

INDICE

Agradecimiento	9
Presentación	11
Introducción	
Había una vez un país rico	13
Factores condicionantes de la situación nutricional en Venezuela ¿No comemos porque somos pobres o somos pobres porque no comemos? Población El mejor espectáculo de un país es su gente La población. Cambios en sus características cuantitativas y cualitativas	19
Tamaño de la población Evolución del crecimiento poblacional	20
Estructura de la población por sexo y edad	22
Migración interna y proceso de urbanización	25
Urbanización y marginalidad	26
Educación ¡... O como se derrumba la leyenda de la abundancia!	28
La familia Como la madre se convierte en la mujer maravilla Estructura, funciones y características	32
Posición social de la mujer y la alimentación familiar	33
Salud Cordiales, el imperio de la improvisación	34
Situación nutricional	46
Ingreso El baile de los reales que es el de los fuertes Distribución del ingreso	52
Abastecimiento de alimentos Del puerto de la guaira a la mesa venezolana Disponibilidad alimentaria	59
Sector agropecuario	62
Consumo Dime que comes y te diré como eres	70
Factores socio-culturales que inciden en los hábitos alimenticios	81
Simbolismo y prestigio de los alimentos	83
Los alimentos y la publicidad	85
Aprovechamiento biológico de los alimentos ¿Y quien dijo que con solo comer bien se vive mejor?	87
Consecuencias de la desnutrición o la historia de cómo otro niño quedo atrás	90
Alimentación, nutrición y desarrollo nacional La historia de cómo un país quedo atrás	93
Reflexiones finales	97
Referencias	101
Glosario	107