

JULIO 2023

# EXPLORANDO LOS HÁBITOS DE CONSUMO Y LAS PRÁCTICAS SALUDABLES

ANÁLISIS DEL GRAN RESISTENCIA

Afra Blundetto  
Francisco Mazzaro  
Gregorio Miranda  
Rafaela Lescano



## Índice de contenidos

Introducción .....	1
Marco conceptual .....	2
Resultados .....	5
Datos sociodemográficos y socioeconómicos .....	5
Hábitos y Consumos generales .....	7
Hábitos y Consumos por grupos de edades .....	9
Hábitos y Consumos según sexo.....	11
Hábitos y Consumos según situación socioeconómica .....	12
Hacia la construcción de un indicador sobre hábitos saludables .....	14
Datos relevantes a tener en cuenta .....	16
Bibliografía.....	18
Anexos .....	19
Anexo N°1. Puntos muestrales.....	19
Anexo N°2. Consumos según rango etario.....	20
Anexo N°3. Consumos según situación económica.....	23
Anexo N° 4. Consumos según sexo .....	27

## Índice de gráficos

Gráfico 1: Total de encuestados, según edades.....	5
Gráfico 2: Total de los encuestados, según sexo.....	6
Gráfico 3: Total de los encuestados, según situación económica declarada.....	6
Gráfico 4: Total de los encuestados, según situación laboral.....	7
Gráfico 5: Condiciones hereditarias. distribución de personas que poseen alguna condición (35,3% del total de encuestados).....	9
Gráfico 6: Consumo de carnes rojas. Proporción según rango etario.....	9
Gráfico 7: Consumo de frituras. Proporción según rango etario.....	10
Gráfico 8: Consumo de bebidas azucaradas en personas de 66 años y más.....	11
Gráfico 9: Consumo de carnes rojas. Proporción según sexo.....	11
Gráfico 10: Consumo de bebidas azucaradas. Proporción según sexo.....	12
Gráfico 11: Consumo de pastas. Distribución según situación socioeconómica.....	13
Gráfico 12: Indicador de estado de salud.....	15
Gráfico 13: Percepción del estado de salud, según cada segmento del indicador .....	16

# Introducción

La Escuela de Gobierno de Chaco realizó una Encuesta sobre **Hábitos y Consumos en el área metropolitana de Resistencia**, con el objetivo de caracterizar los hábitos, consumos y prácticas saludables de los ciudadanos. Para ello, identificamos ciertas conductas llevadas a cabo con regularidad que tienen impacto en el desarrollo de una vida sana y la frecuencia en la que incorporan ciertos alimentos y bebidas considerados como básicos para una dieta variada y saludable.

En cuanto al informe, es descriptivo con un diseño cuantitativo mediante muestreo aleatorio estratificado por sexo, edad y zona. Para cumplir con el objetivo planteado se encuestó a un total de 422 personas mayores a 18 años en la vía pública del área metropolitana de Resistencia. Así mismo, se intentó garantizar la cobertura territorial distribuyendo la muestra según sexo y edad, estableciendo 14 puntos de relevamiento que fueron abordados en un solo momento, entre el martes 30 de mayo y el viernes 9 de junio (**Ver Anexo I**) con la colaboración de los integrantes del equipo de investigación de nuestra institución: Matías Flores Urturi, Serena Amarilla, Belén Massi, Santiago Meza, Agustín Lorenzini, Facundo Richeni, Luciana Ramírez, Ayelen Paz y Jimena Molina.

Además, el instrumento de relevamiento se dividió en tres secciones: la primera con preguntas que permitieron caracterizar la muestra según datos sociodemográficos (edad y sexo) y económicos (situación económica y laboral). En la segunda parte se buscó indagar sobre la frecuencia con la cual consumen alimentos (carnes rojas, pescados, frutas, verduras, pastas y panificados, frituras y golosinas) y bebidas (agua, bebidas lácteas, azucaradas y alcohólicas). En la tercera y última parte se intentó conocer ciertos hábitos (fumar, sustancias recreativas, actividad física) y condiciones de los encuestados (enfermedades crónicas y enfermedades hereditarias). Por último, se les consultó respecto de su auto percepción en cuanto a su condición actual de salud.

De esta manera, la presentación de los resultados se estructura del siguiente modo: en primer lugar, se presenta un breve apartado conceptual. Luego, se exponen los resultados sobre la composición de la muestra; las regularidades y variaciones de los hábitos y consumos en los encuestados. Además, se muestran los datos desagregados por edades, sexo y situación económica; esto mismo permitió identificar similitudes y diferencias en los distintos grupos, otorgando algunas pistas sobre posibles patrones de consumo. Por último, se ofrece un índice de saludabilidad, que permite ver la dispersión de las respuestas y compararlo con aquello que los encuestados perciben como saludable para sus vidas.

# Marco conceptual

Para anclarnos teóricamente partimos del concepto de **seguridad alimentaria**. Este concepto tras décadas de ser discutido, ha llegado a ser entendido como *el derecho de todas las personas de tener una alimentación cultural y nutricionalmente adecuada y suficiente* (Patricia Aguirre, 2006; 2010; 2023).

En este sentido, tanto en la Constitución Nacional de la República Argentina como en la Declaración Universal de Derechos Humanos y en las Convenciones Internacionales a las que el país ha suscrito, se establece el derecho de todas las personas a la satisfacción de las necesidades básicas, entre ellas la alimentación, como una condición necesaria para la calidad de vida.

A mediados de 1980, la Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación (FAO), sostenía que este derecho se alcanzaría mediante la mejora del abastecimiento alimentario en los países y regiones, apuntando hacia la incorporación de tecnologías para avalar el incremento de la productividad en la producción agroalimentaria.

Por el contrario, fue el economista Amartya Sen quien planteó que, en una sociedad de mercado, la seguridad alimentaria no se basa en la producción agroalimentaria, que en ese momento superaba las necesidades promedio de la población mundial, sino en el **acceso a los alimentos**; pues acceder a los alimentos no depende exclusivamente de la cantidad que se produzca en el país o región si no de la capacidad de los individuos de contar con ingresos suficientes para incorporar la cuota de alimentos necesaria.

A partir de aquí, en los 90´ la FAO confirmará como elemento nuclear de la seguridad alimentaria el **criterio de acceso**, a partir del cual los Estados miembros - entre ellos Argentina- se comprometen a garantizar su cumplimiento.

En efecto, para que el acceso a los alimentos esté garantizado debe ser un derecho otorgado por el Estado. En este sentido, el Estado a través de políticas públicas, puede incidir en los precios de los alimentos, en el mercado de trabajo o compensar la caída de los ingresos.

A partir del 2003 Argentina comenzó a implementar el **Plan Nacional de Seguridad Alimentaria** (PNSA), una política destinada a asegurar el acceso a una alimentación adecuada y suficiente, para paliar la problemática alimentaria que vivía el país en ese momento. Su finalidad es cumplir con el “deber indelegable del Estado de garantizar el derecho a la alimentación de toda la ciudadanía” (art. 1º, Ley N° 25.724).

Aulicino y Diaz Langou (2012) distinguen las diferentes prestaciones del PNSA, por un lado, la Asistencia Alimentaria y Nutricional directa que consiste en la distribución de módulos de

alimentos, tickets o tarjetas alimentarias a las familias, mediante financiamiento a las provincias desde el Ministerio de Desarrollo Social. En los últimos años puede observarse una tendencia a reemplazar la entrega de módulos o tickets alimentarios por tarjetas magnéticas (amplificado en los últimos años por la pandemia). A fines del 2021 la **Tarjeta Alimentar** alcanzaba a 2,4 millones de titulares y a 4,2 millones de destinatarios (niños, niñas y adolescentes y embarazadas)<sup>1</sup> (UNICEF, 2022).

Por otro lado la Asistencia a Comedores Escolares, Sociales, Infantiles y Comunitarios, mediante financiamiento del Ministerio de Educación y el Ministerio de Desarrollo Social. Así como también la autoproducción de alimentos a través de la distribución de insumos, capacitación y apoyo técnico a huertas y granjas familiares, escolares y comunitarias, mediante recursos del ProHuerta y del Ministerio de Desarrollo Social.

Además, se debe tener en cuenta que los ingresos no son los únicos aspectos que determinan los patrones de consumo de las personas. Para ello, Aguirre desarrolla el concepto de las **estrategias domésticas de consumo** entendidas como “las prácticas y representaciones acerca de la comida, realizadas por los agregados familiares, reiteradas a lo largo de su ciclo de vida, tendientes a obtener, respecto de la alimentación, una gama de **satisfactores** para cumplir con su ciclo reproductivo y productivo” (2010 p. 32). Puesto que la alimentación no solo satisface nutricionalmente si no que tiene otros usos: como principio de incorporación, saciedad simbólica, placer, preparaciones, identificación y diferenciación (entre sectores, edades y géneros), etc., (Aguirre,2023).

Para poder determinar si existe un patrón alimentario típico de un área, la autora propone que se observe a partir de grandes tendencias llamadas “**alimentos trazadores**”: son aquellos que caracterizan los consumos de un sector ya sea porque son exclusivos o porque, si bien pueden ser consumidos por los otros sectores, la diferencia en cantidades los convierten en staples (alimentos principales) para determinado grupo (Aguirre, 2023; p. 43). En el caso de que esas diferencias no estuvieran presentes –es decir, si existe un patrón unificado–, es señal de una sociedad más igualitaria.

Pero estos patrones no son estáticos. Si entendemos a la alimentación como una práctica social y cultural, pueden surgir **transformaciones en la comensalidad**, ya que existen factores externos que moldean nuestras prácticas alimentarias y nuestros hábitos. Por ejemplo, el aumento de la participación de las mujeres en la fuerza laboral ha modificado el tiempo dedicado a la cocina. Además, los cambios en los estándares de belleza, el perfil de salud (con un enfoque creciente en enfermedades crónicas no transmisibles relacionadas con el estilo de vida) y las

---

<sup>1</sup> Tarjeta Alimentar: montos de julio 2023: Los montos de la Tarjeta Alimentar cambian de acuerdo a la cantidad de hijos en la familia: Familias con un hijo: \$17.000. Familias con dos hijos: \$26.000. Familias con tres hijos: \$34.000 (ambito.com).

transformaciones en la industria agroalimentaria han tenido un fuerte impacto en la oferta de alimentos y en las relaciones entre la industria y la cocina, incluyendo la proliferación de alimentos pre procesados y ultraprocesados (p. 46).

En resumen, el derecho al acceso de alimentos es fundamental. Sin embargo, aquellos que formamos parte de una misma sociedad podemos alimentarnos de distintas maneras; es decir, presentar distintos patrones de consumo y modificarlos a lo largo del tiempo. Estos no solo están determinados por los ingresos, sino también por las estrategias domésticas de consumo y factores externos como los cambios en el mundo del trabajo, los estándares de belleza, el perfil de salud y la transformación de la industria agroalimentaria.

Estos factores contribuyen a moldear nuestro estilo de vida y nuestras conductas. Según la bibliografía consultada, en la actualidad las personas se encuentran cada vez más expuestas a una serie de factores que los predisponen a adoptar conductas nocivas para la salud y aumentar el riesgo de padecer enfermedades crónicas no transmisibles.

Las enfermedades relacionadas con el estilo de vida comparten factores de riesgo semejantes a los de la exposición prolongada a tres conductas modificables: **el tabaquismo, una dieta poco saludable y la inactividad física**, que tienen como resultado el desarrollo de enfermedades crónicas, especialmente enfermedades del corazón, accidentes cerebrovasculares, diabetes, obesidad, síndrome metabólico, enfermedad pulmonar obstructiva crónica y algunos tipos de cáncer (Maskari, 2020).

Según la autora, el estilo de vida es generalmente considerado un asunto personal. Sin embargo, los estilos de vida son prácticas sociales y formas de vida adoptadas por las personas que reflejan identidades personales, de grupo y socioeconómicas. Unos ajustes modestos pero factibles en los hábitos de vida pueden tener un impacto considerable tanto en las personas individualmente como en las poblaciones.

Al respecto, el Ministerio de Salud de la Nación tiene en agenda esta problemática desde hace más de dos décadas, a partir de la implementación de la Estrategia Nacional para la Prevención y Control de las Enfermedades Crónicas no Transmisibles donde se expone que:

“Entre las enfermedades específicas que más muertes producen en la Argentina, se puede mencionar la enfermedad cardíaca, enfermedad cerebro vascular, diabetes, enfermedades respiratorias crónicas y entre los tipos de cáncer, el de pulmón, el colo-rectal, el de mama, el de próstata, páncreas, estómago y el de cuello de útero.

La mayoría de los factores explicativos de estas enfermedades son **biológicos** (dislipidemia, hipertensión, sobrepeso), **conductuales** (alimentación no equilibrada, inactividad física, consumo de tabaco y alcohol), y finalmente **determinantes** sociales

(relacionados con el entorno social, sistema productivo, representaciones sociales, valores, etc.).” (Resolución 1083/2009 Ministerio de salud de la Nación).

Por lo tanto, las **Enfermedades Crónicas No Transmisibles** (ECNT) tales como las enfermedades cardiovasculares, la diabetes, el cáncer y las enfermedades crónicas respiratorias representan las principales causas de muerte en nuestro país. El tabaquismo, la mala alimentación y la inactividad física son los principales factores de riesgo de estas enfermedades, por lo cual es necesario implementar intervenciones dirigidas a la población que ayuden a combatirlos y disminuir su impacto.

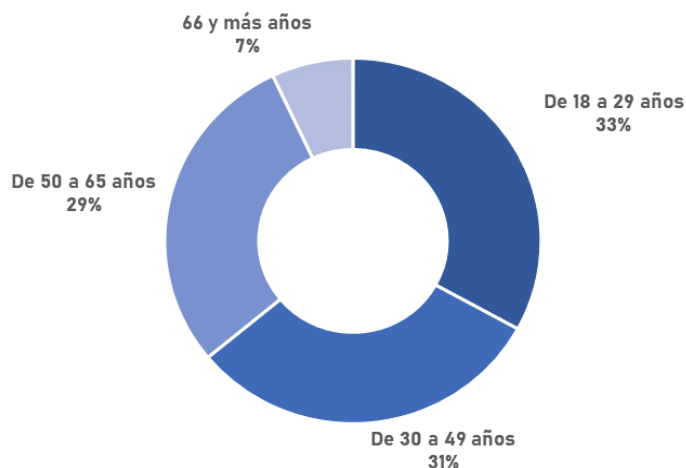
Como se puede evidenciar la cuestión relativa a los hábitos y consumos de la población es un tema complejo pero muy relevante para el desarrollo de vidas saludables. Es en este sentido que buscamos realizar una primera aproximación, mediante la aplicación de la encuesta, que nos permita conocer las prácticas y conductas que determinan el estilo de vida de los ciudadanos del Gran Resistencia.

## Resultados

### Datos sociodemográficos y socioeconómicos

Tal como se desprende del diseño metodológico de la muestra, encontramos que del total de encuestados, un 31,3% tienen de 30 a 49 años, un 32,5% de 18 a 29 años, un 29,4% de 50 a 65 años y un 6,9% de 66 en adelante.

Gráfico 1: Total de encuestados, según edades.



Fuente: En base a relevamiento propio realizado entre el 30 de mayo y el 9 de junio de 2023.

Para esta encuesta se tomó la variable sexo y no género por una cuestión metodológica que corresponde al criterio muestral de estratificación. De lo contrario la variedad de géneros que podemos encontrar en nuestra sociedad haría necesaria una muestra de mayor magnitud, que garantice un nivel de confianza razonable para el análisis de datos. En este sentido se buscó caracterizar a la población que habita en el área metropolitana de resistencia, que de la muestra se desprende que queda conformada por un 50,9% de personas de sexo femenino y de un 49,1% de personas de sexo masculino.

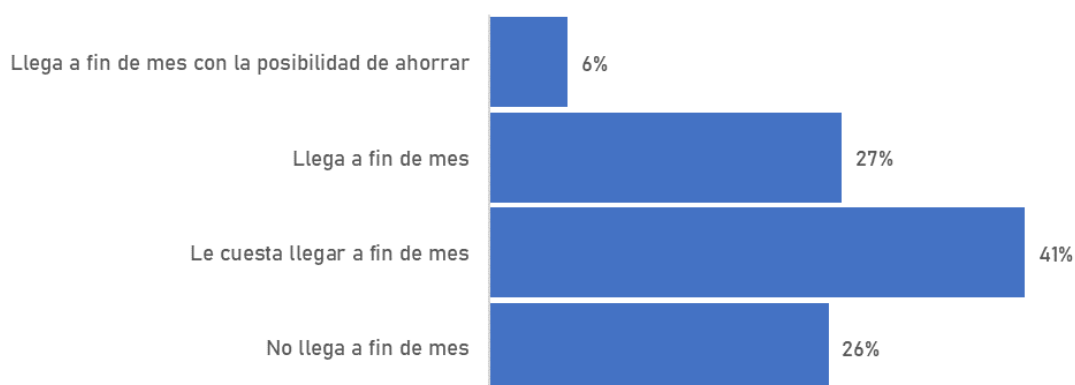
**Gráfico 2: Total de los encuestados, según sexo.**



Fuente: En base a relevamiento propio realizado entre el 30 de mayo y el 9 de junio de 2023.

Las encuestas también indagaron sobre cómo perciben su situación económica los encuestados. En este sentido, es necesario aclarar que esta categoría surge como aproximación, a través de una pregunta: ¿cómo considera su situación económica actual? Si bien este parámetro no resulta suficiente para indicar un nivel socio-económico, resulta una estimación práctica que permite comparar ingresos con nivel de acceso a ciertos productos y/o prácticas de los entrevistados. El 41% declaró que le cuesta llegar a fin de mes, mientras que un 26% no logra hacerlo. No obstante, el 27% asegura que llega a fin de mes, y un porcentaje pequeño 6% además logra ahorrar.

**Gráfico 3: Total de los encuestados, según situación económica declarada.**

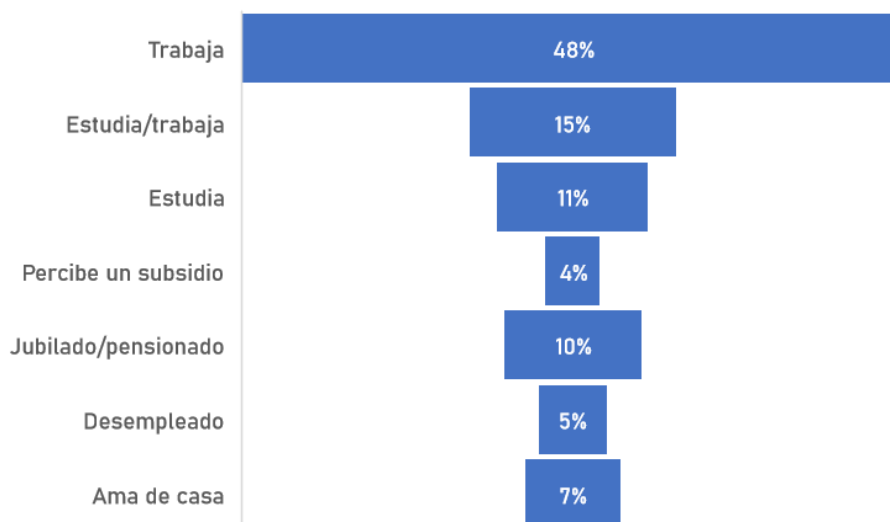


Fuente: En base a relevamiento propio realizado entre el 30 de mayo y el 9 de junio de 2023.



La mayoría de los encuestados desarrolla algún tipo de actividad laboral en la actualidad (64%). Un 11% solo se dedica al estudio. El resto de los encuestados son jubilados y/o pensionados (10%), amas de casa<sup>2</sup> (7%), desempleados (5%) y receptores de programas sociales (4%).

**Gráfico 4: Total de los encuestados, según situación laboral.**



Fuente: En base a relevamiento propio realizado entre el 30 de mayo y el 9 de junio de 2023.

## Hábitos y Consumos generales

**Aclaración: no es una descripción exhaustiva, sólo se mencionan los datos más relevantes. Para acceder a los resultados de la encuesta, se recomienda ver las Tablas/Anexos.**

En relación al consumo de alimentos, en la mayoría de los casos se observan altos consumos de carnes rojas, pastas y panificados. Para el caso de las bebidas, en primer lugar está el agua y en menor medida aparecen las bebidas alcohólicas y azucaradas. Respecto al hábito de fumar, una proporción superior al 70% de los encuestados no lo hacen o dejaron de hacerlo, mientras que el consumo de sustancias recreativas es muy bajo.

Ahora bien, las frecuencias más habituales entre las personas que se consumen **carnes rojas** son de 3 a 4 veces por semana (39%), de 1 a 2 veces por semana (30%) y de más de 4 veces por semana (25%). Por el contrario, el consumo de **pescados** es muy bajo, ya que entre el 40% y el 50% no lo incorpora en su dieta. Sin embargo, están muy presentes las **proteínas de origen**

---

<sup>2</sup> Se tomó la categoría "ama de casa" por ser un concepto coloquial susceptible de ser comprendido rápidamente por los encuestados en un entorno de vía pública. En este sentido, el término identifica a quienes únicamente realizan trabajo de cuidados no remunerado al interior del propio hogar, sin realizar otro tipo de trabajo.

**vegetal** en la dieta diaria: casi el 90% de los encuestados consume proteína vegetal, y más del 45% de ellos lo realiza con relativa asiduidad (de 1 a 3 veces a la semana).

En cuanto al consumo de **frutas y verduras** se aprecia una ingesta regular de 1 a 4 veces por semana en el caso de vegetales (45%) y frutas (43%) y más de 4 veces por semana en el caso de verduras (61%).

Las **pastas y panificados** también tienen un consumo elevado: el 27% consume pastas más de 4 veces por semana, mientras que el 56% consume de 1 a 4 veces por semana. En relación a los **panificados**, un 55% declaró consumirlos más de 4 veces por semana y un 26% de 1 a 4 veces por semana. Paralelamente, solo el 2% y el 6% no consumen ningún tipo de pastas y panificados, respectivamente.

Se registró un consumo poco frecuente de **golosinas**. El 41% no las consume, mientras que un 25% lo hace solo de 1 a 5 veces al mes y el resto, lo hace de manera esporádica. Por otro lado, el consumo de **frituras** es un poco más habitual, si bien el 25% no lo hace: un 36% consume frituras de 1 a 4 veces por semana, seguido por quienes mencionan hacerlo más de 5 veces por mes (25%).

Las cantidades de consumo de **agua** más frecuente entre los entrevistados son entre 1 y 2 litros de agua diarios en primer lugar (49%) seguido por quienes lo hacen en más de 2 litros diarios (41%), el resto consume menos de 1 litro al día.

Del total de los encuestados un 80% consume **bebidas lácteas**. Con mayor frecuencia lo hacen de 1 a 2 litros por semana (34%).

El consumo de **bebidas azucaradas** no es tan recurrente. Un 26% no las consume y un 44% lo hace en menos de 2 litros por semana.

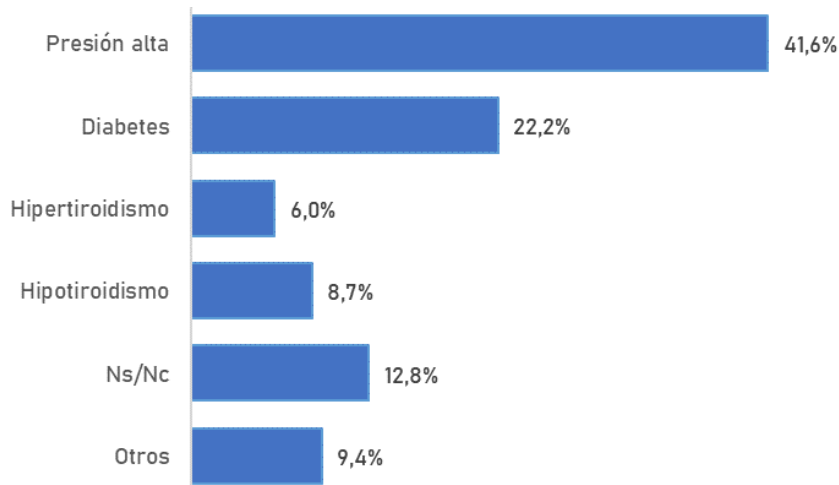
La mitad de los encuestados (50%) consume **bebidas alcohólicas** en bajas cantidades (menos de 2 litros por semana).

Respecto al consumo de **sustancias recreativas**, el 89% declaró no consumirlas. Entre los que sí lo hacen la mayoría consume marihuana y un bajo porcentaje otras.

Por último, se consultó respecto de condiciones de salud, Por un lado, se les preguntó a los encuestados si sufren algún tipo de enfermedad crónica y un 26,54% dijo que si lo hacen.

Por otro lado, se les consultó si padecen enfermedades hereditarias, si bien cerca del 65% dice no padecer ninguna condición, en el resto destacaron problemas de presión alta (41,6% de los que sí padecen una condición hereditaria), diabetes (22,15%), e hipotiroidismo (8,72%), tal como se puede observar en el gráfico siguiente.

**Gráfico 5: Condiciones hereditarias. distribución de personas que poseen alguna condición (35,3% del total de encuestados).**



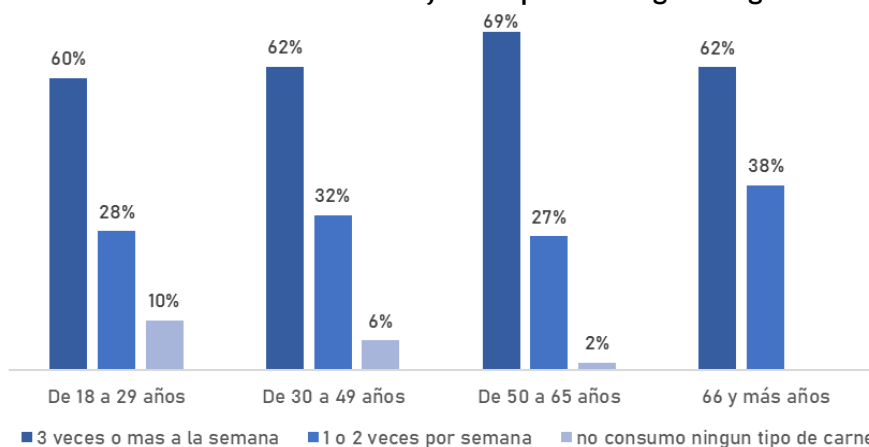
Fuente: En base a relevamiento propio realizado entre el 30 de mayo y el 9 de junio de 2023.

## Hábitos y Consumos por grupos de edades

Las diferencias más relevantes de consumos que se encontraron en función a las edades de los participantes de esta encuesta son en las carnes rojas, frituras y golosinas, bebidas lácteas y azucaradas y sustancias recreativas.

En general, el consumo de **carnes rojas** es muy alto. Sin embargo, entre los pocos que contestaron no consumirlas se encuentran los más jóvenes en los rangos de edades de 18 a 29 (10,22%) y de 30 a 49 (6,06%). Así mismo, entre los que consumen carnes rojas con mayor frecuencia (3 a 4 veces y más de 4 veces por semana) se encuentran los adultos de 50 a 65 años.

**Gráfico 6: Consumo de carnes rojas. Proporción según rango etario.**

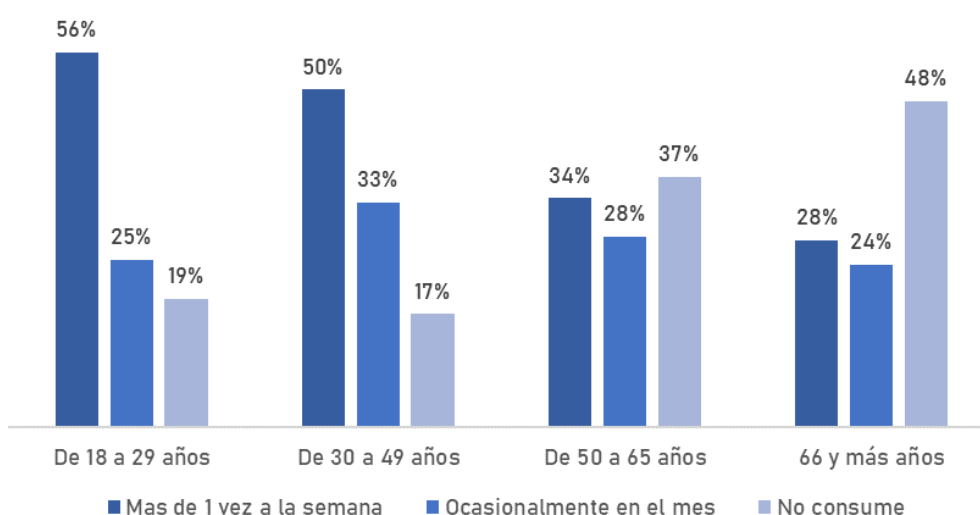


Fuente: En base a relevamiento propio realizado entre el 30 de mayo y el 9 de junio de 2023.

Otro dato que resulta relevante de comparar es el alto consumo de **frituras** en jóvenes de 18 a 29 años. El 55,5% de ellos menciona consumirlas más de 1 vez a la semana. A medida que aumenta la edad, disminuye la frecuencia de consumo, pues los de más de 66 años respondieron con mayor frecuencia que no las consumen (48%).

Una situación similar ocurre con las **golosinas**: los jóvenes de 18 a 29 años consumen golosinas con una frecuencia mayor a la de las personas en rangos etarios más altos, de 1 a 4 veces por semana (24,8%) y de 1 a 5 veces por mes (31%). Mientras que gran parte de los adultos entre 50 a 65 años (37,1%) y 66 en adelante (48,3%) mencionan no consumirlas.

**Gráfico 7: Consumo de frituras. Proporción según rango etario.**

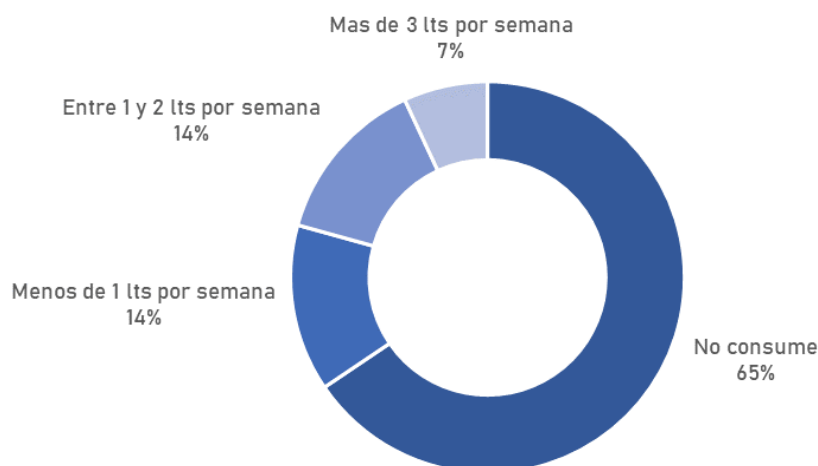


**Fuente:** En base a relevamiento propio realizado entre el 30 de mayo y el 9 de junio de 2023.

El consumo de **bebidas lácteas** en jóvenes de 18 a 29 años y en adultos de más de 66 años son los más altos en comparación a los rangos etarios medios. El 40% de los jóvenes lo hace entre 1 y 2 litros por semana y de los mayores de 66 años, el 38% lo hace entre 1 y 2 litros por semana y un 31% entre 3 y 4 litros por semana.

Respecto a la ingesta de **bebidas azucaradas**, el 66% de los adultos de más de 66 años mencionaron no consumirlas. Siendo más recurrente su consumo de 1 a 2 litros por semana en los rangos etarios más bajos de 18 a 29 (29%) y de 30 a 49 años de edad (33%).

**Gráfico 8: Consumo de bebidas azucaradas en personas de 66 años y más.**



Fuente: En base a relevamiento propio realizado entre el 30 de mayo y el 9 de junio de 2023.

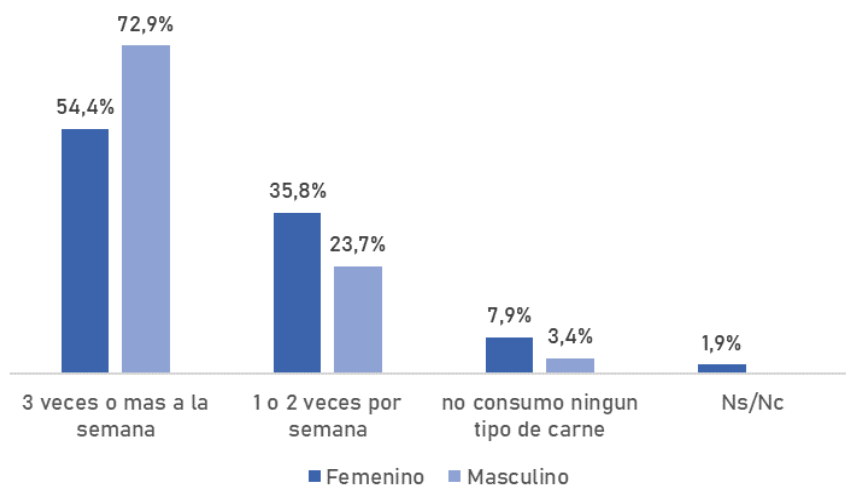
El 50% de la población consume **bebidas alcohólicas** y lo hace en bajas cantidades (menos de 2Lts). No obstante, se advierten diferencias en el tipo de bebidas alcohólicas que prefieren, siendo los más jóvenes quienes optan por cerveza, mientras que en adultos predomina el vino.

Por último, el consumo de sustancias recreativas es más recurrente entre los rangos etarios más bajos. Uno de cada diez jóvenes de 18 a 29 años dijo consumir solo marihuana.

## Hábitos y Consumos según sexo

Si comparamos los hábitos y consumos entre mujeres y varones aparecen muchas similitudes y algunas diferencias. En general, son consumos muy similares en cuanto a pescados, pastas y panificados; vegetales, verduras y frutas; bebidas lácteas y frituras. No obstante, se diferencian en la ingesta de carnes rojas, golosinas, bebidas azucaradas y alcohólicas, así como en sustancias recreativas.

**Gráfico 9: Consumo de carnes rojas. Proporción según sexo.**



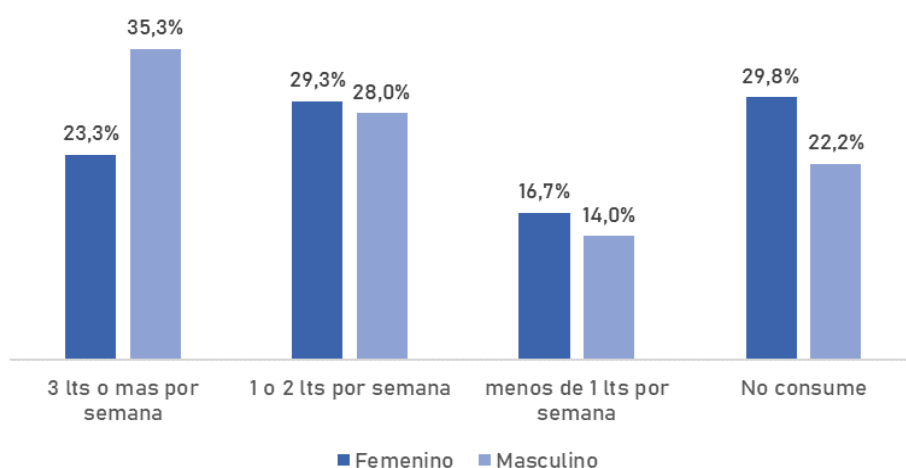
Fuente: En base a relevamiento propio realizado entre el 30 de mayo y el 9 de junio de 2023.

Respecto a las **carnes rojas**, el consumo más elevado ocurre con mayor frecuencia entre los varones. El 42% de los varones las consume de 3 a 4 veces por semana y el 31% más de 4 veces por semana, mientras que para las mismas categorías, las mujeres lo prefieren en un 35,3% y un 19,1%, respectivamente. Es decir, el 72,9% de varones consume carnes rojas 3 o más veces por semana, mientras que en las mujeres representa el 54,4%.

Casi la mitad de los varones (48%) encuestados respondieron que no comen **golosinas** contra el 35% de mujeres que respondieron lo mismo. Pasa lo contrario con las **bebidas azucaradas**, la proporción de mujeres que no consume (30% no consume) es mayor a la proporción de varones (22%) que no lo hace.

Por último, los varones consumen **sustancias recreativas** -solo marihuana- (9,20%) con mayor frecuencia en comparación con las mujeres (3%).

**Gráfico 10: Consumo de bebidas azucaradas. Proporción según sexo.**



Fuente: En base a relevamiento propio realizado entre el 30 de mayo y el 9 de junio de 2023.

## Hábitos y Consumos según situación socioeconómica

Se evidenciaron algunas variaciones en los hábitos de consumo de ciertos alimentos según la situación económica autopercibida de los encuestados. Cada encuestado tenía cuatro opciones para seleccionar según su percepción sobre la propia situación económica: “Llega a fin de mes con la posibilidad de ahorrar”, “llega a fin de mes”, “le cuesta llegar a fin de mes” y “no llega a fin de mes”.

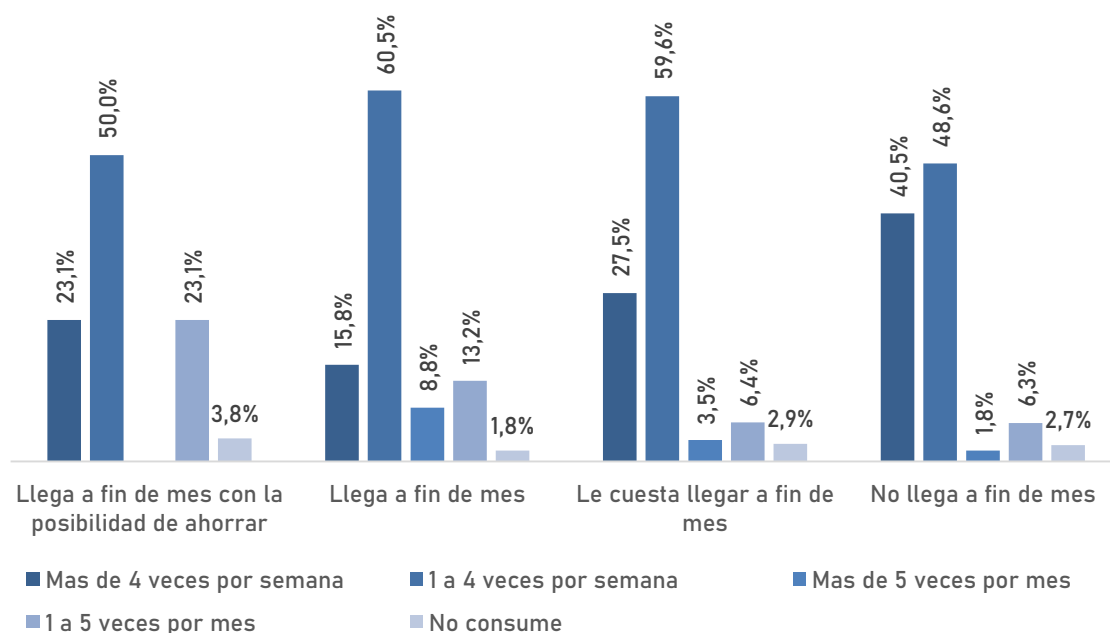
En primer lugar, la incorporación a la dieta de **carnes rojas** es menos frecuente entre quienes dicen no llegar a fin de mes. El 41% de ellos las incorpora de 1 a 2 veces por semana y la cantidad de personas que integran este grupo -no llega a fin de mes- disminuyen a medida que aumenta la frecuencia de consumo. En comparación, la mayoría de los que llegan sin problemas a fin de mes y además logran ahorrar incorporan carnes rojas de 3 a 4 veces por semana en un 65%. Es

decir que, quienes se encuentran en mejores condiciones económicas según su opinión, consumen carnes rojas con mayor frecuencia que aquellos que poseen peores condiciones.

Además de la carne, otros alimentos cuya incorporación varía en relación a la situación económica de los encuestados son **las frutas**. Gran parte de los que respondieron que les cuesta llegar a fin de mes (44%) y de quienes no logran hacerlo (49%), incorporan frutas de 1 a 4 veces por semana. En comparación, muchos de quienes dicen llegar sin problemas (42%) y además tienen capacidad de ahorro (46%) las consumen más de 4 veces a la semana.

Tal y como lo remarcan los distintos estudios sobre patrones de consumos alimenticios (Aguirre, 2023), quienes cuentan con menos ingresos en general tienen una dieta en la que se incorporan las harinas con mayor periodicidad. En este sentido, se evidencia una gran brecha entre quienes consumen **pastas** más de 4 veces a la semana según su situación económica. En el caso de quienes no llegan a fin de mes, un 41% incorpora pastas más de 4 veces a la semana mientras que, en el caso de los que sí logran llegar sin problemas, solo un 16% dice incorporarlas con esa frecuencia.

**Gráfico 11: Consumo de pastas. Distribución según situación socioeconómica.**



**Fuente:** En base a relevamiento propio realizado entre el 30 de mayo y el 9 de junio de 2023.

La diferencia se repite en el consumo de los **panificados** más de 4 veces por semana, de quienes no logran llegar lo hacen en un 69% y de quienes llegan a fin de mes sin problemas, un 38% consume panificados más de 4 veces por semana. Es decir, quienes declaran tener mayores dificultades económicas consumen panificados más de 4 veces por semana en una proporción muy superior a la proporción de quienes no perciben problemas para llegar a fin de mes.

Por último, también se evidencian aumentos en los consumos de bebidas azucaradas y bebidas alcohólicas a medida que mejoran las condiciones socioeconómicas de los encuestados.

## Hacia la construcción de un indicador sobre hábitos saludables

Además de describir los resultados a los que se arribó con la encuesta, se intentó avanzar hacia la elaboración de un indicador de hábitos saludables que evalúe las actitudes y conductas autodeclaradas de los encuestados, en relación con las recomendaciones realizadas por la Organización Mundial de la Salud y el Ministerio de Salud de la Nación, para llevar adelante una vida sana.

Para su construcción se tuvo en cuenta la alimentación variada, la realización de actividad física y los consumos nocivos para la salud. Se trata de un indicador que parametriza 15 preguntas realizadas durante la encuesta.

Las variables tuvieron diferentes ponderaciones: por un lado, se encuentran los **consumos recomendables**, entre los que encontramos: consumo de carnes rojas, consumo de proteínas vegetales, consumo de frutas, verduras, pastas, productos panificados, bebidas lácteas y consumo de agua. En todos estos casos, la variable asume el valor 1 (*uno*) en caso de que el encuestado haya respondido consumirlas, sin considerar su frecuencia, y 0 (*cero*) si no las consumía. Por otro lado se encuentran los **consumos más perjudiciales**, en cuyo caso se tomó otro rango de variables: un consumo excesivo, penaliza con un valor de -1 (*menos uno*), en tanto que un consumo poco frecuente asume el valor 0 (*cero*), y el valor 1 (*uno*) se asigna a aquellos encuestadores que no consumen dichos productos. En este caso, las variables que se determinaron de esta manera, son: “¿es fumador?”, consumo de frituras, consumo de chocolates/golosinas, consumo de gaseosas/jugos artificiales, consumo de sustancias con fines recreativos, tiempo dedicado a realizar ejercicios<sup>3</sup>.

Luego, mediante una suma simple de valores, se asignó un puntaje individual a cada encuestado. De esta manera, se construyeron tres categorías, de acuerdo al puntaje obtenido: “**Muy Saludables**”, aquellos encuestados que tenían un *puntaje superior a 10 puntos*, “**Saludables**”, a los que tenían un *puntaje de entre 6 y 10 puntos*, y “**Poco Saludables**” a quienes contaban con

---

<sup>3</sup> En este último caso, se utilizó otra ponderación de la variable, en la que la realización de ejercicio más de 1hs semanal, equivalía a 1 (uno), mientras que menos de 1hs semanal equivalía a 0 (cero) y el sedentarismo asumía el valor -1 (menos uno).

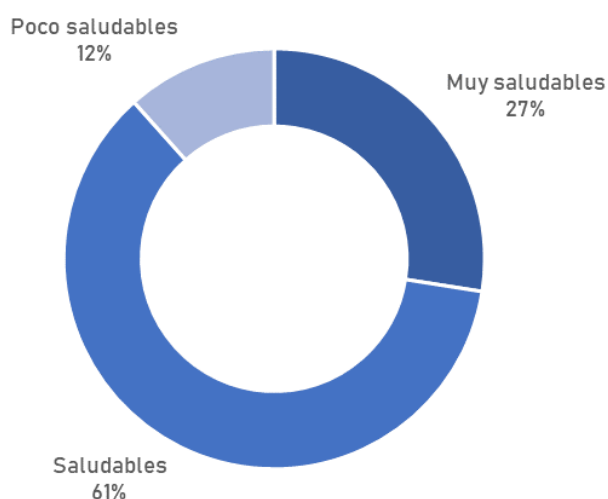


un puntaje inferior a 6 puntos. Con esta categorización, se buscó dividir la muestra en función de los hábitos más saludables. Así, aquellos que acostumbren tener una dieta variada, realizan ejercicios con frecuencia, y no abusan de alimentos o sustancias potencialmente nocivas para la salud, son considerados muy saludables, en contraposición a los que no mantienen una dieta equilibrada, fuman, realizan poca o nula actividad física, que entrarían en la categoría de Poco saludables.

Si bien es menester destacar el carácter provisorio y la finalidad orientativa de este indicador, que debe ser mejorado a partir de estudios más profundos y elaborados que permitan conocer la trayectoria de los individuos, sus prácticas concretas en cuanto a desarrollo laboral, actividad física, complementos alimentarios y condiciones crónicas o hereditarias preexistentes, entre otros múltiples factores, resulta interesante para poder ilustrar la situación general del área metropolitana, y en particular, la proporción de personas que poseen hábitos y prácticas que se ubican dentro de los parámetros considerados como sanos o recomendables para una vida saludable.

En este sentido, y tal como puede observarse en el siguiente gráfico, el 60,90% del total de los encuestados se encuentra dentro del grupo considerado como saludable, y el 27,49% dentro de aquellos que poseen hábitos muy saludables. Mientras que una proporción más pequeña (11,61%) posee hábitos poco saludables. Es decir, que la gran mayoría de la población encuestada tiene hábitos de prácticas y consumos que se ajustan a los parámetros de salud, al menos en términos generales.

**Gráfico 12: Indicador de estado de salud.**



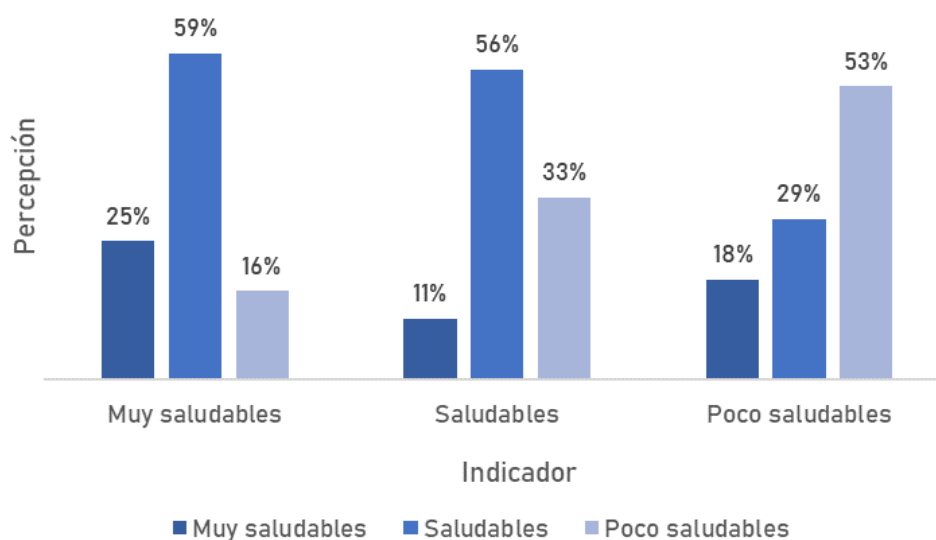
Fuente: En base a relevamiento propio realizado entre el 30 de mayo y el 9 de junio de 2023.

Ahora bien, si segmentamos la muestra respecto de este indicador, hacia adentro podemos encontrar algunos datos llamativos: en todos los casos, las personas no se auto perciben en las mismas condiciones de salud que arroja el indicador. Tal como puede observarse en el gráfico

siguiente, el segmento “Muy saludable” tiende a subestimar su condición, ya que solamente el 25% se percibe de esa manera, mientras que el 59% se percibe saludable, y un 16% se considera incluso poco saludable. En el segmento “Saludable”, sin embargo, existe una mayor correlación, ya que los encuestados contestaron en un 56% que se sienten de la misma manera, en tanto que un 33% se considera por debajo, y sólo el 11% se considera más saludable que el segmento al cuál pertenece. Para el segmento de “Poco saludable”, la correlación es bastante similar, puesto que la mayoría se autopercibe de la misma manera (53%) y el resto considera estar en mejores condiciones de salud.

En cualquiera de los casos, es necesario mencionar que existen múltiples factores que podrían explicar esta autopercepción, y que no son tenidos en cuenta a la hora de analizar este indicador que, como se mencionó, tiene por objetivo realizar un análisis global sobre las prácticas y los consumos de los habitantes del área metropolitana de Resistencia, y contrastarlos con algunas prácticas consideradas como saludables.

**Gráfico 13: Percepción del estado de salud, según cada segmento del indicador**



Fuente: En base a relevamiento propio realizado la primera semana de junio de 2023.

## Datos relevantes a tener en cuenta

A continuación se enumeran una serie de datos que surgen de la encuesta y que, si bien no son abordados en profundidad en este documento, pueden ser relevantes para futuras líneas de investigación,

- La mayoría de los encuestados (entre el 40% y el 50%, según rango etario) no consume pescados. El segmento de edad de mayor consumo es de los adultos mayores (El 30% lo consume entre 1 y 3 veces por semana).
- Más del 60% de la muestra, consume verduras más de 4 veces a la semana. En el caso de las frutas, esa frecuencia sólo se da en un 30% aproximadamente. Sin embargo, casi la totalidad de la muestra la consume al menos una vez en la semana.
- Más del 55% de la muestra tiene un elevado consumo de hidratos de carbono (panificados, fundamentalmente, más de 4 veces a la semana).
- Casi el 30% de los encuestados no consume alcohol. La preferencia entre los jóvenes es por la cerveza y algunos aperitivos, en tanto que en los adultos se prefiere el vino. No obstante, el consumo es relativamente bajo (Más del 50% consume menos de 2Lts semanales).
- Más del 65% de las personas de ingresos altos, consume carnes rojas entre 3 y 4 veces por semana, número superior al de los otros segmentos de ingresos. Misma situación ocurre con el pescado, aunque la diferencia es menos significativa, ya que los sectores de mayor ingreso consumen pescado en un 65% aproximadamente, en tanto que los de menores ingresos solo en un 50%.
- En verduras y vegetales, el ingreso es determinante: el segmento que llega a fin de mes con posibilidad de ahorrar, consume más de 4 veces a la semana frutas (46%) y verduras (77%). Para la misma frecuencia de consumo, los sectores de menores ingresos consumen menos frutas (30%) y verduras (49%).
- El consumo de frituras varía según el nivel de ingresos: en tanto los segmentos de mayores ingresos lo consumen con poca frecuencia, los sectores de menores ingresos tienden a consumirlo con mayor frecuencia (entre 1 y 4 veces a la semana).
- Una proporción superior al 70% de los encuestados no fuman (nunca lo hicieron o dejaron de hacerlo).
- Un poco más de un cuarto (26,54%) de los encuestados sufre algún tipo de enfermedad crónica.
- El 35% del total, padece algún tipo de enfermedad hereditaria.

# Bibliografía

Aguirre, P. (2006). La sociedad alimentaria en Argentina durante la última década. Una visión antropológica. I Coloquio internacional: "Americolatina en movimiento: construyendo alternativas al neoliberalismo". Sociedad latinoamericana de economía política y pensamiento crítico (SEPLA). Santiago de Chile, Universidad ARCIS, 09, 10 y 11 de noviembre de 2006.

Aguirre, P. (2010). Estrategias de consumo: qué comen los argentinos que comen. 3era ed.. Colección: Políticas Públicas (en coedición con el CIEPP -Centro Interdisciplinario para el Estudio de Políticas Públicas-)

------(2023). Estrategias de consumo: qué comen los argentinos que comen. 1 ed ampliada. Remedios de Escalada: De la UNLa - Universidad Nacional de Lanús. Libro digital, PDF.

Aulicino, C. y Diaz Langou, G. (2012). La implementación del Plan Nacional de Seguridad Alimentaria en ámbitos subnacionales. Documento de Trabajo N °88. CIPPEC. Recuperado de: <https://www.cippec.org/wp-content/uploads/2017/03/2454.pdf>

UNICEF (2022). Evaluación de la tarjeta alimentaria. Síntesis ejecutiva. Recuperado de: <https://www.unicef.org/argentina/media/14311/file/Tarjeta%20Alimentar%20corregido.pdf>

Maskari, F. (2020). Enfermedades relacionadas con el estilo de vida : Una carga económica para los servicios de salud. Organización de las Naciones Unidas. Recuperado de: <https://www.un.org/es/chronicle/article/enfermedades-relacionadas-con-el-estilo-de-vida-una-carga-economica-para-los-servicios-de-salud>

# Anexos

## Anexo N°1. Puntos muestrales

Punto Muestral	Zonas aproximadas	Total de Encuestas	Cantidad por rango etario y Sexo.							
			18-29		30-49		50-65		66 y más	
			F	M	F	M	F	M	F	M
1	Macrocentro	32	5	5	5	5	5	5	1	1
2	Villa San Martín / B° Los Troncos / Golf Club / La Liguria / Mujeres Argentinas / Villa Prosperidad / B° Don Bosco	32	5	5	5	5	5	5	1	1
3	Llaponagat / Central Norte / V. Itatí / Villa Federal / Villa San Juan	32	5	5	5	5	5	5	1	1
4	Villa Saavedra / Villa Aeropuerto / Villa Luzuriaga / Villa del Carmen / Hospital Perrando	32	5	5	5	5	5	5	1	1
5	Güiraldes / Juan Bautista Alberdi	32	5	5	5	5	5	5	1	1
6	Villa Libertad / Palermo / Villa Don Andrés / Villa Centenario	32	5	5	5	5	5	5	1	1
7	Villa Marín / San Miguel / Villa Alvear / Villa Pegoraro / Villa Seitor	32	5	5	5	5	5	5	1	1
8	San Cayetano / Santa Inés / Barberán	32	5	5	5	5	5	5	1	1
9	Provincias Unidas / Villa Don Enrique / Jorge Newbery / Villa Elba / Villa Ghio / Villa Alta	32	5	5	5	5	5	5	1	1
10	Villa Chica / Villa Luisa	32	5	5	5	5	5	5	1	1
11	Fontana	32	5	5	5	5	5	5	1	1
12	Barranqueras 1	30	4	4	5	5	5	5	1	1
13	Barranqueras 2	30	5	5	4	4	5	5	1	1
14	Puerto Vilelas	10	2	2	1	1	1	1	1	1
Totales		422	66	66	65	65	66	66	14	14

## Anexo N°2. Consumos según rango etario

Consumos		Rango etario				
		18-29	30-49	50-65	66 y +	Total
Carnes rojas	1 o 2 veces por semana	28,47%	31,82%	27,42%	37,93%	126
	3 o 4 veces por semana	33,58%	36,36%	47,58%	34,48%	163
	Más de 4 veces por semana	26,28%	25,76%	21,77%	27,59%	105
	No consumo ningún tipo de carne	10,22%	6,06%	1,61%	0,00%	24
	Ns/Nc	1,46%	0,00%	1,61%	0,00%	4
Pescado	Entre 1 y 3 veces por semana	19,71%	22,73%	20,16%	31,03%	91
	Entre 1 y 5 veces por mes.	22,63%	34,09%	38,71%	24,14%	131
	Más de 3 veces por semana	1,46%	0,76%	0,00%	3,45%	4
	Más de 5 veces al mes.	2,19%	2,27%	1,61%	0,00%	8
	No consumo pescado	53,28%	40,15%	37,90%	41,38%	185
	Ns/Nc	0,73%	0,00%	1,61%	0,00%	3
Proteína vegetal	Entre 1 y 3 veces por semana	42,34%	46,97%	43,55%	55,17%	190
	Entre 1 y 5 veces por mes.	18,25%	18,94%	19,35%	17,24%	79
	Más de 3 veces por semana	21,17%	15,15%	20,16%	10,34%	77
	Más de 5 veces al mes.	2,19%	7,58%	4,84%	3,45%	20
	No consumo	15,33%	10,61%	10,48%	13,79%	52
	Ns/Nc	0,73%	0,76%	1,61%	0,00%	4
Frutas	1 a 4 veces por semana	45,26%	44,70%	40,32%	44,83%	184
	de 1 a 5 veces por mes	6,57%	9,09%	9,68%	17,24%	38
	Más de 4 veces por semana	39,42%	32,58%	31,45%	34,48%	146
	Más de 5 veces por mes	2,19%	6,06%	4,84%	3,45%	18
	No consumo	5,84%	7,58%	12,90%	0,00%	34
	Ns/Nc	0,73%	0,00%	0,81%	0,00%	2
Verduras	1 a 4 veces por semana	40,88%	23,48%	28,23%	34,48%	132
	de 1 a 5 veces por mes	2,19%	5,30%	3,23%	6,90%	16
	Más de 4 veces por semana	55,47%	65,15%	64,52%	58,62%	259
	Más de 5 veces por mes	0,73%	4,55%	1,61%	0,00%	9
	No consumo	0,73%	0,76%	2,42%	0,00%	5
	Ns/Nc	0,00%	0,76%	0,00%	0,00%	1

Pastas	1 a 4 veces por semana	55,47%	58,33%	55,65%	55,17%	238
	de 1 a 5 veces por mes	9,49%	6,06%	11,29%	13,79%	39
	Más de 4 veces por semana	27,01%	32,58%	25,00%	17,24%	116
	Más de 5 veces por mes	5,11%	1,52%	5,65%	6,90%	18
	No consumo	2,92%	1,52%	2,42%	6,90%	11
Frituras	1 a 4 veces por semana	43,80%	38,64%	29,84%	20,69%	154
	de 1 a 5 veces por mes	19,71%	29,55%	23,39%	20,69%	101
	Más de 4 veces por semana	11,68%	11,36%	4,03%	6,90%	38
	Más de 5 veces por mes	5,11%	3,79%	4,84%	3,45%	19
	No consumo	18,98%	16,67%	37,10%	48,28%	108
	Ns/Nc	0,73%	0,00%	0,81%	0,00%	2
Panificados	1 a 4 veces por semana	32,85%	18,94%	25,00%	34,48%	111
	de 1 a 5 veces por mes	5,11%	9,85%	3,23%	6,90%	26
	Más de 4 veces por semana	52,55%	57,58%	57,26%	48,28%	233
	Más de 5 veces por mes	3,65%	7,58%	5,65%	6,90%	24
	No consumo	5,11%	6,06%	8,06%	3,45%	26
	Ns/Nc	0,73%	0,00%	0,81%	0,00%	2
Golosinas	1 a 4 veces por semana	24,82%	21,21%	12,90%	0,00%	78
	de 1 a 5 veces por mes	30,66%	24,24%	24,19%	3,45%	105
	Más de 4 veces por semana	13,14%	10,61%	3,23%	3,45%	37
	Más de 5 veces por mes	8,03%	6,82%	4,03%	3,45%	26
	No consumo	23,36%	36,36%	55,65%	89,66%	175
	Ns/Nc	0,00%	0,76%	0,00%	0,00%	1
Bebidas lácteas	Entre 1 y 2 lts por semana	40,15%	31,06%	29,84%	37,93%	144
	Entre 3 y 4 lts. por semana.	10,95%	13,64%	21,77%	31,03%	69
	Más de 4 lts. por semana.	9,49%	5,30%	7,26%	0,00%	29
	Menos de 1 lts por semana.	21,90%	22,73%	22,58%	17,24%	93
	No consumo	16,79%	27,27%	18,55%	13,79%	86
	Ns/Nc.	0,73%	0,00%	0,00%	0,00%	1
Bebidas azucaradas	Entre 1 y 2 lts por semana	28,47%	32,58%	28,23%	13,79%	121
	Entre 3 y 4 lts. por semana.	24,82%	21,97%	12,90%	0,00%	79
	Más de 4 lts. por semana.	13,14%	10,61%	8,06%	6,90%	44
	Menos de 1 lts por semana.	15,33%	16,67%	14,52%	13,79%	65

	<b>No consumo</b>	16,79%	18,18%	35,48%	65,52%	110
	<b>Ns/Nc.</b>	1,46%	0,00%	0,81%	0,00%	3
<b>Bebidas alcohólicas (Tipo)</b>	<b>Aperitivos y tragos</b>	26,28%	20,45%	4,84%	0,00%	69
	<b>Bebidas blancas</b>	5,84%	2,27%	0,81%	0,00%	12
	<b>Cerveza</b>	39,42%	31,82%	25,81%	17,24%	133
	<b>No Consume</b>	17,52%	28,79%	38,71%	37,93%	121
	<b>Vino</b>	10,95%	16,67%	29,84%	44,83%	87
<b>Bebidas alcohólicas (Cantidad)</b>	<b>Entre 1 y 2 lts por semana.</b>	30,66%	31,06%	23,39%	20,69%	118
	<b>Entre 3 y 4 lts por semana.</b>	18,25%	7,58%	9,68%	13,79%	51
	<b>Más de 4 lts por semana.</b>	7,30%	12,88%	6,45%	0,00%	35
	<b>Menos de 1 lts por semana.</b>	25,55%	17,42%	21,77%	27,59%	93
	<b>No Consume</b>	0,00%	0,76%	0,00%	0,00%	1
	<b>No consumo</b>	18,25%	27,27%	38,71%	37,93%	120
	<b>Ns/Nc.</b>	0,00%	3,03%	0,00%	0,00%	4
<b>Agua</b>	<b>de 1 a 2 lts. diarios.</b>	51,82%	47,73%	46,77%	62,07%	210
	<b>Más de 2 lts diarios.</b>	38,69%	43,18%	45,16%	34,48%	176
	<b>Menos de 1 lts diarios.</b>	9,49%	9,09%	7,26%	0,00%	34
	<b>Ns/Nc.</b>	0,00%	0,00%	0,81%	3,45%	2
<b>Sustancias recreativas</b>	<b>Marihuana y otros.</b>	0,73%	1,52%	0,81%	0,00%	4
	<b>No consumo.</b>	83,21%	88,64%	95,16%	100,00%	378
	<b>Ns/Nc.</b>	4,38%	1,52%	0,81%	0,00%	9
	<b>Otros.</b>	1,46%	0,76%	2,42%	0,00%	6
	<b>Solo Marihuana.</b>	10,22%	7,58%	0,81%	0,00%	25



### Anexo N°3. Consumos según situación económica

Consumos		Situación Económica				
		Llega a fin de mes con la posibilidad de ahorrar.	Llega a fin de mes	Le cuesta llegar a fin de mes	No llega a fin de mes	Total general
Carnes Rojas	1 o 2 veces por semana	7,70%	21,90%	31,00%	41,40%	126
	3 o 4 veces por semana	65,40%	40,40%	36,80%	33,30%	163
	Más de 4 veces por semana	23,10%	31,60%	24,60%	18,90%	105
	No consumo ningún tipo de carne	3,80%	6,10%	7,00%	3,60%	24
	Ns/Nc	0,00%	0,00%	0,60%	2,70%	4
Pescado	Entre 1 y 3 veces por semana	30,80%	23,70%	19,30%	20,70%	91
	Entre 1 y 5 veces por mes.	38,50%	34,20%	30,40%	27,00%	131
	Más de 3 veces por semana	0,00%	1,80%	0,00%	1,80%	4
	Más de 5 veces al mes.	0,00%	4,40%	1,20%	0,90%	8
	No consumo pescado	30,80%	36,00%	48,50%	47,70%	185
	Ns/Nc	0,00%	0,00%	0,60%	1,80%	3
Proteína Vegetal	Entre 1 y 3 veces por semana	57,70%	40,40%	46,80%	44,10%	190
	Entre 1 y 5 veces por mes.	19,20%	18,40%	18,10%	19,80%	79
	Más de 3 veces por semana	7,70%	17,50%	20,50%	18,00%	77
	Más de 5 veces al mes.	3,80%	5,30%	4,10%	5,40%	20
	No consumo	11,50%	18,40%	9,90%	9,90%	52
	Ns/Nc	0,00%	0,00%	0,60%	2,70%	4
Frutas	1 a 4 veces por semana	38,50%	39,50%	43,90%	48,60%	184
	de 1 a 5 veces por mes	3,80%	10,50%	8,80%	9,00%	38
	Más de 4 veces por semana	46,20%	42,10%	36,30%	21,60%	146
	Más de 5 veces por mes	7,70%	6,10%	2,30%	4,50%	18
	No consumo	0,00%	1,80%	8,80%	15,30%	34
	Ns/Nc	3,80%	0,00%	0,00%	0,90%	2
Verduras	1 a 4 veces por semana	19,20%	22,80%	29,20%	45,90%	132
	de 1 a 5 veces por mes	3,80%	7,90%	1,80%	2,70%	16

	Más de 4 veces por semana	76,90%	64,90%	64,30%	49,50%	259
	Más de 5 veces por mes	0,00%	3,50%	2,30%	0,90%	9
	No consumo	0,00%	0,90%	1,80%	0,90%	5
	Ns/Nc	0,00%	0,00%	0,60%	0,00%	1
Pastas	1 a 4 veces por semana	50,00%	60,50%	59,60%	48,60%	238
	de 1 a 5 veces por mes	23,10%	13,20%	6,40%	6,30%	39
	Más de 4 veces por semana	23,10%	15,80%	27,50%	40,50%	116
	Más de 5 veces por mes	0,00%	8,80%	3,50%	1,80%	18
	No consumo	3,80%	1,80%	2,90%	2,70%	11
Frituras	1 a 4 veces por semana	23,10%	29,80%	39,20%	42,30%	154
	de 1 a 5 veces por mes	42,30%	29,80%	24,60%	12,60%	101
	Más de 4 veces por semana	0,00%	7,00%	9,40%	12,60%	38
	Más de 5 veces por mes	3,80%	3,50%	3,50%	7,20%	19
	No consumo	30,80%	29,80%	23,40%	23,40%	108
	Ns/Nc	0,00%	0,00%	0,00%	1,80%	2
Panificados	1 a 4 veces por semana	30,80%	33,30%	24,60%	20,70%	111
	de 1 a 5 veces por mes	15,40%	11,40%	2,90%	3,60%	26
	Más de 4 veces por semana	50,00%	37,70%	59,10%	68,50%	233
	Más de 5 veces por mes	3,80%	7,90%	6,40%	2,70%	24
	No consumo	0,00%	9,60%	6,40%	3,60%	26
	Ns/Nc	0,00%	0,00%	0,60%	0,90%	2
Golosinas	1 a 4 veces por semana	7,70%	18,40%	17,50%	22,50%	78
	de 1 a 5 veces por mes	34,60%	21,10%	28,70%	20,70%	105
	Más de 4 veces por semana	15,40%	7,90%	9,40%	7,20%	37
	Más de 5 veces por mes	0,00%	8,80%	7,60%	2,70%	26
	No consumo	42,30%	43,90%	36,80%	45,90%	175
	Ns/Nc	0,00%	0,00%	0,00%	0,90%	1
Bebidas Lácteas	Entre 1 y 2 lts por semana	15,40%	29,80%	37,40%	37,80%	144
	Entre 3 y 4 lts. por semana.	15,40%	13,20%	17,50%	18,00%	69

	Más de 4 lts. por semana.	3,80%	12,30%	4,10%	6,30%	29
	Menos de 1 lts por semana.	42,30%	21,10%	24,60%	14,40%	93
	No consumo	19,20%	23,70%	16,40%	23,40%	86
	Ns/Nc.	3,80%	0,00%	0,00%	0,00%	1
Bebidas Azucaradas	Entre 1 y 2 lts por semana	34,60%	30,70%	28,70%	25,20%	121
	Entre 3 y 4 lts. por semana.	7,70%	14,90%	21,10%	21,60%	79
	Más de 4 lts. por semana.	0,00%	12,30%	9,40%	12,60%	44
	Menos de 1 lts por semana.	26,90%	24,60%	8,80%	13,50%	65
	No consumo	30,80%	17,50%	32,20%	24,30%	110
	Ns/Nc.	0,00%	0,00%	0,00%	2,70%	3
Bebidas alcohólicas (Tipo)	Aperitivos y tragos	15,40%	20,20%	18,10%	9,90%	69
	Bebidas blancas	3,80%	4,40%	1,20%	3,60%	12
	Cerveza	23,10%	32,50%	30,40%	34,20%	133
	No Consume	26,90%	22,80%	33,90%	27,00%	121
	Vino	30,80%	20,20%	16,40%	25,20%	87
Bebidas alcohólicas (cantidad)	Entre 1 y 2 lts por semana.	34,60%	33,30%	25,10%	25,20%	118
	Entre 3 y 4 lts por semana.	15,40%	7,90%	11,70%	16,20%	51
	Más de 4 lts por semana.	0,00%	11,40%	4,70%	12,60%	35
	Menos de 1 lts por semana.	19,20%	23,70%	23,40%	18,90%	93
	No Consume	0,00%	0,00%	0,60%	0,00%	1
	No consumo	30,80%	21,90%	33,30%	27,00%	120
	Ns/Nc.	0,00%	1,80%	1,20%	0,00%	4
Agua	de 1 a 2 lts. diarios.	46,20%	44,70%	52,60%	51,40%	210
	Más de 2 lts diarios.	46,20%	46,50%	41,50%	36,00%	176
	Menos de 1 lts diarios.	7,70%	7,90%	5,30%	12,60%	34
	Ns/Nc.	0,00%	0,90%	0,60%	0,00%	2
Sustancias recreativas	Marihuana y otros.	0,00%	0,90%	0,00%	2,70%	4
	No consumo.	92,30%	90,40%	90,60%	86,50%	378
	Ns/Nc.	0,00%	2,60%	1,20%	3,60%	9

	<b>Otros.</b>	0,00%	2,60%	1,20%	0,90%	6
	<b>Solo Marihuana.</b>	7,70%	3,50%	7,00%	6,30%	25

## Anexo N° 4. Consumos según sexo

Consumos		Sexo		
		Femenino	Masculino	Total general
Carnes Rojas	1 o 2 veces por semana	35,80%	23,70%	126
	3 o 4 veces por semana	35,30%	42,00%	163
	Más de 4 veces por semana	19,10%	30,90%	105
	No consumo ningún tipo de carne	7,90%	3,40%	24
	Ns/Nc	1,90%	0,00%	4
Pescado	Entre 1 y 3 veces por semana	21,40%	21,70%	91
	Entre 1 y 5 veces por mes.	27,90%	34,30%	131
	Más de 3 veces por semana	0,50%	1,40%	4
	Más de 5 veces al mes.	1,90%	1,90%	8
	No consumo pescado	47,00%	40,60%	185
	Ns/Nc	1,40%	0,00%	3
Proteína Vegetal	Entre 1 y 3 veces por semana	48,40%	41,50%	190
	Entre 1 y 5 veces por mes.	16,70%	20,80%	79
	Más de 3 veces por semana	21,40%	15,00%	77
	Más de 5 veces al mes.	4,20%	5,30%	20
	No consumo	7,90%	16,90%	52
	Ns/Nc	1,40%	0,50%	4
Frutas	1 a 4 veces por semana	43,30%	44,00%	184
	de 1 a 5 veces por mes	7,90%	10,10%	38
	Más de 4 veces por semana	39,10%	30,00%	146
	Más de 5 veces por mes	3,30%	5,30%	18
	No consumo	6,00%	10,10%	34
	Ns/Nc	0,50%	0,50%	2
Verduras	1 a 4 veces por semana	33,50%	29,00%	132
	de 1 a 5 veces por mes	1,90%	5,80%	16

	Más de 4 veces por semana	60,90%	61,80%	259
	Más de 5 veces por mes	2,80%	1,40%	9
	No consumo	0,50%	1,90%	5
	Ns/Nc	0,50%	0,00%	1
Pastas	1 a 4 veces por semana	57,20%	55,60%	238
	de 1 a 5 veces por mes	9,80%	8,70%	39
	Más de 4 veces por semana	25,60%	29,50%	116
	Más de 5 veces por mes	4,70%	3,90%	18
	No consumo	2,80%	2,40%	11
Frituras	1 a 4 veces por semana	34,90%	38,20%	154
	de 1 a 5 veces por mes	23,30%	24,60%	101
	Más de 4 veces por semana	7,90%	10,10%	38
	Más de 5 veces por mes	3,30%	5,80%	19
	No consumo	30,20%	20,80%	108
	Ns/Nc	0,50%	0,50%	2
Panificados	1 a 4 veces por semana	24,70%	28,00%	111
	de 1 a 5 veces por mes	7,40%	4,80%	26
	Más de 4 veces por semana	54,00%	56,50%	233
	Más de 5 veces por mes	5,60%	5,80%	24
	No consumo	7,40%	4,80%	26
	Ns/Nc	0,90%	0,00%	2
Golosinas	1 a 4 veces por semana	20,50%	16,40%	78
	de 1 a 5 veces por mes	26,00%	23,70%	105
	Más de 4 veces por semana	10,20%	7,20%	37
	Más de 5 veces por mes	7,40%	4,80%	26
	No consumo	35,30%	47,80%	175
	Ns/Nc	0,50%	0,00%	1
Bebidas Lácteas	Entre 1 y 2 lts por semana	36,70%	31,40%	144
	Entre 3 y 4 lts. por semana.	16,70%	15,90%	69

	Más de 4 lts. por semana.	8,40%	5,30%	29
	Menos de 1 lts por semana.	18,10%	26,10%	93
	No consumo	20,00%	20,80%	86
	Ns/Nc.	0,00%	0,50%	1
Bebidas Azucaradas	Entre 1 y 2 lts por semana	29,30%	28,00%	121
	Entre 3 y 4 lts. por semana.	14,40%	23,20%	79
	Más de 4 lts. por semana.	8,80%	12,10%	44
	Menos de 1 lts por semana.	16,70%	14,00%	65
	No consumo	29,80%	22,20%	110
	Ns/Nc.	0,90%	0,50%	3
Bebidas alcohólicas (Tipo)	Aperitivos y tragos	20,00%	12,60%	69
	Bebidas blancas	2,80%	2,90%	12
	Cerveza	24,70%	38,60%	133
	No Consume	38,60%	18,40%	121
	Vino	14,00%	27,50%	87
Bebidas alcohólicas (cantidad)	Entre 1 y 2 lts por semana.	20,00%	36,20%	118
	Entre 3 y 4 lts por semana.	8,80%	15,50%	51
	Más de 4 lts por semana.	6,00%	10,60%	35
	Menos de 1 lts por semana.	26,00%	17,90%	93
	No Consume	0,50%	0,00%	1
	No consumo	37,70%	18,80%	120
	Ns/Nc.	0,90%	1,00%	4
Agua	de 1 a 2 lts. diarios.	49,30%	50,20%	210
	Más de 2 lts diarios.	43,30%	40,10%	176
	Menos de 1 lts diarios.	7,00%	9,20%	34
	Ns/Nc.	0,50%	0,50%	2
Sustancias recreativas	Marihuana y otros.	1,40%	0,50%	4
	No consumo.	93,50%	85,50%	378
	Ns/Nc.	1,90%	2,40%	9

	Otros.	0,50%	2,40%	6
	Solo Marihuana.	2,80%	9,20%	25