



Una Canasta Saludable y Sostenible para Chile



Lorena Rodríguez Osiac

Daniel Egaña Rojas

Académic@s Universidad de Chile

Integrantes GTOP-UChile





Declaramos no tener conflictos de interés para esta presentación



EL PRESIDENTE DE LA REPÚBLICA, en uso de las facultades que le confiere el art. 84, incisos IV y VI, inciso "a", de la Constitución, y en vista de lo dispuesto en la Ley N° 11.346, de 15 de septiembre de 2006,

DECRETA :

Art. 1 Este Decreto establece la composición de la canasta básica alimentaria en el ámbito de la Política Nacional de Seguridad Alimentaria y Nutricional y de la Política Nacional de Abastecimiento de Alimentos, con el propósito de garantizar el derecho humano a una alimentación adecuada y saludable y promover la soberanía y la alimentación. y seguridad nutricional.

Párrafo único. Las disposiciones de este Decreto orientarán las acciones, políticas y programas relacionados con la producción, suministro y consumo de alimentos.

Art. 2º este Decreto, considera:

I - canasta básica de alimentos - conjunto de alimentos que buscan garantizar el derecho humano a una alimentación adecuada y saludable, a la salud y al bienestar de la población brasileña;

II - alimentación adecuada y saludable - derecho humano básico que implica garantizar el acceso permanente y regular, de manera socialmente justa, a una práctica dietética adecuada a los aspectos biológicos y sociales del individuo, que debe ser acorde con las necesidades dietéticas especiales y ser :

a) referenciados por la cultura alimentaria y las dimensiones de género, raza y etnia;

b) accesible desde el punto de vista físico y financiero;

c) armoniosa en cantidad y calidad, teniendo en cuenta los principios de variedad, equilibrio, moderación y placer;

d) basado en prácticas de producción adecuadas y sostenibles;

III - alimentos frescos o mínimamente procesados - los obtenidos directamente de plantas, animales u hongos y adquiridos para el consumo sin haber sufrido alteración alguna después de salir de la naturaleza o haber sido sometidos a las siguientes modificaciones:

a) eliminación de partes no comestibles o no deseadas de los alimentos, secado, deshidratación, trituración o molienda, fraccionamiento, tostado, cocción sólo con agua, pasteurización, refrigeración o congelación, envasado, envasado al vacío;

b) pelado, desmotado, despulpado, escaldado, rebanado, cocido, evaporación, deshidratación, esterilización, extrusión, microfiltración, fermentación no alcohólica, extracción en frío y en caliente; Es

c) mezclar con otros alimentos mínimamente procesados, siempre y cuando no se agregue sal, azúcar, aceites o grasas;

IV - ingredientes culinarios - productos extraídos de alimentos frescos, como aceites, grasas y azúcares, o de la naturaleza, como la sal, mediante procesos como prensado, molienda, trituración, pulverización y refinación;

V - alimentos procesados - aquellos fabricados con adición de sal, azúcar, aceites o grasas a alimentos naturales o mínimamente procesados;

VI - alimentos ultraprocesados - formulaciones industriales típicamente elaboradas con muchos ingredientes y con diferentes etapas y tipos de procesamiento, con poca o nula presencia de alimentos frescos y caracterizadas por la presencia de:

a) aditivos alimentarios que modifican las características sensoriales del producto, incluyendo aromatizantes, colorantes, edulcorantes, emulsionantes o emulsionantes, espesantes, potenciadores del sabor, antiespumantes, espumantes, glaseantes y gelificantes; o

b) sustancias de raro uso culinario, incluidas la fructosa, el jarabe de maíz con alto contenido de fructosa, los concentrados de jugos de frutas, el azúcar invertido, la maltodextrina, la dextrosa, la lactosa, los aceites hidrogenados o interesterificados, las proteínas hidrolizadas, el aislado de proteína de soja, la caseína, la proteína del suero y la carne separada mecánicamente.



Art. 3 Son pautas para observar en la composición de la canasta básica alimentaria las siguientes:

I - las recomendaciones de la Guía Alimentaria para la Población Brasileña y de la Guía Alimentaria para Niños Brasileños Menores de Dos Años, elaboradas por el Ministerio de Salud;

II - respeto por la cultura y las tradiciones regionales;

III - la protección de una alimentación adecuada y saludable, de la salud y del medio ambiente; Es

IV - diversificación y diversidad, observando las condiciones de la región, territorio, bioma y estacionalidad de los alimentos.

Párrafo único. Los lineamientos establecidos para la selección de alimentos de la canasta básica tienen como objetivo promover sistemas alimentarios saludables y sostenibles.

Conceptos que destacar

- Saludable
- Sostenible
- Ultraprocesados
- Guías Alimentarias Poblacionales (GABA)

Art. 7 Este Decreto entra en vigor a partir de la fecha de su publicación.

Brasilia, 5 de marzo de 2024; 203 de la Independencia y 136 de la República.

LUIZ INÁCIO LULA DA SILVA

Luis Paulo Teixeira Ferreira

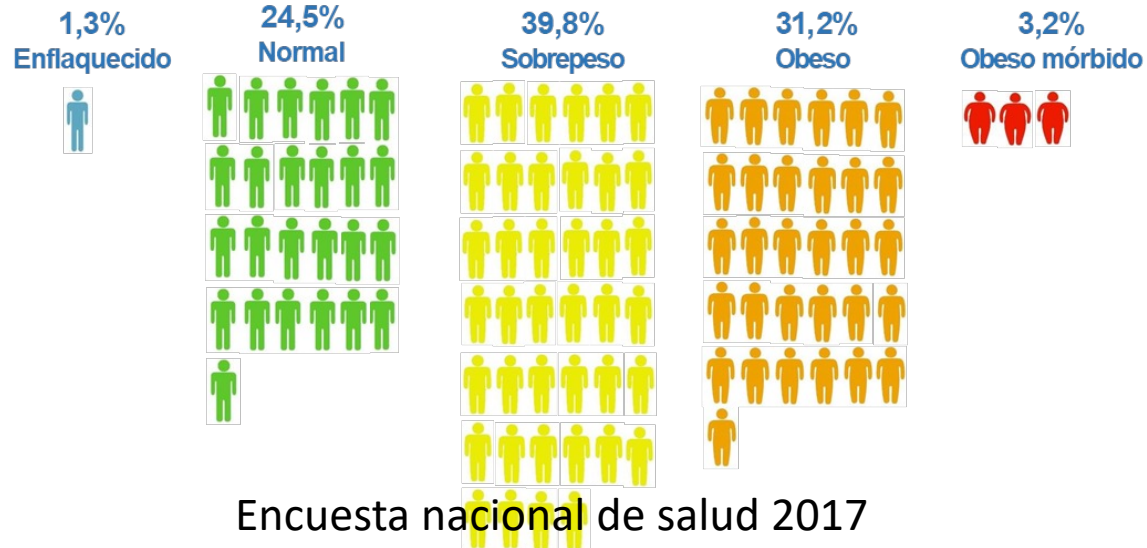
José Wellington Barroso de Araujo Dias

Fernando Haddad

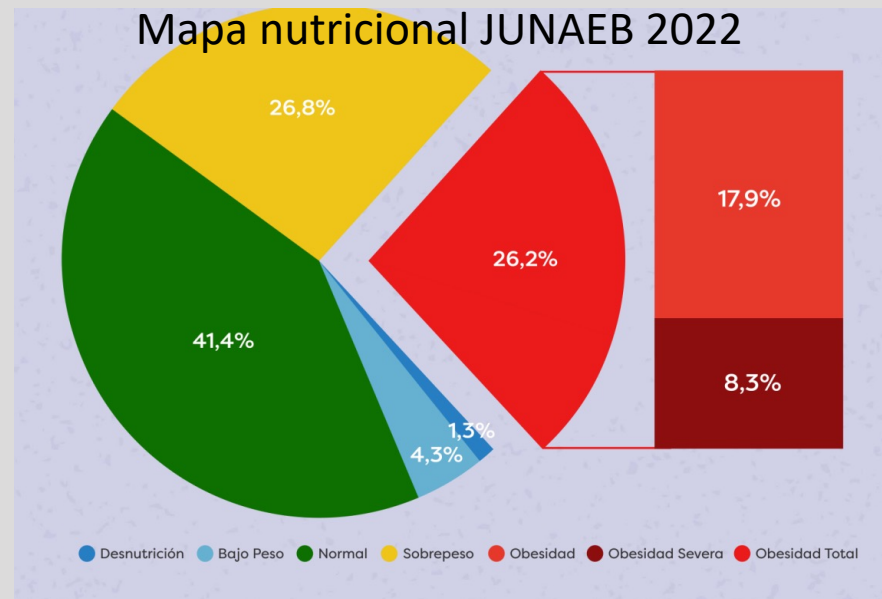
Nísia/Verónica Trindade Lima

Presidente de la República Federativa del Brasil

Estado nutricional, prevalencia total país. ENS 2016-17



Mapa nutricional JUNAEB 2022



1 de cada 11 muertes en Chile
es atribuible al sobrepeso y obesidad



En Chile muere
1,5 personas obesas por hora

Costos de la obesidad en Chile

Sobrepeso y obesidad
↑ 65% los costos en salud

En el año 2017 se estima que un
2,4% del gasto total en salud se
destina al tratamiento de la
obesidad y sus consecuencias



En el año 2016, los costos
totales son equivalentes al
0,5% del PIB

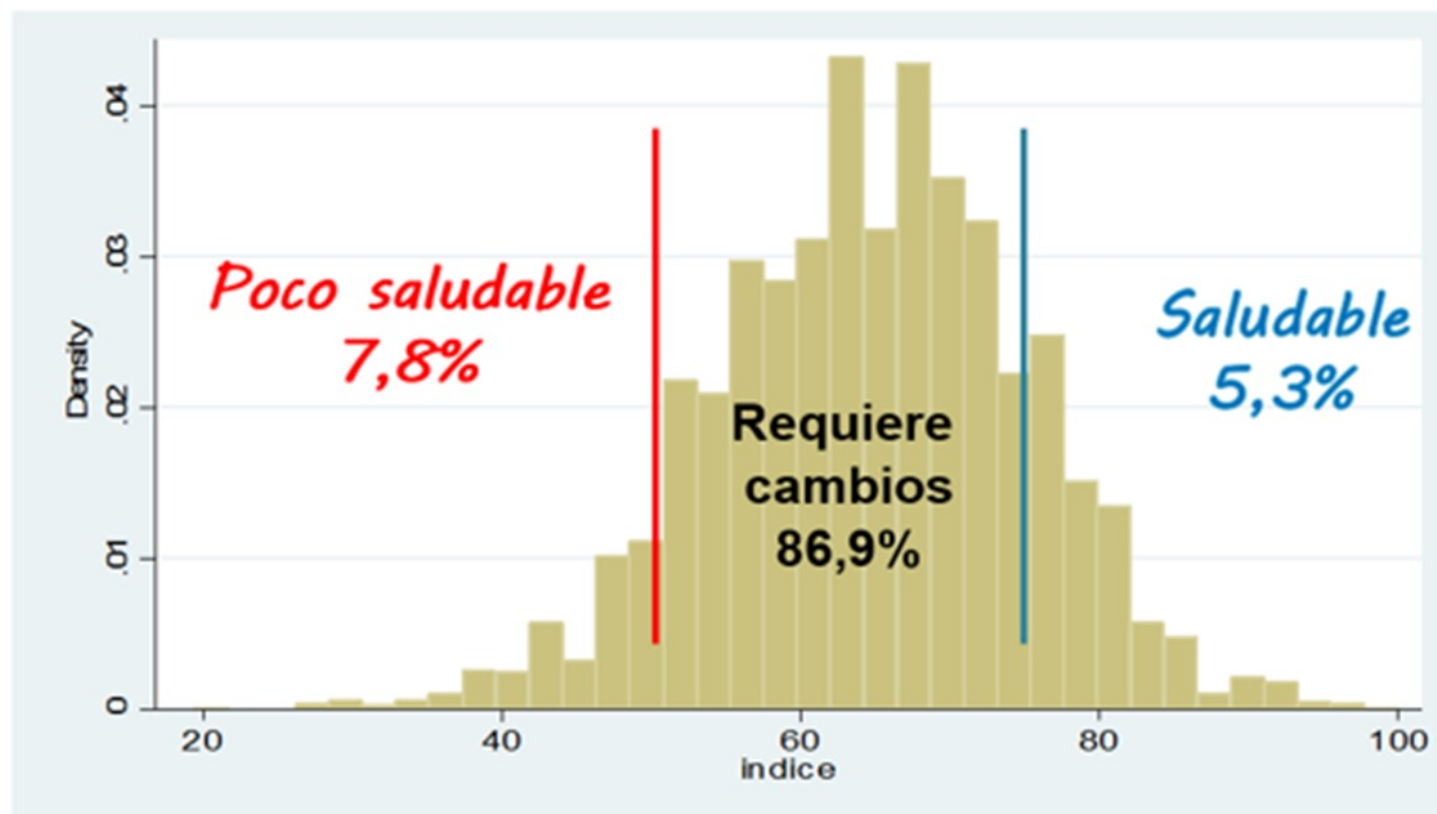


El gasto promedio del período
2010-2030 en atención de salud por
causa de la obesidad asciende a 455
mil millones de pesos anuales

Cuadrado et al. 2018. FONIS SA14ID0176

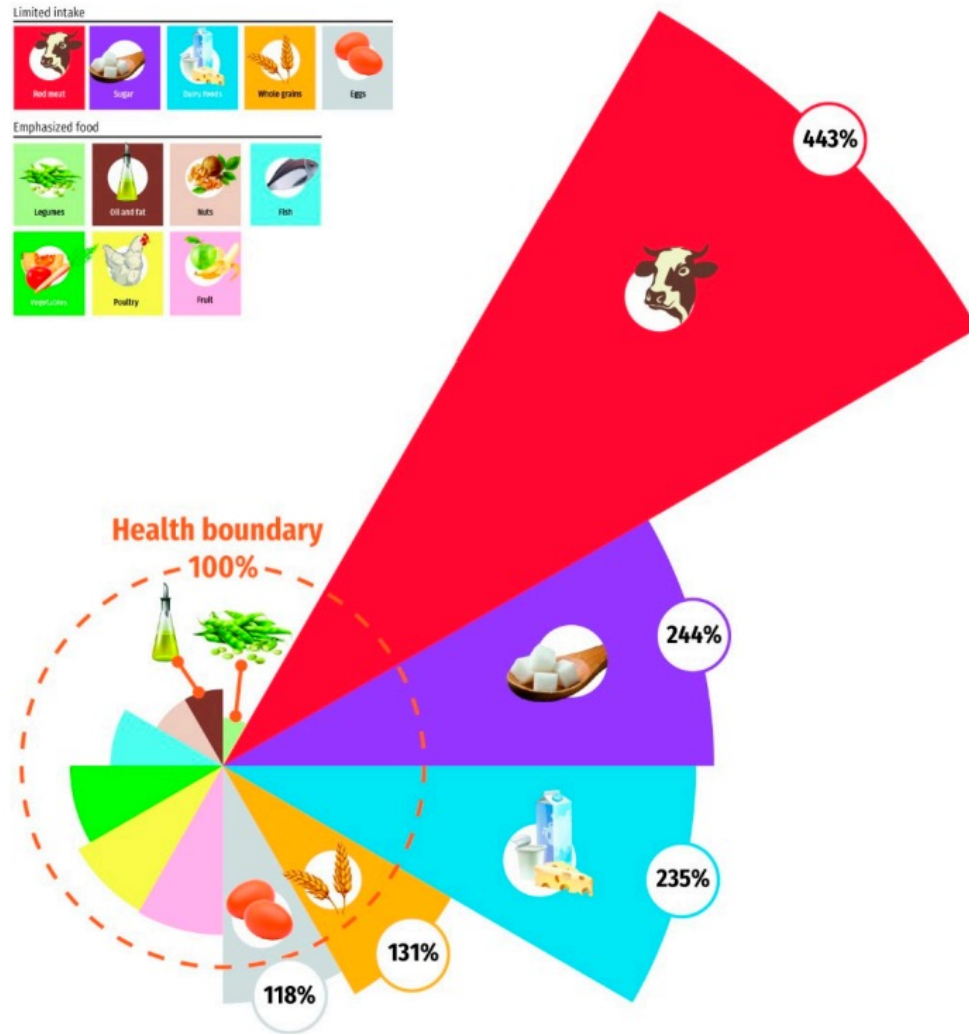


DISTRIBUCIÓN DE LA POBLACIÓN CHILENA DE ACUERDO AL ÍNDICE DE ALIMENTACIÓN SALUDABLE



ENCA UNIV DE CHILE-MINSAL 2010-2011

Chilean diet Vs. global planetary health diet



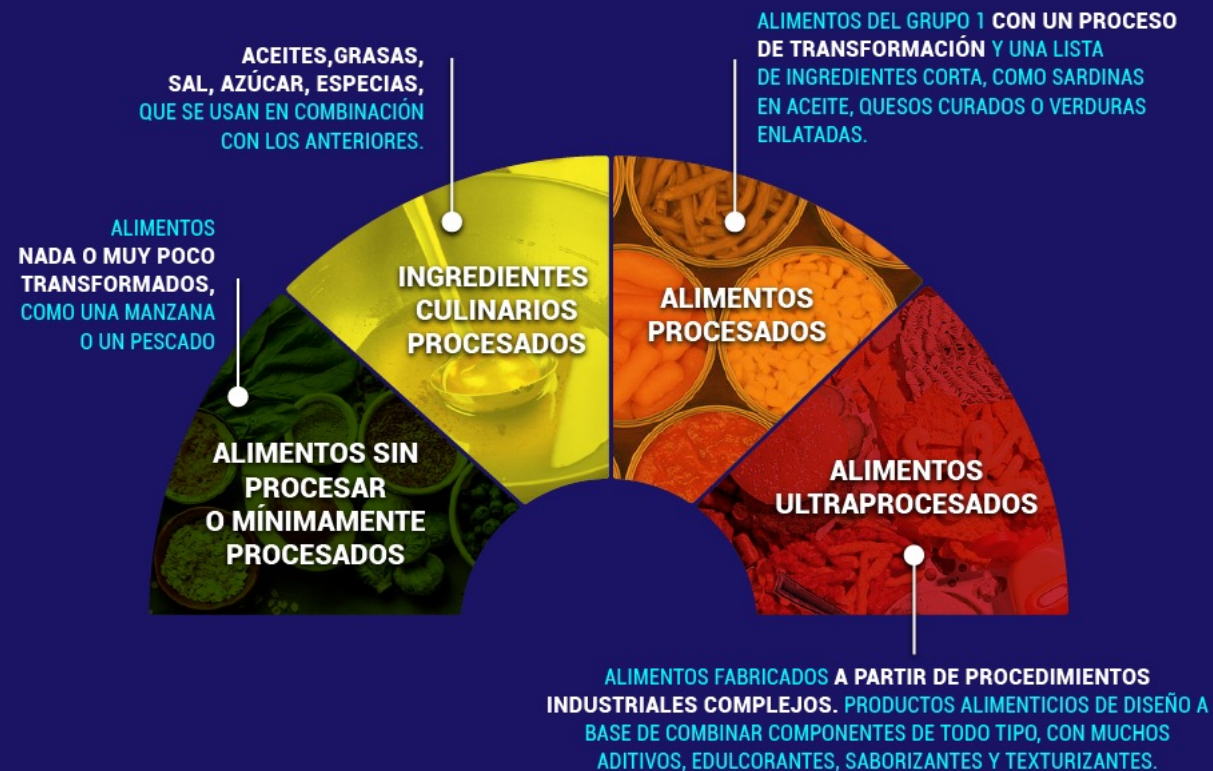
Huellas de carbono

EEUU:	4,72	Kg CO ₂ eq/persona/día
Chile:	4,67	Kg CO₂ eq/persona/día
Dinamarca:	4.63	Kg CO ₂ eq/persona/día
Perú:	2,65	Kg CO ₂ eq/persona/día
Dieta Vegetariana:	3.06	Kg CO ₂ eq/persona/día
Dieta Vegana:	2.41	Kg CO ₂ eq/persona/día

1.- Carbon footprint of self-selected US diets: Nutritional, demographic, and behavioral correlates. *Am J Clin Nutr.* 2019;109(3):535–43.; 2.- Greenhouse gas emissions of realistic dietary choices in Denmark: The carbon footprint and nutritional value of dairy products. *Food Nutr Res.* 2014;58:1–16; 3- Climate change mitigation opportunities based on carbon footprint estimates of dietary patterns in Peru. *PLoS One.* 2017;12(11):1–25

CLASIFICACIÓN NOVA DE ALIMENTOS

LA "CLASIFICACIÓN NOVA" CONSTA DE 4 CATEGORÍAS DE ALIMENTOS DE ACUERDO A SU GRADO DE PROCESAMIENTO Y TE AYUDARÁ A CUIDAR TU SALUD.



EVITA LOS PRODUCTOS ULTRAPROCESADOS, PREFIERE ALIMENTOS CASEROS.

Fuente: Monteiro et al. The food system. Ultrafood processing. The big issue for nutrition, disease, health, well-being. World Nutr. 2012;3(12):527-69

@ 1CINyS

f CINyS.INSPI

t 1CINyS

in CINyS



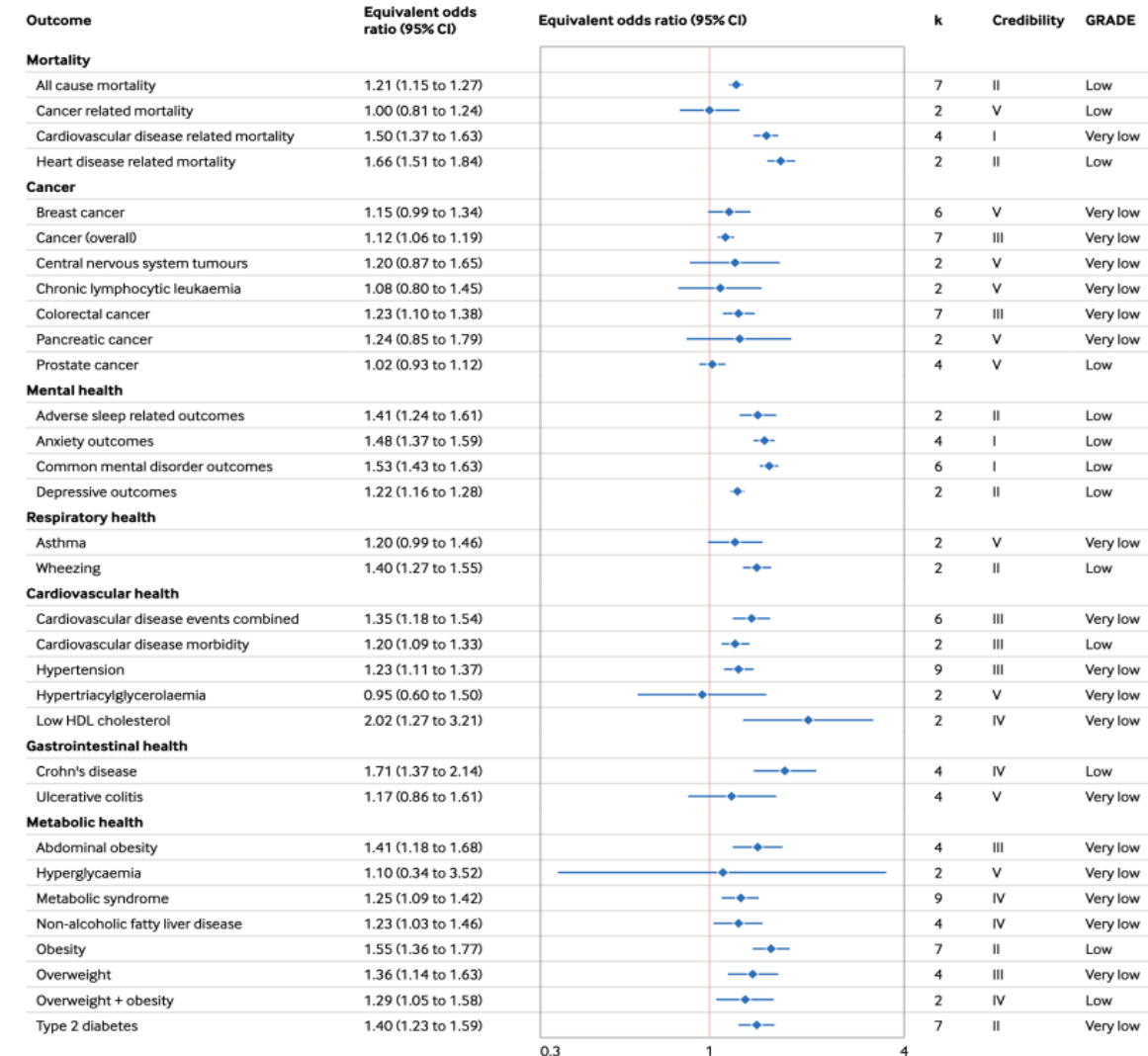
Ultra-processed food exposure and adverse health outcomes: umbrella review of epidemiological meta-analyses



Non-dose-response relations

between greater exposure to ultra-processed foods and the risk of adverse health outcomes

thebmj



BMJ 2024;384:q439 <http://dx.doi.org/10.1136/bmj.q439>

BMJ2024;384:e077310. <http://dx.doi.org/10.1136/>

Food intake, ultra-processed foods consumption, and environmental indicators (gas emissions, water, energy and land use) were assessed in 55-75-year-old participants (n=5879)



Low consumption of ultraprocessed foods may contribute to environmental sustainability

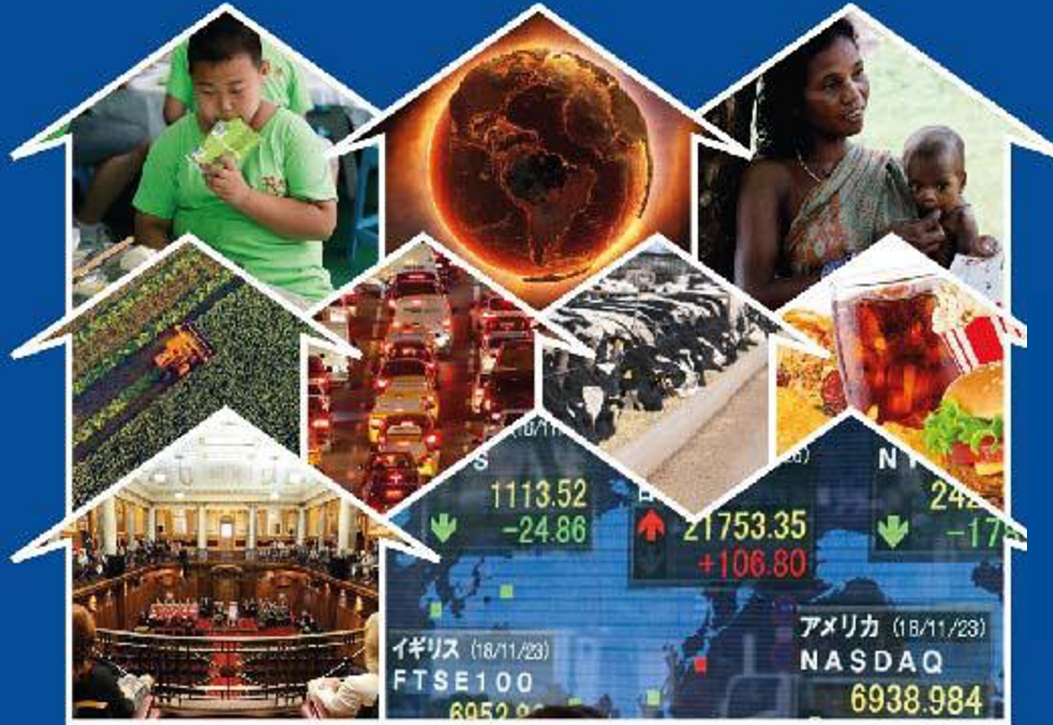
Objetivos: Evaluación del impacto del consumo de UPF sobre las emisiones de gases de efecto invernadero y el uso de agua, energía y suelo.

Diseño: Estudio longitudinal de 2 años tras una intervención dietética que incluyó a 5.879 participantes de una población del sur de Europa con edades comprendidas entre los 55 y los 75 años con síndrome metabólico.

Métodos: La ingesta de alimentos se evaluó mediante un cuestionario validado de frecuencia de alimentos de 143 ítems, que permitía clasificar los alimentos según el sistema NOVA. Las emisiones de gases de efecto invernadero, el agua, la energía y el uso del suelo se calcularon mediante la base de datos Agribalyse® 3.0.1 de indicadores de impacto ambiental de los alimentos. Se analizaron los cambios en el consumo de UPF durante un periodo de 2 años.

Resultados: Los participantes con mayores reducciones en su consumo de UPF redujeron su impacto en -0,6 kg de CO₂eq y -5,3 MJ de energía. El uso de agua fue el único factor que aumentó a medida que se reducía el porcentaje de UPF.

Conclusiones: El bajo consumo de alimentos ultraprocesados puede contribuir a la sostenibilidad medioambiental. El nivel de procesamiento de los alimentos consumidos debería tenerse en cuenta no sólo para el asesoramiento nutricional sobre la salud, sino también para la protección del medio ambiente.



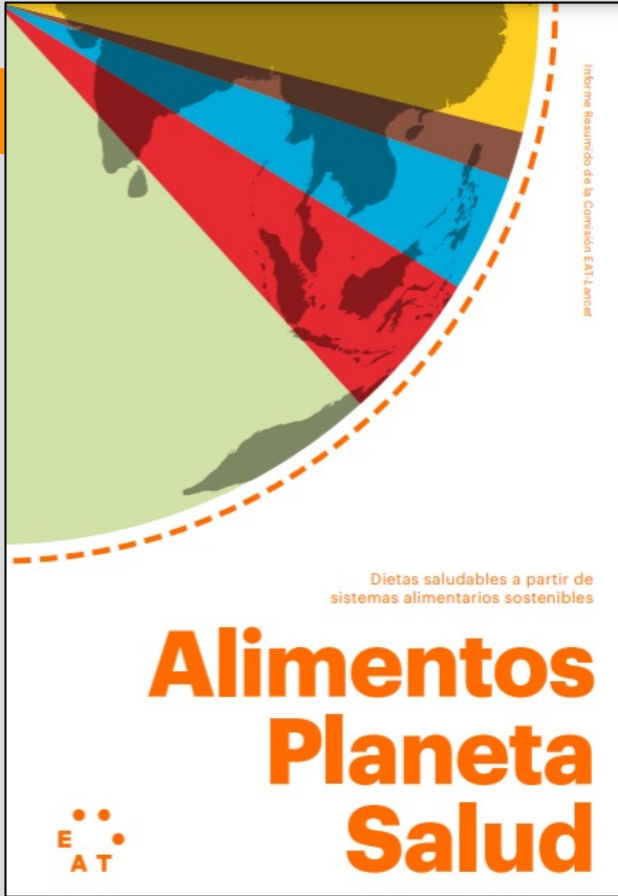
“The Global Syndemic represents the paramount health challenge for humans, the environment, and our planet in the 21st century.”

“La Sindemia Global representa el principal desafío para la salud de seres humanos, el medio ambiente y nuestro planeta en el siglo XXI”.

The Global Syndemic of Obesity, Undernutrition and Climate Change

THE LANCET

The best science for better lives



La **transformación hacia dietas sanas** en 2050 requerirá cambios sustanciales:

- El consumo mundial de **frutas, verduras, frutos secos y legumbres** tendrá que duplicarse
- El consumo de alimentos como la **carne roja y el azúcar** deberá reducirse en más del 50%.
- Una dieta rica en alimentos vegetales y con menos alimentos de origen animal **mejorarán la salud y traerá beneficios medioambientales.**

<https://eatforum.org/eat-lancet-commission/eat-lancet-commission-summary-report/>

El contexto: Comisión EAT-Lancet



Estrategia 1
Buscar el compromiso internacional y nacional para cambiar hacia dietas saludables

Estrategia 2
Reorientar las prioridades agrícolas pasando de producir grandes cantidades de alimentos a producir alimentos saludables

Estrategia 3
Intensificar de forma sostenible la producción de alimentos para aumentar la producción de alta calidad

Estrategia 4
Gestión firme y coordinada de la tierra y los océanos

Estrategia 5
Reducir al menos a la mitad la pérdida y desperdicio de alimentos, en línea con los Objetivos de Desarrollo Sostenible

Coalición de acción en favor de dietas saludables basadas en sistemas alimentarios sostenibles para los niños y todas las personas



Velar por que todas las personas puedan gozar de una alimentación sana, asequible y accesible.

<https://www.fao.org/partnerships/healthy-diets-coalition/es>



<https://www.fao.org/3/ca6640es/CA6640ES.pdf>

LAS DIETAS SALUDABLES SOSTENIBLES...

EN LO RELACIONADO CON EL ASPECTO DE LA SALUD

1

...comienzan en los primeros años de vida con la iniciación temprana del lactancia materna, la lactancia materna exclusiva hasta los 6 meses de vida y continuada hasta los dos años o más, combinada con una alimentación complementaria adecuada.

2

...se basan en una gran variedad de alimentos no procesados o mínimamente procesados, que representan de forma balanceada todos los grupos de alimentos, con restricciones en cuanto a comidas y bebidas altamente procesadas.¹⁰

3

... incluyen cereales integrales, frutos secos así como frutas y verduras variadas en abundancia.¹¹

4

... pueden incluir huevos, productos lácteos, aves y pescados en cantidades moderadas así como carnes rojas en pequeñas porciones.

8

... contienen niveles mínimos (o de ser posible ningún contenido) de patógenos, toxinas o cualquier otro agente que pueda causar enfermedades transmitidas por los alimentos.

7

... son consistentes con las recomendaciones de la Organización Mundial de la Salud dirigidas a reducir los riesgos de enfermedades no transmisibles relacionadas con la alimentación y asegurar la salud y el bienestar de la población.¹²

6

... son adecuadas, es decir, satisfacen pero no exceden las necesidades de energía y nutrientes para el crecimiento y el desarrollo, cubriendo los requerimientos para una vida activa y saludable a lo largo del ciclo de vida.

5

... incluyen agua potable limpia y segura como líquido de preferencia.

EN LO RELACIONADO CON EL IMPACTO MEDIO AMBIENTAL

9

...mantienen dentro de los límites establecidos las emisiones de gases de efecto invernadero, el uso de la tierra y el agua, la aplicación de nitrógeno y fósforo, al igual que la contaminación química.

10

... preservan la biodiversidad, incluyen la relacionada con los cultivos, la ganadería, alimentos derivados de los bosques y los recursos genéticos acuáticos, y evitan la caza y la pesca excesivas.

11

... minimizan el uso de antibióticos y hormonas en la producción de alimentos.

12

... reducen el uso de plásticos y sus derivados en el empaque de alimentos.

EN LO RELACIONADO CON LOS ASPECTOS SOCIOCULTURALES

16

...evitan repercusiones negativas relacionadas con el género, especialmente en lo que tiene que ver con la distribución del tiempo (por ejemplo tiempo dedicado a la compra y preparación de los alimentos, así como a la adquisición de agua o combustible).

15

...son accesibles y con deseables.

14

... se basan en el respeto a la cultura local, prácticas culinarias, conocimientos y patrones de consumo, al igual que en los valores sobre las maneras cómo se obtienen, producen y consumen los alimentos.

13

... reducen la pérdida y el desperdicio de alimentos.

Dietas saludables y sostenibles



- Las dietas saludables sostenibles son patrones alimentarios que promueven todas las dimensiones de la salud y el bienestar de las personas.
- Tienen una baja presión e impacto ambiental.
- Son accesibles, asequibles, seguras, equitativas y culturalmente aceptables.
- Los objetivos de las dietas saludables sostenibles son:
 - ✓ lograr un crecimiento y desarrollo óptimo de todos los individuos y apoyar el funcionamiento y el bienestar físico, mental y social a través de todo el curso de vida.
 - ✓ contribuir a la prevención de la malnutrición en todas sus formas
 - ✓ reducir el riesgo de enfermedades no transmisibles relacionadas con la alimentación
 - ✓ apoyar la preservación de la biodiversidad y la salud del planeta

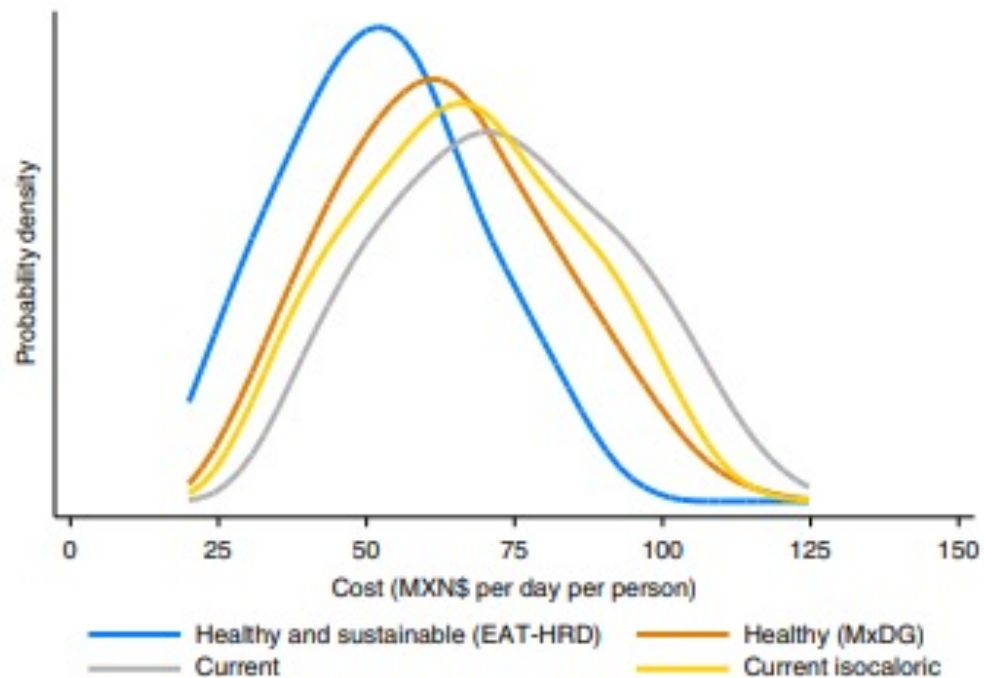


Fig. 1 | Distribution of diet basket cost per day per person. Based on data from 834 EAT-HRD, 1,465 MxDG, 1,566 current and 1,268 current isocaloric individual diet baskets. Estimations were weighted so that each household member's diet baskets contributed equally.

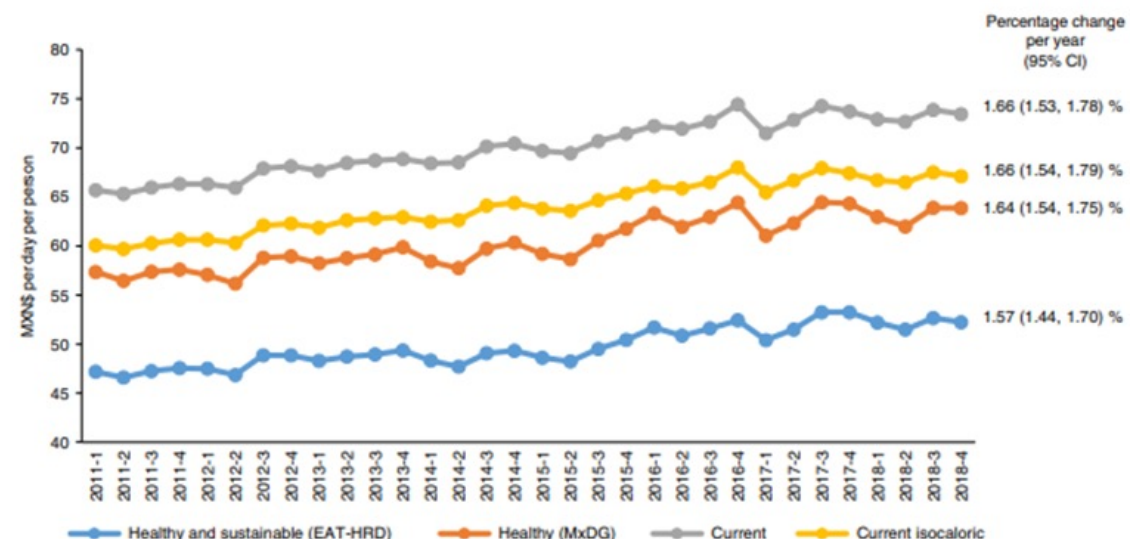


Fig. 3 | Trends in average cost by year-quarter. Based on data from 834 EAT-HRD, 1,465 MxDG, 1,566 current and 1,268 current isocaloric individual diet baskets. Estimations were weighted so that each household member's diet baskets contributed equally. Interactions between time and baskets were not statistically significant (P for interaction >0.10).

Batis, C., Marrón-Ponce, J.A., Stern, D. *et al.* Adoption of healthy and sustainable diets in Mexico does not imply higher expenditure on food. *Nat Food* **2**, 792–801 (2021).
<https://doi.org/10.1038/s43016-021-00359-w>



- 1.** Consume alimentos frescos de ferias y mercados establecidos
- 2.** Ponle color y sabor a tu día con verduras y frutas en todo lo que comes
- 3.** Consume legumbres en guisos y ensaladas todas las veces que puedas
- 4.** Bebe agua varias veces al día y no la reemplaces por jugos o bebidas
- 5.** Consume lácteos en todas las etapas de la vida
- 6.** Aumenta el consumo de pescados, mariscos o algas de lugares autorizados
- 7.** Evita los productos ultra procesados y con sellos "ALTOS EN"
- 8.** Comparte las tareas de la cocina, disfrutando de preparaciones nuevas y tradicionales
- 9.** En la mesa disfruta de tu alimentación, come acompañado cuando puedas y saca las pantallas
- 10.** Protege el planeta, cuida el agua, no botes comida, separa tu basura y recicla





Canasta Básica Alimentos Chile

- Actualizada 2015
- Refleja consumo
- 2000 calorías (VII EPF 2012)
- Costo precio + IPC
- Cálculo de pobreza

Arroz
Pan corriente sin envasar
Espirales
Galleta dulce
Galleta no dulce
Torta 15 o 20 personas
Prepizza familiar
Harina de trigo
Avena
Asiento
Carne molida
Chuleta de cerdo
Costillar de cerdo
Pulpa de cerdo
Carne de pavo molida
Pechuga de pollo
Pollo entero
Trutro de pollo
Pulpa de cordero
Salchicha y vienesa

Salchicha y vienesa tradicional
Longaniza
Jamón de cerdo
Pate
Merluza fresca o refrigerada
Choritos frescos o refrigerados
Jurel en conserva
Surtido en conserva
Leche líquida entera
Leche en polvo entera
Yogurt
Queso Gouda
Quesillo y queso fresco
Queso crema
Huevo de gallina
Mantequilla con sal
Margarina
Aceite vegetal
Plátano
Manzana
Maní salado

Poroto
Lenteja
Lechuga
Zapallo
Limón
Palta
Tomate
Zanahoria
Cebolla nueva
Choclo congelado
Papa de guarda
Azúcar
Chocolate
Caramelo
Helado familiar
Salsa de tomate
Sucedáneo de café
Te para preparar
Agua mineral
Bebida gaseosa
Bebida energizante
Refresco isotónico
Jugo líquido

Néctar líquido
Refresco en polvo
Completo
Papas fritas
Té corriente
Biscochos dulces y medialunas
Entrada de almuerzo (ensalada o sopa)
Postre – para almuerzo
Promoción de comida rápida
Tostadas para el desayuno
Aliado (jamón queso) o barros Jarpa
Pollo asado entero
Empanada de horno
Colación o menú del día
Plato de fondo



Estudio CEPAL-OPS-MINSAL. Canasta Alimentaria de Calidad



TABLA 6: COMPARACIÓN ENTRE CANASTA BÁSICA ALIMENTARIA (CBA) Y CANASTA ALIMENTARIA DE CALIDAD (CAC)

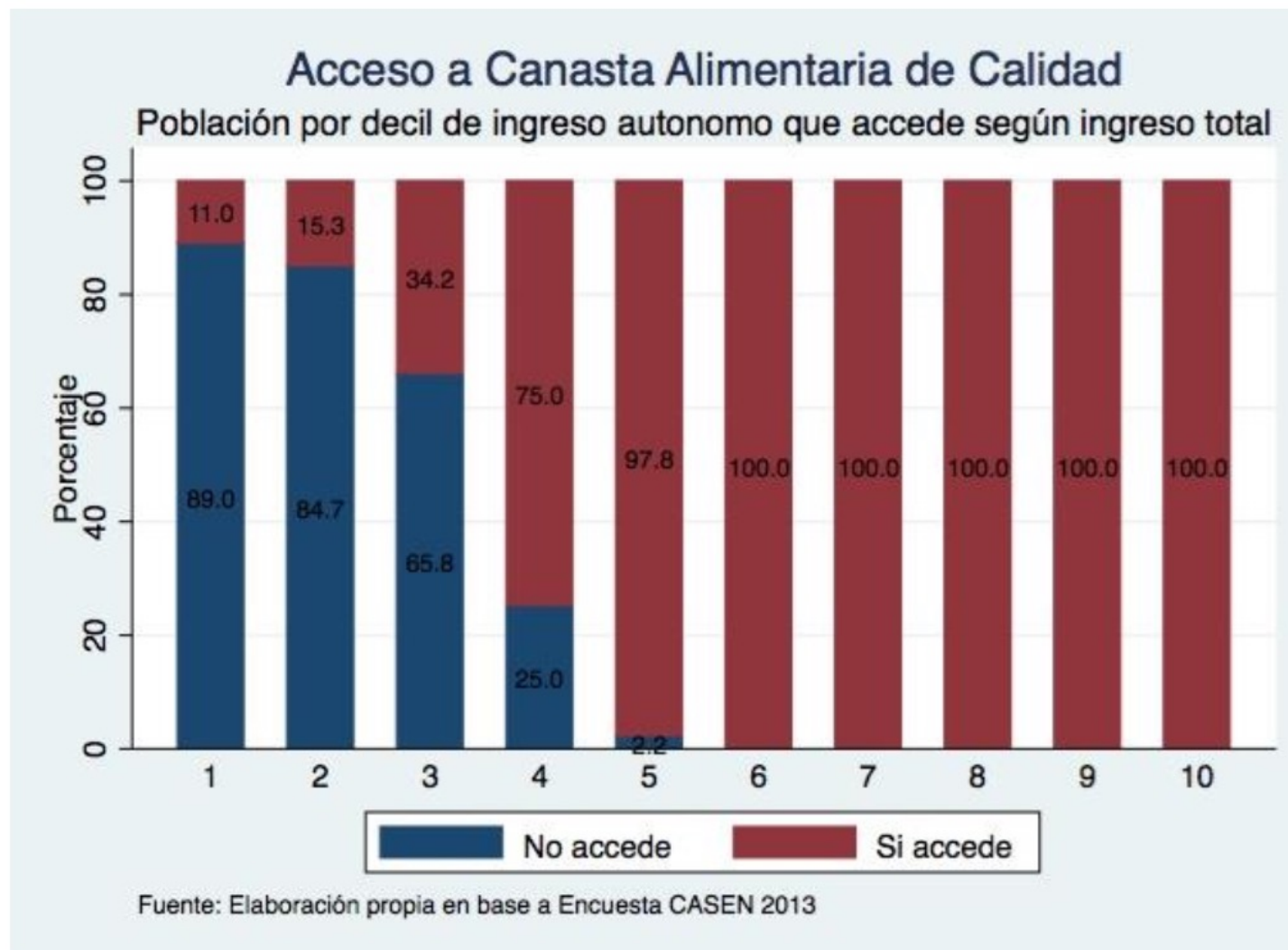
Indicadores trazadores		CBA	CAC	Dif
Gramos frutas y verduras / día ¹⁶		303	626	106,6%
% Proteínas totales de origen animal ¹⁷		43,5%	47,5%	3,9%
% Proteínas saludables ¹⁸		79%	98%	18,6%
Porciones a la semana de pescados ¹⁹		1,79	2,20	23,2%
Porciones de lácteos al día ²⁰		0,82	3,04	271,8%
Porciones de legumbres a la semana ²¹		1,73	2,52	45,6%
Porciones de frutas y verduras al día ²²		3,66	7,37	101,6%
Miligramos de sal al día ²³		1347	1393	3,4%
Azúcar añadido ²⁴		8,3%	4,5%	-3,8%
Fibra alimentaria total al día ²⁵		16,8	24,3	44,9%
Kilocalorías totales		2025	2025	-
Origen de kilocalorías	Proteínas	14,2%	16,1%	1,9%
	Lípidos	27,9%	25,5%	-2,5%
	Hidratos de carbono	57,8%	58,5%	0,6%

Pan, cereales y bebidas +- igual, bajaron carnes, dulces y comidas fuera del hogar, subieron pescados, lácteos y legumbres

Estudio CEPAL-OPS-MINSAL. Canasta Alimentaria de Calidad



FIGURA 5: PORCENTAJE DE ACCESO A LA CANASTA ALIMENTARIA DE CALIDAD SEGÚN DECIL DE INGRESOS AUTÓNOMO PER CÁPITA DEL HOGAR.



<https://www3.paho.org/hq/dmdocuments/2015/calculo-indicadores-impacto-socioeconomico-ent-chile.pdf>

Ajuste Fundación SOL canasta alimentaria de calidad



Resumen de Estimaciones

Cuadro 3: Microsimulaciones de pobreza monetaria en base a la canasta de alimentos de calidad

REGIONES Y TOTAL NACIONAL	POBREZA ¹ (PERSONAS)	POBREZA ¹ (%)	POBREZA ² (PERSONAS)	POBREZA ² (%)
Arica y Parinacota	32.347	20,1%	80.278	49,9%
Tarapacá	61.084	17,6%	134.794	38,9%
Antofagasta	59.387	10,1%	183.240	31,3%
Atacama	46.939	16,5%	119.155	41,8%
Coquimbo	215.916	27,9%	447.142	57,7%
Valparaíso	335.988	18,1%	810.223	43,7%
Libertador	225.812	24,3%	451.681	48,6%
Maule	307.213	29,4%	568.521	54,3%
Ñuble	154.842	33,6%	279.166	60,7%
Biobío	447.997	27,6%	862.798	53,1%
Araucanía	350.706	35,1%	600.393	60,1%
Los Ríos	102.803	27,7%	194.706	52,5%
Los Lagos	236.506	26,8%	460.727	52,2%
Aysén	10.405	9,9%	36.495	34,7%
Magallanes	9.336	6,2%	39.129	25,8%
Metropolitana	923.163	12,8%	2.349.080	32,6%
Nacional	3.520.444	19,8%	7.617.528	42,8%

Fuente: Elaboración propia en base a microdatos CASEN 2017.

Notas:

Pobreza¹ = línea base, considera los ingresos totales en el hogar;

Pobreza² = simulación 8 (en gráficos 1 y 2), considera ingresos del trabajo y jubilaciones contributivas.

La pobreza del “modelo” chileno, la insuficiencia de los ingresos del trabajo y pensiones. 2018

Si se utiliza una Canasta Alimentaria de Calidad, equivalente a un aumento de un 36,1% del costo de la canasta de referencia, la pobreza por ingresos totales subiría de 8,6% a 19,8%.

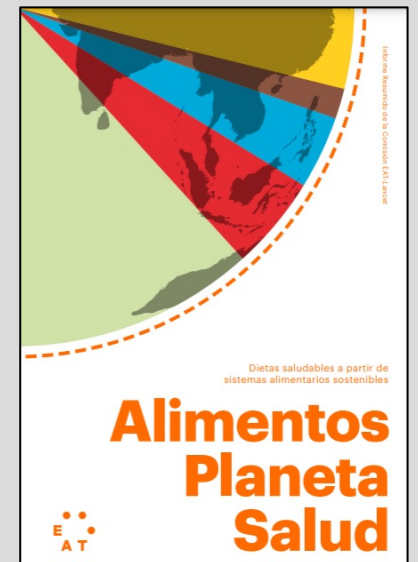
Nuevas opciones: canasta saludable y sostenible (Lancet)



La Comisión analizó los impactos potenciales del cambio en la dieta sobre la mortalidad por enfermedades relacionadas con la dieta concluyendo que los cambios en la dieta de las dietas actuales hacia dietas saludables podrían prevenir aproximadamente 11 millones de muertes por año, lo que representa entre el 19% y el 24% del total de muertes en adultos.

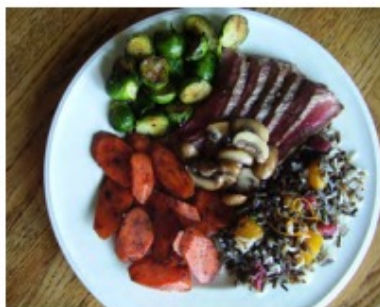
Food in the Anthropocene:
the EAT–Lancet Commission on healthy diets from sustainable food systems

<https://www.thelancet.com/commissions/EAT>





	Ingesta de macronutrientes gramos por día (rango posible)	Ingesta de calorías kcal por día
 Granos enteros Arroz, trigo, maíz y otros	232	811
 Tubérculos o vegetales almidonados Patatas y yuca	50 (0-100)	39
 Verduras Todo tipo de verduras	300 (200-600)	78
 Frutas Todo tipo de frutas	200 (100-300)	126
 Productos lácteos Leche entera o equivalentes	250 (0-500)	153
 Fuentes de proteínas Ternera, cordero y cerdo	14 (0-28)	30
 Pollo y otras aves	29 (0-58)	62
 Huevos	13 (0-25)	19
 Pescado	28 (0-100)	40
 Legumbres	75 (0-100)	284
 Frutos secos	50 (0-75)	291
 Grasas añadidas Aceites insaturados	40 (20-80)	354
 Aceites saturados	11.8 (0-11.8)	96
 Azúcares añadidos Todo tipo de azúcares	31 (0-31)	120





Cálculo de una canasta saludable, sostenible y pertinente (cálculos preliminares)

- EPF: clasificar alimentos según sistema NOVA.
- Excluir NOVA 4 (recomendación 7 de GABAs).
- Identificar, según grupo de alimentos de EAT-LANCET, alimentos mayor gasto en el 1er Quintil (metodología actual canasta).

	CÓDIGO CCIF	GLOSA	GASTO PROMEDIO MENSUAL POR HOGAR EPF 2021-2022				
			GRUPO QUINTIL ⁽²⁾⁽³⁾				
			I	II	III	IV	V
NOVA		TOTAL	961.813	1.165.278	1.325.924	1.766.577	2.730.934
			283.670	296.645	298.484	303.852	302.960
1	01.1.1.01.01	ARROZ	3.657	3.795	2.737	2.113	1.875
1	01.1.1.01.02	MAÍZ	74	9	24	123	12
1	01.1.1.01.03	QUINOA	55	40	99	98	252
1	01.1.1.01.04	AVENA	31	67	39	25	32
1	01.1.1.01.99	OTROS CEREAL	11	2	5	2	5
3	01.1.1.02.01	HARINA DE TRI	1.743	1.557	1.134	767	471
3	01.1.1.02.99	HARINAS DE OT	602	653	443	486	319
3	01.1.1.03.01	PAN CORRIENT	31.868	27.841	20.973	15.014	7.656
3	01.1.1.03.02	PAN ESPECIAL A	1.701	1.743	2.394	2.396	2.715
4	01.1.1.03.03	PAN ENVASADO	2.895	3.573	3.931	5.049	6.109
3	01.1.1.03.04	TORTILLAS DE P	31	8	9	16	12
4	01.1.1.03.05	GALETAS DULC	2.271	2.410	2.384	2.817	2.981

Cálculo de una canasta saludable, sostenible y pertinente (cálculos preliminares)



- A partir de los límites de EAT-LANCET, se establece una distribución de alimentos en su grupo (peso relativo)
- Se calcula según su porcentaje en el gasto total en EPF.
- Se excluyen productos poco sustentables (ej. plátano)

Granos enteros	LANCET	Alimento	Gramos día	Kcals 100 gramos	Kcals en porción		% gasto total	% en el grupo	Gramos día
Arroz, trigo, maíz y c	232	arroz	25	130	32,5	arroz	1,5	10,71429	25
		pan	182	217	394,94	pan	11	78,57143	182
		Espagueti	25	124	31	Espagueti	1,5	10,71429	25
Tubérculos o vegetales almidonados					0		14	100	232
Patatas y yuca	50 (100)	papa	100	77	77				
Verduras					0				
Todo tipo de verdura	300 (200–600)	palta	78	160	124,8	palta	1,807	25,74441	77
		lechuga	39	19	7,41	lechuga	0,913	13,00755	39
		zapallo	26	26	6,76	zapallo c	0,695	9,901695	30
		Zapallo italiano	13	29	8,41	Zapallo i	0,162	2,308021	7
		tomates	70	22	4,84	tomates	1,663	23,69283	71
		cebolla	35	23	5,29	cebolla	0,836	11,91053	36
		choclo	17	108	116,64	Choclo co	0,446	6,354182	19
		zanahoria	22	41	9,02	zanahoria	0,497	7,080781	21
Frutas					0		7,019	100	300
Todo tipo de frutas	200 (100–300)	naranja	49	47	23,97	naranja	0,404	24,52945	49
		manzana	67	99	75,24	manzana	0,549	33,33333	67
		duraznos	31	39	12,48	duraznos	0,253	15,36126	31
		ciruela	25	33	10,89	ciruela	0,204	12,38616	25
		Uva	29	58	33,64	Uva	0,237	14,3898	29
Productos lácteos					0		1,647	100	200



Cálculo de una canasta saludable, sostenible y pertinente (cálculos preliminares)

- Para los precios se usan los de MIDESO en el cálculo de la canasta de abril de 2012 (únicos publicados). Ej. completo, promoción comida rápida, etc.
- Los precios no contemplados en actual canasta, se usan datos del INE (naranja, uva, ciruela, durazno, manzana, zapallo italiano)

cod	precio	abr-12	may-12	jun-12	jul-12	ago-12
75. PLÁTANO	NC_mlccgr_	0,55	0,56	0,44	0,51	0,50
75. PLÁTANO	C_estb_min	0,32	0,28	0,27	0,32	0,29
75. PLÁTANO	NC_estb_mir	0,32	0,28	0,27	0,32	0,29
68. UVA_VERDESULTANI	C_mlccgr_m	0,86	0,90	1,38	1,20	1,01
68. UVA_VERDESULTANI	NC_mlccgr_	0,86	0,90	1,38	1,20	1,01
68. UVA_VERDESULTANI	C_estb_min	0,38	0,45	0,60	0,50	0,80
68. UVA_VERDESULTANI	NC_estb_mir	0,38	0,45	0,60	0,50	0,80
69. UVA_REDGLOBE	C_mlccgr_m	0,72	0,70	0,96	1,05	1,83
69. UVA_REDGLOBE	NC_mlccgr_	0,72	0,70	0,96	1,05	1,83
69. UVA_REDGLOBE	C_estb_min	0,35	0,40	0,40	0,50	0,70
69. UVA_REDGLOBE	NC_estb_mir	0,35	0,40	0,40	0,50	0,70
70. TUNA	C_mlccgr_m	0,89	1,03	0,83	1,33	1,70
70. TUNA	NC_mlccgr_	0,89	1,02	0,83	1,33	1,70
70. TUNA	C_estb_min	0,36	0,36	0,36	0,35	0,60

Cálculo de una canasta saludable, sostenible y pertinente (cálculos preliminares)

- Se calcula tres dietas con los precios de abril de 2012:

Canasta básica de alimentos

\$31.029

Canasta de alimentos de calidad

\$41.907

Canasta Lancet-EAT/GABAs

\$39.296

Alimentos	CBA	CAC	LANCET		abr-12	CBA	CAC	LANCET- GABAS
1.1. Pan y cereales	218,5	222,6	232,0		1.1. Pan y cereales	5972,7	5915,9	6080,7
Arroz	22,2	28,9	25,0		Arroz	0,73	486,0	632,7
Pan corriente	151,2	140,9	182,0		Pan corriente	0,88	3990,7	3718,8
Espiral	20,2	26,2	25,0		Espiral	0,97	589,7	764,9
Galleta dulce	1,1	0	0,0		Galleta Dulce	2,82	92,9	0,0
Galleta no dulce	0,5	0	0,0		Galleta no dulce	2,89	43,3	0,0
Torta 15 o 20 cm	7,2	0	0,0		Torta 15 o 20 cm	1,64	354,4	0,0
Prepizza farinosa	0,8	0	0,0		Prepizza Farinosa	2,16	51,8	0,0
Harina de trigo	10,2	10,2	0,0		Harina de Trigo	0,55	167,3	167,3
Avena	5,1	16,4	0,0		Avena	1,28	196,6	632,2
1.2. Carnes rojas	75,6	35,4	43,0		1.2. Carnes rojas y aves	5301,8	2672,3	3455,8
Asiento	0,3	0,3	0,0		Asiento	6,99	62,9	62,9
Posta negra	0	7,2	0,0		Posta negra	3,00	0,0	647,3
Carne molida	4,9	6,7	14,0		Carne Molida	3,00	440,5	602,3

Nectar líquido	0,1	0	0,0		Nectar líquido	0,73	2,2	0,0	0,0
Refresco en lata	1,3	0	0,0		Refresco en lata	3,76	146,5	0,0	0,0
1.9 Comidas	18,1	0	0		1.9 Comidas	0,00	2165,3	0,0	0,0
Completo	6,4	0	0,0		Completo	3,58	687,8	0,0	0,0
Papas fritas	0,8	0	0,0		Papas fritas	3,79	91,0	0,0	0,0
Te corriente	1,3	0	0,0		Te corriente	1,28	50,0	0,0	0,0
Biscochos duros	0,1	0	0,0		Biscochos duros	3,80	11,4	0,0	0,0
Entrada (en plato)	0	0	0,0		Entrada (en plato)	0,0	6,3	0,0	0,0
Postre - pastel	0	0	0,0		Postre - pastel	0,0	0,5	0,0	0,0
Promoción de alimentos	0,7	0	0,0		Promoción de alimentos	5,40	113,3	0,0	0,0
Tostadas (papas)	0	0	0,0		Tostadas (papas o mantequilla)	5,6	0,0	0,0	0,0
Aliado (jamón y queso)	0	0	0,0		Aliado (jamón y queso) o similar	6,4	0,0	0,0	0,0
Pollo asado	2	0	0,0		Pollo asado	2,75	164,8	0,0	0,0
Empanada dulce	1,5	0	0,0		Empanada dulce	2,76	124,2	0,0	0,0
Colación o ración	4,5	0	0,0		Colación o ración	3,62	488,7	0,0	0,0
Plato de fondo	0,8	0	0,0		Plato de fondo	17,30	415,3	0,0	0,0
						\$	31.029	\$	41.907
								\$	39.296



Cálculo de una canasta saludable, sostenible y pertinente (cálculos preliminares)

	MDSF (Abril 2012)	OMS-MINSAL-CEPAL CAC	LANCET-GABAS
CBA (\$)	\$ 31.010	\$ 41.907	\$ 39.296
Dif %	-	35,10%	26,60%
	Oficial	simulación CAC	simulación LANCET-GABAS
TP CASEN 2022 (%)	6,51%	14,98%	12,66%

Se realiza la simulación de Fundación Sol, con datos CASEN 2022. Gracias Gonzalo Durán.