

FECHA DE RECEPCIÓN: 18 de febrero de 2022

FECHA DE ACEPTACIÓN: 12 de mayo de 2022

FECHA DE PUBLICACIÓN: 29 de agosto de 2022

FUENTE DE FINANCIAMIENTO: Beca de Investigación "Salud Investiga" 2020-2021, otorgada por el Ministerio de Salud de la Nación a través de la Dirección de Investigación en Salud.

*AUTOR DE CORRESPONDENCIA:
ctamburini@cesni.org.ar

Registro Nacional de Investigaciones en
Salud N°: IS003138

HÁBITOS DE CONSUMO DE ALIMENTOS Y BEBIDAS EN HOGARES ARGENTINOS SEGÚN PRESENCIA DE ADULTOS MAYORES Y NIVEL DE INGRESO

Food and beverage consumption habits in Argentinean households by presence of elderly members and income level

* Camila Tamburini¹. Lic. en Nutrición.
María Elisa Zapata¹. Dra. en Ciencias de la Salud.

¹ Centro de Estudios sobre Nutrición Infantil Dr. Alejandro O'Donnell (CESNI), Buenos Aires, Argentina.

RESUMEN. INTRODUCCIÓN: Los patrones alimentarios de los adultos mayores son un aspecto clave en la calidad de vida y la morbimortalidad. Los datos al respecto son escasos en la población argentina. El objetivo fue evaluar los hábitos de consumo de alimentos y bebidas en hogares argentinos según presencia de adultos mayores y nivel de ingreso. MÉTODOS: Se realizó un estudio observacional, descriptivo y de corte transversal a partir de la Encuesta Nacional de Gastos de los Hogares 2017-2018. Se calculó el consumo aparente de alimentos (g o ml) por adulto equivalente por día en tres tipos de hogares según la presencia de adultos >60 años: a) sin adultos mayores (SAM), b) multigeneracionales con adultos mayores (MAM) y c) unigeneracionales de adultos mayores (UAM), estratificados según nivel de ingresos. RESULTADOS: De los 21 254 hogares que registraron compra de alimentos y bebidas en la semana de la encuesta, hubo 64% SAM, 19% MAM y 17% UAM. Los hogares UAM presentaron mayor consumo aparente de alimentos y bebidas, especialmente hortalizas y frutas, legumbres, leche, yogur y quesos, huevos, aceite, frutas secas y semillas, y alimentos de consumo opcional según las guías alimentarias nacionales. El consumo fue creciente a medida que aumentaban los ingresos del hogar. DISCUSIÓN: El análisis evidenció diferencias en los hábitos alimentarios según composición del hogar y nivel de ingreso, y permite planificar estrategias para mejorar la calidad de vida de un grupo poblacional en aumento.

PALABRAS CLAVE: Adulto Mayor; Alimentos y Bebidas; Encuesta Socioeconómica; Encuestas Nutricionales; Hábitos Alimentarios

ABSTRACT. INTRODUCTION: The dietary pattern of the elderly is a key factor of life quality, morbidity and mortality. Data on this are scarce in the Argentinean population. The objective was to assess food and beverage consumption habits in Argentinean households considering presence of elderly members and income level. METHODS: An observational, descriptive and cross-sectional study was conducted, using information collected in the 2017-2018 National Household Expenditure Survey. Apparent food consumption (g or ml) per adult equivalent per day was calculated, for three types of households according to the presence of adults over 60 years old: a) without elderly members (WEM), b) multigenerational including elderly members (MEM), and c) single-generation of elderly members (SEM), stratified by income level. RESULTS: Out of 21,254 households having purchased food and beverages during the week of data collection, 64% were WEM, 19% MEM and 17% SEM. SEM households had higher apparent food and beverage consumption, especially of vegetables and fruit, legumes, milk, yoghurt and cheese, eggs, oil, dried fruit and seeds, and foods included in the optional group according to national dietary guidelines. For these food groups, the consumption increased as the household income increased. DISCUSSION: The analysis showed differences in dietary habits by household composition and income level. It allows planning strategies to improve life quality of a growing population group.

KEY WORDS: Elderly; Food and Beverages; Socioeconomic Survey; Nutrition Surveys; Dietary Habits

INTRODUCCIÓN

El aumento de la población de adultos mayores de 60 años o más es una tendencia a nivel mundial¹. Según algunas proyecciones, para el año 2050 esta población representará el 21% del total global².

Argentina es uno de los países más envejecidos de Latinoamérica. Su población de personas de 60 años o más representa el 14% del total según los datos del Censo 2010, realizado por el Instituto Nacional de Estadística y Censos (INDEC)³. En las últimas décadas, el grupo de personas de 80 años o más es el que registró el mayor crecimiento relativo en la población argentina².

Diversos factores determinan el cambio en la estructura demográfica. Por un lado, el descenso de las tasas de fecundidad y de mortalidad, la industrialización, los descubrimientos médicos, el mejoramiento de las condiciones de vida y las intervenciones de salud dirigidas a reducir la mortalidad infantil. Por otro lado, otro factor determinante del cambio en la estructura demográfica es el aumento de la esperanza de vida al nacer, que en Argentina para 2008/2010 fue de 75,4 años (78,8 para las mujeres y 72,1 para los varones)³.

Este proceso de envejecimiento demográfico y alargamiento de la longevidad, que ocurre en Argentina al igual que en otros países, es típico de las poblaciones que ingresan en etapas post-transicionales, caracterizadas por un aumento de la esperanza de vida para las edades de entre 60 y 80 años⁴. Con la mayor expectativa de vida, aumenta el riesgo de padecer enfermedades crónicas no transmisibles (ECNT), responsables del 71% de las muertes que se producen en el mundo⁵. El perfil de enfermedades crónicas en la población de 65 años y más, como afecciones cardiovasculares, diabetes, traumatismos, enfermedades respiratorias, patologías neurológicas y cáncer, en gran medida puede prevenirse o retrasarse a través de diversas estrategias, que incluyen la prevención y la promoción de la salud².

La relevancia de la alimentación como factor de riesgo para muchas enfermedades crónicas ha sido suficientemente probada por un gran número de estudios clínicos y epidemiológicos⁶. Una de las estrategias más importantes para el control de la morbimortalidad global está constituida por una adecuada alimentación y un patrón de actividad física regular. De los 16 factores de riesgo asociados a las principales causas de mortalidad, tanto en países desarrollados como en vías de desarrollo, 11 se relacionan directa o indirectamente con el estilo de vida y la alimentación (presión arterial, tabaquismo, colesterol, bajo peso, bajo consumo de frutas y vegetales, alto índice de masa corporal, falta de actividad física, consumo nocivo de alcohol, deficiencia de hierro, zinc y vitamina A)⁷.

Según la Encuesta Nacional de Factores de Riesgo (ENFR) 2018, el 70,1% de los adultos mayores de 65 años en Argentina presentaba exceso de peso y apenas el 8% cumplía la recomendación de consumo de cinco o más porciones de frutas y verduras al día. Además, el 12,8%

de los adultos mayores percibía su alimentación o dieta habitual como poco o nada saludable⁸. Por otro lado, si bien la Segunda Encuesta Nacional de Nutrición y Salud (2017-2018) evaluó los hábitos alimentarios en Argentina, tomó como grupo etario a la población mayor de 18 años, por lo que no se cuenta con datos acerca de los hábitos en los adultos mayores⁹. No se encontraron otros estudios con representatividad nacional que hayan evaluado los hábitos de consumo de los adultos mayores.

Conocer las particularidades de los hábitos de consumo de alimentos y bebidas de los adultos mayores resulta de gran utilidad para buscar estrategias tendientes a mejorar la alimentación de un grupo poblacional en franco crecimiento. El objetivo de este trabajo fue evaluar los hábitos de consumo de alimentos y bebidas de los hogares argentinos según la presencia de adultos mayores y por nivel de ingreso.

MÉTODOS

Se realizó un estudio observacional, descriptivo y de corte transversal. Se utilizó la información recabada por la Encuesta Nacional de Gastos de los Hogares (ENGHo) 2017-2018, llevada a cabo por el INDEC en todo el país, con cobertura en las localidades urbanas de 2000 y más habitantes. Se tomó una muestra probabilística, multietápica y estratificada de 21 547 viviendas particulares distribuidas a lo largo de 52 semanas de relevamiento entre noviembre de 2017 y noviembre de 2018. En el documento de la encuesta se detalla la metodología de obtención de la información¹⁰.

Se utilizaron las bases de datos de gastos, hogares y personas, elaboradas a partir de los cuestionarios de gastos diarios, hogares e ingresos. En el cuestionario de gastos diarios, los hogares registraron el gasto correspondiente a la semana de la encuesta en alimentos y en otros bienes y servicios de consumo frecuente. Se consideraron los gastos de consumo de alimentos y bebidas al contado o a crédito junto con los bienes primarios producidos por el hogar para su propio consumo, como alimentos producidos en huerta o corral. En el cuestionario de ingresos se consignaron los ingresos percibidos por cada uno de los miembros del hogar en los seis meses anteriores a la semana de la encuesta. En el cuestionario de hogares se registraron los datos socioeconómicos de los hogares encuestados y de cada integrante. Para caracterizar la muestra, se consideraron el sexo del jefe o jefa del hogar, su nivel educativo (primaria incompleta; primaria completa; secundaria incompleta; secundaria completa; superior universitaria incompleta; superior universitaria completa; y sin instrucción), el quintil de ingreso per cápita del hogar, la percepción de jubilación o pensión, la cantidad de miembros con dificultades a largo plazo (ninguno; uno; y dos y más), la cantidad promedio de miembros por hogar y de adultos equivalentes, considerando que un adulto equivalente con coeficiente 1 correspondía a un varón de entre 30 y 59 años, con una actividad moderada y necesidades energéticas de 2700 kcal (cada individuo del hogar

con su coeficiente según las necesidades calóricas de su grupo biológico)¹¹. Todas las variables fueron obtenidas de las bases de datos de la encuesta¹⁰.

En primer lugar se realizó el proceso de revisión y consistencia de la base de datos. Se identificaron valores extremos y no plausibles en las cantidades adquiridas por los hogares, cotejando con el monto gastado. Cuando se detectaron inconsistencias, se corrigió el dato; se modificó la cantidad adquirida para que el costo por kg, litro o unidad se ubicara en el rango de los precios pagados para ese alimento por el resto de los hogares en ese período.

A partir de la cantidad de alimentos y bebidas adquiridos por hogar, se calculó la variable dependiente: el consumo aparente de alimentos y bebidas por adulto equivalente por día (gramos o mililitros de peso neto). Para construirla, los alimentos y bebidas registrados en el cuestionario por cada hogar se transformaron de gramos de peso bruto a neto mediante el factor de corrección, correspondiente a la parte de los alimentos que se desecha, obtenido para cada alimento del software SARA¹² y de la tabla recopilada por la Escuela de Nutrición de la Universidad de Buenos Aires¹³. En el caso de alimentos y bebidas registrados como unidades, y alimentos y bebidas consumidos fuera del hogar, se tomó la tabla de pesos y medidas de referencia del software SARA¹² y la tabla compilada de la Escuela de Nutrición¹³. Para los alimentos listos para consumir (como sándwiches, tartas, empanadas, pizzas, entre otros; comprados y consumidos dentro o fuera del hogar; registrados en unidades), se consideró el peso de la porción lista para consumo en cada caso. Luego de la transformación de todos los alimentos y bebidas a gramos o mililitros de peso neto por día, las cantidades totales fueron divididas por el total de adultos equivalentes en el hogar. Para las leches en polvo, jugos en polvo e infusiones, se aplicó el factor de reconstitución, tomando como referencia las indicaciones provistas en los envases. Para los cereales, fideos, pastas y legumbres, se aplicó el factor de absorción de agua por cocción, considerando 3 para cereales, 2,6 para legumbres y 2,5 para fideos y pastas.

Los alimentos y bebidas registrados fueron categorizados según la clasificación de las Guías Alimentarias para la Población Argentina (GAPA)¹⁴ en verduras y frutas; legumbres, cereales, papa, pan y pastas; leche, yogur y queso; carne y huevo; aceites, frutas secas y semillas; alimentos de consumo opcional y agua. Entre los alimentos de consumo opcional se consideraron azúcares, dulces, postres, golosinas, bebidas sin alcohol, carnes procesadas, galletitas y amasados de pastelería, grasas, y también se incluyeron bebidas con alcohol y comidas listas. El agua incluyó el agua embotellada, con o sin gas, sin considerar el agua de grifo.

Como variable independiente se consideró el quintil de ingresos per cápita del hogar a nivel país, que fue tomado de la base de datos de la ENGHo, y el tipo de hogar. Esta última se construyó según la presencia de adultos mayores de 60 años. Las categorías fueron: hogar sin adultos

mayores (SAM); hogar multigeneracional con adultos mayores (MAM), donde al menos uno de los miembros tiene 60 años o más y el resto corresponde a otro rango etario; y hogar unigeneracional de adultos mayores (UAM), donde todos sus miembros corresponden a adultos de 60 años o más.

El análisis estadístico descriptivo se realizó mediante *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS®) versión 20.0. Todos los resultados fueron obtenidos considerando la ponderación muestral, mediante la aplicación del factor de expansión de cada hogar disponible en la base de datos. Se consideraron los hogares que registraron compra de alimentos y bebidas durante la semana de recolección de la información. El procesamiento estadístico de los datos involucró un análisis descriptivo según la escala de medición de las variables y el cálculo de los intervalos de confianza del 95% para evaluar las diferencias en el consumo entre los distintos grupos.

Al haber utilizado la ENGHo 2017-2018 como fuente de datos secundaria, el proyecto no requirió aprobación por parte de un comité de ética de investigación.

RESULTADOS

Se encuestó un total de 21 547 hogares, de los cuales 21 254 habían realizado algún consumo de alimentos y bebidas en la semana de la encuesta. Al categorizar los hogares de acuerdo con la presencia de adultos mayores, se observó que dos tercios (n=13 815) de ellos eran SAM, uno de cada cinco (n=4197) MAM y los restantes (n=3535) UAM. La Tabla 1 presenta las características de la muestra según las variables de conformación del hogar y sociodemográficas. Los hogares MAM son los de menor nivel de instrucción y los SAM, los de mayor nivel. Asimismo, en los UAM hay menor proporción de hogares de los quintiles de menores ingresos.

El consumo aparente de alimentos y bebidas presentó diferencias significativas entre los tres tipos de hogares (excepto en los condimentos). Hubo resultados similares en los SAM y MAM, mientras que en los UAM se observó un mayor consumo de la gran mayoría de los alimentos (con excepciones en mayonesa, semielaborados de carne, cereales de desayuno/inflados y barras de cereal, productos de copetín y comidas rápidas, los cuales tuvieron mayor consumo en los SAM). Una de las principales diferencias se observó con las frutas y verduras. El consumo aparente diario de frutas fue de 61,97 g en los hogares SAM, 71,77 g en los MAM y 189,19 g en los UAM, lo que representa un consumo 2,6 veces mayor en estos últimos. Asimismo, el consumo aparente de verduras fue de 120,61 g en los hogares SAM, 141,05 g en los MAM y 247,06 g en los UAM, lo que representa un consumo 1,8 veces mayor en este último tipo de hogar. El consumo de leche en los hogares UAM fue 1,8 veces mayor (175,36 g) que en los SAM (99,16 g) y MAM (93,73 g), y el de quesos fue el doble (23,23 g en SAM, 21,91 g en MAM y 46,52 g en UAM). El consumo de carnes también fue mayor en

TABLA 1. Caracterización de la muestra.

Variables		Tipo de hogar								
		Sin adultos mayores			Multigeneracional con adultos mayores			Unigeneracional de adultos mayores		
	n									
Cantidad de hogares	n	13 815			4197			3535		
	%	64,36			18,82			16,81		
		%	IC 95%		%	IC 95%		%	IC 95%	
Sexo del jefe o la jefa del hogar	Varón	59,93	59,89	59,96	52,38	52,32	52,45	52,20	52,14	52,27
	Mujer	40,07	40,04	40,11	47,62	47,55	47,68	47,80	47,73	47,86
Nivel educativo del jefe o la jefa del hogar	Primaria incompleta (incluye educación especial)	5,07	5,06	5,09	15,55	15,50	15,60	12,62	12,57	12,66
	Primaria completa	16,58	16,55	16,61	31,97	31,91	32,02	30,67	30,60	30,73
	Secundaria incompleta	17,55	17,53	17,58	13,27	13,22	13,31	12,11	12,07	12,16
	Secundaria completa	25,61	25,58	25,64	17,13	17,08	17,17	17,54	17,49	17,59
	Superior universitaria incompleta	13,55	13,53	13,58	6,26	6,23	6,29	6,25	6,22	6,29
	Superior universitaria completa	21,16	21,14	21,19	12,93	12,88	12,97	18,72	18,66	18,77
	Sin instrucción	0,34	0,34	0,35	2,47	2,45	2,49	1,91	1,89	1,93
Ns/Nr*	0,12	0,11	0,12	0,44	0,43	0,45	0,18	0,17	0,19	
Quintil de ingreso per cápita del hogar, total del país	1	25,38	25,35	25,41	17,22	17,17	17,27	2,53	2,50	2,55
	2	20,47	20,44	20,49	25,31	25,25	25,37	12,29	12,24	12,33
	3	17,48	17,45	17,50	21,92	21,87	21,97	27,46	27,40	27,52
	4	18,04	18,02	18,07	21,83	21,77	21,88	25,52	25,46	25,57
	5	18,63	18,61	18,66	13,73	13,68	13,77	32,22	32,15	32,28
Ingreso por jubilación o pensión	No	89,09	89,07	89,11	17,98	17,94	18,03	7,00	6,97	7,04
	Sí	10,91	10,89	10,93	82,02	81,97	82,06	93,00	92,96	93,03
Cantidad de miembros del hogar con dificultades de largo plazo	Ninguno	86,47	86,45	86,50	58,73	58,66	58,79	65,66	65,59	65,72
	Uno	11,73	11,71	11,75	30,48	30,42	30,54	29,48	29,42	29,54
	Dos y más	1,80	1,79	1,81	10,79	10,75	10,83	4,86	4,84	4,89
		Media	IC 95%		Media	IC 95%		Media	IC 95%	
Cantidad de miembros por hogar		3,47	3,46	3,47	3,77	3,77	3,78	1,50	1,50	1,50
Cantidad de adultos equivalentes en el hogar		2,81	2,81	2,81	3,02	3,02	3,02	1,09	1,09	1,09

* Ns/Nr: No sabe/No responde

estos hogares, y la diferencia más notable se observó en los pescados y mariscos, con un consumo 4 veces mayor (5,59 g vs. 25,39 g). El huevo fue otro de los alimentos en los que prácticamente se duplicó el consumo en los hogares UAM (32,07 g) respecto a los SAM (16,59 g) y los UAM (17,47 g). En el caso de las bebidas endulzadas, el consumo aparente fue 1,2 veces mayor en los hogares UAM y en el de agua embotellada, el doble. Se observaron otros grupos de alimentos (como legumbres, aceites y grasas animales) donde el consumo en gramos fue bajo en los tres tipos de hogares, aunque se duplicó en los UAM (ver Tabla 2).

Al analizar el consumo aparente de alimentos y bebidas por quintil de ingreso per cápita, en los tres tipos de hogares se observó que el consumo aparente de frutas, verduras, comidas listas, gaseosas, galletitas, amasados de pastelería y postres se incrementaba a medida que aumentaban los ingresos. En el caso de las verduras, por ejemplo, en los hogares SAM el consumo fue de 95,57 g en el quintil 1 y de 157,24 g en el quintil 5; en los hogares

MAM fue de 108,21 g en el quintil 1 y de 189,15 g en el quintil 5; y en los hogares UAM fue de 181,21 g vs. 267,91 g en el quintil 1 y 5, respectivamente.

En cambio, los jugos se consumían en mayor cantidad en los hogares de menores ingresos, excepto en hogares MAM, y la tendencia se acentuaba en los UAM. Asimismo, el consumo de azúcar fue entre 1,2 y 1,6 veces mayor en el quintil 1 respecto al 5, con ciertas variaciones en los quintiles intermedios (ver Tabla 3A, 3B y 3C). La mayor diferencia entre quintiles extremos se observó en los hogares SAM.

DISCUSIÓN

En Argentina no se dispone de información sobre el consumo de alimentos a nivel individual que sea representativa de la población de adultos mayores. Una forma de analizar este fenómeno es salir del ámbito del individuo y centrarse en los hogares y las familias donde están insertas las personas mayores, puesto que desde ahí realizan sus interacciones, ya sea dentro del propio gru-

TABLA 2. Consumo aparente de alimentos y bebidas según tipo de hogar (g o ml/AdEq/d*).

Grupo GAPA [†]	Categoría de alimentos	Tipo de hogar								
		SAM [‡]		MAM [§]		UAM				
		Media	IC 95%	Media	IC 95%	Media	IC 95%			
Verduras y frutas	Verduras	120,61	120,51	120,71	141,05	140,85	141,25	247,06	246,67	247,44
	Frutas	61,97	61,89	62,05	71,77	71,63	71,91	189,19	188,85	189,52
Legumbres, cereales, papa, pan y pastas	Legumbres	4,03	4,02	4,04	3,70	3,69	3,72	8,90	8,85	8,94
	Cereales	24,27	24,23	24,31	23,31	23,25	23,37	33,38	33,26	33,50
	Harinas	23,40	23,32	23,48	26,12	25,99	26,25	37,70	37,52	37,88
	Hortalizas feculentas	62,78	62,71	62,85	78,65	78,47	78,83	115,57	115,27	115,88
	Panes	87,18	87,11	87,24	105,29	105,16	105,42	126,82	126,62	127,02
	Pastas	30,50	30,46	30,54	28,20	28,15	28,26	39,29	39,19	39,40
	Masas y tapas	11,14	11,11	11,16	8,94	8,91	8,97	15,65	15,57	15,73
Leche, yogur y queso	Leches	99,16	99,04	99,29	93,73	93,52	93,93	175,36	174,89	175,84
	Yogures	23,04	23,00	23,08	16,85	16,79	16,91	27,64	27,49	27,78
	Quesos	23,23	23,20	23,25	21,91	21,86	21,96	46,52	46,42	46,63
Carne y huevo	Carnes rojas	73,62	73,55	73,68	85,88	85,77	86,00	127,20	126,98	127,43
	Carne de ave	41,15	41,10	41,19	46,79	46,68	46,89	79,05	78,86	79,24
	Otras carnes	6,61	6,58	6,63	5,67	5,64	5,71	13,99	13,91	14,07
	Pescados y mariscos	5,59	5,58	5,61	6,20	6,18	6,23	25,39	24,58	26,20
	Visceras	4,37	4,35	4,38	5,17	5,14	5,20	9,65	9,56	9,74
	Preparaciones de carnes	31,12	31,08	31,16	24,10	24,05	24,16	31,72	31,62	31,82
	Huevo	16,59	16,57	16,62	17,47	17,43	17,51	32,16	32,07	32,24
	Aceites, frutas secas y semillas	Aceites	22,98	22,94	23,01	25,33	25,26	25,39	46,09	45,94
Frutas secas	0,32	0,32	0,32	0,23	0,22	0,23	1,06	1,05	1,08	
Semillas	0,13	0,13	0,13	0,05	0,05	0,05	0,46	0,46	0,47	
Alimentos de consumo opcional	Grasas animales	4,31	4,30	4,32	3,58	3,57	3,60	7,85	7,81	7,88
	Grasas vegetales	0,15	0,15	0,16	0,41	0,40	0,41	0,54	0,53	0,55
	Mayonesa	4,73	4,72	4,74	3,66	3,65	3,68	4,49	4,46	4,51
	Semielaborados de carne	7,88	7,87	7,90	5,67	5,65	5,70	6,58	6,54	6,62
	Fiambres y embutidos	15,08	15,06	15,10	13,36	13,32	13,39	20,35	20,28	20,41
	Galletitas	24,63	24,60	24,66	19,92	19,88	19,97	37,48	37,40	37,57
	Amasado de pastelería	14,39	14,36	14,42	12,72	12,67	12,77	23,99	23,90	24,09
	Azúcar	22,11	22,04	22,18	28,33	28,22	28,44	39,06	38,89	39,22
	Cacao	0,99	0,99	1,00	0,55	0,55	0,56	1,09	1,07	1,10
	Dulces	6,33	6,31	6,34	6,49	6,47	6,52	18,24	18,18	18,31
	Postres	8,86	8,84	8,88	7,38	7,35	7,41	13,33	13,26	13,39
	Golosinas	5,03	5,02	5,04	3,47	3,46	3,49	7,47	7,42	7,51
	Cereales para desayuno, inflados y barras de cereal	1,70	1,70	1,71	0,83	0,82	0,83	1,15	1,14	1,17
	Jugos	98,97	98,79	99,15	92,15	91,86	92,44	111,90	111,36	112,45
	Gaseosas y aguas saborizadas	179,41	179,19	179,62	157,37	157,03	157,71	199,36	198,82	199,90
	Otras bebidas sin alcohol	7,03	6,97	7,10	7,57	7,52	7,62	18,66	18,49	18,83
	Vino y cerveza	53,53	53,43	53,63	41,86	41,71	42,01	78,32	78,02	78,61
	Otras bebidas con alcohol	5,62	5,60	5,64	3,57	3,54	3,60	9,92	9,83	10,02
	Comidas rápidas	64,39	64,29	64,49	44,33	44,21	44,45	51,00	50,78	51,22
	Otras comidas listas	31,05	31,00	31,11	23,04	22,95	23,14	32,99	32,84	33,15
	Infusiones	453,71	452,92	454,50	459,82	458,70	460,93	1016,59	1014,10	1019,08
	Productos copetín	2,29	2,29	2,30	1,10	1,09	1,10	1,41	1,40	1,43
	Salsas	2,56	2,56	2,57	2,19	2,17	2,20	3,18	3,16	3,20
	Vinagre	1,96	1,95	1,97	2,05	2,03	2,06	5,67	5,63	5,71
	Condimentos	0,39	0,38	0,39	0,40	0,39	0,40	1,06	1,04	1,07
	Caldos y sopas	0,43	0,43	0,43	0,54	0,54	0,55	1,35	1,34	1,36
	Edulcorante	0,76	0,75	0,76	1,05	1,05	1,06	2,78	2,76	2,80
Otros	0,18	0,18	0,18	0,14	0,14	0,15	0,20	0,20	0,21	
Agua	Agua	107,8	107,57	108,11	116,9	116,40	117,41	247,9	246,92	248,88
Sal	Sal de mesa y de cocina	3,36	3,35	3,37	3,27	3,25	3,28	9,17	9,05	9,30

* g o ml/AdEq/d: gramos o mililitros por adulto equivalente por día; † GAPA: Guías Alimentarias para la Población Argentina; ‡ SAM: Sin Adultos Mayores; § MAM: Multigeneracional de Adultos Mayores; || UAM: Unigeneracional de Adultos Mayores.

TABLA 3 A. Consumo aparente de alimentos y bebidas según tipo de hogar y por quintil de ingreso (g o ml/AdEq/d*).

Variables		Hogar sin adultos mayores														
		Quintil 1		Quintil 2		Quintil 3		Quintil 4		Quintil 5						
		Media	IC 95%	Media	IC 95%	Media	IC 95%	Media	IC 95%	Media	IC 95%					
Verduras y frutas	Verduras	95,57	95,42	95,71	110,65	110,46	110,85	111,69	111,47	111,91	137,94	137,68	138,21	157,24	156,94	157,54
	Frutas	38,52	38,41	38,64	49,56	49,42	49,70	56,72	56,55	56,89	72,90	72,70	73,10	101,85	101,59	102,11
Legumbres, cereales, papa, pan y pastas	Legumbres	2,66	2,64	2,68	3,23	3,20	3,25	3,63	3,61	3,66	4,36	4,34	4,39	6,82	6,78	6,87
	Cereales	27,26	27,19	27,33	26,70	26,62	26,78	21,74	21,67	21,82	23,66	23,54	23,77	20,48	20,40	20,57
	Harinas	31,15	30,99	31,31	25,86	25,68	26,03	17,72	17,61	17,82	23,53	23,22	23,84	15,36	15,27	15,45
	Hortalizas feculentas	65,33	65,19	65,47	70,47	70,30	70,64	64,85	64,69	65,01	61,35	61,19	61,50	50,30	50,18	50,43
	Panes	107,17	107,03	107,30	92,37	92,23	92,51	82,80	82,66	82,95	80,60	80,44	80,77	64,71	64,58	64,85
	Pastas	32,12	32,05	32,18	29,43	29,35	29,50	30,45	30,36	30,54	29,58	29,50	29,66	30,41	30,31	30,50
	Masas y tapas	7,85	7,82	7,88	10,26	10,20	10,32	11,21	11,17	11,26	14,04	13,98	14,09	13,72	13,63	13,80
Leche, yogur y queso	Leches	83,30	83,08	83,52	96,68	96,42	96,94	97,84	97,55	98,13	116,08	115,74	116,43	108,36	108,03	108,68
	Yogures	20,99	20,91	21,08	20,49	20,40	20,57	19,93	19,85	20,01	27,34	27,23	27,45	27,40	27,29	27,50
	Quesos	12,73	12,70	12,77	15,76	15,72	15,80	21,41	21,35	21,47	31,45	31,37	31,53	39,45	39,36	39,55
Carne y huevo	Carnes rojas	59,58	59,49	59,67	68,29	68,16	68,42	75,82	75,68	75,96	79,82	79,66	79,98	90,51	90,32	90,71
	Carne de ave	35,91	35,84	35,97	44,03	43,93	44,13	43,29	43,17	43,41	42,24	42,12	42,35	42,05	41,92	42,18
	Otras carnes	2,94	2,91	2,97	5,21	5,17	5,25	5,59	5,55	5,62	9,99	9,92	10,06	10,83	10,75	10,92
	Pescados y mariscos	1,88	1,87	1,90	3,91	3,89	3,93	6,50	6,45	6,55	6,46	6,43	6,50	10,79	10,74	10,85
	Vísceras	7,15	7,12	7,18	4,00	3,97	4,03	3,45	3,42	3,48	2,91	2,88	2,94	3,25	3,21	3,28
	Preparaciones de carnes	26,14	26,08	26,20	30,04	29,96	30,12	34,58	34,49	34,68	33,22	33,13	33,32	33,80	33,70	33,91
	Huevo	13,01	12,98	13,04	15,26	15,21	15,30	15,44	15,39	15,49	21,19	21,10	21,27	19,57	19,51	19,63
Aceites, frutas secas y semillas	Aceites	22,07	22,00	22,13	21,67	21,60	21,75	23,96	23,86	24,06	23,63	23,54	23,71	24,09	23,98	24,20
	Frutas secas	0,06	0,06	0,06	0,03	0,03	0,03	0,21	0,20	0,21	0,46	0,46	0,47	0,96	0,95	0,97
	Semillas	0,04	0,04	0,04	0,03	0,03	0,03	0,08	0,07	0,08	0,23	0,22	0,24	0,31	0,30	0,32
Alimentos de consumo opcional	Galletitas	15,21	15,17	15,25	22,14	22,08	22,19	24,52	24,45	24,59	30,30	30,22	30,39	34,83	34,73	34,93
	Amasado de pastelería	9,98	9,93	10,02	11,93	11,85	12,02	14,00	13,94	14,06	17,14	17,07	17,21	20,78	20,70	20,85
	Azúcar	24,27	24,18	24,35	23,26	23,16	23,37	21,04	20,93	21,16	25,75	25,44	26,06	15,38	15,29	15,46
	Cacao	0,58	0,57	0,58	1,09	1,08	1,10	1,23	1,22	1,24	1,45	1,43	1,46	0,80	0,79	0,81
	Dulces	3,61	3,59	3,63	5,52	5,49	5,55	6,17	6,14	6,21	8,08	8,05	8,12	9,35	9,30	9,40
	Postres	3,93	3,91	3,95	5,98	5,96	6,01	8,26	8,21	8,31	12,01	11,96	12,07	16,24	16,18	16,31
	Golosinas	3,11	3,10	3,13	4,05	4,03	4,06	4,28	4,26	4,30	5,57	5,55	5,59	8,90	8,86	8,94
	Cereales para desayuno, inflados y barras de cereal	0,77	0,76	0,77	1,22	1,21	1,23	1,60	1,58	1,62	2,28	2,27	2,30	3,04	3,02	3,06
	Comidas rápidas	27,31	27,20	27,41	42,30	42,16	42,45	64,56	64,33	64,79	82,55	82,32	82,78	121,40	121,06	121,74
	Comidas listas	35,57	35,45	35,69	58,90	58,73	59,07	90,67	90,40	90,94	121,86	121,57	122,14	196,03	195,60	196,46
	Jugos	113,75	113,41	114,09	105,18	104,80	105,56	98,74	98,33	99,15	104,01	103,47	104,54	67,34	67,01	67,67
	Gaseosas y aguas saborizadas	119,23	118,96	119,51	153,68	153,29	154,06	186,24	185,78	186,70	214,09	213,54	214,63	249,64	248,92	250,35
	Vino y cerveza	17,98	17,89	18,06	34,89	34,71	35,06	50,32	50,08	50,55	70,78	70,52	71,04	108,74	108,40	109,09
Agua	Agua	44,40	44,11	44,69	90,44	89,90	90,98	125,54	124,86	126,23	133,29	132,61	133,98	172,11	171,29	172,92
Sal	Sal	4,20	4,18	4,23	3,01	3,00	3,03	3,16	3,13	3,18	3,11	3,08	3,13	3,05	3,03	3,08

* g o ml/AdEq/d: gramos o mililitros por adulto equivalente por día

po familiar o con la sociedad. Frente a esta limitante, las ENGHo se han utilizado en los últimos años en muchos países como una medida aproximada para superar la brecha sobre información alimentaria y nutricional, con la ventaja de que se efectúan en forma periódica y tienen representatividad nacional¹⁵. Estas encuestas tienen la finalidad de caracterizar las condiciones de vida de los hogares, fundamentalmente en términos de su acceso a los bienes y servicios, y proporcionar información para el cálculo de las ponderaciones del índice de precios al

consumidor, entre otros objetivos. Los datos recolectados por las ENGHo han servido tradicionalmente para hacer estudios alimentarios de diferente naturaleza, asociados principalmente al análisis del consumo y de los efectos de algunos factores condicionantes¹⁶.

El presente análisis evidencia, en primer lugar, que los hogares con adultos mayores son diferentes en términos sociodemográficos a aquellos SAM y que, inclusive, los MAM difieren de aquellos donde solo habitan adultos mayores. En segundo lugar, se evidencia que los hogares UAM presen-

TABLA 3 B. Consumo aparente de alimentos y bebidas según tipo de hogar y por quintil de ingreso (g o ml/AdEq/d*).

Variables		Hogar multigeneracional con adultos mayores														
		Quintil 1		Quintil 2		Quintil 3		Quintil 4		Quintil 5						
		Media	IC 95%	Media	IC 95%	Media	IC 95%	Media	IC 95%	Media	IC 95%					
Verduras y frutas	Verduras	108,21	107,89	108,53	124,42	124,08	124,76	136,72	136,33	137,10	160,36	159,91	160,81	189,15	188,36	189,94
	Frutas	38,68	38,46	38,91	51,82	51,61	52,03	65,71	65,44	65,99	96,48	96,14	96,81	120,45	119,95	120,95
Legumbres, cereales, papa, pan y pastas	Legumbres	3,70	3,65	3,75	2,67	2,64	2,69	3,56	3,53	3,60	4,62	4,58	4,67	4,39	4,34	4,43
	Cereales	26,15	26,01	26,29	24,02	23,91	24,14	23,66	23,52	23,79	22,81	22,68	22,93	18,70	18,55	18,85
	Harinas	32,33	31,98	32,68	26,47	26,21	26,73	26,95	26,64	27,27	26,43	26,18	26,68	15,87	15,60	16,13
	Hortalizas feculentas	65,42	65,16	65,69	75,29	75,03	75,56	99,63	99,03	100,23	78,03	77,73	78,33	68,91	68,53	69,29
	Panes	113,12	112,82	113,42	110,05	109,78	110,32	108,81	108,54	109,08	107,14	106,83	107,44	78,13	77,82	78,43
	Pastas	32,26	32,12	32,41	29,37	29,24	29,50	27,77	27,65	27,89	26,93	26,82	27,04	23,68	23,53	23,84
	Masas y tapas	5,50	5,45	5,54	7,60	7,55	7,65	8,67	8,61	8,73	12,48	12,40	12,57	10,50	10,39	10,61
	Leche, yogur y queso	Leches	74,24	73,78	74,70	82,07	81,70	82,44	84,53	84,12	84,94	118,97	118,50	119,45	114,21	113,55
Yogures	13,36	13,26	13,47	13,84	13,74	13,95	16,17	16,05	16,29	19,88	19,73	20,04	23,04	22,85	23,23	
Quesos	12,05	11,96	12,15	15,05	14,98	15,11	19,85	19,76	19,94	25,08	24,98	25,18	45,19	44,96	45,41	
Carne y huevo	Carnes rojas	71,16	70,94	71,38	76,10	75,89	76,31	87,77	87,52	88,01	100,25	99,95	100,54	96,56	96,18	96,94
	Carne de ave	42,90	42,73	43,08	45,52	45,37	45,67	43,97	43,79	44,15	46,35	46,17	46,52	59,20	58,67	59,73
	Otras carnes	3,30	3,23	3,36	3,30	3,26	3,34	6,44	6,37	6,52	6,36	6,29	6,43	10,70	10,57	10,83
	Pescados y mariscos	2,15	2,12	2,18	4,30	4,25	4,34	6,08	6,02	6,13	8,16	8,09	8,23	11,89	11,79	11,99
	Visceras	6,89	6,81	6,96	5,57	5,52	5,63	5,21	5,13	5,29	4,16	4,11	4,21	3,84	3,77	3,91
	Preparaciones de carnes	23,93	23,81	24,05	20,92	20,82	21,02	23,72	23,60	23,85	27,53	27,40	27,65	25,34	25,18	25,49
	Huevo	14,20	14,13	14,28	14,66	14,60	14,72	19,51	19,42	19,61	19,30	19,20	19,39	20,59	20,47	20,71
Aceites, frutas secas y semillas	Aceites	21,86	21,73	21,99	26,01	25,87	26,14	26,23	26,08	26,38	28,74	28,58	28,89	21,56	21,38	21,73
	Frutas secas	0,06	0,05	0,06	0,01	0,01	0,01	0,14	0,14	0,15	0,42	0,41	0,43	0,66	0,65	0,68
	Semillas	0,08	0,07	0,08	0,05	0,04	0,05	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,19	0,18	0,19
Alimentos de consumo opcional	Galletitas	13,09	13,02	13,16	15,79	15,72	15,86	20,74	20,64	20,84	24,77	24,67	24,87	27,11	26,98	27,25
	Amasado de pastelería	7,16	7,08	7,23	9,93	9,84	10,01	14,75	14,60	14,90	15,47	15,36	15,59	17,22	17,07	17,37
	Azúcar	30,70	30,47	30,93	31,44	31,16	31,72	27,49	27,26	27,72	26,85	26,66	27,03	23,30	23,07	23,53
	Cacao	1,00	0,97	1,02	0,44	0,43	0,45	0,46	0,45	0,47	0,29	0,29	0,30	0,79	0,76	0,81
	Dulces	2,96	2,92	3,01	4,81	4,76	4,87	6,24	6,20	6,29	9,04	8,99	9,10	10,36	10,27	10,45
	Postres	2,54	2,50	2,58	5,80	5,75	5,86	7,43	7,37	7,49	9,15	9,08	9,22	13,47	13,37	13,58
	Golosinas	2,30	2,28	2,33	2,26	2,24	2,27	3,81	3,78	3,85	3,82	3,79	3,85	6,10	6,05	6,16
	Cereales para desayuno, inflados y barras de cereal	0,53	0,52	0,54	0,48	0,47	0,48	0,75	0,74	0,76	1,22	1,20	1,24	1,33	1,31	1,36
	Comidas rápidas	22,70	22,50	22,89	33,71	33,51	33,91	38,87	38,65	39,09	51,81	51,53	52,10	87,87	87,39	88,35
	Comidas listas	30,70	30,48	30,92	44,24	43,99	44,48	57,52	57,26	57,78	78,27	77,94	78,60	154,45	153,68	155,23
	Jugos	88,10	87,60	88,60	97,08	96,61	97,54	82,73	82,12	83,34	92,12	91,40	92,83	103,23	102,22	104,24
	Gaseosas y aguas saborizadas	115,15	114,50	115,81	135,95	135,39	136,52	162,53	161,78	163,28	166,32	165,61	167,02	227,38	226,11	228,65
	Vino y cerveza	18,06	17,86	18,25	26,92	26,68	27,17	36,61	36,37	36,85	50,59	50,25	50,92	93,78	93,10	94,46
Agua	Agua	50,60	50,04	51,16	100,62	99,66	101,59	100,02	99,14	100,91	140,82	139,70	141,95	219,06	216,95	221,17
Sal	Sal	2,56	2,53	2,59	3,95	3,91	3,99	3,81	3,77	3,85	2,80	2,77	2,83	2,80	2,75	2,84

* g o ml/AdEq/d: gramos o mililitros por adulto equivalente por día

tan un mayor consumo aparente de alimentos y bebidas, especialmente en los grupos de alimentos recomendados por las Guías Alimentarias (como hortalizas y frutas, legumbres, leche, yogur y quesos, huevo, aceite, frutas secas y semillas), pero también en los de consumo opcional¹⁴. Posiblemente, esto indica que las diferencias observadas en el consumo aparente de alimentos tienen relación con las características sociodemográficas de los hogares donde solo habitan adultos mayores. Según un estudio sobre el consumo de frutas y verduras en la población argentina, los

resultados observados en relación con la composición del hogar continúan siendo estadísticamente significativos una vez controladas el resto de las variables sociodemográficas y resaltan el fuerte efecto que tiene la presencia de adultos mayores, al punto de ser la variable con mayor relevancia en el consumo aparente de frutas frescas y una de las de mayor importancia en el de verduras frescas¹⁷.

Cabe destacar que los únicos hogares que alcanzaron los 400 g diarios recomendados de frutas y verduras fueron los UAM¹⁸. Al analizar según nivel de ingresos, solo

TABLA 3 C. Consumo aparente de alimentos y bebidas según tipo de hogar y por quintil de ingreso (g o ml/AdEq/d*).

Variables		Hogar unigeneracional de adultos mayores														
		Quintil 1		Quintil 2		Quintil 3		Quintil 4		Quintil 5						
		Media	IC 95%	Media	IC 95%	Media	IC 95%	Media	IC 95%	Media	IC 95%					
Verduras y frutas	Verduras	181,21	179,50	182,91	230,57	229,47	231,66	236,19	235,54	236,84	246,89	246,15	247,62	267,91	267,15	268,67
	Frutas	108,11	106,82	109,40	126,56	125,88	127,24	159,87	159,31	160,44	201,79	201,10	202,48	234,43	233,74	235,11
Legumbres, cereales, papa, pan y pastas	Legumbres	9,21	8,95	9,48	6,29	6,19	6,40	9,01	8,93	9,08	8,05	7,97	8,14	10,44	10,35	10,53
	Cereales	27,60	27,15	28,04	36,11	35,64	36,58	42,96	42,71	43,22	30,10	29,87	30,34	27,22	27,05	27,39
	Harinas	43,03	42,37	43,69	45,32	44,67	45,97	38,40	38,13	38,66	38,90	38,58	39,22	32,83	32,48	33,18
	Hortalizas feculentas	113,55	112,47	114,62	133,93	133,15	134,70	123,01	122,53	123,49	106,98	106,53	107,43	109,19	108,48	109,91
	Panes	131,30	130,27	132,32	141,52	140,86	142,19	142,85	142,48	143,23	136,55	136,13	136,97	99,48	99,17	99,78
	Pastas	35,78	35,25	36,31	48,90	48,53	49,27	38,09	37,91	38,27	37,94	37,75	38,13	38,01	37,83	38,19
	Masas y tapas	8,79	8,53	9,06	11,66	11,36	11,96	14,40	14,29	14,52	15,77	15,62	15,93	18,67	18,50	18,83
	Leche, yogur y queso	Leches	91,71	89,95	93,47	156,37	155,17	157,57	154,08	153,21	154,94	168,71	167,81	169,61	212,57	211,64
Yogures	21,15	20,50	21,81	18,67	18,41	18,92	16,40	16,25	16,56	33,66	33,22	34,10	36,37	36,15	36,59	
Quesos	16,54	16,28	16,81	27,60	27,40	27,79	35,35	35,19	35,51	46,77	46,58	46,95	65,43	65,20	65,67	
Carne y huevo	Carnes rojas	87,01	86,15	87,88	117,81	117,23	118,39	122,46	122,05	122,86	138,62	138,14	139,10	128,94	128,52	129,36
	Carne de ave	75,43	74,17	76,69	76,98	76,50	77,47	78,42	78,10	78,73	81,28	80,92	81,64	78,91	78,52	79,29
	Otras carnes	7,58	7,23	7,93	6,88	6,73	7,02	15,34	15,16	15,53	14,27	14,11	14,44	15,82	15,69	15,96
	Pescados y mariscos	11,34	11,01	11,67	6,88	6,71	7,04	13,49	13,37	13,61	16,80	16,62	16,97	50,51	48,01	53,01
	Visceras	12,00	11,70	12,30	10,86	10,44	11,29	14,23	14,03	14,43	10,05	9,91	10,19	4,77	4,67	4,88
	Preparaciones de carnes	29,37	28,78	29,97	36,29	35,96	36,63	28,08	27,92	28,24	29,21	29,03	29,39	35,25	35,04	35,46
	Huevo	27,10	26,68	27,51	32,28	32,05	32,51	30,32	30,16	30,47	31,76	31,58	31,94	34,39	34,25	34,53
	Aceites, frutas secas y semillas	Aceites	36,39	35,69	37,08	45,22	44,75	45,70	49,52	49,29	49,75	45,24	44,93	45,56	44,92	44,67
Frutas secas	1,60	1,49	1,70	0,04	0,03	0,04	0,54	0,52	0,56	1,77	1,73	1,81	1,30	1,29	1,32	
Semillas	0,00	0,00	0,00	1,05	1,01	1,09	0,09	0,08	0,10	0,64	0,62	0,66	0,45	0,44	0,47	
Alimentos de consumo opcional	Galletitas	16,73	16,40	17,07	29,60	29,38	29,82	29,24	29,11	29,37	39,24	39,06	39,42	47,76	47,58	47,94
	Amasado de pastelería	5,11	4,80	5,41	18,56	18,27	18,85	17,44	17,29	17,60	23,70	23,54	23,87	33,35	33,16	33,55
	Azúcar	43,44	42,72	44,15	37,77	37,27	38,26	42,38	42,08	42,67	40,63	40,25	41,01	35,13	34,87	35,40
	Cacao	0,00	0,00	0,00	2,43	2,36	2,49	1,21	1,17	1,25	1,07	1,05	1,09	0,57	0,56	0,59
	Dulces	5,22	5,07	5,37	9,53	9,37	9,69	15,16	15,06	15,25	17,84	17,72	17,96	25,54	25,39	25,69
	Postres	1,60	1,51	1,69	7,92	7,77	8,07	8,72	8,60	8,84	14,02	13,88	14,16	19,69	19,56	19,81
	Golosinas	0,99	0,96	1,02	8,56	8,40	8,72	4,37	4,33	4,42	7,91	7,82	7,99	9,84	9,76	9,92
	Cereales para desayuno, inflados y barras de cereal	0,41	0,39	0,44	0,36	0,35	0,37	0,45	0,43	0,46	0,95	0,93	0,98	2,28	2,24	2,32
	Comidas rápidas	13,43	12,93	13,93	27,01	26,58	27,45	29,00	28,73	29,28	46,50	46,08	46,91	85,40	84,91	85,90
	Comidas listas	16,50	15,95	17,05	42,20	41,66	42,74	43,98	43,63	44,32	72,63	72,12	73,13	148,32	147,66	148,99
	Jugos	152,83	148,96	156,70	145,94	144,31	147,56	93,84	93,00	94,67	139,35	138,14	140,57	89,37	88,39	90,34
	Gaseosas y aguas saborizadas	117,59	115,23	119,95	150,59	149,33	151,86	160,23	159,29	161,18	221,41	220,22	222,61	240,26	239,26	241,26
	Vino y cerveza	70,21	68,41	72,01	38,41	37,95	38,88	49,15	48,79	49,52	75,02	74,51	75,53	121,64	120,93	122,35
	Agua	29,86	28,43	31,29	165,74	163,41	168,06	251,59	249,72	253,45	311,69	309,28	314,10	242,67	241,19	244,15
Sal	2,43	2,28	2,58	6,62	6,48	6,76	8,32	8,23	8,40	5,86	5,79	5,93	14,03	13,66	14,40	

* g o ml/AdEq/d: gramos o mililitros por adulto equivalente por día

alcanzaron la recomendación los hogares de los quintiles 4 y 5, es decir, los de mayores ingresos.

Al evaluar el consumo según nivel de ingresos, en todos los tipos de hogares los de mayores ingresos consumieron más cantidad tanto de alimentos recomendados como de no recomendados o de consumo opcional según las GAPA.

Este estudio es el primero de estas características en evaluar hábitos alimentarios en diferentes tipos de hogares argentinos de acuerdo con la presencia de adultos mayores. Estudios realizados en otros países abordaron

los hábitos de consumo de hogares con adultos mayores, pero sin comparar con otros tipos de hogares¹⁹. En Portugal, al analizar datos provenientes de encuestas de gastos de los hogares, se encontraron diferencias según condiciones sociodemográficas en la disponibilidad de todos los grupos de alimentos evaluados; además, se observó que los hogares de mujeres solas tenían mayor disponibilidad de frutas, leche y productos lácteos²⁰. Por otro lado, según una investigación efectuada en Brasil con el objetivo de identificar los patrones alimentarios y

los factores asociados a la población mayor de 60 años, la prevalencia del patrón dietético saludable fue mayor en mujeres, caucásicas y personas con título de grado o postgrado, e indicaron una asociación entre mejores condiciones sociales y hábitos de vida beneficiosos con el consumo de alimentos saludables²¹. En la misma línea, un estudio llevado a cabo en cuatro países de Europa reveló que la educación, el hecho de no vivir solo y el sexo femenino eran características asociadas positivamente con la calidad de la dieta de los adultos mayores²².

En Argentina no hay datos disponibles de los hábitos alimentarios de la población de adultos mayores con representatividad nacional. La Encuesta Alimentaria y Nutricional de la Ciudad Autónoma de Buenos Aires de 2011 demostró que los adultos mayores de 60 años presentaban un mayor consumo de algunos grupos de alimentos, como frutas y verduras, y menor ingesta de nutrientes críticos, como sodio, azúcares agregados, grasas saturadas y trans, lo cual indicaría un mejor perfil alimentario que el resto de los grupos etarios evaluados por la encuesta²³.

El hecho de que en los hogares con adultos mayores haya mayor consumo de algunos alimentos protectores de la salud, como las frutas y verduras, podría atribuirse a que en muchos casos los adultos mayores modifican su alimentación por patologías preexistentes propias de este grupo etario. En la provincia de Buenos Aires, según un estudio realizado con el objetivo de evaluar los patrones de consumo de alimentos en adultos mayores y su relación con factores socioeconómicos a partir de los datos de la ENGHo 2012-2013, el nivel de ingresos y la condición de vivir solo o sola son factores que podrían afectar la adopción de una dieta variada por parte de los adultos mayores²⁴.

Entre las fortalezas del estudio se destacan las relativas a la fuente de información, que ofrece representatividad a nivel país y muestras lo suficientemente grandes como para establecer diferencias en los distintos tipos de hogares y según el nivel de ingresos. Además, el trabajo de campo se distribuye a lo largo del año, teniendo así en cuenta la estacionalidad de los consumos²⁵.

Se debe contemplar que el uso de la compra de alimentos como estimación del consumo aparente plantea limitaciones intrínsecas, como la ausencia de datos sobre la distribución de alimentos entre los diferentes miembros del hogar y la falta de registro de desperdicios de alimentos o aquellos destinados para consumo animal, y la falta de

registro de alimentos que se reciben por programas sociales o gratuitamente. El uso de la compra de alimentos como estimación del consumo puede ser de mayor utilidad en familias con bajos ingresos, donde los desperdicios u otros destinos de los alimentos adquiridos son mínimos¹⁵.

Al tratarse de un análisis descriptivo, no es posible diferenciar el efecto que tiene cada una de las variables de manera independiente, ni determinar si las diferencias en el consumo son reales o se deben a las condiciones de vida de los hogares; para ello sería conveniente realizar un análisis multivariado, que controle el efecto de las diferentes variables sociodemográficas sobre el consumo de alimentos y bebidas.

La información sobre el patrón alimentario en grupos poblacionales específicos (como el de los adultos mayores) y de distintos niveles socioeconómicos, junto con datos sobre el estado antropométrico y los cambios en el patrón de morbilidad y mortalidad, es clave para generar estrategias y planes de acción, que permitan la aplicación de políticas públicas tendientes a garantizar una mejor calidad de vida y promover estilos de vida saludables en este grupo poblacional en franco crecimiento.

RELEVANCIA PARA POLÍTICAS E INTERVENCIONES SANITARIAS

Los resultados generan una aproximación a la calidad de la alimentación en hogares con adultos mayores, estableciendo una comparación entre los hogares según su composición y situación socioeconómica, lo que permite impulsar políticas públicas basadas en evidencia. Además, estos datos se pueden utilizar como una herramienta de control y monitoreo de los hábitos alimentarios de acuerdo con la composición de los hogares. La desagregación según el nivel de ingresos de los hogares es un insumo muy valioso para implementar políticas alimentarias, ya que representa un importante factor condicionante del consumo de alimentos.

Los resultados sirven como insumo para planificar un abordaje de la salud que incluya la promoción de los estilos de vida saludables y el reconocimiento del impacto de las condiciones socioeconómicas. Esto permitiría prevenir efectos de las enfermedades crónicas, aumentar los años de vida saludables e incidir así en la calidad de vida de la población de adultos mayores y en la reducción de los costos derivados en el sistema de salud.

DECLARACIÓN DE CONFLICTO DE INTERESES: No hubo conflicto de intereses durante la realización del estudio.

CONTRIBUCIÓN DE LOS AUTORES: Todos los autores han efectuado una contribución sustancial a la concepción o el diseño del estudio o a la recolección, análisis o interpretación de los datos; han participado en la redacción del artículo o en la revisión crítica de su contenido intelectual; han aprobado la versión final del manuscrito; y son capaces de responder respecto de todos los aspectos del manuscrito de cara a asegurar que las cuestiones relacionadas con la veracidad o integridad de todos sus contenidos han sido adecuadamente investigadas y resueltas.

Cómo citar este artículo: Tamburini C, Zapata ME. Hábitos de consumo de alimentos y bebidas en hogares argentinos según presencia de adultos mayores y nivel de ingreso. *Rev Argent Salud Pública*. 2022;14:e82 . Publicación electrónica 29 de Ago 2022.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- ¹ Organización Mundial de la Salud. Acción multisectorial para un envejecimiento saludable basado en el ciclo de vida: proyecto de estrategia y plan de acción mundiales sobre el envejecimiento y la salud [Internet]. Ginebra: OMS; 2016 [citado 28 May 2022]. Disponible en: https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/253025/A69_17-sp.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- ² Ministerio de Salud de la Nación. Programa nacional de envejecimiento activo y salud para los adultos mayores [Internet]. Buenos Aires: MSAL; 2007 [citado 28 May 2022]. Disponible en: <https://bancos.salud.gob.ar/recurso-programa-nacional-de-envejecimiento-activo-y-salud-para-los-adultos-mayores>
- ³ Instituto Nacional de Estadística y Censos. Censo 2010 [Internet]. Buenos Aires: INDEC; 2010 [citado 28 May 2022]. Disponible en: <https://www.indec.gob.ar/indec/web/Nivel4-Tema-2-41-135>
- ⁴ Ministerio de Salud de la Nación. Esperanza de vida saludable en Argentina 2010 [Internet]. Buenos Aires: MSAL; 2016 [citado 28 May 2022]. Disponible en: https://www.fundacionsidom.org/assets/documentos/investigaciones/6083b-2016-12_esperanza-vida.pdf
- ⁵ Organización Mundial de la Salud. Enfermedades no transmisibles [Internet]. Ginebra: OMS; 2018 [citado 28 May 2022]. Disponible en: https://www.who.int/es/health-topics/noncommunicable-diseases#tab=tab_1
- ⁶ Vioque Lopez J, Pastor Valero MA, Galiana Llorca N. Nutrición y salud pública (II). Evidencias de relaciones dieta-enfermedad. En: Hernández-Aguado I, Gil de Miguel A, Delgado Rodríguez M, editores. Manual de Epidemiología y Salud Pública: para grados en ciencias de salud. Madrid: Médica Panamericana; 2011. 191 p.
- ⁷ Organización Mundial de la Salud. Informe sobre la salud en el mundo 2003: Forjemos el futuro [Internet]. Ginebra: OMS; 2003 [citado 28 May 2022]. 209 p. Disponible en: <https://apps.who.int/iris/handle/10665/42822>
- ⁸ Ministerio de Salud y Desarrollo Social de la Nación. 4º Encuesta Nacional de Factores de Riesgo. Informe definitivo [Internet]. Buenos Aires: MSyDS; 2019 [citado 28 May 2022]. Disponible en: <https://bancos.salud.gob.ar/recurso/4ta-encuesta-nacional-de-factores-de-riesgo-2019-informe-definitivo>
- ⁹ Ministerio de Salud y Desarrollo Social de la Nación. 2º Encuesta Nacional de Nutrición y Salud. Principales resultados de los indicadores priorizados. Resumen Ejecutivo. Septiembre 2019 [Internet]. Buenos Aires: MSyDS; 2019 [citado 6 Abr 2021]. Disponible en: <https://acortar.link/LtxoH>
- ¹⁰ Instituto Nacional de Estadística y Censos. Encuesta Nacional de Gastos de los Hogares 2017-2018. Informe de ingresos [Internet]. Buenos Aires: INDEC; 2020 [citado 28 May 2022]. Disponible en: https://www.indec.gob.ar/ftp/cuadros/sociedad/engho_2017_2018_informe_ingresos.pdf
- ¹¹ Instituto Nacional de Estadística y Censos. El Gasto de Consumo de los Hogares Urbanos en la Argentina. Un análisis a partir de las mediciones de 1996/1997, 2004/2005 y 2012/2013 [Internet]. Buenos Aires: INDEC; 2014 [citado 28 May 2022]. Disponible en: https://biblioteca.indec.gob.ar/bases/minde/4si10_47.pdf
- ¹² Ministerio de Salud de la Nación. Software SARA. Sistema de Análisis y Registro de Alimentos, Versión 1.2.22 ed2007. Buenos Aires: Dirección Nacional de Salud Materno Infantil; 2013.
- ¹³ López L, Suárez M. Alimentación Saludable. Guía práctica para su realización. Buenos Aires: SAH; 2011.
- ¹⁴ Ministerio de Salud de la Nación. Guías Alimentarias para la Población Argentina. Documento técnico metodológico [Internet]. Buenos Aires: MSAL; 2016 [citado 28 May 2022]. Disponible en: <https://cesni-biblioteca.org/archivos/nosal.pdf>
- ¹⁵ Fiedler JL, Lividini K, Bermudez OI, Smitz MF. Household Consumption and Expenditures Surveys (HCES): a primer for food and nutrition analysts in low- and middle-income countries. Food Nutr Bull [Internet]. 2012 [citado 28 May 2022];33(3 Supl):S170-184. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/23193768/>
- ¹⁶ Organización Panamericana de la Salud. Salud en Sudamérica, edición de 2012: panorama de la situación de salud y de las políticas y sistemas de salud [Internet]. Washington DC: OPS; 2012 [citado 28 May 2022]. Disponible en: <https://www.fundacionfemeba.org.ar/blog/farmacologia-7/post/salud-en-sud-america-edicion-de-2012-panorama-de-la-situacion-de-salud-y-de-las-politicas-y-sistemas-de-salud-organizacion-panamericana-de-la-salud-42739>
- ¹⁷ Ballesteros M, Zapata M, Freidín B, Tamburini C, Rovirosa A. Desigualdades sociales en el consumo de verduras y frutas según características de los hogares argentinos. Salud Colectiva [Internet]. 2022 [citado 28 May 2022];18e. Disponible en: <http://revistas.unla.edu.ar/saludcolectiva/article/view/3835>
- ¹⁸ Organización Mundial de la Salud; Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación (FAO). Dieta, nutrición y prevención de enfermedades crónicas [Internet]. Ginebra: OMS; 2003 [citado 28 May 2022]. Disponible en: http://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/42755/WHO_TRS_916_spa.pdf;jsessionid=2A169D998DE6F615F2878AC5F5F28939?sequence=1
- ¹⁹ Santos DM, Rodrigues SS, de Oliveira BM, Vaz de Almeida MD. Diet quality in elderly Portuguese households. J Nutr Health Aging [Internet]. 2014 [citado 28 May 2022];18(3):243-250. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/24626750/>
- ²⁰ Santos DM, Oliveira BM, Rodrigues SS. Effect of sociodemographic variables and time on food group contribution to total food availability in Portuguese elderly households. J Nutr Health Aging [Internet]. 2014 [citado 28 May 2022];18(5):471-478. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/24886733/>
- ²¹ Pereira I, Vale D, Bezerra MS, Lima KC, Roncalli AG, Lyra CO. Dietary patterns of the elderly in Brazil: National Health Survey, 2013. Cien Saude Colet [Internet]. 2020 [citado 28 May 2022];25(3):1091-1102. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32159677/>
- ²² Irz X, Fratiglioni L, Kuosmanen N, Mazzocchi M, Modugno L, Nocella G, et al. Sociodemographic determinants of diet quality of the EU elderly: a comparative analysis in four countries. Public Health Nutr [Internet]. 2014 [citado 28 May 2022];17(5):1177-1189. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/23659466/>
- ²³ Gobierno de la Ciudad de Buenos Aires. Primera Encuesta Alimentaria y Nutricional de la Ciudad Autónoma de Buenos Aires. Buenos Aires: GCBA; 2011.
- ²⁴ Geri M, Gutiérrez E, González GP. Patrones alimentarios de adultos mayores en una región argentina y su relación con factores socioeconómicos. Rev Salud Publica (Bogota) [Internet]. 2019 [citado 28 May 2022];21(6):1-5. Disponible en: <https://revistas.unal.edu.co/index.php/revsaludpublica/article/view/82930>
- ²⁵ Molteldo A, Troubat N, Lokshin M, Sajaia Z. Analyzing Food Security Using Household Survey Data: Streamlined Analysis with ADePT Software [Internet]. Washington DC: Banco Mundial; 2014 [citado 28 May 2022]. Disponible en: <https://openknowledge.worldbank.org/handle/10986/18091>



Esta obra está bajo una licencia de *Creative Commons* Atribución-NoComercial-CompartirIgual 4.0 Internacional. Reconocimiento – Permite copiar, distribuir y comunicar públicamente la obra. A cambio se debe reconocer y citar al autor original. No comercial – esta obra no puede ser utilizada con finalidades comerciales, a menos que se obtenga el permiso.