

DIETA ALIMENTARIA EN EL MUNDO RURAL

EL FINAL DE UN MITO

■ ESTEBAN LOPEZ



En los últimos años, los hábitos de consumo alimentario de los españoles han experimentado un cambio notable, que afecta no sólo a los productos que se consumen, sino también a la cantidad, calidad y porcentaje que se destina a gastos en alimentación de los hogares. En líneas generales, se ha pasado de una alimentación basada fundamentalmente en el consumo de

cereales, legumbres, aceite de oliva, patatas, frutas y hortalizas de temporada, huevos y un consumo de carne y leche poco importante, a una alimentación en la que se reduce la proporción de hidrocarbonos, cereales y patatas, se dobla el gasto en carne y aumenta el de leche y derivados lácteos; disminuyen las proteínas de origen vegetal y aumentan las proteínas y grasas de origen animal.

Mientras que, asimismo, el gasto en alimentación del español medio se ha

reducido considerablemente, pasando de destinar el 50% de los presupuestos familiares al capítulo alimentario hasta reducir ese porcentaje a un 26%, aproximadamente.

Una verdadera "revolución" alimentaria que afecta, en líneas generales, a la mayor parte de la población, aunque, a la hora de desmenuzar datos y tendencias, se advierten evoluciones dispares en función de parámetros territoriales, económicos, sociales y culturales.

En esta ocasión, el objeto de estudio se centra en intentar analizar las eventuales afinidades y diferencias, en materia de hábitos de compra y consumo alimentario, entre dos conceptos teóricamente antagónicos: mundo rural y mundo urbano.

Uno de los primeros problemas que se presentan a la hora de abordar este trabajo consiste, sin embargo, en la dificultad que ofrecen los límites entre esos dos mundos, supuestamente muy diferentes. En este caso, a partir de la información disponible —recogida de los paneles de consumo alimentario que elabora el Ministerio de Agricultura, Pesca y Alimentación—, el límite aparece fijado en los municipios de hasta 10.000 habitantes; aunque parece evidente que por encima de ese techo hay municipios en España que encajan mejor en una definición "rural" que en otra "urbana".

La metodología de los paneles de consumo, a partir de datos del Instituto Nacional de Estadística (INE), abarca un universo total de 11,4 millones de hogares, de los que casi 3 millones corresponde a municipios de hasta 10.000 habitantes, encajando así en el concepto de "mundo rural" y representando un 25,7% del total de hogares españoles, porcentaje similar al conformado por las cinco grandes áreas metropolitanas (Madrid, Barcelona, Bilbao, Sevilla y Valencia), que incluyen un total de 3,2 millones de hogares y un 28,2% del total.

Entrando ya en la información, del análisis de los hábitos de compra y consumo por tamaños de población se deduce de inmediato la falsedad de uno de los tópicos urbanos más manidos, aquel que asegura que "en el campo se come más y mejor", pero esto no impide observar diferencias importantes.

El tamaño de la población es un elemento claramente diferenciador en cuanto al gasto doméstico en alimentación, no sólo como consecuencia de los distintos hábitos de consumo, sino también por las distintas formas de comercialización de alimentos. El gasto aumenta a medida que crece el tamaño

del hábitat, alcanzando su valor máximo en ciudades de más de 500.000 habitantes, donde, con datos de 1991, se destinó a gastos alimentarios una media 158.763 pesetas/habitante/año, mientras que en las poblaciones de menos de 2.000 habitantes el gasto fue de 135.253 pesetas/habitante/año, lo que representa un 17% menos respecto a los grandes núcleos urbanos.

MENOSPRECIO DE CORTE Y ALABANZA DE ALDEA

Otro elemento diferenciador es la conformación y tamaño de los hogares en función del tamaño del hábitat. En las poblaciones rurales de menos de 2.000 habitantes, los núcleos unifamiliares tienen la misma importancia que en las grandes ciudades de más de 500.000 habitantes, un 2% por encima de la media nacional, con una diferencia fundamental: en las zonas rurales estos núcleos son predominantemente de personas mayores, mientras que en las grandes ciudades los hogares unifamiliares se componen mayoritariamente de personas jóvenes. Las familias numerosas tienen más presencia a medida que disminuye el tamaño del hábitat, siendo los núcleos rurales los que tienen el mayor porcentaje de hogares con seis miembros (7,8%), mientras que en las grandes ciudades este porcentaje es tan sólo del 5,7%.

Las diferencias existentes en la constitución del núcleo familiar añaden un nuevo factor de modificación del consumo atribuible a los comportamientos y formas de vida de las familias según los distintos tamaños de población, si bien es cierto que la configuración familiar es, en sí misma, una de las caracterizaciones socioeconómicas de los distintos tipos de hábitat.

LA DIETA RURAL

Resulta evidente también que el consumo de determinados alimentos están influenciados por el tamaño de la población. De forma general, las pobla-

ciones urbanas comen más carne de vacuno, pescados frescos, conservas de pescado, leche esterilizada, yogur y algunos derivados lácteos, vinos de calidad, espumosos, cerveza, zumos, hortalizas y frutas frescas, alimentos transformados o semipreparados; mientras que en las poblaciones rurales se consume más carne fresca de cerdo, ovino y caprino, leche a granel, pan, azúcar, legumbres, otros aceites y vinos de mesa sin denominación.

La coincidencia entre la demanda de algunos productos en estratos socioeconómicos bajos y poblaciones rurales por una parte y la existente entre estratos económicos altos y habitantes de las grandes ciudades confirma la relación entre la tipología social y el tamaño del hábitat.

En la dieta media de las poblaciones rurales hay un predominio de alimentos poco transformados con gran aporte energético y calórico, mientras que en las poblaciones urbanas destacan productos más sofisticados, con mayores niveles de transformación y con mayor contenido de proteínas, especialmente de origen animal.

En el caso de las poblaciones rurales, la tradición gastronómica sigue estando influenciada por la actividad laboral agraria, que exigía un gran esfuerzo físico y que justificaba un tipo de alimentación con gran aporte en calorías. Sin embargo, en los últimos años, la mecanización y la tecnificación de las labores agrarias ha suavizado el esfuerzo físico, y como consecuencia debería haberse producido un cambio en el tipo de alimentos consumidos.

Una situación de cambio de actividad y mantenimiento de dieta que está provocando ya algunos problemas de salud entre la población rural, con graves cuadros médicos de sobrealimentación, altos índices de colesterol y desarreglos nutricionales inhabituales hasta hace unos años en el mundo rural.

ACORTAR DISTANCIAS

Al margen de la apreciación anterior, parece ponerse de manifiesto una

CUADRO 1

EL CONSUMO ALIMENTARIO POR TAMAÑOS DE POBLACION

GASTO ANUAL POR PERSONA (EN PESETAS)

	Total Nacional	Menos de 2.000 hab.	2.000 a 10.000 hab.	10.000 a 100.000 hab.	100.000 a 500.000 hab.	Más de 500.000 hab.
UNIVERSO (Miles de hogares en total municipios por segmentos)	1.399	939	1.989	3.614	2.664	2.190
HUEVOS	2.896	3.337	3.150	2.920	2.671	2.690
CARNES	39.197	40.380	38.469	37.081	37.786	44.929
-CARNES FRESCAS	25.123	28.281	24.558	24.053	23.457	26.250
-CARNES CONGELADAS	449	297	549	442	503	371
-CARNES TRANSFORMADAS	3.626	11.798	13.362	12.586	13.826	16.31
PRODUCTOS PESCA	7.268	14.596	15.471	16.390	17.867	21.027
-PRODUCTOS DE PESCA FRESCOS	101.162	7.851	8.437	9.700	10.873	12.803
-PRODUCTOS PESCA CONGELADOS	4.519	4.546	4.593	4.337	4.296	5.039
-PRODUCTOS PESCA EN CONSERVA	2.316	2.070	2.301	2.153	2.549	2.880
-PRODUCTOS PESCA COCIDOS	212	127	139	199	236	305
LECHE LIQUIDA	7.918	8.918	8.190	7.851	7.728	7.620
DERIVADOS LACTEOS	7.933	6.571	7.547	7.438	8.131	9.569
PAN	9.288	10.119	10.041	9.634	8.591	6.424
GALLETAS, BOLLERIA Y PASTELERIA	6.292	4.780	5.751	6.119	6.589	7.427
CHOCOLATES, CACAOES Y SUCEDANEOS	1.491	1.227	1.671	1.520	1.462	1.395
ARROZ	656	705	731	674	556	651
PASTAS ALIMENTICIAS	680	626	711	642	642	797
AZUCAR	938	1.199	1.032	958	790	880
LEGUMBRES SECAS	1.008	1.214	1.213	1.029	870	849
ACEITES	4.089	4.895	4.016	4.028	3.757	4.312
-ACEITE OLIVA VIRGEN	527	1.080	639	495	331	463
-ACEITE OLIVA PURO	2.555	2.538	2.227	2.475	2.576	2.990
-ACEITE GIRASOL	840	1.122	948	871	680	751
-OTROS ACEITES	167	150	201	186	171	108
MARGARINA	466	332	464	474	442	540
ACEITUNAS	769	729	771	724	748	397
VINOS	1.705	1.968	19.51	1.631	1.698	1.540
CERVEZA	1.502	1.268	1.502	1.392	1.594	1.690
OTRAS BEBIDAS ALCOHOLICAS	1.074	859	1.185	1.082	1.054	1.080
ZUMOS FRUTAS Y VEGETALES	1.206	868	967	1.380	1.117	1.377
PATATAS FRESCAS	2.037	1.584	2.200	2.178	1.930	1.969
HORTALIZAS FRESCAS	7.933	8.427	8.007	7.383	7.447	9.228
FRUTAS FRESCAS	11.747	11.466	11.085	11.360	11.664	13.304
FRUTOS SECOS	839	743	873	807	820	931
FRUTAS, HORT. Y LEGUMB. TRANSF.	2.499	1.805	1.988	2.313	2.674	3.420
PLATOS PREPARADOS	2.334	1.295	1.649	2.289	2.660	3.136
CAFE Y OTRAS INFUSIONES	1.434	1.299	1.363	1.361	1.501	1.602
AGUAS MINERALES	582	277	497	638	591	688
GASEOSAS Y BEBIDAS REFRESCANTES	2.165	1.406	2.110	2.065	2.162	2.739
TOTAL PRODUCTOS EN PESO	117.445	110.919	113.780	113.111	115.651	133.920
TOTAL PRODUCTOS VOLUMEN	21.251	20.996	21.035	21.114	20.672	22.150
TOTAL PDTOS UNIDADES (U=60 grs.)	2.896	3.337	3.150	2.920	2.671	2.690
TOTAL ALIMENTACION Y BEBIDAS	161.595	135.253	138.365	137.145	138.994	158.763

* Datos de 1991

Fuente: Elaboración propia, a partir de "La Alimentación en España 1991". Ministerio de Agricultura, Pesca y Alimentación.



leve evolución de acercamiento en los hábitos de consumo de los estratos bajos y pequeñas poblaciones hacia lo que presentan las grandes ciudades y las tipologías altas, en una corriente paralela y consecuente a esa otra evolución progresiva hacia un consumo de tipo occidental con características propias que se está produciendo a nivel general en todo el país. Este progresivo acercamiento en los hábitos de consumo se hace más evidente, aunque siguen existiendo diferencias importantes, si se compara la evolución experimentada en el gasto en los hogares en el período comprendido entre 1987 y 1991. Las poblaciones entre 2.000 y 10.000 habitantes son las que mayor incremento han registrado en su gasto en alimentación con una subida de casi el 40%, pasando de 99.163 pesetas/habitante/año en 1987 a 138.365 pesetas/habitante/año en 1991. En el otro extremo se encuentran las poblaciones entre 100.000 y 500.000 habitantes que sólo aumentaron en el mismo período un 11,5% su gasto en

alimentación hasta fijarlo en 138.994 pesetas/habitante/año en 1991, cifra prácticamente similar a los núcleos de población comprendidos entre 2.000 y 10.000 habitantes.

Por su parte, los pueblos de hasta 2.000 habitantes experimentaron un crecimiento del gasto alimentario del 15%, porcentaje muy parecido al de los núcleos de más de 500.000 habitantes que se situó en el 15,8%, si bien en este caso la diferencia en el gasto se mantiene en la misma proporción, ya que los primeros han pasado de 117.548 pesetas/habitante/año en 1987 a 136.253 pesetas en 1991, mientras que los segundos tenían un gasto de 137.030 pesetas/habitante/año en 1987 y de 158.763 pesetas en 1991.

VIVIR Y COMER

Los datos estadísticos que se analizan a continuación sirven como ejemplo ilustrativo para conocer mejor el retrato robot del consumidor rural fren-

te al urbano, en una suerte de acertijo infantil que gira sobre la premisa de "dime cuánto comes y qué comes y te dire donde vives".

Con los datos de los paneles de consumo —correspondientes a 1991— y extractando el grupo de productos más importantes que conforman la dieta alimentaria española, destaca, en primer lugar, el altísimo nivel de consumo de huevos en las poblaciones rurales, con casi 250 huevos por persona frente a los 190 de las ciudades, una diferencia justificada por el alto nivel de autoconsumo de los pueblos.

En el grupo de carnes, las áreas rurales de menos de 2.000 habitantes arrojan los mayores niveles de consumo, con 71,5 kilos por persona, muy por encima de la media nacional, fijada en 60,8 kilos por persona, y de los núcleos de población superiores a 500.000 habitantes que alcanzan un consumo de 63 kilos. En cuanto al tipo de carnes, en las poblaciones rurales es más alto el consumo de carnes de cerdo, cordero y conejo, mientras que

CUADRO 2

**EL CONSUMO ALIMENTARIO POR TAMAÑOS DE POBLACION
CANTIDADES COMPRADAS POR PERSONA/AÑO (Kilos/Litros) (huevos: unidades)**

	Total Nacional	Menos de 2.000 hab.	2.000 a 10.000 hab.	10.000 a 100.000 hab.	100.000 a 500.000 hab.	Más de 500.000 hab.
UNIVERSO (Miles de hogares en total municipios por segmentos)	11.399	939	1.989	3.614	2.664	2.190
HUEVOS	205.858	249.921	217.308	206.190	193.531	189.894
CARNES	60.845	71.548	63.988	58.329	56.438	63.081
-CARNES FRESCAS	43.800	55.920	46.164	42.223	39.125	44.784
-CARNES CONGELADAS	1.178	0.890	1.607	1.198	1.247	0.777
-CARNES TRANSFORMADAS	15.868	14.737	36.218	14.905	16.065	17.516
PRODUCTOS PESCA	25.798	23.492	24.792	24.991	25.971	29.036
-PRODUCTOS DE PESCA FRESCOS	15.790	13.519	14.403	15.357	16.470	18.070
-PRODUCTOS PESCA CONGELADOS	7.216	7.460	7.659	7.055	6.588	7.738
-PRODUCTOS PESCA COCIDOS	0.141	0.093	0.103	0.131	0.155	0.191
LECHE LIQUIDA	102.633	118.266	108.704	100.416	99.929	97.205
DERIVADOS LACTEOS	17.185	12.786	15.992	16.630	18.315	19.907
PAN	48.944	56.906	54.976	50.800	44.359	41.939
GALLETAS, BOLLERIA Y PASTELERIA	13.415	11.815	13.109	13.046	13.736	14.683
CHOCOLATES, CACAOS Y SUCEDANEOS	2.696	2.249	3.002	2.788	2.688	2.439
ARROZ	5.157	5.519	5.622	5.302	4.461	5.157
PASTAS ALIMENTICIAS	3.398	3.300	3.595	3.190	3.174	3.904
AZUCAR	7.011	9.290	8.574	8.106	6.983	6.917
LEGUMBRES SECAS	5.069	5.891	6.031	5.059	4.544	4.456
ACEITES	18.629	22.265	18.348	18.654	17.369	18.773
-ACEITE OLIVA VIRGEN	1.684	3.493	1.941	1.626	1.068	1.480
-ACEITE OLIVA PURO	8.703	8.700	7.455	8.336	8.976	10.218
-ACEITE GIRASOL	7.196	9.135	7.681	7.507	6.204	6.530
-OTROS ACEITES	1.049	0.939	1.272	1.185	1.119	0.544
MARGARINA	1.311	0.867	1.247	1.347	1.306	1.511
ACEITUNAS	2.381	2.404	2.543	2.233	2.306	2.569
VINOS	15.393	19.143	19.363	14.480	14.302	12.898
CERVEZA	11.618	10.258	11.711	10.819	12.195	12.877
OTRAS BEBIDAS ALCOHOLICAS	1.677	1.355	1.628	1.610	1.777	1.853
ZUMOS DE FRUTAS Y VEGETALES	10.654	7.551	8.470	12.005	10.005	12.517
PATATAS FRESCAS	40.149	35.608	44.534	63.386	36.925	36.210
HORTALIZAS FRESCAS	60.271	67.150	61.779	55.945	56.660	68.074
FRUTAS FRESCAS	99.976	105.122	97.835	97.499	98.269	106.397
FRUTOS SECOS	1.925	2.035	2.282	1.892	1.768	1.782
FRUTA, HORT.Y LEGUMB. TRANSF.	10.837	7.383	8.675	10.133	11.518	14.869
PLATOS PREPARADOS	3.844	2.167	2.731	3.757	4.376	5.169
CAFE Y OTRAS INFUSIONES	1.756	1.607	1.640	1.665	1.845	2.076
AGUAS MINERALES	23.240	10.233	16.709	26.977	22.902	27.090
GASEOSAS Y BEBIDAS REFRESCANTES	25.743	16.165	26.828	24.486	25.079	31.155
TOTAL PRODUCTOS EN PESO	421.288	634.090	432.328	414.683	403.725	438.375
TOTAL PRODUCTOS VOLUMEN	213.492	210.860	218.891	213.657	206.640	217.661
TOTAL PDTOS UNIDADES (U=60 grs.)	205.850	269.921	217.308	206.190	193.531	189.894
TOTAL ALIMENTACION Y BEBIDAS	647.132	659.906	664.257	640.711	621.978	667.933

* Datos de 1991.

Fuente: Elaboración propia, a partir de "La Alimentación en España 1991". Ministerio de Agricultura, Pesca y Alimentación.

en las zonas urbanas se come más carne de vaca y ternera, siendo muy similar el consumo de carne de pollo.

Resulta curioso, a este respecto, que el consumo de embutidos y jamones, muy arraigado en la tradición gastronómica rural sea inferior en poblaciones de estas características, con 2,3 kilos/habitante/año frente a los 3,1 kilos que se consumen en las ciudades de más de 500.000 habitantes.

En el grupo de pescados, los índices de consumo por habitante son muy similares en los núcleos rurales y urbanos, siendo estos últimos los que registran un mayor nivel de consumo, con 21 kilos por persona y año, mientras que las poblaciones de menos de 2.000 habitantes tienen el menor consumo, con 18,2 kilos, por debajo incluso de la media nacional, fijada en 18,7 kilos por persona.

Otro de los productos básicos de la dieta alimentaria, la leche, ofrece también diferencias apreciables entre los núcleos rurales y urbanos. La media nacional se sitúa en 102,6 litros por persona y año, mientras que el consumo en poblaciones de menos de 2.000 habitantes es de 118,2 litros y en las grandes ciudades de más de 500.000 habitantes es de 97,2 litros por persona. La diferencia de 21 litros a favor de las zonas rurales es importante no sólo en cuanto a la cantidad sino también en calidad, ya que el consumo de leche fresca es de 61,6 litros y en las grandes ciudades no llega a 1 litro. La cercanía de las zonas de producción y la dificultad en distribuir este tipo de leche en las grandes áreas de consumo, además de los hábitos alimentarios, explica la notable diferencia de consumo en este producto.

Un producto de gran consumo como es el pan, alimento que ha ido perdiendo importancia en la dieta alimentaria española, mantiene un índice de aceptación significativo en las zonas rurales, donde se comen 57 kilos por persona y año, frente a una media nacional de 49 kilos, mientras que en los núcleos urbanos de más 500.000 habitantes el consumo es tan sólo de 42 kilos por persona.

El azúcar refleja también un mayor consumo en las poblaciones de menos de 2.000 habitantes, con 9,2 kilos por persona y año frente a 6,9 kilos en las grandes ciudades, al igual que sucede con el aceite, donde el consumo es de 22,2 litros en zonas rurales y de 18,7 litros en las grandes ciudades, aunque por variedades las zonas rurales consumen más aceite de oliva virgen, girasol y otros tipos de aceites y en los grandes núcleos urbanos el consumo se centra más en el aceite de oliva puro.

Existen una serie de productos donde los consumos entre zonas rurales y urbanas no ofrecen diferencias tan significativas, como es el caso del arroz (5,5 kilos-5,1 Kilos), pastas (3,3-3,9), legumbres (5,8-4,4), patatas (35,6-36,2), hortalizas frescas (67-68), frutas frescas (105-106), y frutos secos (2-1,8).

MAS VINO, MENOS CERVEZA

En el grupo de bebidas se vuelven a reproducir las diferencias de consumo, ya que en las zonas rurales se bebe más vino (19,1 litros por persona) que en las ciudades (12,8 litros por persona), mientras que en la cerveza se invierte

la tendencia aunque no existen diferencias tan acusadas, 10,2 litros por persona en las poblaciones rurales y 12,8 litros en los núcleos urbanos.

En zumos de frutas el consumo es mayor en las ciudades con 12,5 litros por persona frente a 7,5 litros de las poblaciones rurales, diferencia que se agranda en el consumo de aguas minerales que es de 27 litros por persona en las grandes ciudades, mientras que en los núcleos rurales es tan sólo de 10,2 litros.

Datos que conducen, finalmente, a una conclusión global: en las grandes ciudades se consumen más alimentos y más bebidas por persona que en los núcleos rurales, existe más variedad de productos debido a las nuevas fórmulas de distribución comercial y la relación calidad/precio es más adecuada debido a la multiplicidad de ofertas. En las áreas rurales, por el contrario, se consumen algunos productos de excelente calidad cuando las zonas de producción son cercanas, y, sin embargo, los hábitos alimentarios no son adecuados y existe menos conciencia social sobre los perjuicios que el consumo masivo de algunos productos puede terminar causando en el organismo y en la salud. □

ESTEBAN LOPEZ. Periodista,

