

Fuente: INE. ENCA 2013- 2015.

La distribución por dominio geográfico se muestra en el Cuadro 3. Los datos indican un ligero aumento en los individuos evaluados en el dominio andino y centro occidental y una disminución importante en la región sur, entre 2013 y 2015. Esta situación está relacionada con el incremento de la No respuesta presente en esas regiones.

**Cuadro 3. Venezuela. Distribución de la población por dominio geográfico\*.**

DOMINIO GEOGRAFICO	ENCA 2013		ENCA 2015	
	N	%	N	%
<b>TOTAL</b>	<b>27.880.697</b>	100,0	<b>28.984.851</b>	100,0
Capital	<b>5.304.383</b>	19,0	<b>5.488.476</b>	18,9
Central	<b>4.027.520</b>	14,4	<b>3.757.380</b>	13,0
Centro Occidental	<b>3.266.188</b>	11,7	<b>4.000.059</b>	13,8
Andina	<b>2.591.819</b>	9,3	<b>3.453.705</b>	11,9
Zuliana	<b>3.768.264</b>	13,5	<b>3.206.458</b>	11,1
Sur	<b>1.940.574</b>	7,0	<b>1.359.722</b>	4,7
Oriental	<b>3.759.934</b>	13,5	<b>4.299.900</b>	14,8
Llanera	<b>3.222.015</b>	11,6	<b>3.419.151</b>	11,8

Fuente: INE ENCA 2013-2015

(\*) **Dominios Geográficos:** **Capital** (Distrito Capital, Miranda, Vargas), **Central** (Aragua, Carabobo), **Centro – Occidental** (Lara, Falcón, Yaracuy), **Andina** (Mérida, Táchira, Trujillo), **Zuliana** (Zulia), **Sur** (Amazonas, Bolívar, Delta Amacuro), **Oriental** (Nueva Esparta, Anzoátegui, Monagas, Sucre), **Llanera** (Apure, Barinas, Portuguesa, Cojedes, Guárico).

#### 4,2 Características socio económicas

En el cuadro 4 se puede observar la distribución de la población por estrato social. Para 2015 se incrementa el número de individuos pertenecientes a los estratos I, II y III, en 10 puntos porcentuales, disminuyendo los referidos a los estratos IV y V en 6,5 y 4,6 puntos respectivamente. Se requiere una evaluar con mayor detalle la distribución de la muestra y los aspectos socioeconómicos para determinar las razones de la variación observada.

**Cuadro 4. Venezuela. Distribución de la población por estrato social.**

ESTRATO SOCIAL	ENCA 2013		ENCA 2015	
	N	%	N	%
<b>TOTAL</b>	<b>27.880.697</b>	<b>100,0</b>	<b>28.984.851</b>	<b>100,0</b>
<b>ES I-II-III</b>	15.655.547	29,2	11.377.897	39,3
<b>ES IV</b>	4.091.982	56,2	14.418.921	49,7
<b>ES V</b>	8.133.168	14,6	3.188.033	11,0

Fuente: INE. ENCA 2013-2015

### 4.3 Consumo de alimentos

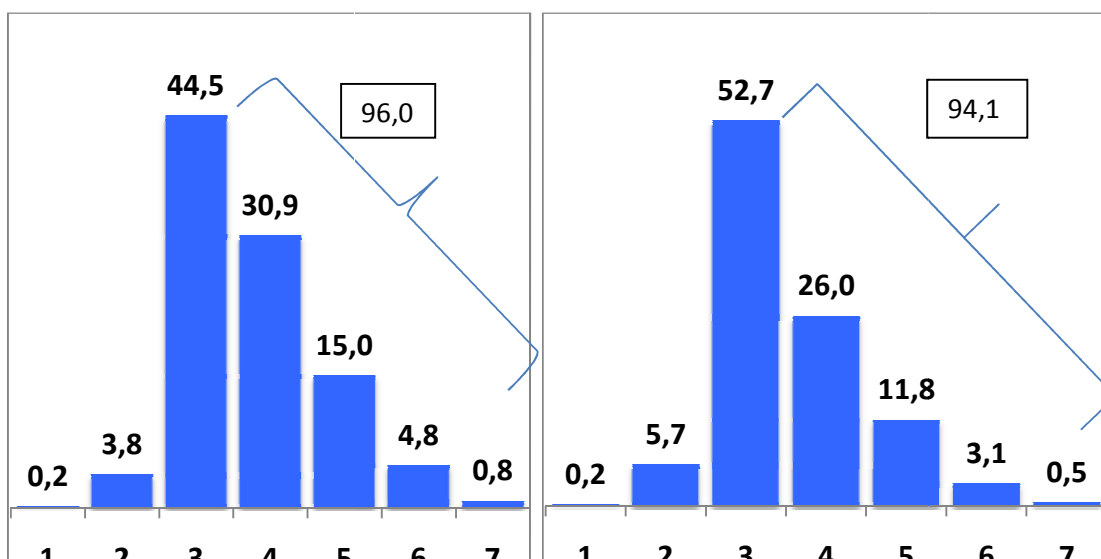
Al evaluar el número de ingestas de la población (Cuadro 5), se observa que en 2015, el mayor número corresponde a las tres comidas diarias (52,7%), seguida de cuatro comidas (26%) y cinco comidas (11,8%). La sumatoria de tres comidas y más alcanza la cifra de 94,1%. En el gráfico 1 se presenta la comparación con 2013, cuando esta cifra alcanzaba el 96%, indicando una ligera disminución en dos puntos porcentuales, a expensas de cuatro, cinco y seis comidas. Sin embargo hay un aumento en la ingesta diaria de dos y tres comidas en dos y ocho puntos respectivamente.

**Cuadro 5. Venezuela. Distribución de la población según número de comidas/día.**

NUMERO DE COMIDAS	TOTAL	%
TOTAL	<b>28.984.851</b>	<b>100,0</b>
1 comida/día	<b>45.561</b>	0,2
2 comidas/día	<b>1.658.958</b>	5,7
3 comidas/día	<b>15.285.811</b>	52,7
4 comidas/día	<b>7.543.659</b>	26,0
5 comidas/día	<b>3.419.280</b>	11,8
6 comidas/día	<b>894.280</b>	3,1
7 comidas/día	<b>137.302</b>	0,5

Fuente: INE. ENCA 2013-2015

**Gráfico 1. Venezuela. Número de comidas al día. 2013-2015**



Fuente: INE. ENCA 2013-2015

Uno de los aspectos más destacados de la medición del consumo de alimentos, los constituye la determinación de la cobertura de los requerimientos nutricionales de la población por parte de los alimentos consumidos. De igual manera la contribución de la ingesta en macro y micronutrientes. Esta información es una contribución en el diagnóstico de la situación de seguridad alimentaria, así como, del cumplimiento de las recomendaciones en cuanto a la distribución del aporte calórico de los macronutrientes para la población venezolana. Se pueden identificar mediante los resultados grupos vulnerables, tanto desde el punto biológico, social y geográfico. A continuación se presentan los datos obtenidos en 2015 en los Cuadros 6 al 16. Además se muestran gráficos comparativos con algunos resultados de la ENCA 2013.

En el cuadro 6 se indica el consumo diario por persona, de Energía, expresado en Kilocalorías y el de proteínas, expresado en gramos y la adecuación a los requerimientos establecidos para Venezuela, por sexo. Los datos señalan que el consumo total de Energía está por debajo de los requerimientos determinados para la población evaluada, con un porcentaje de adecuación del 94,1 %, muy cerca del rango inferior recomendado (90-110 %). El grupo más afectado es el masculino quien se encuentra por debajo del rango (88,8%). Esto indica que las mujeres están cubriendo de mejor manera sus necesidades nutricionales. En cuanto a la ingesta proteica, ambos sexos se mantienen dentro de las recomendaciones. El Gráfico 2 muestra el consumo y la adecuación global para 2013 y 2015. Indica una disminución en la adecuación de energía entre 2013 y 2015 de 5,6 puntos porcentuales, sugiriendo cierta vulnerabilidad alimentaria, aun cuando se mantienen los valores en el rango recomendado. En cuanto a las proteínas la variación hacia la disminución es de 2 puntos porcentuales, conservando la recomendación.

**Cuadro 6. Venezuela. Consumo real, requerimientos y porcentaje de adecuación de energía y proteínas de la población por sexo. (Kcal – g /persona /día) - (% de adecuación) <sup>a</sup>.**

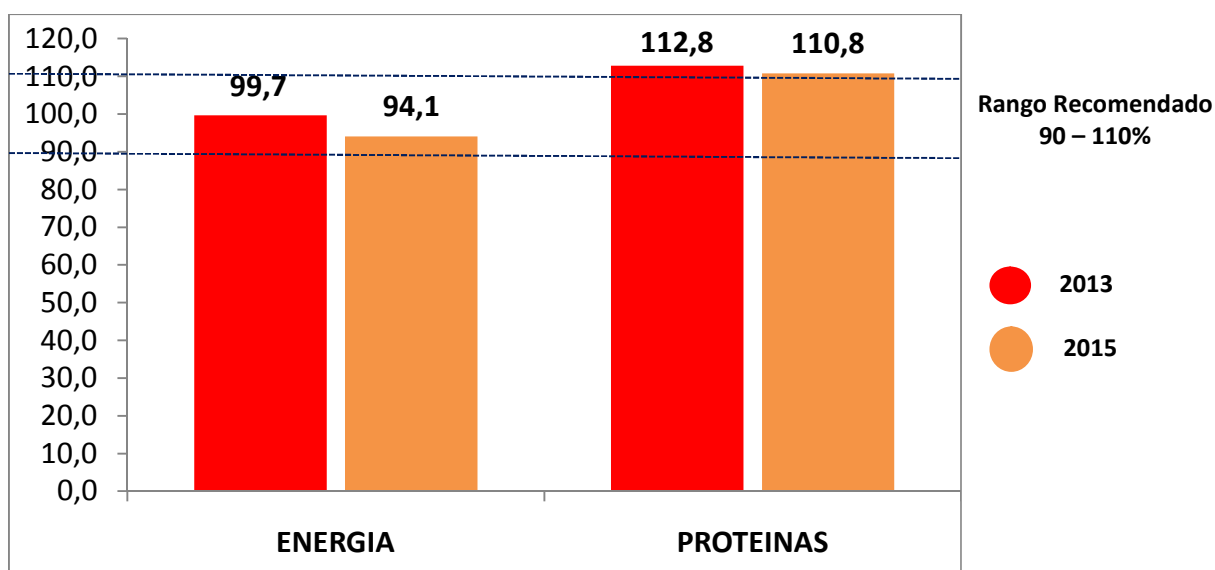
SEXO	GLOBAL	ENERGÍA			PROTEINAS		
		2.252,7	2.394,4	94,1	77,7	70,1	110,8
TOTAL	28.984.851	CONSUMO	REQUER.	% ADECUAC.	CONSUMO	REQUER.	% ADECUAC.
Masculino	14.508.929	2.399,3	2.702,6	88,8	82,9	78,4	105,7
Femenino	14.475.922	2.105,9	2.085,6	101,0	72,4	61,8	117,2

Fuente: INE

**a / Rangos Recomendados según Valores de Referencia de Energía y Nutrientes para la Población Venezolana:**  
Adecuación óptima (90 – 110%); Insuficiencia alimentaria ( $\leq$  89,0%); Exceso alimentario ( $\geq$  111,0%)

Con respecto al comportamiento del consumo de alimentos y la adecuación a los requerimientos por grupos de edad, el Cuadro 7 muestra que el grupo con mejor cobertura de los requerimientos tanto en energía como en proteínas es de los preescolares. Los grupos más vulnerables, cuya adecuación en energía está por debajo del rango recomendado son los correspondientes a adultos, adultos maduros y tercera edad. Este último también presenta vulnerabilidad alimentaria con relación a la ingesta proteica. Esta última está dentro de las recomendaciones en el resto de los grupos.

**Gráfico 2. Venezuela. Adecuación del consumo promedio de Energía (Kcal/persona/día) según sexo. ENCA 2013 – 2015**



<b>Consumo Promedio</b>	2.385,0 Kcal	2.252,7 Kcal	70,2 g	77,7 g
<b>Requerimiento Promedio</b>	2.392,7 Kcal	2.394,4 Kcal	79,2 g	70,1 g

Fuente: INE. ENCA2013-2015

**Cuadro 7. Venezuela. Consumo real, requerimientos y porcentaje de adecuación de energía y proteínas de la población por grupos de edad. (Kcal – g/persona /día) - (% de adecuación) <sup>a</sup>.**

GRUPOS DE EDAD	GLOBAL	ENERGÍA			PROTEINAS		
		2.252,7	2.394,4	94,1	77,7	70,1	110,8
TOTAL	28.984.851	CONSUMO	REQUER.	% ADECUAC.	CONSUMO	REQUER.	% ADECUAC.
3,0 – 5,9	2.294.300	1.935,1	1.435,6	134,8	63,0	43,0	146,5
6,0 – 11,9	3.281.273	2.282,7	1.932,4	118,1	74,7	62,8	118,9
12,0 – 17,9	3.216.247	2.456,3	2.562,3	95,9	81,6	81,5	100,1
18,0 – 49,9	14.583.386	2.338,2	2.601,6	89,9	81,9	71,8	114,1
50,0 – 59,9	2.858.269	2.121,1	2.619,8	81,0	75,0	73,5	102,0
60,0 y +	2.751.376	1.927,5	2.216,4	87,0	69,0	76,0	90,8

Fuente: INE

a / Rangos Recomendados según Valores de Referencia de Energía y Nutrientes para la Población Venezolana:

Adecuación óptima (90 – 110%); Insuficiencia alimentaria ( $\leq 89,0\%$ ); Exceso alimentario ( $\geq 111,0\%$ )

**Cuadro 8. Venezuela. Consumo real, requerimientos y porcentaje de adecuación de energía y proteínas de la población por estrato social. (Kcal – g /persona /día) - (% de adecuación) <sup>a</sup>.**

ESTRATO SOCIAL	GLOBAL	ENERGÍA			PROTEINAS		
		2.252,7	2.394,4	94,1	77,7	70,1	110,8
TOTAL	28.984.851	CONSUMO	REQUER.	% ADECUAC.	CONSUMO	REQUER.	% ADECUAC.
I,II, III	11.377.897	2.257,4	2.416,9	93,4	80,2	70,3	114,1
IV	14.418.921	2.266,4	2.379,1	95,3	77,0	69,8	110,3
V	3.188.033	2.174,0	2.383,1	91,2	71,4	71,1	100,4

Fuente: INE

a / Rangos Recomendados según Valores de Referencia de Energía y Nutrientes para la Población Venezolana:  
Adecuación óptima (90 – 110%); Insuficiencia alimentaria ( $\leq$  89,0%); Exceso alimentario ( $\geq$  111,0%)

**Cuadro 9. Venezuela. Consumo real, requerimientos y porcentaje de adecuación de energía y proteínas de la población por dominio geográfico. (Kcal – g /persona /día) - (% de adecuación) <sup>a</sup>.**

DOMINIO GEOGRAFICO	GLOBAL	ENERGÍA			PROTEINAS		
		2.252,7	2.394,4	94,1	77,7	70,1	110,8
TOTAL	28.984.851	CONSUMO	REQUER.	% ADECUAC.	CONSUMO	REQUER.	% ADECUAC.
Capital	5.488.476	2.348,2	2.412,4	97,3	86,4	70,7	122,2
Central	3.757.380	2.104,5	2.403,1	87,6	71,0	70,4	100,9
Centro Occidental	4.000.059	2.330,1	2.431,8	95,8	80,0	71,1	112,5
Andina	3.453.705	2.570,6	2.427,9	105,9	84,0	71,0	118,3
Zuliana	3.206.458	2.190,8	2.301,5	95,2	72,2	67,9	106,3
Sur	1.359.722	1.947,7	2.323,4	83,8	68,4	68,4	100,0
Oriental	4.299.900	2.020,5	2.383,6	84,8	74,2	69,6	106,6
Llanera	3.419.151	2.322,1	2.407,6	96,4	75,0	70,4	106,5

Fuente: INE

a / Rangos Recomendados según Valores de Referencia de Energía y Nutrientes para la Población Venezolana:  
Adecuación óptima (90 – 110%); Insuficiencia alimentaria ( $\leq$  89,0%); Exceso alimentario ( $\geq$  111,0%)

Los cuadros 8 y 9 muestran el consumo de alimentos y la adecuación a los requerimientos por estrato social y dominio geográfico. En cuanto a los estratos, todos se mantienen dentro de las recomendaciones, con tendencia hacia el límite inferior en la adecuación energética del estrato V, es decir el de bajo poder adquisitivo. Con referencia a los dominios, la población con baja adecuación calórica, en orden de importancia corresponden a la región central, oriental y el sur del país. En la ingesta proteica todos los dominios cubren el requerimiento.

**Cuadro 10. Venezuela. Consumo real, requerimientos y porcentaje de adecuación de Hierro y Calcio de la población por sexo. (mg /persona /día) - (% de adecuación) <sup>a</sup>.**

SEXO	GLOBAL	HIERRO			CALCIO		
		21,4	10,4	205,8	612,3	1.051,0	58,3
TOTAL	28.984.851	CONSUMO	REQUER.	% ADECUAC.	CONSUMO	REQUER.	% ADECUAC.
Masculino	14.508.929	22,9	8,6	266,3	631,4	1.036,9	60,9
Femenino	14.475.922	19,8	12,2	162,3	593,1	1.065,1	55,7

Fuente: INE

**a / Rangos Recomendados según Valores de Referencia de Energía y Nutrientes para la Población Venezolana:**

Adecuación óptima (90 – 110%); Insuficiencia alimentaria (≤ 89,0%); Exceso alimentario (≥ 111,0%)

**Cuadro 11. Venezuela. Consumo real, requerimientos y porcentaje de adecuación de Hierro y Calcio de la población por grupos de edad. (mg /persona /día) - (% de adecuación) <sup>a</sup>.**

GRUPOS DE EDAD	GLOBAL	HIERRO			CALCIO		
		21,4	10,4	205,8	612,3	1.051,0	58,3
TOTAL	28.984.851	CONSUMO	REQUER.	% ADECUAC.	CONSUMO	REQUER.	% ADECUAC.
3,0 – 5,9	2.294.300	18,3	13,5	135,6	661,6	650,5	101,7
6,0 – 11,9	3.281.273	21,5	11,2	192,0	648,8	1.018,9	63,7
12,0 – 17,9	3.216.247	23,0	11,6	198,3	621,5	1.200,0	51,8
18,0 – 49,9	14.583.386	22,3	10,9	204,6	607,0	1.010,7	60,1
50,0 – 59,9	2.858.269	20,1	6,9	291,3	571,9	1.207,6	47,4
60,0 y +	2.751.376	18,1	6,9	262,3	586,6	1.300,0	45,1

Fuente: INE

**a / Rangos Recomendados según Valores de Referencia de Energía y Nutrientes para la Población Venezolana:**

Adecuación óptima (90 – 110%); Insuficiencia alimentaria (≤ 89,0%); Exceso alimentario (≥ 111,0%)



**Cuadro 12. Venezuela. Consumo real, requerimientos y porcentaje de adecuación de Hierro y Calcio de la población por grupos de estrato social. (mg /persona /día) - (% de adecuación)<sup>a</sup>.**

ESTRATO SOCIAL	HIERRO				CALCIO		
	GLOBAL	21,4	10,4	205,8	612,3	1.051,0	58,3
<b>TOTAL</b>	<b>28.984.851</b>	<b>CONSUMO</b>	<b>REQUER.</b>	<b>% ADECUAC.</b>	<b>CONSUMO</b>	<b>REQUER.</b>	<b>% ADECUAC.</b>
I ,II, III	11.377.897	21,0	10,5	200,0	663,8	1.044,6	63,5
IV	14.418.921	21,7	10,5	206,7	591,0	1.049,0	56,3
V	3.188.033	20,8	9,8	212,2	524,3	1.082,6	48,4

Fuente: INE

a / Rangos Recomendados según Valores de Referencia de Energía y Nutrientes para la Población Venezolana:  
Adecuación óptima (90 – 110%); Insuficiencia alimentaria ( $\leq$  89,0%); Exceso alimentario ( $\geq$  111,0%)

**Cuadro 13. Venezuela. Consumo real, requerimientos y porcentaje de adecuación de Hierro y Calcio de la población por dominio geográfico. (mg /persona /día) - (% de adecuación)<sup>a</sup>.**

DOMINIO GEOGRAFICO	HIERRO				CALCIO		
	GLOBAL	21,4	10,4	205,8	612,3	1.051,0	58,3
<b>TOTAL</b>	<b>28.984.851</b>	<b>CONSUMO</b>	<b>REQUER.</b>	<b>% ADECUAC.</b>	<b>CONSUMO</b>	<b>REQUER.</b>	<b>% ADECUAC.</b>
Capital	5.488.476	21,0	10,3	203,9	742,7	1.064,3	69,8
Central	3.757.380	21,1	10,3	204,9	539,8	1.060,5	50,9
Centro Occidental	4.000.059	23,8	10,4	228,8	625,8	1.053,8	59,4
Andina	3.453.705	24,7	10,3	239,8	688,3	1.050,7	65,5
Zuliana	3.206.458	19,7	10,7	184,1	591,0	1.039,2	56,9
Sur	1.359.722	18,2	10,8	168,5	489,6	1.040,9	47,0
Oriental	4.299.900	18,0	10,5	171,4	508,5	1.039,0	48,9
Llanera	3.419.151	23,1	10,6	217,9	588,9	1.046,1	56,3

Fuente: INE

a / Rangos Recomendados según Valores de Referencia de Energía y Nutrientes para la Población Venezolana:  
Adecuación óptima (90 – 110%); Insuficiencia alimentaria ( $\leq$  89,0%); Exceso alimentario ( $\geq$  111,0%)

Los Cuadros anteriores (10 al 13), presentan el consumo dietario de micronutrientes indispensables para el organismo, en diferentes funciones como son el Hierro y el Calcio. En la fisiología del sistema hematopoyético, inmunológico y el sistema óseo, entre otros. Los resultados indican que los requerimientos de Hierro en los diferentes grupos: por sexo, edad, estrato social y ubicación geográfica están cubiertos de manera satisfactoria. Se considera que uno de los factores que contribuye con esta situación es el alto consumo de cereales enriquecidos, entre ellos, la harina de maíz precocida. Es diferente la situación con la cobertura de los requerimientos de Calcio, los cuales muestran un gran déficit, entre el 40 y el 50% , por debajo de la recomendación; excepción presente en el grupo de los preescolares, donde se cubre el 100% del requerimiento, debido a la ingesta de los productos lácteos, principales aportadores de este mineral.

Los Cuadros 14 al 17, muestran el aporte calórico porcentual de los macronutrientes de la dieta: proteínas, grasas y glúcidos. Este indicador denominado también como Fórmula Calórica dietética, tiene estimada rangos de valores recomendados para la población venezolana: Proteínas (11 – 14%); Grasas (20 – 30%); Carbohidratos (56 - 69%). Los resultados indican que la Fórmula Calórica se mantiene en los rangos recomendados para todos los macronutrientes y para los diferentes grupos evaluados.

**Cuadro 14. Venezuela. Aporte calórico de los macronutrientes (Fórmula Calórica) a la ingesta total de la población por sexo. (G /persona/ día) – (aporte %).**

SEXO	GLOBAL	MACRONUTRIENTES					
		CONSUMO PER CAPITA (g)			CONTRIBUCIÓN CALORICA (%) <sup>a</sup>		
		77,7	51,5	382,8	13,5	20,1	66,4
TOTAL	28.984.851	PROTEINAS	GRASAS	GLUCIDOS	PROTEINAS	GRASAS	GLUCIDOS
Masculino	14.508.929	82,9	54,6	408,1	13,5	20,0	66,5
Femenino	14.475.922	72,4	48,5	357,4	13,4	20,2	66,3

Fuente: INE

**a / Rangos Recomendados según Valores de Referencia de Energía y Nutrientes para la Población Venezolana:**  
Proteínas (11 – 14%); Grasas (20 – 30%); Carbohidratos (56 - 69%).

**Cuadro 15. Venezuela. Aporte calórico de los macronutrientes (Fórmula Calórica) a la ingesta total de la población por grupos de edad. (G /persona/ día) – (aporte %).**

GRUPOS DE EDAD	GLOBAL	MACRONUTRIENTES					
		CONSUMO PER CAPITA (g)			CONTRIBUCIÓN CALORICA (%) <sup>a</sup>		
		77,7	51,5	382,8	13,5	20,1	66,4
TOTAL	28.984.851	PROTEINAS	GRASAS	GLUCIDOS	PROTEINAS	GRASAS	GLUCIDOS
3,0 – 5,9	2.294.300	63,0	47,9	323,9	12,7	21,8	65,5
6,0 – 11,9	3.281.273	74,7	54,6	385,7	12,8	21,1	66,1
12,0 – 17,9	3.216.247	81,6	57,3	416,8	13,0	20,6	66,4
18,0 – 49,9	14.583.386	81,9	52,9	397,2	13,7	19,9	66,4
50,0 – 59,9	2.858.269	75,0	46,9	363,7	13,8	19,4	66,8
60,0 y +	2.751.376	69,0	41,4	332,2	14,0	18,8	67,2

Fuente: INE

a / Rangos Recomendados según Valores de Referencia de Energía y Nutrientes para la Población Venezolana:

Proteínas (11 – 14%); Grasas (20 – 30%); Carbohidratos (56 - 69%).

**Cuadro 16. Venezuela. Aporte calórico de los macronutrientes (Fórmula Calórica) a la ingesta total de la población por estrato social. (G /persona/ día) – (aporte %).**

ESTRATO SOCIAL	GLOBAL	MACRONUTRIENTES					
		CONSUMO PER CAPITA (g)			CONTRIBUCIÓN CALORICA (%) <sup>a</sup>		
		77,7	51,5	382,8	13,5	20,1	66,4
TOTAL	28.984.851	PROTEINAS	GRASAS	GLUCIDOS	PROTEINAS	GRASAS	GLUCIDOS
I, II, III	11.377.897	80,2	52,6	378,9	13,9	20,5	65,6
IV	14.418.921	77,0	51,3	387,1	13,3	19,9	66,8
V	3.188.033	71,4	48,5	377,0	12,8	19,6	67,6

Fuente: INE

a / Rangos Recomendados según Valores de Referencia de Energía y Nutrientes para la Población Venezolana:

Proteínas (11 – 14%); Grasas (20 – 30%); Carbohidratos (56 - 69%).

**Cuadro 17. Venezuela. Aporte calórico de los macronutrientes (Fórmula Calórica) a la ingesta total de la población por dominio geográfico. (G /persona/ día) – (aporte %).**

DOMINIO GEOGRAFICO	MACRONUTRIENTES						
	GLOBAL	CONSUMO PER CAPITA (g)			CONTRIBUCIÓN CALORICA (%) <sup>a</sup>		
		77,7	51,5	382,8	13,5	20,1	66,4
TOTAL	28.984.851	PROTEINAS	GRASAS	GLUCIDOS	PROTEINAS	GRASAS	GLUCIDOS
Capital	5.488.476	86,4	55,4	388,1	14,4	20,8	64,8
Central	3.757.380	71,0	44,2	369,3	13,2	18,4	68,4
Centro Occidental	4.000.059	80,0	52,7	400,7	13,3	19,8	66,9
Andina	3.453.705	84,0	58,3	444,2	12,7	19,9	67,4
Zuliana	3.206.458	72,2	45,4	384,1	12,9	18,3	68,8
Sur	1.359.722	68,4	45,3	326,2	13,8	20,5	65,7
Oriental	4.299.900	74,2	49,7	328,2	14,4	21,7	63,8
Llanera	3.419.151	75,0	55,6	396,2	12,6	21,0	66,4

Fuente: INE

**a / Rangos Recomendados según Valores de Referencia de Energía y Nutrientes para la Población Venezolana:**

Proteínas (11 – 14%); Grasas (20 – 30%); Carbohidratos (56 - 69%).

En el Cuadro 18 se muestran las diferentes preparaciones por grupos de alimentos consumidos por la población. Los cereales ocupan el primer lugar en las preparaciones, representado principalmente por la arepa, el arroz, el pan y el arroz blanco. En segundo lugar las carnes y pescados, cuyo alimento fundamental es el pollo en diferentes formas de preparación. En tercer lugar se encuentran las bebidas no alcohólicas, constituidas en su mayoría por jugos de fruta natural, café solo o con leche, bebidas gaseosas y bebidas azucaradas. En cuarto lugar de importancia están los productos lácteos, donde los quesos blancos son los principales componentes de la dieta. Por debajo del 6%, se registran el resto de los grupos de alimentos, donde se incluyen: leguminosas, hortalizas, tubérculos, frutas, entre otros. Se destaca que las bebidas alcohólicas observan muy bajo consumo en el registro.

Los Cuadros 19 al 21, indican las preparaciones más frecuentes por tiempos de comida principales: desayuno, almuerzo y cena, datos que corroboran lo anteriormente expuesto. Se considera que en esta última se consumen parte de los alimentos sobrantes del almuerzo.

**Cuadro 18. Venezuela. Frecuencia de consumo de grupos de alimentos por preparaciones**

GRUPOS DE ALIMENTOS	Nº	%
<b>TOTAL</b>	<b>222516</b>	<b>100,0</b>
Cereales	65323	29,4
Carnes y Pescados	47877	21,5
Bebidas no alcohólicas	37284	16,8
Leche P. Lácteos y Huevos	20737	9,3
Leguminosas	12754	5,7
Hortalizas	11540	5,2
Alimentos Varios	10604	4,8
Tubérculos y Plátanos	7930	3,6
Aceites y Grasas visibles	7148	3,2
Frutas	1119	,5
<b>Bebidas Alcohólicas</b>	<b>3</b>	<b>,0</b>

Fuente: INE. ENCA 2015

**Cuadro 19. Venezuela. Alimentos en principales preparaciones consumidas por la población en el Desayuno.**

BASE: 19.248		BASE:12.725		BASE:13.341	
ACOMPÑANTES	%	PROTEICOS	%	BEBIDAS	%
<b>Arepa asada</b>	69,6	<b>Queso blanco duro</b>	30,3	Café negro	39,5
<b>Empanadas</b>	8,6	<b>Huevos revueltos</b>	15,4	Café con leche	22,3
<b>Pan salado</b>	5,8	<b>Huevos fritos</b>	14,0	Jugo natural	21,3
<b>Arepa frita</b>	2,5	<b>Huevos revueltos con vegetales</b>	5,5	Agua	4,0
<b>Sándwich de jamón y queso</b>	1,6	<b>Queso blanco tipo paisa</b>	4,6	Jugo pasteurizado	2,9

Fuente: INE. ENCA 2015.

**Cuadro 20. Venezuela. Alimentos en principales preparaciones consumidas por la población en el Almuerzo.**

BASE: 47.393		BASE:40.998		BASE:9.471	
ACOMPANANTES	%	PROTEICOS	%	BEBIDAS	%
Arroz blanco	32,3	Pollo guisado	4,2	Jugo natural	73,5
Ensalada cruda	13,2	Carne guisada	12,0	Agua	10,6
Arroz con vegetales	12,3	Carne molida guisada	7,4	Bebidas gaseosas	6,4
Caraotas negras guisadas	8,7	Pollo frito	5,6	Jugos pasteurizados	2,8
Pasta larga	6,6	Pollo a la plancha	5,6	Bebidas azucaradas	1,8

Fuente: INE. ENCA 2015.

**Cuadro 22. Venezuela. Alimentos en principales preparaciones consumidas por la población en la Cena.**

BASE: 20.741		BASE:14.236		BASE:9.156	
ACOMPANANTES	%	PROTEICOS	%	BEBIDAS	%
Arepa asada	48,2	Queso blanco duro	22,7	Jugo natural	38,3
Arroz blanco	9,1	Huevos fritos	10,6	Agua	11,2
Pan salado	8,3	Huevos revueltos	9,6	Café negro	10,8
Caraotas negras guisadas	3,6	Pollo guisado	8,4	Café con leche	7,4
Arroz con vegetales	3,0	Perico revuelto con vegetales	4,4	Atoles	7,0

Fuente: INE. ENCA 2015.

## 5. Conclusiones

- Los resultados de 2015 muestran un incremento en los estratos sociales I,II y III y disminución de los estratos IV y V.
- Se observa aumento en el número de dos y tres comidas con respecto a 2013, pero disminución de las cuatro, cinco y seis comidas.
- Se identifican como grupos con vulnerabilidad alimentaria por no cubrir el total de los requerimientos calóricos con la ingesta diaria los adultos a partir de los 50 años, el grupo de 18 a 49 años se encuentra en el límite inferior de la recomendación. De igual manera la población ubicada en los dominios geográficos: Central, oriental y Sur.

9. En cuanto a los requerimientos proteicos, solo la población mayor de 60 años presenta riesgo nutricional, al presentar valores de adecuación en el límite inferior de la recomendación.
10. Los requerimientos nutricionales de Hierro están cubiertos en su totalidad, no así los del Calcio, los cuales son deficitarios entre un 40y 50% de lo recomendado, con excepción del grupo de preescolares, quienes cubren el 100% de sus requerimientos.
11. La contribución calórica de los macronutrientes de la dieta se encuentra dentro de los valores recomendados en todos los grupos evaluados.
12. Los cereales constituyen el principal alimento consumido por la población venezolana especialmente los derivados del maíz y como proteína animal es el pollo el de mayor consumo.

#### **6. Recomendaciones.**

1. Evaluar con mayor detalle los resultados referidos a la distribución de la población por estrato social.
2. La disminución de la adecuación calórica y los valores de adecuación del Calcio de la dieta, deben constituir un alerta para los organismos planificadores y tomadores de decisiones en el área alimentaria y nutricional.
3. Los alimentos identificados como principales en la ingesta diaria, deben ser objeto de políticas de protección, con el fin de mantener su disponibilidad y accesibilidad en todo momento para la población venezolana.

SR/

Julio 2016