

# **Encuesta alimentaria en las poblaciones de Pueblo Nuevo, Buena Vista, Santa Ana y Adícora, de Paraguaná, Edo. Falcón, en 1961**

FERMÍN VÉLEZ BOZA  
Instituto Nacional de Nutrición

## **INTRODUCCION**

En 1961 se realizó una encuesta de hábitos alimentarios en las poblaciones de Pueblo Nuevo, Buena Vista, Santa Ana y Adícora, situadas en la Península de Paraguaná, Estado Falcón\*.

En visitas que efectuamos a éstas, consideramos de interés el determinar la situación de la alimentación de sus habitantes, ya que ellos viven en una región árida, donde sólo se desarrolla una vegetación xerófila, por lo cual su aprovechamiento agrícola y ganadero es poco productivo; la población está muy apegada a su tierra, tiene costumbres típicas propias y, a pesar de existir vías de comunicación, se encuentran relativamente apartadas de los grandes centros urbanos.

### **1.—La región, su geografía y climatología.**

La Península de Paraguaná se encuentra situada al noroeste del país, entre los 11°30 y 12°30 de latitud norte; forma parte del Estado Falcón y está integrada por diez municipios, de los cuales las poblaciones estudiadas constituyen cuatro de ellos.

---

\* Agradecemos su colaboración a los Dres. León Van Grieken, Ladislao Neszar, Roger Rafael Revilla Díaz y Gloria Pérez Huerta, para esa época, Médicos Rurales de dichas poblaciones, quienes tomaron los datos solicitados para la encuesta, así como también a la señora Cecilia Spósito y el Dr. Alberto Contreras por su contribución.

La región es una extensa meseta de forma casi cuadrangular, con una extensión de 2.396 kilómetros cuadrados de tierra baja (20-30 m. s. n. m.), con tres elevaciones; la más importante es el Cerro de Santa Ana, con 815 m. s. n. m. (1).

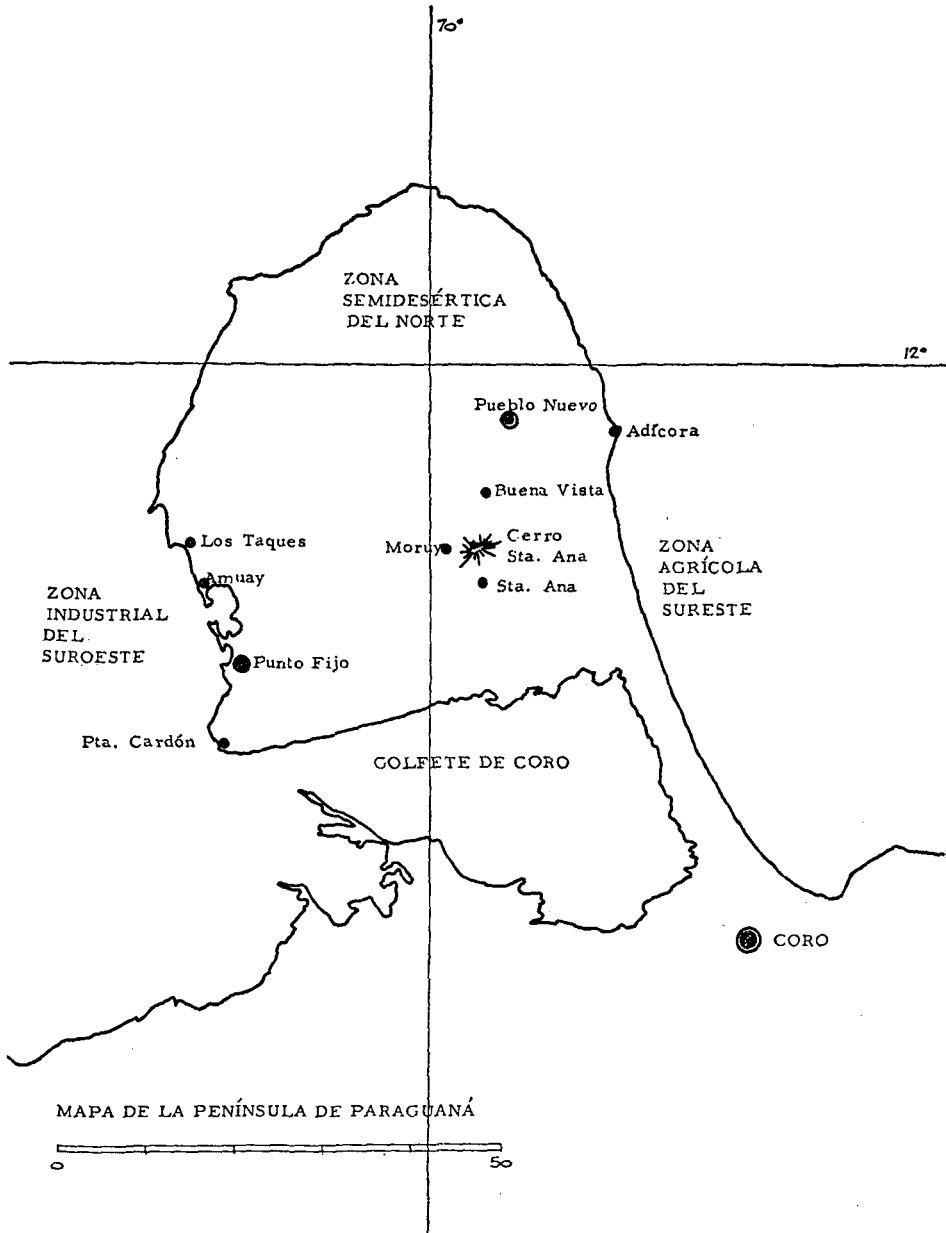
El clima es muy cálido (le temperatura media anual en Las Piedras es de 28,7°C.), predominando las altas temperaturas medias. Lo refrescan los constantes vientos alisios del N.E.; la lluvia es muy deficiente, con una anual media de 300 mm.; por ello el agua es muy escasa, ya que, debido a su topografía, las nubes pasan sin detenerse y sólo en el cerro Santa Ana se acumulan dando una cierta humedad y originando un pequeño río.

## **2.—Sus habitantes.**

Los habitantes de la península, especialmente los de las cuatro localidades estudiadas, representan, debido a las características de su aislamiento en ese medio, lo que hoy día se denomina "una población testigo", no alterada del mestizaje caquetío-español, que proviene desde los comienzos de la Colonia (siglo XVI) y se inicia cuando la expedición de Federman; es, por lo tanto, una de las más antiguas del país, pero el crecimiento de la población ha sido muy lento, debido probablemente a las difíciles condiciones ambientales.

En términos generales podemos apreciar que en la Península de Paraguaná la población se agrupa en dos zonas: el conjunto más importante se encuentra situado en su costa Oeste; allí están los grandes centros urbanos de Carirubana, Punta Cardón y Punto Fijo; sus habitantes, en general, tienen ingresos económicos relativamente altos por estar basados en el comercio y la industria petrolera; en cambio, en la zona Este se encuentran pequeñas localidades de vida plenamente rural, como son: Pueblo Nuevo, Buena Vista, Santa Ana y Adícora.

De estas localidades rurales, las tres primeras se encuentran situadas en el centro de la Península, en las cercanías del cerro de Santa Ana, posiblemente porque allí las condiciones climáticas son mejores, favoreciendo la agricultura y la ganadería; en cambio, Adícora, la más alejada de todas, es un puerto situado en la costa Este y la mayoría de sus habitantes derivan parte de su sustento de la pesca o de la industria de la sal; el resto de la península está prácticamente despoblado.



Según los últimos censos oficiales (2º y 3º), la población de toda la península fue la siguiente: en 1950 tenía 61.153 habitantes, y en 1961 llegó a 104.623; este notable aumento ocurrió principalmente en las localidades de la región occidental; en cambio, en la región oriental la población disminuyó en los municipios de Adícora y Buena Vista, que en 1950 tenían, respectivamente, 3.150 y 3.500 habitantes y en 1961 descendieron a 2.709 y 3.066; con respecto a los municipios de Pueblo Nuevo y Santa Ana, en los diez últimos años sólo experimentaron un ligero aumento, ya que en 1950 tenían 8.138 y 4.758 habitantes, respectivamente, y subieron en 1961 a 8.738 y 5.223. Por lo tanto, el crecimiento demográfico en los dos primeros municipios fue negativo y en los dos últimos sólo hubo un ligero aumento, siendo su desarrollo por debajo de lo normal y ocurriendo un hecho similar con la natalidad.

### **3.—Producción de alimentos.**

En relación con la baja capacidad adquisitiva de estas poblaciones, lo que fundamentalmente consumen son productos locales; éstos son pocos, alrededor de 24, ya que, según indica el Profesor Vila (1), la producción agrícola de esta región es poco variada porque “el 85% de la península es un paisaje semidesértico”, siendo los principales cultivos: 1º) El maíz, aunque según parece esta zona no es adecuada para el cultivo de dicho cereal y su producción es cada vez menor; la producción en 1952-53 fue de 360.860 kg. 2º) Frijol; tampoco es propicio para el cultivo de esta leguminosa, que por excelencia se da entierra cálida y seca; su producción promedio fue de 291.430 kg. 3º) Caraotas; esta leguminosa necesita una temperatura más suave; su producción presenta una serie de altibajos; así tenemos que en 1949-50 se obtuvieron 200.000 kilogramos; en 1950-51 un total de 100.000 kg.; en 1951-56 no hubo producción, y en 1957-58 un total de 960.000 kg. 4º) Ajonjolí; actualmente es el producto agrícola comercial de mayor importancia en la región; la producción estimada fue de 1.502 toneladas métricas para el año 1962 (7,11% de la producción nacional) (4); también es de interés la producción local de maní.

En las escasas ocasiones que llueve en la península, la producción agrícola mejora considerablemente, lo cual nos hace suponer que si pudiese establecerse allí algún sistema de riego, esto modificaría muy favorablemente la agricultura.

En cuanto a la ganadería, es interesante recordar que Coro fue durante la Colonia el primer centro distribuidor de ganado y de allí paso a El Tocuyo; los resultados del censo de 1950 fueron para Paraguaná los siguientes: vacuno, 10.384; porcino, 15.659; caprino, 158.507, y ovino, 13.516. Como se ve, predomina el ganado caprino.

El beneficio de ganado porcino en 1960 fue en Pueblo Nuevo de 77 cabezas (2.742 kg.) y en Santa Ana de 44 cabezas (1.300 kg.) (5).

En la encuesta avícola nacional de junio de 1961, en el Distrito Falcón, había 10.375 aves adultas (de ellas, 2.195 en el municipio de Pueblo Nuevo); la producción de huevos para consumo fue de 4.909 unidades. (En Pueblo Nuevo obtuvieron 1.097 unidades.) (6)

#### **4.—Estudios anteriores.**

En 1938 el Dr. O. Beaujón efectuó una "Encuesta del Estado Falcón" (inérita), reuniendo una valiosa información, y al examinar los datos sobre alimentación notamos que son parecidos a los encontrados actualmente (7).

Observaciones acerca de la alimentación fueron publicadas en 1941 por el Dr. G. Trómpiz, quien señala que, "a pesar de tener una alimentación deficiente en proteínas, existen pocos casos de anemia y al igual que otros colegas observaba que los naturales de Paraguaná eran gente alta y fuerte" (8).

En el año 1954 los Dres. M. Corradi y J. M. Bengoa (9) realizaron una "Encuesta Alimentaria en Santa Ana, Estado Falcón", que comprendía un total de 14 familias (94 personas), llegando a las siguientes conclusiones: la base de la alimentación estaba constituida por el maíz pilado, caraotas, carne de cabra y papelón; algunas familias con mejores recursos tienen un consumo adecuado de leche. Los valores nutritivos encontrados fueron: valor calórico promedio, 2.309 (correspondiendo 1.030 al maíz pilado); proteínas, 76,2 grs.; grasas, 55 grs.; glúcidos, 377 grs.; calcio, 068 grs.; relación calcio-fósforo, 0,43; hierro, 16 mgs.; vitamina A, 1.069 U. I.; B<sub>1</sub>, 0,64 mgs.; vitamina B<sub>2</sub>, 1,9 mgs.; niacina, 5,1 mgs.; vitamina C, es el dato más significativo de la encuesta: el consumo es apenas de 13,6 mgs., siendo éste sumamente bajo.

En 1961 el Dr. M. A. Vila publicó su importante monografía: "Aspectos Geográficos del Estado Falcón", la cual nos ha

servido de fuente de consulta en diversos aspectos de esta entidad (1).

En 1962 la Fundación para el Desarrollo de la Comunidad presentó su "Proyecto para el desarrollo del Distrito Falcón", en el que señala un programa metódico que al realizarse reportará beneficios a dicha región (10).

## OBJETIVO

### 5.—Objetivo de la encuesta.

Al planificar este estudio nos propusimos los siguientes objetivos: 1) Determinar los hábitos alimentarios en estas localidades rurales, situadas en una zona árida. 2) Comprobar experimentalmente la eficacia y posibilidad del manejo de los métodos sugeridos por el autor (12-14) y apreciar si permiten seguir la evolución de la alimentación en el medio rural. 3) Relacionar entre sí las encuestas de hábitos de alimentación con la encuesta de síndromes carenciales, así como también con los estudios históricos, demográficos y agrícolas que se han efectuado en esa zona. 4) Señalar orientaciones que pueden contribuir a la mejor alimentación en las poblaciones estudiadas.

## MATERIAL Y METODOS

### 6.—Método.

Se utilizó para esta encuesta alimentaria un método basado en el interrogatorio y mediante éste se determinó: 1) Los alimentos y preparaciones consumidas el día anterior. 2º) Los alimentos y preparaciones que eran consumidas corrientemente.

El interrogatorio fue realizado por el personal de la Medicultura, quien tomó los datos antes señalados; de esta manera se obtuvo una información cualitativa adecuada de su sistema de alimentación. En estudios anteriores estos métodos han permitido determinar los hábitos alimentarios en colectividades (11 y 13), siendo la primera vez que son aplicados para el estudio de la alimentación regional. En la encuesta se considera principalmente la importancia de los alimentos con relación a los siguientes factores, la frecuencia en su uso, la forma de preparación y su sistema de dieta.

### 7.—Población estudiada.

Fueron encuestadas un total de 602 personas, todas de nacionalidad venezolana, que representan alrededor de 193 familias; de ellas se interrogaron un promedio de tres miembros; es una población de bajos ingresos y corresponde a la clase asistencial que es atendida en las Medicaturas Rurales.

#### A) Distribución por localidades:

El total de habitantes en cada localidad se obtuvo de los resultados del IX Censo de Población (1961) y se relacionó este dato con el número de personas encuestadas, encontrando un porcentaje general y por localidades representativo (exceptuando Pueblo Nuevo). Se tomó en cuenta los habitantes del casco de la localidad, en vez de los de todo el municipio, por estar los primeros más en contacto con la Medicatura; estos resultados se indican en el cuadro N° 1.

CUADRO N° 1  
DISTRIBUCION DE LA POBLACION POR LOCALIDADES

Localidades	Total de habitantes (casco)	Total de encuestados	Porcentaje de encuestados
Santa Ana	740	223	30,14
Pueblo Nuevo	2.867	144	5,02
Buena Vista	786	140	17,88
Adícora	563	95	16,87
	4.956	602	12,15

#### B) Distribución por grupos de edades y sexo:

##### a) Por grupos de edades:

Se clasificaron éstas en cinco grupos, siendo tres de ellos muy similares (pre-escolares, gestantes y adultos).

##### b) Sexo:

Existe un predominio del sexo femenino, ya que éste constituye el 56,6% de las personas encuestadas y prácticamente la mitad de éstas eran gestantes, debido a que es una muestra de la población que asiste a la Medicatura. La distribución por edad y sexo se indica en el cuadro N° 2.

CUADRO N° 2

DISTRIBUCION DE LA POBLACION POR GRUPOS DE EDADES  
Y SEXOS

Grupos	Varones	Hembras	Total	%
1º) Pre-escolares	73	93	166	27,58
2º) Escolares	2	10	12	1,99
3º) Adolescentes	47	18	65	10,80
4º) Gestantes	—	165	165	27,41
5º) Adultos	139	55	194	32,22
	261	341	602	100,00

## RESULTADOS

**8.—Alimentación.**

En el estudio de la alimentación se consideró el uso de los alimentos y preparaciones según los siguientes aspectos: consumo en general, por localidades, según su tipo y en los diversos grupos de edades.

**A) Consumo de alimentos en general:**

En los hábitos de alimentación determinados por el interrogatorio se encontró para toda la población los siguientes resultados: de 159 alimentos investigados hay 90 (56,5%) que eran usados con diversos porcentajes y 69 que nunca utilizan. Considerando los alimentos que son consumidos por más del 1% de toda la población estudiada, se encuentran 65, por lo cual su alimentación se reduce a pocos alimentos. Estos resultados se presentan en el cuadro N° 3 y en la gráfica N° 1.

**B) Alimentos consumidos en cada localidad:**

Ordenando separadamente los alimentos utilizados en cada una de las localidades y tomando como base de comparación los consumidos por las tres cuartas partes de la población, o sea del 25 al 100% (en otras regiones realizamos la comparación a base de consumo por más del 75% de la población), se encuentran los resultados indicados en el cuadro N° 4.

Se aprecia que son pocos los alimentos diferentes, ya que el promedio de los comúnmente usados en las cuatro localidades fue de 9.

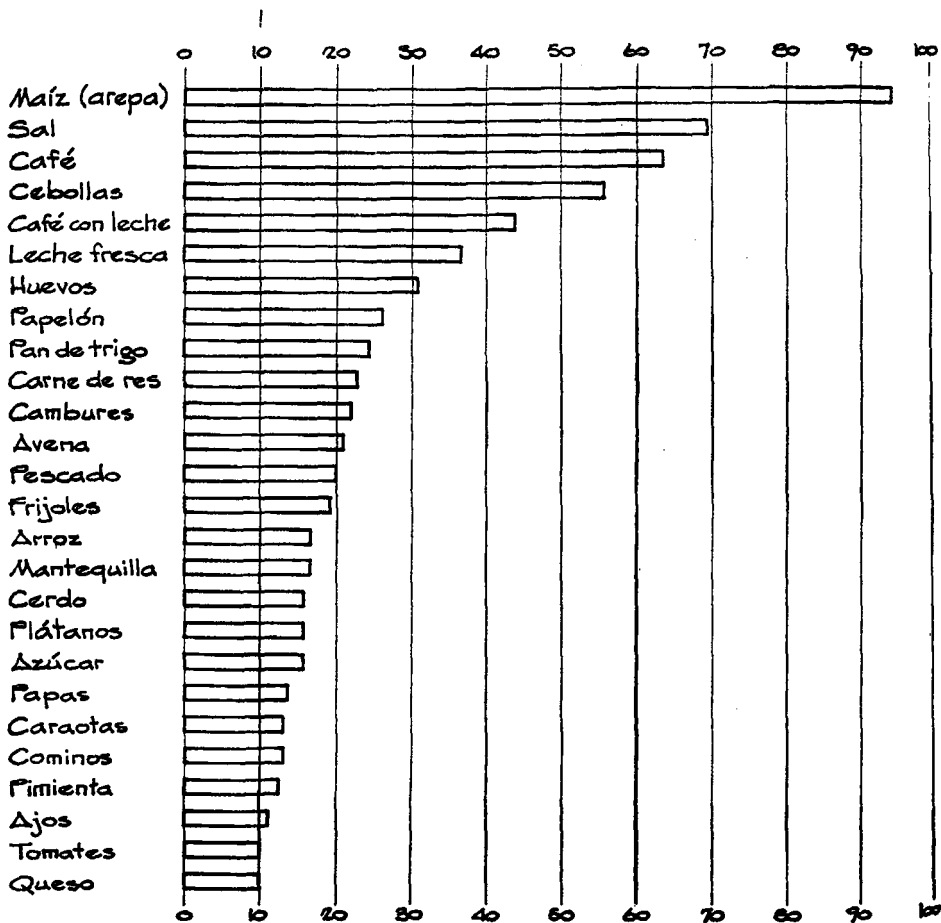
CUADRO N° 3

PORCENTAJE DE CONSUMO GENERAL DE LOS ALIMENTOS (EN LAS CUATRO LOCALIDADES)

Consumo:	1) Consumo muy frecuente	2) Frecuente	3) Poco	4) Escaso	5) Muy escaso	
Porcentaje:	75—100%	50-75%	25—50%	10—25%	0—10%	
<b>Alimentos:</b>	Maíz (arepa) 95%	Sal 71% Café 67 Cebolla 57	Café con leche 45% Leche (fresca) 38 Huevos 31 Papelón 27 Pan de trigo 25	Carne de res 23% Cambures 22 Avena 21 Pescado 20 Frijoles 19 Arroz 17 Mantequilla 17 Cerdo 16 Plátanos 16 Azúcar 16 Papas 14 Caraotas 13 Comino 13 Pimienta 12 Ajo 11 Tomate 10 Queso 10	Sardina 8% Gaseosas 7 Ají 9 Gallina 5 Espaguetis 4 Vinagre 4 Galletas 3 Salsa de tomate 3 Auyama 3 Mondongo 3 Pimentón 3 Arvejas 3 Canela 3 Atún 2 Conejo 2 Hígado 2 Patilla 2 Lechosa 2 Jamón 2 Clavo 2	Chicharrón 2 Jugos 2 Pepino 2 Batata 1 Yuca 1 Funche 1 Maíz (harina) 1 Cilantro 1 Aceitunas 1 Mayonesa 1 Aguacate 1 Manzana 1 Conservas 1 Tortas 1 Miel 1 Té 1 Chocolate 1 Naranja 1 Limón 1
<b>Total de alimentos consumidos:</b>	1	3	5	17	39	

GRÁFICA N° 1

PORCENTAJES DE CONSUMO DE ALIMENTOS POR TODA LA POBLACIÓN.



En estas poblaciones el número de alimentos consumidos por más del 25% es muy similar, 12-13 alimentos; pero si consideramos todos los porcentajes, Pueblo Nuevo es quien emplea mayor número de alimentos, 71.

El total para el conjunto de las cuatro localidades fue de 21 alimentos diferentes.

CUADRO Nº 4

ALIMENTOS CONSUMIDOS EN CADA LOCALIDAD POR MAS DEL 25% DE LA POBLACION

Adicora	%	Buena Vista	%	Pueblo Nuevo	%	Santa Ana	%
Arepa .....	100	Arepa .....	94	Arepa .....	90	Arepa .....	96
Café .....	97	Sal .....	84	Sal .....	78	Sal .....	89
Cerdo .....	25	Café con leche ...	50	Cebolla .....	73	Papelón .....	72
Huevos .....	25	Café .....	66	Café .....	52	Cebolla .....	68
Pescado (fresco) ..	25	Cebolla .....	62	Café con leche ...	39	Café .....	65
		Ajo .....	41	Pan de trigo .....	31	Ajo .....	61
		Cambures .....	40	Huevos .....	31	Café con leche ...	50
		Pan de trigo .....	39	Carne de res .....	27	Leche .....	47
		Huevos .....	35	Leche .....	26	Avena .....	39
		Leche .....	34	Mantequilla .....	25	Azúcar .....	37
		Carne de res .....	29	Tomates .....	24	Pan de trigo .....	31
		Plátanos .....	25	Frijoles .....	24	Huevos .....	31
		Frijoles .....	20			Comino .....	30
Número de alimentos usados por el 25% y más de las personas	5		13		12		13
Total de alimentos (todos los porcentajes)	27		55		71		64

Si comparamos las poblaciones a base de los tipos de alimentos más frecuentemente usados, encontramos que: en Buena Vista la alimentación es mejor, ya que consumen proteínas de leche, huevos y carne de res, además de frijoles y frutas como el cambur y los plátanos. En Pueblo Nuevo reemplazan las frutas con el tomate; en cambio, en Santa Ana es menos frecuente el consumo de la carne de res y de frutas; por último, en Adícora consumen pescado, pero la mayoría no come frutas ni hortalizas, es por ello deficiente en éstos su alimentación y utilizan pocos alimentos.

C) *Por el tipo de alimentos (proteínas animales, hortalizas y frutas):*

Siendo de interés precisar la ingestión de proteínas animales, así como la de hortalizas y frutas (estas últimas por su aporte en ácido ascórbico), se clasificó la población en dos grupos según el consumo de éstos.

a) Según el consumo de proteínas animales: se incluyen los siguientes alimentos: carne de res, aves, cerdo, cabra, pescado y otros animales, además huevos, leche y queso.

De las 602 personas encuestadas consumieron el día anterior proteínas animales 554 (92%) y no recibieron dichos alimentos 48 personas (8%), existiendo entre estas últimas 16 gestantes.

Los resultados se indican en el cuadro N° 5, donde se aprecian los distintos porcentajes.

CUADRO N° 5  
CONSUMO DE PROTEINAS ANIMALES

ALIMENTOS (Consumidos el día anterior)	NUMERO DE PERSONAS			%
	V.	H.	Total	
Carne (solamente)	58	82	140	23,25
Leche y queso (exclusivamente)	45	23	68	11,29
Carne, leche y queso	159	187	346	57,46
Consumen proteínas animales	262	292	554	92,00
No comen proteínas animales	17	31	48	8,00
<b>TOTAL</b>	<b>279</b>	<b>323</b>	<b>602</b>	<b>100,00</b>

La distribución por edad y sexo de las personas que no consumieron proteínas animales se muestra en el cuadro N° 6, donde se observa que el grupo más numeroso es del sexo femenino, y en cuanto a la edad, el mayor número está comprendido entre los 30 y 39 años (11 personas).

CUADRO N° 6

## DISTRIBUCION POR EDAD Y SEXO DE LAS PERSONAS QUE NO CONSUMIAN PROTEINAS ANIMALES

(Valores absolutos)

EDAD (años)	S E X O		TOTAL (ambos sexos)
	V.	H.	
4	0	2	2
5	2	1	3
6	1	4	5
7	1	—	1
8	1	—	1
11	1	—	1
17	1	—	1
19	—	1	1
20 a 29	1	8	9
30 a 39	4	7	11
40 a 49	2	3	5
50 y más	3	5	8
TOTAL	17	31	48

Para apreciar la alimentación de estas personas se determinaron los alimentos que consumían, encontrándose los siguientes (cuadro N° 7):

## CUADRO N° 7

## ALIMENTOS UTILIZADOS POR LAS PERSONAS QUE NO CONSUMIERON PROTEINAS ANIMALES

(Valores absolutos y porcentajes)

Alimentos	Consumo promedio diario (raciones)	Número de personas	%
Arepa	2	48	92
Café	1	43	88
Frijoles	1	20	38
Mantequilla	1	16	33
Sal	1	12	27
Caraotas	1	12	27
Cebollas	1	10	19
Arroz	1	9	17
Ajos	1	4	7
Plátanos	1,5	2	6
Papas	1	3	6
Jugos	1	2	4
Avena	1	2	4
Espaguetis	1	2	4
Cambures	1	2	4
Pan de trigo	1	2	4
Papelón	1	2	4
Azúcar	1	2	4
Pimienta	1	2	4
Maicena	1	1	2
Guarapo	1	1	2
Auyama	1	1	2
Pepinos	1	1	2
Tomates	1	1	2
Cilantro	1	1	2
Vinagre	1	1	2
Comino	1	1	2
Té	1	1	2

Como se observa en el cuadro N<sup>o</sup> 7, las personas que no consumieron proteínas animales se alimentaron principalmente a base de maíz (arepa), café, leguminosas, mantequilla, cebollas y arroz, siendo la alimentación de este grupo a base de carbohidratos, grasas y proteínas vegetales.

Se determinó también el número de veces que comen diariamente cada alimento y se encontró que en la mayoría es de una vez al día, con excepción de la arepa y el plátano, de los cuales reciben dos raciones diarias.

b) *Según el consumo de hortalizas y frutas:*

De las 602 personas estudiadas, consumen éstas 236 (39%) varones, 119, y hembras, 117; de ellos comen sólo frutas 162; frutas y hortalizas, 45, y hortalizas únicamente, 29.

Se aprecia que les gusta más las frutas y de éstas el cambur y el plátano; en menor proporción naranja, aguacate y mango. El uso de las hortalizas es muy escaso y las más utilizadas son: tomate, auyama, pepino, remolacha y zanahoria, de éstas la más usada es el tomate.

No comieron hortalizas ni frutas la mayoría, 366 (71%) personas (142 varones y 224 hembras).

Según estos resultados, las dos terceras partes de la población, en especial las mujeres, no consumieron frutas ni hortalizas durante la encuesta; esto ocasiona una baja ingestión de ácido ascórbico.

D) *Por grupos de edades:*

a) *Alimentación de los pre-escolares:*

Habiendo estudiado la alimentación en los pre-escolares de varias colectividades urbanas (9, 10), tratamos de conocer la alimentación que tenían los niños de 2 a 7 años que habitan en estas poblaciones rurales; los resultados se presentan en forma general y por localidades en el cuadro N<sup>o</sup> 8 y en la gráfica N<sup>o</sup> 2.

En ellos se indican los alimentos consumidos en cada localidad, tanto el porcentaje de personas que los comen como el número promedio de veces diarias (en porciones o unidades).

Se aprecia que los pre-escolares en Adícóra son los que tienen una alimentación menos variada (7 alimentos), ingiriendo principalmente café, arepa y pescado, esto último en relación

con su situación en la costa; en cambio, los de las otras poblaciones reciben un número mayor de alimentos, siendo el promedio para todas las poblaciones de sólo 14 alimentos diferentes; los más importantes son: pescado, arepa, café con leche, pan de trigo, cambur y plátano.

CUADRO N° 8

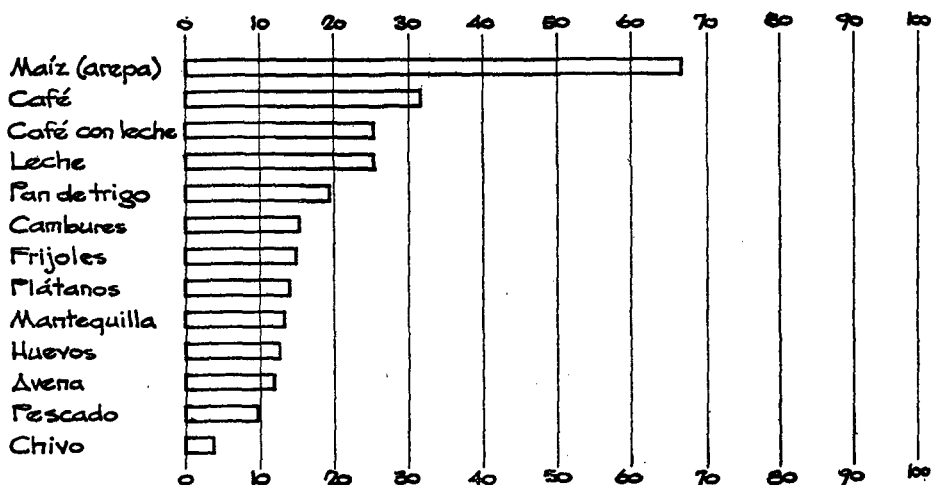
ALIMENTOS CONSUMIDOS POR LOS PRE-ESCOLARES

(En porcentajes y por unidades o porciones)

Localidades	Arepa	Pan de trigo	Avena	Arroz	Leche	Café con leche	Mantequilla	Huevos	Pescado	Chivo	Frijoles	Cambur	Plátanos	Café negro	Total de alimentos
<b>ADICORA</b>															
Porcentaje	100			13	40		27	40	67					73	7
Unidades o Porciones	2			1	1,33		1	1	1					1,0	
<b>BUENA VISTA</b>															
Porcentaje	94	42	23	85	30	57	25	40		4	27	34	36	57	13
Unidades o Porciones	2,4	1	1	1	1,28	1	1,14	1		1	1	1	1	1	
<b>PUEBLO NUEVO</b>															
Porcentaje	96	14	14	14	39		21	29	14		43			32	10
Unidades o Porciones	2,3	1	1	1	1,27		1,16	1	1		1			1	
<b>SANTA ANA</b>															
Porcentaje	34	8	6	11	16	21	27	8		5		9	7	8	12
Unidades o Porciones	2	1	1,2	1	1,16	1	1	1,3		1		1,2	1,40	1	

GRÁFICA N° 2

PORCENTAJES PROMEDIOS DE ALIMENTACIÓN DE  
LOS PREESCOLARES EN LAS CUATRO LOCALIDA-  
DES.



b) *Alimentación de las gestantes:*

Se estudiaron 165 gestantes, encontrándose que en general su alimentación se basa en un conjunto de 36 alimentos; el porcentaje con que son utilizados éstos, ordenado en cinco grupos, es el siguiente: del 75 al 100% consumen arepas; del 50 al 75% toman café; del 25 al 50%, café con leche, leche pasteurizada y pescado; del 10 al 25%, huevos, pan de trigo, frijoles, sardinas, mantequilla, carne de res, cambur, arroz, avena, caraoas; del 1 al 10%, espaguetis, queso blanco, jamón, cerdo, plátanos, chivo, papas, arvejas, gallina, conejo, mondongo, auyama, queso amarillo, natilla, leche (polvo), leche de cabra, harina de maíz, cordero, atún, aguacate, frutas, y menos del 1%, leche cortada, garbanzos, pepinos, naranjas, mangos, chocolate, gaseosas y galletas.

Por lo tanto, su alimentación es muy pobre en proteínas animales, ya que éstas son consumidas por menos del 25% de ellas (con excepción de la leche en polvo y el pescado). Igual ocurre con el queso, las hortalizas y las frutas.

## 9.—Preparaciones utilizadas:

### A.—*En general:*

Para obtener esta información se interrogó a las personas acerca de las preparaciones empleadas el día anterior, encontrándose un total de 88 preparaciones diferentes.

El número de preparaciones usadas en cada comida varía. Para apreciar cuáles son las más empleadas se las clasificó según su porcentaje, apreciándose que de las 88 preparaciones sólo 39 son diferentes, aunque la frecuencia de su consumo varía del 1 al 100% (éstas se indican con un guión en el cuadro N° 9).

Para el desayuno utilizan un total de 61 preparaciones, pero de ellas sólo usan 13 con un porcentaje del 1 al 100%. En el almuerzo las cifras son 64 y 22, respectivamente, y en la cena de 70 y 24. Son muy similares el almuerzo y la cena, siendo ésta la comida con mayor número de preparaciones.

CUADRO N° 9  
ALIMENTOS Y PREPARACIONES UTILIZADAS EN CADA COMIDA  
POR TODA LA POBLACION  
(Distribución porcentual y total por comidas)

DESAYUNO	%	ALMUERZO	%	CENA	%
—Arepa .....	44	Arepa .....	66	Arepa .....	82
—Café .....	35	—Hervido de res ..	17	Café .....	19
—Café con leche ..	35	—Sopa de frijoles .	17	Huevo frito .....	17
—Leche fresca ....	19	Frutas .....	13	—Mantequilla ....	11
—Pan de trigo ....	19	—Leche .....	12	—Pescado fresco	
—Avena (atol) ...	11	Café .....	11	frito .....	10
—Huevos fritos ...	8	Pescado frito ....	10	Sardinas .....	9
—Queso amarillo .	5	—Huevos fritos ...	10	Plátano frito ....	8
—Plátanos friso ..	2	—Sopa caraotas ne-		Leche fresca ....	8
—Plátanos hornea-		gras .....	60	Café con leche ..	8
dos .....	2	—Sopa de pescado .	6	Frutas .....	8
—Pescado frito ...	2	—Cerdo frito .....	7	Pan de trigo ....	4
—Queso blanco ...	1,5	—Arroz blanco ....	5	Arroz blanco ....	4
—Jugos .....	1	—Tomate .....	5	Queso blanco ...	4
		—Natilla .....	4	—Gaseosas .....	3
		—Espaguetis .....	4	—Pescado salado ..	3
		—Ensalada de hor-		Sopa de caraotas	
		talizas .....	4	negras .....	2
		—Sopa de pollo ...	3	Sopa de arvejas .	2
		—Mondongo .....	3	—Sopa de frijoles .	2
		—Sardinas .....	3	—Galletas .....	2
		—Pan de trigo ....	2	Cerdo frito .....	2
		—Sopa de arvejas .	2	—Chicharrón .....	1
		—Frutas .....	2	—Queso de mano ..	1
				—Maicena .....	1
Total de preparacio-					
nes usadas (todos los					
porcentajes)	61		64		70
Preparaciones usadas					
(1 — 100%)	13		22		24

*B.—Preparaciones utilizadas por localidades  
y grupos de edades:*

Para determinar las diferencias de la alimentación en los distintos grupos de edades y localidades procuramos determinar el número de promedio de preparaciones que era usado en cada comida; los resultados se señalan en el cuadro N° 10, apreciándose lo siguiente:

a) En cuanto al sexo, consumen más preparaciones los varones que las hembras, especialmente los adolescentes y los adultos.

b) Con respecto a la edad, los promedios son superiores en adolescentes y adultos; sólo en el grupo escolar, por el bajo número encuestado, no se pudo precisar este dato.

c) En relación con las localidades, Adícora y Buena Vista son las que tienen menor número de preparaciones servidas en cada comida; en cambio, Pueblo Nuevo es el que tiene más.

d) El número menor (promedio) de preparaciones servidas en cada comida fue de 2 preparaciones, y el mayor, de 5.

e) Se aprecia también en esta forma que tienen una alimentación más variada y mejor en Pueblo Nuevo que en Adícora.

CUADRO N° 10

**PROMEDIO DE PREPARACIONES CONSUMIDAS EN CADA COMIDA  
POR GRUPOS DE EDADES Y LOCALIDADES**

Localidades	Pre-escolares		Escolares		Adolescentes		Gestantes	Adultos	
	M.	F.	M.	F.	M.	F.		M.	F.
Adícora	2	1			2	2	1	2	1
Buena Vista	3	2	—	—	3	—	2	2	2
Pueblo Nuevo	2	2	2	2	4	2	2	4	2
Santa Ana	3	2	—	—	2	—	3	3	2

## 10.—Hábitos alimentarios en relación con enfermedades carenciales.

### A.—Morbilidad por enfermedades carenciales:

Basándonos en los Informes 5 M. R. de la Encuesta de Enfermedades Carenciales, se determinó la morbilidad carencial en estas poblaciones durante el año 1961 con el objeto de relacionar la alimentación y las carenciales encontradas en esta región del país.

Las cifras estimadas obtenidas en el Servicio de Nutrición Social del Instituto Nacional de Nutrición, y basadas en los Informes enviados por dichas Medicaturas durante el año 1961, fueron las siguientes (cuadro N° 11):

CUADRO N° 11

### MORBILIDAD ESTIMADA POR ENFERMEDADES CARENCIALES EN EL ESTADO FALCON DURANTE EL AÑO 1961

Localidades	Morbilidad por enfermedades carenciales Total C. Abs.	Porcentaje de las carenciales sobre el total de consultas
Santa Ana	328	10%
Pueblo Nuevo	945	11%
Buena Vista	334	4%
Adícora	440	10%
Todo el Estado Falcón (incluye otras poblaciones)	21.729	13%

Aunque se observan diferencias en las cifras absolutas, en cambio son muy similares los porcentajes sobre el total de consultas entre estas poblaciones y las de todo el Edo. Falcón.

### B.—Relación entre alimentación y carenciales:

Se encuentra que el porcentaje de carenciales es menor en Buena Vista y ésta es la que tiene una alimentación más variada (ver cuadro N° 4).

En cambio, tienen un porcentaje de carenciales muy similar Adícora, Pueblo Nuevo y Santa Ana, en las cuales la alimentación es menos variada que Buena Vista.

En estos resultados también se observa que: 1º) Por estar situada Adícora en la orilla del mar, su población consume más pescado; en las otras localidades predomina el uso de la carne de res y de caprino. 2º) Los datos de la encuesta de hábitos y de carenciales fueron tomados por las mismas personas y con el mismo método; por lo tanto, su apreciación fue similar para las cuatro localidades estudiadas. 3º) Todo el Estado Falcón presenta un promedio de morbilidad y mortalidad de enfermedades carenciales que no es de las más elevadas. 4º) Los resultados encontrados coinciden con la impresión de otros médicos que señalan este mismo hecho de una alimentación muy escasa y monótona con relativamente baja incidencia de carenciales.

### RESUMEN

Para estudiar la alimentación de los habitantes de una región árida del país se realizó durante el año 1961 una encuesta en 602 personas de diversas edades en las poblaciones de Pueblo Nuevo, Buena Vista, Santa Ana y Adícora, situadas en la Península de Paraguaná, Estado Falcón.

Se determinó el consumo de 159 alimentos, encontrándose que los más empleados eran: el maíz en forma de arepa por el 75—100% de la población; la sal, el café y la cebolla, por el 50—75%; el café con leche, leche, huevos, papelón y pan de trigo fueron usados por el 25—50%; la carne, el pescado, arroz, caraotas, frijoles, frutas (cambures y plátanos), azúcar y ajo son utilizados por el 10—25%; en conjunto, sólo un total de 65 alimentos son consumidos en porcentajes que están comprendidos entre el 1 y el 100% de la población, y de 21 alimentos en el 25—100%.

Examinados los resultados por poblaciones, se encuentra que las cuatro localidades, consideradas en conjunto, utilizan un total de 21 alimentos distintos; en Adícora es donde usan menor número de alimentos, ya que del 25 al 100% de sus habitantes sólo consumió 5 alimentos diferentes.

Con relación a las preparaciones son empleadas 39 diferentes por toda la población estudiada.

Las proteínas de origen animal fueron consumidas en forma global por el 92%; en cambio, las hortalizas y las frutas sólo por el 39%, siendo por lo tanto muy bajo el uso de estas últimas.

Los pre-escolares tienen una alimentación muy limitada, utilizando como máximo 15 alimentos diferentes y como mínimo 7.

Las embarazadas emplean un conjunto de 36 alimentos distintos; menos del 25% consumen proteínas animales, con excepción de la leche en polvo (38%) y el pescado (25%). Sólo consumieron proteínas animales el 25% y un pequeño grupo no recibió éstas.

Con respecto a los grupos de edades se nota que los adolescentes reciben mayor número de alimentos y preparaciones diferentes que los pre-escolares y gestantes y recibiendo mayor número de éstas los varones que las hembras.

Se aprecia una relación entre hábitos alimentarios y morbilidad carencial, siendo Buena Vista la que tiene menor incidencia carencial y alimentación más completa.

Se demuestra que las encuestas de hábitos alimentarios por el método de interrogatorio son aplicables a poblaciones o regiones y se las puede usar simultáneamente con las encuestas de carenciales u otros métodos que permitan investigar con rapidez y economía la existencia de problemas en la alimentación y obtener un mejor estudio, en especial de las características de cada región o grupo humano incluido en la encuesta.

En esta región se comprueba una alimentación limitada a muy pocos alimentos, y aunque aparentemente tienen una incidencia relativamente baja de enfermedades carenciales (según se aprecia en el sistema aplicado por los médicos rurales), se nota un crecimiento demográfico y natalidad muy baja. Se sugiere realizar estudios adicionales de estas poblaciones y coordinarlos con otras investigaciones a fin de procurar una alimentación más variada a los habitantes de esta región.

## SUMMARY

During 1961 a survey of the dietetic habits was carried out among 602 persons in four towns located on an arid region at the Península of Paraguaná, Venezuela.

The food used by most people found to be "arepas" (corn bread) followed in importance by coffee, onions, milk, eggs, papelón (brown sugar) and bread. The following foods were consumed by only 25% or less of the persons studied: meat, fish, rice, beans, bananas, sugar and garlic. Only 39 different food preparations were consumed regularly.

The number of different foods consumed by adults was larger than among children and by male persons it was larger than among females. In preschool children only 7-14 different foods were consumed.

Among pregnant women 38% consumed powdered milk and 25% fish, the most communely used sources of animal proteins in this group.

About 92% of the total population consumed some animal proteins but only 39% ate fruits or vegetables.

An clinical study made at the same time revealed a relatively low incidence of signs of malnutrition (about 10%). The population of the region studied has decreased during the last 10 years.

Some general considerations and recommendations are presented.

## BIBLIOGRAFIA

- (1) Vila, Marco Aurelio.—Aspectos geográficos del Estado Falcón. Monografías económico-estadales. C. V. F. 1961.
- (2) Ministerio de Fomento. IX Censo Nacional de Población. Resultados preliminares, 1962.
- (3) Estadísticas del Edo. Falcón, 1961. M. A. C. Dirección de Economía y Estadística Agropecuaria, mayo 1962.
- (4) Estimación de cosechas 1962 - Ajonjolí. M. A. C. Dirección de Economía y Estadística Agropecuaria, 1963.
- (5) Beneficio de Ganado Porcino, año 1960. M. A. C. Dirección de Economía y Estadística Agropecuaria, junio 1962.
- (6) Encuesta Avícola Nacional, 1961. M. A. C. Dirección de Economía y Estadística Agropecuaria, abril 1962.
- (7) Beaujón, Oscar.—Encuesta económico-social del Edo. Falcón (inédita), 1938.
- (8) Trómpiz, G.—Nuestra alimentación. "El Heraldo", 2 sep. 1946.
- (9) Corradi, M., y Bengoa, J. M.—Encuesta alimentaria en Santa Ana (Edo. Falcón). Rev. Col. Med. Edo. Fal. III, 15-18, 522-534. 1954.
- (10) Fundación para el desarrollo de la Comunidad y Fomento Municipal. Programa 1-1 para el desarrollo del Dto. Falcón, Edo. Falcón (mult.), 1962.
- (11) Vélez Boza, F., y González, M.—Los alimentos básicos utilizados en algunas poblaciones de Venezuela. Arch. Ven. de Nut. XI, 1: 31-53, 1961.
- (12) Vélez Boza, F.—Un método para el estudio de los hábitos alimentarios humanos. Arch. Ven. de Nut. XI, 2: 153-177, 1961.
- (13) Vélez Boza, F., y González, M.—Estudio de los hábitos alimentarios en una colectividad. Arch. Ven. de Nut. XI, 2: 153-177, 1961.
- (14) Vélez Boza, F.—Un método para el estudio de las preparaciones de alimentos. Arch. Ven. de Nut. XI, 2: 179-190, 1961.