

CONSUMO DE LÁCTEOS EN ARGENTINA: EVOLUCIÓN Y PANORAMA ACTUAL

PATRICIA A. RONAYNE DE FERRER*

Cátedra de Bromatología. Facultad de Farmacia y Bioquímica, Universidad de Buenos Aires.

Resumen

Se piensa que la domesticación de animales comenzó alrededor de 6.000 años AC, lo que permitió disponer de leche para consumo humano. Actualmente, según la FAO, la producción mundial de leche cruda es del orden de los 600.000 millones de litros, de los cuales el 84% proviene del ganado vacuno.

En la Argentina, luego de varios años de caída, la producción láctea creció en los últimos 2 años, y el consumo refleja esta tendencia. Alrededor del 17% se destina a leche fluida y un 77% a productos, entre los que predominan los quesos, los yogures y la leche en polvo. El consumo per cápita en 2004 fue de alrededor de 187 litros equivalentes, correspondientes a 40 l/hab de leche fluida y 27 kg/hab de productos lácteos; se estima que en 2005 fue de 195 litros equivalentes por habitante, por lo que el consumo diario de leche fluida y su equivalente en productos lácteos alcanzaría unos 535 ml/día. De acuerdo a estas cifras, las ingestas diarias de calcio y de vitamina D proveniente de lácteos se encuentran por debajo de las ingestas recomendadas.

Palabras clave: leche, productos lácteos, calcio, vitamina D.

INTAKE OF DAIRY PRODUCTS IN ARGENTINA: EVOLUTION AND PRESENT SITUATION

Summary

It is believed that animal domestication began about 6,000 years BC, which resulted in milk availability for human consumption. Nowadays, according to FAO, world milk production reaches 600,000 million liters, 84% of which comes from bovine cattle.

In Argentina, after some years' decay, milk production grew during the past 2 years and so did the intake of dairy products. About 17% of total production is destined to fluid milk and 77% to dairy products, mainly cheese, yogurt and powder milk. Per capita consumption in 2004 was about 187 equivalent liters corresponding to 40 liters/inhabitant of fluid milk and 27 kg/inhabitant of dairy products. Estimations for 2005 are about 195 equivalent liters/inhabitant; consequently, the daily intake

of fluid milk and its equivalent in dairy products would reach 535 mL/day. According to these figures, calcium and vitamin D daily intakes from dairy sources are below the recommended values.

Key words: milk, dairy products, calcium, vitamin D.

Introducción

La leche es el primer alimento de los mamíferos. De todas las sustancias que usamos como alimento, sólo la leche está específicamente destinada a ser utilizada como tal. La composición de la leche de las diferentes especies es distinta y satisface los requerimientos para el crecimiento de la cría de cada especie.

Se piensa que la domesticación de animales comenzó alrededor de 6.000 años AC, lo que permitió, entre otras cosas, disponer de leche para consumo humano. Los productos fermentados, tales como el queso y el yogur, descubiertos por accidente, constituyeron alimentos de alta calidad y disponibilidad durante todo el año, de gran importancia en la dieta neolítica.

Según estimaciones de la FAO,¹ en el 2005 la producción mundial de leche de vaca fue de alrededor de 531.000 millones de litros, lo que representa el 84% de los 630.000 millones de litros que totalizan las leches producidas por todas las especies (incluye también las de búfalas, ovejas, cabras y camellas). En ese año los principales productores de leche de vaca fueron: Estados Unidos (80.000 millones de litros), India (38.500 millones de litros) y la Federación Rusa (30.500 millones de litros).

Dado que la leche es un alimento básico en la dieta de muchos países, la producción de cada país se destina fundamentalmente a satisfacer su demanda interna. Se estima que en 2004 el 86,5% de la producción mundial de leche (incluyendo las de todas las especies) satisfizo al mercado interno y sólo el 13,5% restante se comercializó internacionalmente.²

En los próximos años se prevé un crecimiento de la producción de leche a un ritmo sostenido. Se estima que el grueso de dicho crecimiento provendrá de países en desarrollo.

Actualmente, el consumo total de leche y produc-

* Dirección postal: Junín 956, 2do piso. (1113) Ciudad Autónoma de Buenos Aires, Argentina.
Correo electrónico: pferrer@ffyba.uba.ar



tos lácteos alcanza, en el mundo, los 80 litros equivalentes leche/hab/año. En los países desarrollados el consumo aparente promedia los 197,4 litros, mientras en las naciones en desarrollo alcanza los 45,2 litros.

Situación en Argentina

En nuestro país, luego de varios años de caída, la producción láctea creció en los últimos años y el consumo refleja esta tendencia. De acuerdo a las estadísticas oficiales disponibles generadas en el marco del Convenio SAGPYA-CIL-FIEL, en 2004 la producción nacional de leche de vaca alcanzó los 9.169 millones de litros, lo que significó una recuperación del 15% respecto del ciclo anterior y el final de una fase declinante de cuatro años consecutivos tras el récord histórico registrado en 1999 (10.300 millones de litros).² En 2005 se habrían producido cerca de 9.700 millones de litros.³

En base a los datos precedentes, se estima que el consumo per cápita en 2004 fue de alrededor de 187 litros equivalentes correspondientes a 40 l/hab de leche fluida y 27 kg/hab de productos lácteos y que en 2005 sería de 195 litros equivalentes por habitante.³

Como se observa en la Figura 1, la recesión económica interna y la consecuente reducción de los ingresos repercutieron también en el mercado de los lácteos.² La evolución del consumo interno por habitante atravesó en el transcurso de los últimos diez años tres etapas diferentes: entre 1996 y 2000 se mantuvo en niveles elevados y relativamente estables del orden de los 220-230 litros; más tarde, la agudización de la recesión iniciada ya en 1998, produjo una retracción del 23%, hasta rozar los 180 litros en 2003. Finalmente, y en un contexto de precios minoristas en alza, en los últimos años se dio una lenta recuperación, que de todas maneras no logra alcanzar el nivel récord de consumo del año 2000.⁴

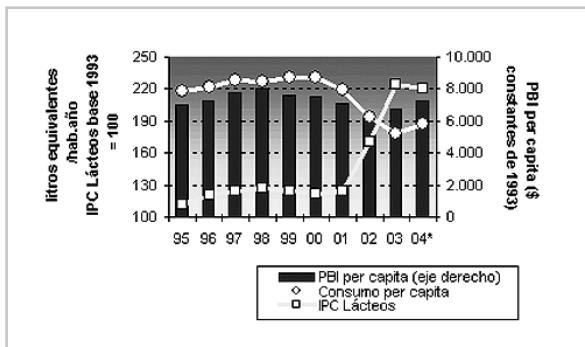


Figura 1: Consumo de lácteos e índice de precios al consumidor (IPC) durante el período 1995-2004.²

¿Cómo se ubican estas cifras de consumo en el contexto mundial? Como dato de referencia puede citarse que en 2001 la Argentina se ubicó en el puesto 20º del ranking mundial de consumo de leche y productos lácteos, según información de la FAO. Por otra parte, es de destacar que la Organización Mundial de la Salud indica una meta mínima a nivel país de 150-170 litros equiv/hab/año. Del total de la producción láctea, alrededor del 17% se destina a leche fluida y un 77% a productos, entre los que predominan los quesos, los yogures y la leche en polvo.⁵ En la Figura 2 puede observarse el consumo per cápita discriminado para la leche fluida y los distintos productos lácteos. En la comparación interanual 2004 vs. 2003 se destacan los incrementos en yogur (+30%) y en menor medida de los quesos y las leches fluidas (+6% en ambos casos).²

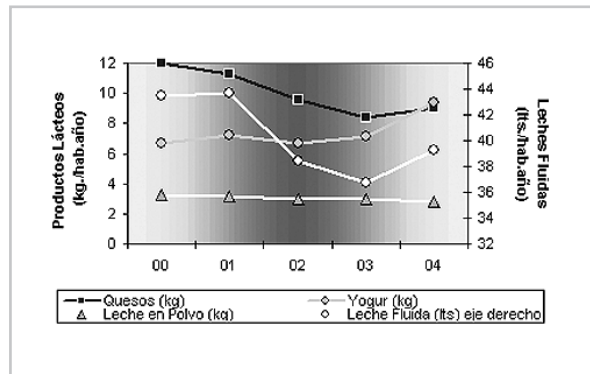


Figura 2: Consumo per cápita de leche fluida y algunos productos lácteos durante el período 2000-2004.²

Consumo de calcio proveniente de lácteos

De acuerdo a las cifras mencionadas, el consumo diario de leche fluida y su equivalente en productos lácteos alcanzaría unos 535 ml/día. La ingesta diaria de calcio por habitante rondaría los 642 mg diarios, cifra inferior a las ingestas recomendadas. La Ingesta Adecuada (IA) de calcio para adultos se encuentra entre 1.000 y 1.200 mg/día.⁶

Estos resultados concuerdan con datos indirectos derivados de la información suministrada por las hojas de Balance de Alimentos de FAO. Según esta fuente, el consumo aparente promedio diario de leche (equivalentes) per cápita para los años 1992-1994 rondaba los 539 g/día, y los 606 g/día en 2000.

Diversos estudios realizados en nuestro país en los últimos 20 años⁷⁻¹⁸ muestran:

- una baja ingesta de calcio, asociada a un escaso consumo de productos lácteos
- una situación agravada por el consumo elevado de

proteínas, de alimentos industrializados conteniendo fosfatos y de alimentos aportadores de fibra

- que se trata de un déficit nutricional común a diferentes grupos etarios no siempre dependiente del nivel socioeconómico

Los resultados de la recientemente realizada Encuesta Nacional de Nutrición y Salud reflejan que esta situación persiste en el momento actual.¹⁹

Los niños y niñas de 6 a 23 meses con ingesta menor a la IA de calcio representaron un 28% a nivel nacional mientras que en el grupo de niños y niñas de 2 a 5 años el valor observado fue de 45,6%. El porcentaje de energía aportado por lácteos en ambos grupos fue 34 y 20%, respectivamente.

En el caso de las mujeres entre 10 y 49 años se estimó que un 94,3% presentaron ingesta menor a la IA de calcio a nivel nacional; sólo el 9% de la energía fue aportada por lácteos. Una situación similar se observó en las embarazadas. En todos los grupos la ingesta de calcio estuvo inversamente relacionada con el nivel socio-económico.

Consumo de vitamina D proveniente de lácteos

Como se mencionó previamente, el consumo diario de leche fluida y su equivalente en productos lácteos rondaría los 535 ml/día.

De acuerdo al Código Alimentario Argentino, las leches fluidas fortificadas con vitamina D deberán contener no más de 400 UI por litro. Sin embargo, debe tenerse en cuenta que la fortificación no es obligatoria por lo cual en el mercado se encuentran tanto productos fortificados como sin fortificar.

Por este motivo, es difícil estimar el consumo de vitamina D proveniente de lácteos. Para tener una idea al menos aproximada, nos situaremos en dos situaciones hipotéticas:

a) suponer que tanto la leche fluida como todos sus derivados se encuentran fortificados

b) suponer que sólo la leche fluida se encuentra fortificada (consumo diario 91 ml/día)

En el primer caso la ingesta diaria de vitamina D por habitante sería de 214 UI (5,35 µg) y en el segundo, de 36 UI (0,9 µg). Considerando que la IDR de vitamina D para adultos es de 200 UI (5 µg), el aporte de los lácteos resultaría insuficiente.

En el marco de la Encuesta Nacional de Nutrición y Salud se midió la concentración de vitamina D (25OH-vitamina D) en niños y niñas de 6 a 23 meses en la región patagónica.¹⁹ La prevalencia de déficit de vitamina D fue de 2,8%. La proporción de niños con valores definidos como insuficiencia fue de 20,8%, en tanto que 40,2% presentó valores definidos como insuficiencia leve. No se observaron diferencias significativas en la prevalencia de deficiencia de vitamina D según los grupos definidos en términos de las condiciones socioeconómi-

cas de los hogares (necesidades básicas insatisfechas, línea de pobreza y línea de indigencia).

Conclusiones

La ingesta diaria de calcio y de vitamina D proveniente de lácteos se encuentra por debajo de las ingestas recomendadas. Es probable que el aporte proveniente de otras fuentes también resulte insuficiente.

(Recibido: marzo de 2007. Aceptado: abril de 2007)

Referencias

1. Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación. Disponible en: <http://www.fao.org/AG/AGAINFO/resources/es/f-15.html>
2. Schaller A. Productos lácteos. Análisis de la cadena alimentaria. Disponible en: http://www.alimentosargentinos.gov.ar/0-3/revistas/r_32/cadenas/Lacteos_Ptos_Lacteos.htm
3. Linari JJ. El contexto para una nueva etapa de crecimiento de la lechería argentina. *La Alimentación Latinoamericana* 2006; (261): 20-3.
4. Schaller A. Un lugar en el mundo. Disponible en: http://www.alimentosargentinos.gov.ar/0-3/revistas/r_35_especial/cadenas/Lacteos_lugar_mundo.htm
5. Diagrama de productos lácteos. Secretaría de Agricultura, Ganadería, Pesca y Alimentación. Disponible en: http://www.alimentosargentinos.gov.ar/lacteos/docs/01_Productos/lacteos/Lacteos_01.htm
6. Dietary References Intakes (DRI) for Calcium, Phosphorus, Magnesium, vitamin D and Fluoride. Standing Committee on the Scientific Evaluation of Dietary References Intakes, Food and Nutrition Board & Institute of Medicine, National Academy of Sciences, Washington, DC, 1997.
7. Calvo EB, Islam J, Gnazzo N, y col. Encuesta nutricional en niños menores de 2 años en la provincia de Misiones. II Indicadores dietéticos y hematológicos. *Arch Arg Pediatr* 1987; 85: 260-9.



8. Boyer P, de Portela ML, Río ME, Sanahuja JC. Evaluación del estado nutricional de una población estudiantil. *Medicina (Buenos Aires)* 1987; 47: 51-6.
9. Zeni S, Portela MLPM. Estado nutricional con respecto al calcio en la Argentina. *Arch Latinoamer Nutr* 1988; 38: 209-18.
10. Belizan JM, Villar J, Gonzalez L, Campodonico L, Bergel E. Calcium supplementation to prevent hypertensive disorders of pregnancy. *N Engl J Med* 1991; 325: 1399-405.
11. Rovirosa A, Dupraz H, de Portela ML, Río ME. Ingesta de nutrientes en una población estudiantil masculina de la Universidad de Buenos Aires. *Revista Farmacéutica* 1993; 133: 53-61.
12. Centro de Estudios sobre Nutrición Infantil. CESNI: Proyecto Tierra del Fuego. Diagnóstico basal de salud y nutrición, 1995.
13. Spindler A, Lucero E, Berman A, Vega E, Mautalen C. Bone mineral density in a native population of Argentina with low calcium intake. *J Rheumatol* 1995; 22: 2148-51.
14. Delfino SB, Ronayne de Ferrer PA, Sambucetti ME, López NE, Ceriani Cernadas JM. A dietary survey in lactating women. *FASEB J* 1996; 10: A482.
15. Di Sanzo M, Garvano C, Harrison I. Adecuación del consumo de calcio y hábitos de actividad física en niños y adolescentes entre 7 y 18 años. *Diaeta* 1997; 16: 11-8.
16. Pacín A, Martínez E, Pita Martín de Portela ML, Neira MS. Consumo de alimentos e ingesta de algunos nutrientes en la población de la Universidad Nacional de Luján, Argentina. *Arch Latinoamer Nutr* 1999; 49: 31-9.
17. Sánchez HD, Osella CA, de la Torre MAG, González RJ, Sbodio OA. Estudio nutricional relativo a energía, proteínas y calcio en niños que concurren a comedor escolar. *Arch Latinoamer Nutr* 1999; 49: 218-22.
18. O'Donnell AM, Britos S, Pueyrredón P et al. Comer en una edad difícil: 1 a 4 años. Buenos Aires: Centro de Estudios sobre Nutrición Infantil (CESNI), 2006.
19. Encuesta Nacional de Nutrición y Salud. Buenos Aires; Ministerio de Salud, 2006.