

	REGIMENES EN MEXICO, D. F.				Regimenes en Checoslovaquia.	
	a)	b)	c)	d)	Reales	Recomendables.
Legumbres frescas	200	250	400	550	255	404
Frutas (2)	500	500	1,000	1,000	178	322
Patatas	300	500	500	300	876	969
Leguminosas (granos)	650	600	450	400	12	21
Total	1,650	1,850	2,350	2,250	1,321	1,716
Azúcar	100	300	300	300	330	280
Especies (3)	110	110	110	110	101	96
Total	210	410	410	410	431	376
Total, vegetales	3,200	3,760	4,110	4,010	3,282	3,577
Total general	4,146	5,236	6,391	6,917	5,153	6,593

(2).—Para México: plátanos y naranjas exclusivamente.

(3).—Para México: chile verde o/y seco.

En el curso de este trabajo hemos utilizado el término "unidad de consumo" como base y medida de comparación y distribución de los elementos que forman los consumos de alimentos. Creemos necesario, para excluir cualquiera incertidumbre, que pueda surgir al tratar de interpretar correctamente nuestros "índices", detenernos un momento en la explicación del por qué del término y unidad empleados.

La "unidad de consumo" es una medida que permite comparar entre sí las observaciones hechas en diferentes familias que difieren en cuanto al número de miembros, la edad de éstos y su sexo. Se utiliza para el efecto una escala que fija las necesidades de consumo relativo, de individuos diferentes en edad y sexo, convirtiendo en *unidades comparables* los valores dados a través de las observaciones hechas sobre numerosas familias.

La escala utilizada para reducir a "unidades de consumo", la composición humana de la familia tipo escogida (marido, mujer y 3 hijos) que figura en nuestros "índices", es la usada en algunos de los países que más se asemejan al nuestro, (por su clima medio, principalmente). Esta escala se encuentra clasificada por el "Bureau International du Travail" con la letra d), ("L'Alimentation des Travailleurs et la politique sociale", página 44) y ha sido adoptada por la Dirección General de Estadística de México, para ser utilizada en trabajos semejantes.

Las necesidades de consumo, están dadas por los valores siguientes:

Menores de ambos sexos, hasta los 3 años de edad	0.15
Menores de ambos sexos, de más de 3, hasta 6 años de edad	0.40
Menores de ambos sexos, de más de 6, hasta 10 años de edad	0.75
Menores de ambos sexos, de más de 10, hasta 14 años de edad	0.90
Mujeres de 15 o más años de edad	0.90
Hombres de 15 o más años de edad	1.00

Dentro de la práctica, estas escalas no representan más que necesidades en calorías, no así las necesidades relativas en elementos nutritivos diferentes.

No se cuenta, hasta la fecha, con una escala exacta e internacionalmente aceptada para medir las necesidades en elementos nutritivos diversos. El establecimiento de esta clase de escala, es, en estos momentos, objeto de estudios del Comité Técnico sobre la Alimentación, de la Organización de Higiene de la Sociedad de las Naciones; que estima, muy atinadamente por cierto, que es necesario esperar que las investigaciones que se hagan en el futuro sobre el modo y forma de alimentación en el seno de las familias, permitan obtener algún provecho para los trabajos emprendidos con ese fin, por dicho Comité.