INGESTA ALIMENTARIA EN ACULLICADORES Y NO ACULLICADORES DE DOS COMUNIDADES RURALES

Luján M. C.

Instituto Boliviano de Biología de Altura
C. P. 641, La Paz - Bolivia

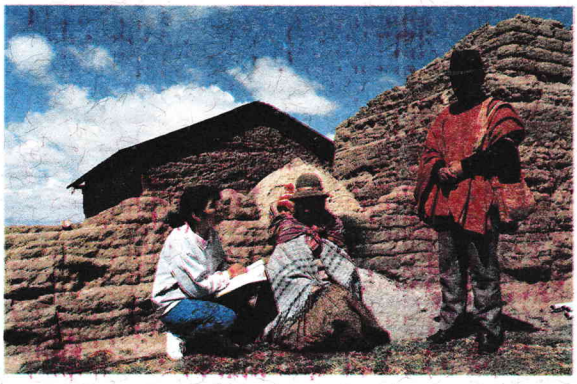
INTRODUCCIÓN

Desde la colonia se ha asociado el uso de la coca con el trabajo, algunos cronistas y autores modernos, mencionan que la coca reemplazaría los alimentos de los consumidores tradicionales en la región andina. Según Picón-Reategui (1989), en la región andina del Perú y Bolivia los campesinos tienen la costumbre de acullicar la hoja de coca desde los 14 años atribuyendo al hecho de que la coca aliviaba el cansancio y el hambre de estos individuos. Un estudio realizado por Carter y Mamani (1986) muestra que un 63% de los sujetos que respondieron la encuesta mencionan consumir coca «**para matar el hambre**».

En el presente trabajo hemos querido determinar sí el acullico influye sobre el apetito y el consumo alimentario de consumidores tradicionales de coca.

MATERIAL Y MÉTODOS

Este estudio, de tipo transversal, se realizó en dos comunidades rurales del altiplano (Taucachi y Ventilla) situadas en la provincia Murillo del departamento de La Paz.



Encuesta alimentaria y de consumo de hojas de coca en la comunidad de Ventilla.

Se interrogaron 84 acullicadores y 36 no acullicadores, todos varones con edades comprendidas entre 17 y 70 años (promedio de edad: 40.5 años). Se estableció dos grupos de estudio: menores y mayores de 35 años.

Para determinar el consumo de alimentos, se realizó una encuesta de consumo alimentario utilizando el método de **recordatorio de 24 horas** y la frecuencia mensual de alimentos, que nos permite conocer el tipo y cantidad de comida consumida en el desayuno, almuerzo, merienda, té y cena. A fin de lograr una estimación aproximada de la cantidad consumida de alimentos, se utilizó el método de Jensen (1981) que consiste en hacer uso de medidas caseras (platos tasas, cucharillas, cucharas). Para cuantificar los datos obtenidos, se utilizó una tabla de estandarización de pesos y medidas bolivianas.

El análisis de datos para calcular el aporte calórico total y el de los nutrientes (proteínas, carbohidratos y grasas), se realizó utilizando un paquete informático que además contiene la tabla de composición química de alimentos bolivianos (SVEN, 1984)

RESULTADOS

En relación al consumo de alimentos, el estudio muestra los siguientes resultados:

La distribución de la molécula calórica - es decir el aporte calórico procedente de las proteínas, carbohidratos y grasas- es el mismo en acullicadores y no acullicadores. Llamó nuestra atención el bajo consumo de grasas (Tabla I).

TABLA I
DISTRIBUCION DE LA MOLECULA CALORICA EN ACULLICADORES Y NO ACULLICADORES

NUTRIENTES %	ACULLICADORES 17 - 70 Años n = 48	NO ACULLICADORES 17 - 70 Años n = 36	p
CARBOHIDRATOS	84,50 (65 %)	83,00 (65 %)	NS
PROTEINAS	9,50 (12 %)	10,50 (12 %)	NS
GRASAS	6,00 (23 %)	6,50 (23 %)	NS

n = Número de casos; ( ) = Adecuación normal molécula calórica (SVEN)
p = Probabilidad; NS = No significativo.

Comparando el consumo de alimentos entre acullicadores y no acullicadores, en los menores de 35 años se observó que sólo existe diferencias significativas a nivel de consumo de calorías totales ($p<0.01$) y calorías procedentes de los carbohidratos ($p<0.02$), siendo mayor el aporte de calorías en el grupo de los acullicadores. En el grupo de 36 a 70 años, se observó que los acullicadores tienen un aporte de calorías totales, significativamente mayor ($P<0.05$) que los no acullicadores (Tabla II).

TABLA II
INGESTA ALIMENTARIA EN ACULLICADORES Y NO ACULLICADORES

NUTRIENTES	Acullicadores 17 - 35 Años n = 8	No Acullicadores 17 - 35 Años n = 22	p	Acullicadores 36 - 70 Años n = 40	No Acullicadores 36 - 70 Años n = 14	p
CALORIAS	3.040 ± 111	2.266 ± 125	<0.01	2.488 ± 105	2.389 ± 101	<0.05
PROTEINAS (Cal)	296 ± 104	272 ± 178	NS	232 ± 108	248 ± 144	NS
GRASAS (Cal)	162 ± 45	153 ± 63	NS	180 ± 135	153 ± 99	NS
CARBOHIDRATOS (Cal)	2.632 ± 8	1.860 ± 8	<0.02	2.096 ± 8	2.016 ± 8	NS

n = Número de casos; p = Probabilidad; NS = No Significativo; Cal = Calorias

En relación a la frecuencia de consumo mensual (Tabla III), los resultados muestran un gran consumo diario de carbohidratos (papa, chuño, pan) y de algunas verduras (zanahoria, cebolla, haba y arveja).

TABLA III
FRECUENCIA ALIMENTARIA MENSUAL

ALIMENTOS	ACULLICADORES X DIAS	NO ACULLICADORES X DIAS
Cordero	11,70	12,70
Queso	11,60	11,20
Pan	28,90	27,40
Fideo	22,10	21,90
Arroz	23,10	22,22
Zanahoria	29,20	28,70
Cebolla	30,00	30,00
Haba	24,60	17,50
Arveja	25,20	15,10
Papa	30,00	30,00
Chuño	30,00	30,00
Aceite	29,00	29,00
Cebo	26,30	26,00

Almuerzo comunal. Comunidad Ventilla

DISCUSIÓN

El análisis de las encuestas, inicialmente consideradas en forma general y posteriormente diferenciándolas por grupos de estudio, muestra que el patrón de consumo alimenticio se caracteriza por un predominio del aporte de carbohidratos (84%) en detrimento de proteínas y lípidos, contrastando con las recomendaciones de la FAO que determina en las raciones diarias, una ingesta de carbohidratos entre 55 a 65% , de lípidos entre 30 a 35 % y de proteínas entre 12 a 15%. Es necesario mencionar que éstas recomendaciones no se consideran fijas y se cumplen de una manera relativa, considerando además que estos porcentajes pueden variar según los requerimientos de los individuos. En nuestro estudio hemos encontrado cifras que demuestran diferencias importantes en la ingesta calórica. Así las grasas, teniendo que alcanzar un 23%, sólo están entre 6 y 6.5%. En lo que se refiere a la ingesta de proteínas se aprecia una distribución adecuada mientras que la que corresponde a carbohidratos está por encima de lo recomendado (84%). Estos hallazgos son similares a los encontrados por Picón Reategui en indígenas del Perú, en el pueblo de Nuñoa situado a 4000 m de altura.

Los resultados de ambos estudios muestran el patrón alimenticio que caracteriza a las poblaciones residentes de la altura y, sugieren que el consumo de coca no influye sobre este patrón ni tampoco sobre el número de raciones por día.

En lo que se refiere al aporte calórico, nuestros resultados coinciden con los encontrados por Carter y Mamani (1986) que estudiaron un grupo de varones y mujeres, utilizando la misma técnica de recordatorio de 24 horas. Otro estudio sobre el balance metabólico realizado por Picón Reategui (1989) en 6 nativos peruanos, refleja que el coqueo no afecta la ingesta de alimentos y tampoco la absorción de proteínas, grasas y ciertos micronutrientes como calcio, hierro, fósforo sodio y potasio.

La frecuencia de consumo mensual de alimentos, se caracteriza en los grupos de nuestro estudio por una alimentación monótona con un claro predominio del aporte de carbohidratos y poco consumo de cereales, corroborando lo descrito por otros investigadores en sentido de que en comunidades rurales de bajo nivel económico y altitudes diversas de hábitat, el campesino tiene que adaptar sus hábitos alimentarios a la producción local y al intercambio de alimentos con comunidades vecinas.

Finalmente y resumiendo nuestro trabajo, los resultados obtenidos muestran que en las comunidades estudiadas, el acullicu no tiene ninguna influencia sobre el consumo ni la frecuencia de alimentación en los consumidores tradicionales de hojas de coca.