

¿Qué es la Canasta Básica de Alimentos con Enfoque Nutricional (CBAEN)?

Es un conjunto de alimentos que permite que una persona de la población uruguaya se alimente de forma saludable al mínimo costo posible.

¿Cómo se construyó la CBAEN?

Bajo un enfoque de derecho a la alimentación, se seleccionó un conjunto de alimentos frecuentemente consumidos por la población uruguaya y recomendados por la guía alimentaria del Ministerio de Salud Pública (2016). Se calcularon las cantidades de los alimentos seleccionados que permitieran alcanzar las necesidades diarias de calorías y nutrientes de la población (según sexo y edad) al mínimo costo posible.

¿Qué alimentos están incluidos en la CBAEN?

Incluye alimentos de los siguientes grupos:

- Lácteos
- Carnes y pescados
- Huevos
- Frutas y verduras
- Tubérculos (p.ej., papas)
- Legumbres (p.ej., lentejas)
- Cereales (p.ej., harina, arroz, pan flauta)
- Azúcar y dulces
- Aceites y grasas
- Infusiones (p.ej., yerba, té, café)
- Ingredientes y condimentos (p.ej., polvo de hornear, levadura, especias)
- Agua de mesa

No se incluyen productos ultra-procesados (p.ej., refrescos, fiambres, galletitas) ya que no se encuentran recomendados como parte de una alimentación saludable por la guía alimentaria del Ministerio de Salud Pública.

¿Cuál es su costo?

El **costo mensual** de la canasta en **setiembre** de 2024 fue de **\$6854**. Es decir que, para poder alcanzar una alimentación saludable, una persona tendría que haber gastado, como mínimo, este monto mensual en la compra de alimentos.

Para conocer más, [ingresá aquí](#)



ESPACIO
INTERDISCIPLINARIO
UDELAR

Núcleo
Interdisciplinario
ALIMENTACIÓN
Y BIENESTAR



Observatorio
del Derecho a la Alimentación
en América Latina y el Caribe