



# Universidad **Mariana**

Caracterización del consumo de productos ultraprocesados en la Institución Educativa Sagrado  
Corazón de Jesús en el Municipio del Tambo

Jesús Martín Salazar Vega  
Gabriela Estefanía Mora Valenzuela

Universidad Mariana  
Facultad Ciencias de la Salud  
Programa de Nutrición y Dietética  
San Juan de Pasto  
2023

Caracterización del consumo de productos ultraprocesados en la Institución Educativa Sagrado  
Corazón de Jesús en el Municipio del Tambo

Jesús Martin Salazar Vega  
Gabriela Estefanía Mora Valenzuela

Informe de investigación para optar al título de: Nutricionista Dietista

Asesora  
Mg. Diana Gabriela Andrade Jaramillo

Universidad Mariana  
Facultad Ciencias de la Salud  
Programa de Nutrición y Dietética  
San Juan de Pasto  
2023

Artículo 71: los conceptos, afirmaciones y opiniones emitidos en el Trabajo de Grado son responsabilidad única y exclusiva del (los) Educando (s)

Reglamento de Investigaciones y Publicaciones, 2007  
Universidad Mariana

## **Dedicatoria**

Dedico con todo mi corazón mi tesis a las dos personas más importantes de mi vida, quienes han sido el pilar fundamental durante este proceso, gracias por su infinito amor, comprensión, lucha, siendo mi inspiración cada día, quienes me motivaron en este camino, con su esfuerzo, apoyo incondicional para seguir adelante profesionalmente y guiarme por el buen camino. Este logro es de los tres, los amo infinitamente.

Armando y Sandra

A mis padres y madrina, por el apoyo y las fuerzas que me brindaron a la hora de realizar este trabajo de grado, hoy quiero dedicar este proyecto a ellos, por creer en mis habilidades para llegar a ser un buen profesional los quiero mucho.

Irma Vega, Jesús Salazar y María del Pilar

## **Agradecimientos**

Damos gracias a Dios por su amor y voluntad, que hoy nos permite sonreír ante esta meta cumplida, después de haberlo intentado muchas veces, hemos aprendido que solo en las manos de El podemos lograr cualquier meta propuesta.

A nuestros padres, por habernos motivado constantemente en el transcurso de este proyecto, pero más que nada, por su amor, perseverancia, sus consejos y los valores enseñados que nos ayudaron a ser personas de bien durante esta meta.

A nuestra asesora Diana Andrade, quién nos orientó, acompañó desde el inicio de esta idea, brindando apoyo de una manera incondicional y sus enseñanzas a lo largo de todo el proceso de investigación.

A nuestros Jurados Diana Ortiz y Jorge Córdoba, que hicieron lo posible en que esta idea se aceptara como un trabajo de investigación de ayuda hacia los futuros Nutricionistas, no cabe duda de que su participación enriqueció el trabajo realizado.

## Contenido

1. Resumen del proyecto .....	13
1.1 Descripción del problema .....	13
1.1.1 Formulación del problema .....	16
1.2 Justificación .....	16
1.3 Objetivos.....	19
1.3.1 Objetivo general .....	19
1.3.2 Objetivos específicos .....	20
1.4 Marco referencial o fundamentos teóricos.....	20
1.4.1 Marco teórico.....	29
1.4.2 Marco conceptual.....	32
1.4.3 Marco contextual .....	34
1.4.4 Marco legal .....	35
1.4.4.1 Internacional. ....	35
1.4.4.1.1 Declaración Universal de los Derechos Humanos.....	35
1.4.4.1.2 Codex alimentarius. ....	35
1.4.4.2 Nacional.....	36
1.4.4.2.1 CONPES 113 de 2008.....	36
1.4.4.2.2 Ley 1335 de 2009. ....	36
1.4.4.2.3 Ley 2120 de 2021. ....	37
1.4.4.2.4 Resolución 810 de 2021. ....	37
1.4.4.3 Regional.....	38
1.4.4.3.1 Plan Decenal DHANA de 2020 – 2029.....	38
1.4.4 Marco ético .....	38
1.5 Metodología.....	39
1.5.1 Enfoque de investigación.....	39
1.5.2 Tipo de investigación.....	39
1.5.3 Población y muestra / Unidad de trabajo y unidad de análisis .....	40
1.5.4 Criterios de inclusión y exclusión.....	40
1.5.4.1 Criterios de inclusión. ....	40

1.5.4.2 Criterios de exclusión.....	40
1.5.5 Categorización de variables.....	40
2. Presentación de resultados.....	47
2.1 Análisis e interpretación de datos.....	47
2.1.1 Analizar el consumo de productos ultraprocesados entre las edades de 4 a 7 años de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús según los factores sociodemográficos. ....	47
2.1.2 Indagar en los gustos, preferencias, motivo y frecuencia de consumo que tienen los estudiantes de 4 a 7 años por cada uno de los grupos en productos ultraprocesados .....	50
2.1.2.1 Bebidas azucaradas.....	50
2.1.2.2 Comidas rápidas. ....	53
2.1.2.3 Empaquetados.....	55
2.1.2.4 Productos de panadería y pastelería.....	58
2.1.2.5 Productos lácteos y derivados.....	60
2.1.2.6 Alimentos precocidos. ....	63
2.1.2.7 Alimentos embutidos.....	66
2.1.2.8 Salsas. ....	68
2.1.2.9 Medios de publicidad.....	70
2.2 Discusión.....	71
3. Conclusiones.....	76
4. Recomendaciones .....	77
Referencias bibliográficas.....	78

## **Índice de Tablas**

Tabla 1. Categorización de variables.....	40
---	----



## Índice de Figuras

Figura 1. Árbol problema .....	16
Figura 2. Distribución porcentual, según edad de los estudiantes entre las edades de 4 a 7 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023.....	48
Figura 3. Distribución porcentual, según género de los estudiantes entre las edades de 4 a 7 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023.....	48
Figura 4. Distribución porcentual, según estrato socioeconómico de los estudiantes entre las edades de 4 a 7 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023.....	49
Figura 5. Distribución porcentual, según zona de residencia de los estudiantes entre las edades de 4 a 7 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023.....	49
Figura 6. Distribución porcentual, según nivel educativo de la madre, de los estudiantes entre las edades de 4 a 7 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023.....	50
Figura 7. Distribución porcentual, según nivel educativo del padre, de los estudiantes entre las edades de 4 a 7 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023.....	50
Figura 8. Distribución porcentual, según gusto en bebidas azucaradas, de los estudiantes entre las edades de 4 a 7 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023.....	51
Figura 9. Distribución numérica, según preferencias en bebidas azucaradas, de los estudiantes entre las edades de 4 a 7 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023.....	51
Figura 10. Distribución porcentual, según el motivo de consumo en bebidas azucaradas, de los estudiantes entre las edades de 4 a 7 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023.....	52
Figura 11. Distribución porcentual, según periodicidad de consumo en bebidas azucaradas, de los estudiantes entre las edades de 4 a 7 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023.....	52
Figura 12. Distribución porcentual, según la frecuencia de consumo en bebidas azucaradas, de los estudiantes entre las edades de 4 a 7 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023.....	53
Figura 13. Distribución porcentual, según gusto en comidas rápidas, de los estudiantes entre las edades de 4 a 7 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023.....	53
Figura 14. Distribución numérica, según preferencias en comidas rápidas, de los estudiantes entre	

las edades de 4 a 7 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023.....	54
Figura 15. Distribución porcentual, según motivo de consumo en comidas rápidas, de los estudiantes entre las edades de 4 a 7 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023. ....	54
Figura 16. Distribución porcentual, según periodicidad en comidas rápidas, de los estudiantes entre las edades de 4 a 7 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023.....	55
Figura 17. Distribución porcentual, según la frecuencia de consumo en comidas rápidas, de los estudiantes entre las edades de 4 a 7 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023. ....	55
Figura 18. Distribución porcentual, según gusto en empaquetados, de los estudiantes entre las edades de 4 a 7 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023.....	56
Figura 19. Distribución numérica, según preferencia de consumo en empaquetados, de los estudiantes entre las edades de 4 a 7 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023. ....	56
Figura 20. Distribución porcentual, según motivo de consumo en empaquetados, de los estudiantes entre las edades de 4 a 7 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023. ....	57
Figura 21. Distribución porcentual, según periodicidad de consumo en empaquetados, de los estudiantes entre las edades de 4 a 7 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023. ....	57
Figura 22. Distribución porcentual, según la frecuencia de consumo en empaquetados, de los estudiantes entre las edades de 4 a 7 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023. ....	58
Figura 23. Distribución porcentual, según gustos en productos de panadería y pastelería, de los estudiantes entre las edades de 4 a 7 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023. ....	58
Figura 24. Distribución numérica, según preferencias en productos de panadería y pastelería, de los estudiantes entre las edades de 4 a 7 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023. ....	59
Figura 25. Distribución porcentual, según motivo de consumo en productos de panadería y pastelería, de los estudiantes entre las edades de 4 a 7 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023. ....	59

Figura 26. Distribución porcentual, según periodicidad de consumo en productos de panadería y pastelería, de los estudiantes entre las edades de 4 a 7 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023. ....	60
Figura 27. Distribución porcentual, según la frecuencia de consumo en productos de panadería y pastelería, de los estudiantes entre las edades de 4 a 7 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023. ....	60
Figura 28. Distribución porcentual, según gustos en productos lácteos y derivados, de los estudiantes entre las edades de 4 a 7 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023. ....	61
Figura 29. Distribución numérica, según preferencias en productos lácteos y derivados, de los estudiantes entre las edades de 4 a 7 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023. ....	61
Figura 30. Distribución porcentual, según motivo de consumo en productos lácteos, de los estudiantes entre las edades de 4 a 7 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023. ....	62
Figura 31. Distribución porcentual, según periodicidad de consumo en productos lácteos y derivados, de los estudiantes entre las edades de 4 a 7 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023. ....	62
Figura 32. Distribución porcentual, según la frecuencia de consumo en productos lácteos y derivados, de los estudiantes entre las edades de 4 a 7 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023. ....	63
Figura 33. Distribución porcentual, según gusto en alimentos precocidos, de los estudiantes entre las edades de 4 a 7 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023.....	63
Figura 34. Distribución numérica, según preferencias en alimentos precocidos, de los estudiantes entre las edades de 4 a 7 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023. ....	64
Figura 35. Distribución porcentual, según motivo de consumo en alimentos precocidos, de los estudiantes entre las edades de 4 a 7 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023. ....	64
Figura 36. Distribución porcentual, según la periodicidad de consumo en alimentos precocidos, de los estudiantes entre las edades de 4 a 7 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023. ....	65

Figura 37. Distribución porcentual, según la frecuencia de consumo en alimentos precocidos, de los estudiantes entre las edades de 4 a 7 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023. ....	65
Figura 38. Distribución porcentual, según gusto en embutidos, de los estudiantes entre las edades de 4 a 7 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023. ....	66
Figura 39. Distribución numérica, según preferencia en embutidos, de los estudiantes entre las edades de 4 a 7 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023. ....	66
Figura 40. Distribución porcentual, según motivo de consumo en embutidos, de los estudiantes entre las edades de 4 a 7 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023. ....	67
Figura 41. Distribución porcentual, según periodicidad de consumo en embutidos, de los estudiantes entre las edades de 4 a 7 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023. ....	67
Figura 42. Distribución porcentual, según la frecuencia de consumo en embutidos, de los estudiantes entre las edades de 4 a 7 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023. ....	68
Figura 43. Distribución porcentual, según el gusto en salsas, de los estudiantes entre las edades de 4 a 7 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023. ....	68
Figura 44. Frecuencia de consumo, según las preferencias en salsas, de los estudiantes entre las edades de 4 a 7 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023. ....	69
Figura 45. Distribución porcentual, según el motivo de consumo en salsas, de los estudiantes entre las edades de 4 a 7 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023. ....	69
Figura 46. Distribución porcentual, según la periodicidad de consumo en salsas, de los estudiantes entre las edades de 4 a 7 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023. ....	70
Figura 47. Distribución porcentual, según la frecuencia de consumo en salsas, de los estudiantes entre las edades de 4 a 7 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023. ....	70
Figura 48. Distribución numérica, según los medios de comunicación que han influido en el consumo de productos ultraprocesados, en los estudiantes de entre las edades de 4 a 7 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023. ....	71

## **1. Resumen del proyecto**

### **1.1 Descripción del problema**

En la actualidad, el ritmo apresurado de vida ha fomentado el consumo de productos ultraprocesados, debido a su economía, fácil acceso, preparación y desinformación nutricional existente, por tanto, los ultraprocesados contribuyen a presentar mayor prevalencia en enfermedades crónicas no transmisibles a futuro. Para entrar en contexto, se debe conocer el origen de los productos ultraprocesados, los cuales se elaboran por medio de fórmulas industriales y de diferentes ingredientes que se someten a métodos biológicos, físicos y químicos para su elaboración. Por lo cual, son alimentos cuyo estado natural ha sido alterado al transformarlos y mezclarlos con otros comestibles, además de la adición de sal, azúcar, grasa o aditivos como colorantes, saborizantes, resaltadores de sabor. Además, algunos pueden llegar a contener más de 40 aditivos y en ocasiones son preparaciones en las que su fuente vegetal o animal es irreconocible (Correa, 2022).

Por consiguiente, la fabricación de productos ultraprocesados se ha visto revolucionada en las últimas décadas a raíz de factores económicos, sociales y culturales (Arteaga, 2017). Por lo cual las consecuencias del consumo continuo de alimentos ricos en azúcar, grasas y otros ingredientes poco saludables son innegables, pero el problema “es mucho más complejo de lo que pueda parecer a simple vista”. Así lo advirtió Julio Lorca, director de desarrollo digital de salud (Sánchez, 2019). De tal manera, que el consumo excesivo de productos ultraprocesados aumenta la grasa corporal y no solo es lo que se observa a simple vista, sino que, incrementa el riesgo de padecer diferentes enfermedades no transmisibles; por ende, las consecuencias de una alimentación no adecuada están fundadas en diversos estudios, que reconocen el efecto perjudicial de las sustancias que componen los productos ultraprocesados, cuando estas interactúan con el organismo (Arteaga, 2017).

No obstante, las enfermedades cardiovasculares, la diabetes, el sobrepeso y la obesidad, junto a algunos tipos de cáncer, entre otras, son solo algunas de las enfermedades que afectan en mayor grado a la salud de las personas con dietas ricas en ultraprocesados. Sumando a ello el crecimiento de la industria alimentaria y el aporte de anti nutrientes procedentes de los ultraprocesados. Por lo

tanto, las comunidades científicas y médicas han comprobado, cómo en los últimos años el aumento del porcentaje de estas enfermedades ha proliferado, de manera que el gasto público en sanidad, destinado a sus tratamientos e investigaciones, ha aumentado, hasta a un 7,1%, 13.000 millones de euros o el 5% del Producto Interno Bruto (Arteaga, 2017). Por otra parte, según Arteaga, (2018) en Colombia los patrones de alimentación no son saludable, debido a que están clasificados como el segundo factor de riesgo vinculado a la mortalidad, superando así el 50% de la población, según los resultados entregados por la Encuesta Nacional de Situación Nutricional (Ministerio de Salud y Protección Social [Minsalud], 2015). Por lo cual en el departamento de Nariño en el 2020 tiene una totalidad de 9.545 casos en obesidad no especificada, la cual esta población está clasificada desde los 0 meses hasta los 60 años o más. De igual manera, una de las causas de la obesidad son los malos hábitos alimentarios que a lo largo de la historia han ido abarcando en mayor medida el impacto dentro del mercado y los hogares.

En Colombia un 60% de la población presenta hábitos erróneos a la hora de alimentarse, muchas personas no saben elegir o desconocen las propiedades nutricionales de distintos alimentos que consumen en su diario vivir. Además, algunos estudios de hábitos nutricionales indican que en los niños existe un elevado déficit de vitamina A, el cual se asocia con enfermedades visuales (Ruiz, 2020). Por ello al hablar de una alimentación saludable los menores de dos años únicamente reciben el 36.5% del total básico establecido, es decir que 6 de cada 10 niños no tiene recibe una alimentación adecuada según la Ruiz (2020). En consecuencia, a ello, en la población colombiana se ha experimentado diversos cambios que están relacionados con algunos de los determinantes sociales que influyen a los cambios en consumo y prácticas culinarias. Para lo cual, la asociación colombiana de salud pública el consumo constante de bebidas endulzadas lo cual genera impactos negativos sobre la salud, para ello, la OMS en el 2015 recomendó reducir la ingesta de azúcares libres, relacionados con la aparición de caries y aumento de peso corporal.

Por consiguiente, Casteleiro (2017) afirma que los productos ultraprocesados están fabricados para promover su máximo consumo y para ello, cuentan con características organolépticas de procedencia industrial, que estimulan el apetito de manera intensa. Además, en el entorno abundan por todas partes de manera muy asequible e irresistible. Siendo la publicidad una estrategia de consumo; De tal manera que a mayor consumo de productos ultraprocesados, menos comida real

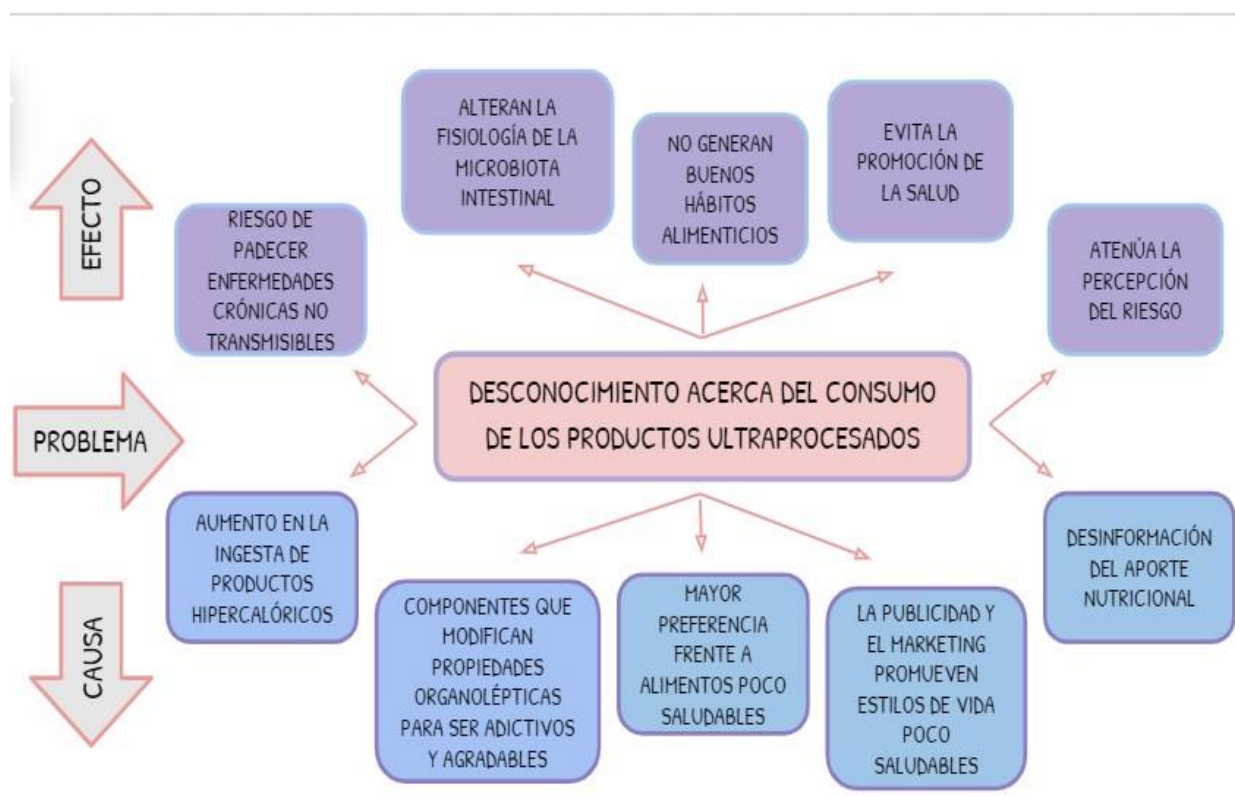
está presente en la dieta tradicional. Cabe resaltar que los productos de la canasta básica alimentaria, aunque estén a la orden del día, estos se ven reemplazados.

Es de conocimiento, que el patrón dietético global tiene más efecto sobre la salud que el consumo puntual de alimentos, por dicha razón la Organización Mundial de la Salud (OMS), la Organización Panamericana de la Salud (OPS) en Latinoamérica, analizan que el consumo de productos ultraprocesados, estarían sustituyendo a los alimentos tradicionales, aumentando de una manera drástica las enfermedades crónicas no transmisibles el sedentarismo, el sobrepeso y la obesidad.

Se conoce que Colombia al ser un país de mercados emergentes, se ha convertido en un punto focal de inversión para las marcas extranjeras de comidas rápidas, donde estas han incrementado su presencia en el sector gastronómico, ya que con la llegada de poderosos grupos empresarios, procedentes de países como Estados Unidos, México, España, Ecuador, El Salvador y Costa Rica. (Chacón y Shaw, 2015). Lo cual genera un mayor interés en la sociedad debido a que son empresas que han generado innovación a nivel mundial con sus productos. Es preciso resaltar, que los gustos en la alimentación han ido fluctuando al pasar de los años, debido a contextos sociales prevalentes como la globalización; por tanto, como lo afirma Contreras y García, (2005). Ha afectado no sólo a la estructura y composición de los alimentos, a las formas de aprovisionamiento y tipo de productos consumidos, a las maneras de conservarlos y cocinarlos, sino a los horarios y frecuencias de las comidas, a los presupuestos invertidos, a las normas de mesa o a los trabajos y valores asociados a las prácticas alimentarias; todo esto constituye un nuevo orden alimentario. Por lo que las bases del gusto social del por las comidas rápidas se encuentran sustentadas en las prácticas de socialización, ya que desde el punto de vista sociocultural juegan un papel importante y lo es en esencia porque el alimento más allá de ser un hecho biológico es un hecho social en su esencia.

**Figura 1**

Árbol problema



### 1.1.1 Formulación del problema

¿Cuáles son las características del consumo de productos ultraprocesados entre las edades de 4 a 7 años del municipio de Tambo?

### 1.2 Justificación

Para identificar con detalle el problema aquí expuesto, en primer lugar, es importante conocer al marco conceptual NOVA, el cual es el nombre asignado a un sistema que “clasifica a los alimentos según su naturaleza, finalidad y grado de procesamiento industrial, en lugar de clasificarlos en términos de nutrientes y tipos de alimentos” (Organización Panamericana de la Salud y Organización Mundial de la Salud [OPS/OMS], 2015, p. 13). Por tanto, en el grupo número 4 se encuentran los productos ultraprocesados, donde se hace referencia a que son productos formulados



en gran parte por sustancias derivadas de alimentos y fuentes orgánicas, que contienen pocos o ningún alimento entero, diferenciándose de los alimentos procesados por qué se caracterizan por ser duraderos, prácticos, accesibles y de sabor agradable; que por lo general contienen aditivos, micronutrientes sintéticos para fortificarlos y a menudo se les suele dar mayor volumen con aire o agua (Monteiro et al., 2010).

Por consiguiente, es evidente que los productos ultraprocesados, se establecen en la industria del marketing con una gran influencia socioeconómica para las empresas, debido a que, ofrecen productos con unas características hiperpalatables, es decir, que por su alto contenido en aditivos, grasas, sodio, azúcar y carbohidratos, hacen que se inhiben los mecanismos de la saciedad en el cuerpo y el cerebro; por tanto, genera en las personas que consumen estos productos insatisfacción, obteniendo por resultado un consumo excesivo de los mismos, tal como lo afirman Monteiro et al. (2010).

En segundo lugar, una vez se tiene en cuenta que a menudo los productos ultraprocesados causan hábito y con ello efectos indeseables en las personas que lo consumen, emplear el sistema NOVA en una caracterización, permitirá conocer cuál es el suministro de estos productos y los patrones de alimentación en el curso de vida, pero para realizar dicha investigación, hay que destacar a ciertas normativas nacionales, las cuales se han encargado de trabajar en un marco normativo que busca fomentar hábitos alimentarios saludables, como es el caso de la Ley 2120 de 2021 en la cual "se establecen medidas seguras para desarrollar entornos alimentarios saludables, garantizando el derecho fundamental a la salud, especialmente de las niñas, niños y adolescentes" (art. 1), con el fin de prevenir la aparición de enfermedades no transmisibles, llevando una información clara, verídica, oportuna, visible e idónea, promoviendo la adaptación saludable sobre los componentes de los alimentos. Por lo cual, se pretende trabajar sobre el derecho humano hacia una alimentación adecuada, suficiente, equilibrada, variada e inocua, haciendo referencia a un conjunto de características donde los alimentos garanticen que sean aptos y no perjudiciales para el consumo humano, de esta manera lograr que la población tenga derecho a un acceso seguro y permanente a alimentos sanos, suficientes y nutritivos.

Además, es de gran importancia resaltar la relación del consumo de alimentos saludables para

el ser humano, de acuerdo con que estos contribuyen en gran medida a una menor prevalencia de enfermedades no transmisibles, debido a que son las principales causas de muerte y discapacidad en el mundo, como lo refiere la Organización Panamericana de la Salud y la Organización Mundial de la Salud (OPS/OMS, 2018) es decir que “(ENT) matan a 41 millones de personas cada año, lo que equivale al 71% de las muertes que se producen en el mundo” (párr. 1). Gracias a lo anteriormente, para promover el bienestar nutricional, primordialmente se debe tener en cuenta la información sobre la identidad y el contenido del producto, de tal manera que la Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación (FAO, 2016, como se citó en Ministerio de Salud y Protección Social, 2020), manifestó que “las etiquetas deben ser fáciles de entender y no deben requerir conocimientos previos sobre nutrición, prefiriendo primordialmente que los diseños de las etiquetas deberían ser atractivos para todo tipo de personas” (p. 8). Permitiendo así, dar una clara asesoría para el etiquetado donde se pueda identificar los alimentos de alto contenido calórico y bajo valor nutricional de manera rápida y sencilla.

Por ello, la educación contribuye a generar estrategias que enseñen a los consumidores a tener una mejor elección a la hora de comprar los alimentos. Tal como lo afirma la guía de alimentación saludable,

la compra de alimentos es el momento donde se elige los alimentos que se van a consumir. Por esta razón este es el momento donde se debe organizar y tomar en serio dicha elección, teniendo presente que, se elige y se compra bien, se puede lograr una mejor alimentación para la población. (Dapcich, 2004, p. 1)

En ese sentido de ideas y considerando el grupo de población, siempre es conveniente obtener mayor información que contribuya al conocimiento sobre el consumo en productos ultraprocesados, puesto que la población en la cual se aplicará la investigación, serán estudiantes, por tanto, permanecen entre 6 a 8 horas en las instituciones educativas, dando como resultado, una alimentación fuera del hogar, reemplazando de esta manera la comida casera, por productos ultraprocesados, que en ocasiones son guiados por el entorno en que se desarrollan.

Gracias a lo anterior, se asevera que los productos ultraprocesados indican un consumo cada vez

mayor en América latina, con resultados negativos. Según la OPS/OMS el aumento del consumo de productos ultraprocesados se vincula fuertemente con el aumento de peso corporal, por ello, en 13 países de América latina, al ingerir productos que contengan cantidades excesivas puede empeorar significativamente la calidad de la dieta de la misma manera que las ventas de productos ultraprocesados aumentaron un 48% entre 2000 y 2013 en comparación con 2,3% en América del Norte. Como se mencionó anteriormente, existen investigaciones internacionales, en donde se ve demostrado el impacto negativo que presentan este tipo de productos, sin embargo, en el departamento de Nariño, estos estudios son escasos, por tanto, el proyecto se constituye como innovador debido a que se enfoca en la caracterización del consumo de productos ultraprocesados en el municipio del Tambo. Con lo anterior se busca establecer, el comportamiento de compra del consumidor a la hora de adquirir bienes y servicios para su uso personal o de terceros reflejando todas las decisiones respecto a la adquisición y consumo.

Por tanto, para contrarrestar el desplazamiento de la alimentación saludable a base de alimentos frescos o mínimamente procesados, se busca determinar los rasgos característicos de cierta población con el objetivo de tener cierta percepción en los productos ultraprocesados que se consumen, por ello es importante el trabajo interdisciplinario con Instituciones Educativas del municipio del Tambo, buscando que la caracterización presentada le dé paso a los ministerios de salud locales y profesionales en salud a tener estudios que les permita tomar decisiones para desarrollar acciones y estrategias de salud pública orientadas a la prevención, detección y control de las consecuencias en el consumo de productos ultraprocesados.

## **1.3 Objetivos**

### ***1.3.1 Objetivo general***

Identificar las características de consumo de los productos ultraprocesados referente a los gustos y preferencias en los estudiantes del Municipio del Tambo.

### **1.3.2 Objetivos específicos**

- Analizar el consumo de productos ultraprocesados en los estudiantes de 4 a 7 años de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús en el Municipio del Tambo según los factores sociodemográficos.
- Indagar los gustos y preferencias de consumo que tienen los estudiantes sobre los productos ultraprocesados.
- Reconocer cuáles son los productos ultraprocesados con más frecuencia de consumo.

### **1.4 Marco referencial o fundamentos teóricos**

En los productos ultraprocesados en América Latina se han realizado diversos estudios donde evalúan las consecuencias que han tenido diferentes tipos de alimentos sobre la calidad de la alimentación y la salud en las personas, debido a que los productos ultraprocesados favorece a el desarrollo de la obesidad y motiva a un estilo de vida poco saludables.

Dichos estudios se realizaron por medio de análisis de las encuestas alimentarias, la cual es representada a nivel nacional, ejecutadas en distintos países de la Región de Américas. La cual se presenta de forma organizada las bebidas y los alimentos que están desequilibrados nutricionalmente por su contenido de azúcar, grasas, sodio y un bajo contenido en fibra, proteínas, vitaminas y minerales en comparación con los alimentos poco procesados (OPS, 2019).

De igual manera, también, se realizó un análisis de ventas sobre los productos ultraprocesados, para realizar un informe donde se refleje que las ventas de estos productos han ido aumentando en América Latina, por ejemplo, entre el 2000 y el 2013, crecieron en 26,7% en los 13 países de América Latina estudiados (Argentina, Bolivia, Brasil, Chile, Colombia, Costa Rica, República Dominicana, Ecuador, Guatemala, México, Perú, Uruguay y Venezuela). Este aumento de ventas se relaciona con el incremento de peso corporal, lo que indica que estos productos son los que aumentan las tasas de sobrepeso y obesidad en la Región (OPS, 2019).

La finalidad de estos estudios en latino América es justificar las medidas normativas que están dirigidas a restringir las ventas de productos ultraprocesados por medio de los análisis que se realizaron, dado que se demostró por medio de estudios transversales, que por causa del consumo de estos productos ocasionan el síndrome metabólico en adolescentes y con dislipidemia en niños entre otras consecuencias de salud para la población (OPS, 2019).

Por otra parte, los cambios en los estilos de vida en la población a nivel mundial se han afectado debido a los procesos de globalización. De tal manera que la población se enfrenta a cambios en la epidemiológica y nutrición desde los niños pequeños con desnutrición hasta el aumento de casos de obesidad relacionada con las enfermedades crónicas no transmisibles, volviéndose más común en edades tempranas y en la edad adulta sin distinguir el nivel socioeconómico.

Teniendo en cuenta lo anterior, se realizó una evaluación de la ingesta de alimentos a nivel poblacional, en el cual se necesitó fuentes de recolección de información para conocer el suministro de alimentos disponible de los diferentes países, en este caso son las hojas de balance de alimentos de la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAOSTAT) en la cual se observa el suministro de kilocalorías, gramos de proteína y gramos de grasa. Esta evaluación se realizó para conocer la cantidad de energía y nutrientes consumidos, dado que se necesita estimar el estado de nutrición de las poblaciones, lo que permitirá la planificación de intervenciones y programas alimentarios pertinentes según las necesidades de la población (Levy et al., 2014).

Posterior a ello, se realizó encuestas de consumo de alimentos en cada país, teniendo en cuenta que son pocos los países que cuenta con la información del consumo de alimentos, esta encuesta permite determinar las edades y el alimento que se consume con mayor frecuencia, por ejemplo, en Colombia a partir de la Encuesta Nacional de Alimentación, Nutrición y Vivienda de 1981 muestran que la dieta de la población colombiana se caracteriza por un consumo elevado de hidratos de carbono complejos, y edulcorantes, a la par de un bajo consumo de leguminosas y grasas (Levy et al., 2014), por ello se puede aseverar que el propósito de estas encuestas es dar a conocer los cambios en el consumo con el objetivo de entender la importancia del consumo de los alimentos que predominan y lo que se puede estar reflejando en el estado de nutrición de la

población Latinoamericana.

Para continuar y conocer acerca de los estudios realizados internacionalmente. Se realizó una investigación sobre el consumo de productos ultraprocesados y obesidad. Fue elaborado por Amelia Martí, Carmen Calvo, Ana Martínez. Estudio publicado en Scielo – ARAN Nutrición hospitalaria.

Estudio el cual trata acerca de los diferentes estudios que relacionan el consumo de productos ultraprocesados con la prevalencia de la obesidad. Los cuales estos alimentos se caracterizan por ser ricos en azúcares libres y grasas saturadas, lo que contribuye a aumentar la ingesta energética. Durante varios años, el consumo de estos alimentos ha aumentado hasta el punto de convertirse en una valiosa fuente de energía diaria en algunas poblaciones. De esta manera se apartan “los alimentos ricos en fibra, hidratos de carbono complejos y grasas beneficiosas para la salud que pertenecen a los patrones de alimentación saludables” (Martí et al., 2021, p. 177)

Referente a lo anterior realizaron un objetivo en el cual se realizó una revisión sistemática para evaluar la posible asociación entre el consumo de alimentos ultra procesados y el desarrollo de obesidad. Por lo tanto, se realizó una búsqueda específica de los artículos existentes desde el año 2000 hasta abril de 2020 en la base de datos PubMed.

En conclusión, es necesario llevar estudios para poder establecer una relación certera entre el consumo de productos ultraprocesados y la obesidad. Además,

Se debe promover la adopción de unos hábitos de vida saludables que incluyan una alimentación basada en alimentos con un buen perfil nutricional, pues cada vez hay más evidencia de que esto tiene una importante repercusión en el estado de salud y en la calidad de vida. (Martí et al, 2021, p. 184)

Para dar continuidad, se hablará de dos estudios realizados en ambientes escolares, el objetivo del primer estudio es encontrar la relación entre ingesta de productos ultraprocesados y los parámetros antropométricos. El estudio fue realizado en noviembre de 2017, entre estudiantes de

ambos sexos, en una institución educativa de las cercanías de Agustino en Lima, donde se aplicó un cuestionario y se evaluaron parámetros antropométricos. Las edades fueron de 9 a 13 años en primaria y de 12 a 17 años en secundaria, Las variables estudiadas fueron consumo de productos ultraprocesados, según OMS, tipo y frecuencia, datos sociodemográficos, parámetros antropométricos: peso, talla, índice de masa corporal para la edad, talla para la edad y circunferencia de cintura. como conclusión en este estudio se encontró relación entre el alto consumo de productos ultraprocesados y el peso, IMC y perímetro de cintura, en escolares de primaria; no se encontró asociación con la talla y, para los estudiantes de secundaria, se encontró asociación entre el alto consumo de productos ultraprocesados y la edad; No se encontró relación con los parámetros antropométricos (Lozano et al., 2019), para el segundo estudio se utilizó un cuestionario de frecuencia de alimentos, revisado por dos expertos en la materia. Se aplicó una prueba piloto a 65 estudiantes de edad similar a la edad de la población de estudio. El cuestionario constó de 28 preguntas sobre la frecuencia de consumo de productos ultraprocesados de los quioscos escolares, estos productos se encontraban bajo diferentes marcas y agrupados en galletas, snacks, bebidas y otros tipos. Para incluir estos alimentos en el cuestionario, se observaron los productos que se expenden en el quiosco escolar y de allí se seleccionaron los productos a incluir, además se tomaron medidas antropométricas. Como resultado, el estudio realizado aportó evidencia sobre el alto consumo de alimentos ultra procesados en el quiosco escolar y el índice de masa corporal elevado que se encontró en la mitad de los estudiantes de primaria (García, 2016).

Por otro parte, dentro de otros estudios se infiere la importancia de conocer el impacto de los productos ultraprocesados en la salud de las personas, para lo cual una investigación publicada por la revista de publicaciones didácticas hemeroteca, donde abarca esta temática, elaborado por Macías (2018), donde se establece la importancia de concienciar a la población en general, junto al personal de enfermería sobre el importante problema de salud pública que el consumo de estos productos suponen, lo anterior con el fin de lograr abordarlo desde la atención primaria (Macías, 2018), para lo anterior se realizó una revisión de información perteneciente a esta temática desde el 2008, obteniendo como resultado que el 35% de todas las muertes a causa del cáncer, están asociadas a la alimentación y con ella a productos ultraprocesados, además de lo anterior, Macías (2018), asevera que el consumo de productos ultraprocesados aumenta la progresión de aterosclerosis, además de ser un factor de riesgo a padecer enfermedades coronarias, hipertensión

arterial y enfermedades cardiovasculares, lo cual significa una gran preocupación de salud pública debido a que el consumo diario de estos alimentos se pondera entre un 25 - 50%.

De esta manera, la autora plantea que el consumo productos ultraprocesados ejerce un riesgo sobre las personas porque aumenta los factores de riesgo a padecer determinadas enfermedades, lo anterior encaminado al aumento del consumo de estos productos a nivel mundial, gracias al marketing establecido por la industria alimentaria, sin embargo a pesar de la información encontrada, aún no existe suficiente análisis para lograr determinar el impacto específico que generan estos productos en la población.

De igual forma, se relaciona el consumo de productos ultraprocesados y factores de riesgo para la población. Según la tesis de grado publicada por la Universidad de Sevilla en el año 2018. En donde Arteaga (2018) expone dos hipótesis principales a la hora de realizar una revisión bibliográfica de los productos ultraprocesados, en donde a partir de estas, establece que una alimentación basada en productos ultraprocesados genera predisposición a enfermedades mortales, además de la importancia de la industria alimentaria, lo anterior de acuerdo con que esta, induce a la introducción y comercialización de estos productos con el fin de acceder a intereses propios. A lo anterior sumado el ritmo frenético de la vida actual, posiciona a los productos ultraprocesados como una adaptación a la vida común, en donde la globalización, la edad, el sexo, la religión, la educación y el nivel económico son influyentes en la dieta de la población. Por consiguiente los productos ultraprocesados no solamente son el resultado de alteraciones al alimento, sino que también se ven influenciados por los factores sociales, ambientales, económicos y políticos de la sociedad, de acuerdo a que son estos factores los que le permiten a la industria enfatizar cuáles son los productos para que tipo de población, contribuyendo así al mercado y el crecimiento paulatino de la comercialización de los mismos, pero de igual manera al riesgo a salud pública que genera el consumo frecuente de estos productos.

Desde otra perspectiva, se realiza un estudio a nivel nacional, acerca de la oferta de alimentos y productos ultraprocesados en colegios públicos y privados de Colombia. Estudio publicado por la Corporación Colombiana de Padres y Madres (Claro et al., 2018).



Cuyo objetivo fue realizar un estudio que identifique el nivel de consumo de productos ultraprocesados en la población infantil, estando este acorde con las tendencias de alimentación evidenciadas en otros países de la región.

Por ejemplo, en el último reporte de la ingesta calórica de los colombianos se identificó una baja frecuencia y poca variedad en el consumo de frutas y verduras, en contraste con una ingesta elevada de productos de bajo valor nutricional como gaseosas, refrescos, confites, snacks y bebidas alcohólicas. Por lo cual, realizaron el estudio dividido en dos etapas; en la primera, se realizó una encuesta en línea dirigida a docentes, rectores y padres de familia a nivel nacional. Esta constaba de cuatro segmentos de preguntas, a saber: 1) oferta de alimentos y comestibles, 2) promoción de alimentación saludable, 3) publicidad, promoción y patrocinio de productos ultraprocesados, y 4) conocimiento de las guías alimentarias para población colombiana y los lineamientos del Programa de Alimentación Escolar (Pérez et al; 2023).

En la segunda etapa, teniendo en cuenta las respuestas establecidas en el segmento de promoción de alimentación saludable, se eligieron doce colegios que sobresalieron por sus buenas prácticas. En los establecimientos educativos que fueron visitados para ejecutar la entrevista que permitiera conocer en detalle la estrategia, programa o actividad implementada para promover la alimentación balanceada, nutritiva y equilibrada en su comunidad escolar (Pérez et al; 2023).

Lo cual tuvo como resultados tanto en la aproximación cuantitativa como en la cualitativa, se evidenció que en la mayoría de los colegios hay una preocupación por fomentar la alimentación sana, a lo cual intentan dar respuesta a través de diferentes iniciativas. No obstante, los resultados también señalan que queda un camino grande por recorrer, ya que se destaca la alta oferta de productos ultraprocesados, en contraste con la escasa disponibilidad de frutas, verduras y otros alimentos naturales o frescos (Pérez et al; 2023).

En otro orden de ideas, al realizar una indagación, sobre la caracterización de consumo de productos ultraprocesados en Colombia, se han realizado diversos estudios donde se busca determinar si los productos ultra procesados consumidos por la población colombiana, se asocian con perfiles nutricionales adecuados para la salud y el bienestar de estos.

Con respecto a lo anterior, el primer estudio tiene como objetivo determinar si los productos ultraprocesados consumidos por niños en Colombia se asocian con perfiles nutricionales de menor calidad a diferencia de los alimentos que no son productos ultraprocesados. Para llevar a cabo este estudio se obtuvo información sociodemográfica y antropométrica, variables e información dietética a través de registros dietéticos y recordatorios de 24 h de una población de niños en general, los cuales eran niños de 5 a 12 años de familias de ingresos bajos a medios en la ciudad de Bogotá- Colombia. Los alimentos fueron clasificados en tres categorías: Alimentos sin procesar y mínimamente procesados, ingredientes culinarios procesados y productos ultraprocesados.

Después de esto, se encontró que los productos ultraprocesados son de menor valor dietético y calidad en general. Asimismo, los nutrientes que tienen un nivel mínimo en alimentos procesados y productos ultraprocesados son las vitaminas y minerales, como la vitamina A, B12, C y E, Ca y Zinc. En cambio, los nutrientes que tuvieron un nivel más alto en los productos ultraprocesados son sal, azúcar y ácidos grasos trans.

De este modo se llegó a la conclusión de que los productos ultraprocesados tienen una gran influencia en la calidad de la dieta de los niños. La cual genera que haya una caída en el consumo de cereales integrales, frutas y verduras, y un aumento del consumo de alimentos de origen animal y procesados alimentos ricos en grasas y azúcares. Causando un aumento de que prevalezca el sobrepeso y el sedentarismo (Cornwell et al., 2017).

Desde otro punto de vista, en dicho estudio se realiza un estudio, el cual analiza el consumo de productos ultraprocesados en la población colombiana basándose en los factores sociodemográficos del país. Utilizando datos recolectados en la Encuesta Nacional de la Situación Nutricional en Colombia del año 2005 (ICBF, 2005).

Posterior a ello, se evalúa el consumo de alimentos usando el recordatorio de 24 horas a 38.643 individuos. Clasificando estos según el grado del procesamiento industrial propuesto por NOVA.

Lo cual tuvo como resultado, que hubo un mayor consumo de panes industrializados, snacks dulces y salados, bebidas azucaradas, carnes procesadas y productos de confitería. También se

logró evidenciar que los niños y adolescentes presentan una mayor ingesta de estos alimentos (Khandpur et al., 2020).

Es necesario resaltar que en dicha investigación se requiere comprender de manera individual y colectiva los diferentes argumentos teóricos que se enlazan para darle autenticidad a la propuesta sugerida, dado que se necesita temáticas claras para entender la ciencia de la nutrición en el aspecto de consumo eje de la seguridad alimentaria y nutricional. Para ello se requiere aclarar los fundamentos de la caracterización del consumo de los productos ultraprocesados en la población a estudiar.

Para entrar en contexto según el Instituto de Nutrición para Centroamérica y Panamá (INCAP), la Seguridad Alimentaria Nutricional “es un estado en el cual todas las personas gozan, en forma oportuna y permanente, de acceso físico, económico y social a los alimentos que necesitan, en cantidad y calidad, para su adecuado consumo y utilización biológica, garantizándoles un estado de bienestar general que coadyuve al logro de su desarrollo”. De igual forma la seguridad alimentaria y nutricional tiene unos componentes importantes los cuales se dividen en disponibilidad, estabilidad, acceso y control, consumo y utilización biológica de alimentos, los cuales tratan de ayudar a que exista una soberanía alimentaria la cual organiza la producción y el consumo de alimentos acorde con las necesidades de las comunidades locales, otorgando prioridad a la producción para el consumo local y doméstico, proporcionando el derecho a los pueblos a elegir lo que comen y la forma de producción para consumirlos (FAO, 2011).

Con lo anterior es importante conocer que el consumo se refiere a los alimentos que comen las personas y está relacionado con la selección de los mismos, las creencias, las actitudes y las prácticas. El cual tiene como determinantes esenciales la cultura, los patrones y los hábitos alimentarios, la educación alimentaria y nutricional, la información comercial y nutricional, el nivel educativo, la publicidad, el tamaño y la composición de la familia (Consejo Nacional de Política Económica Social [CONPES], 2008).

Por ende, los hábitos alimentarios son comportamientos conscientes, colectivos y repetitivos, que orientan a las personas a seleccionar, consumir y así utilizar determinados alimentos o dietas,

es importante tener en cuenta que los hábitos alimentarios comienzan en familia. En la infancia es el momento adecuado para adquirir estos de manera repetitiva y de forma casi involuntaria por ello la familia tiene gran influencia y esta se va reduciendo a medida que los niños crecen por otra parte en la adolescencia, los cambios psicológicos, hormonales y emocionales pueden influir en la dieta, dando demasiada importancia a la imagen corporal y en el caso de los adultos y en las personas con una edad avanzada los hábitos alimentarios son muy difíciles de modificar o cambiar (Fundación Española de la Nutrición, 2014).

Las preferencias y rechazos de alimentos se constituyen en factores que determinan la elección, las prácticas de consumo, de comercialización, y fundamentalmente el estado de nutrición y salud, así mismo en atención a sus preferencias, están usualmente permeadas por factores de tipo cultural, que depositan significados sobre los alimentos, las preparaciones y las experiencias que proporcionan; al establecer signos, simbolismos que dan paso a las costumbres y a los hábitos alimentarios.

Otro factor que influye en las preferencias y por tanto en la elección alimentaria, especialmente en el ámbito contemporáneo, es lo que se deriva de los lineamientos de la nutrición, y que han hecho que se incremente el interés por la salud del cuerpo y la mente. A esta intervención se suman las marcadas por la publicidad de alimentos (cada vez en aumento), otro elemento que influye en las formas de comer de individuos y grupos poblacionales. (Aguirre, 2004, como se citó en Arboleda y Villa, 2016, p. 751)

Los gustos y preferencias de la población en Colombia, frente a la comida saludable, se derivan en cuanto a factores que determinan la elección de optar por un alimento más saludable en su vida cotidiana, en las comidas principales como lo son el desayuno, almuerzo y cena (Galindo, S. 2020). Las elecciones de los consumidores están siendo usualmente afectadas por las preferencias, ya que es un factor que aporta importantes perspectivas sobre los alimentos, las preparaciones y las experiencias que proporcionan; al establecer preferencias que dan paso a los gustos y a los hábitos alimenticios (Arboleda y Villa, 2016).

Marti et al. (2021), afirma que los productos ultraprocesados son definidos a los cuales se les ha

añadido una transformación, donde han obtenido ciertas características que acceden que sean consumidos sin necesidad de llevar una preparación, generalmente, implica poco o nada de alimentos naturales, en muchas ocasiones pasan a ser productos atractivos y aún más baratos que el alimento original”. Muchos de los productos son perjudiciales para la salud humana, por lo cual esto genera un patrón dietético asociado a un alto contenido de nutrientes relacionados con enfermedades crónicas, donde demuestra una asociación con resultados adversos para la salud.

Las enfermedades como las cardio-cerebrovasculares, la diabetes, el cáncer, la obesidad y el sobrepeso presentan pruebas donde demuestra que se lleva a cabo por la relación que se tiene con los productos ultraprocesados y un consumo prolongado de estos. De tal manera que este desplaza la ingesta de comida saludable, natural y real, donde se evidencia que acarrea dichas patologías e incluso lleva un alto porcentaje de relación con el desarrollo de enfermedades mortales, por eso es necesario llevar a cabo una divulgación correcta en nutrición y hábitos de alimentación saludables en la sociedad, sobre todo en padres, madres, niños y adolescentes (Arteaga, 2018).

Los alimentos mínimamente procesados o sin procesar son parte de una planta o animal que se modifican de manera que no añada ni introduzca nuevas sustancias (como grasas, azúcares o sal), pero que pueden involucrar que se eliminen ciertas partes del alimento, las técnicas de procesamiento mínimo prolongan, la duración de los alimentos, ayudan en su uso y preparación, y les dan un sabor más agradable (OPS, 2015).

#### ***1.4.1 Marco teórico***

Es necesario resaltar que en dicha investigación se requiere comprender de manera individual y colectiva los diferentes argumentos teóricos que se enlazan para darle autenticidad a la propuesta sugerida, dado que se necesita temáticas claras para entender la ciencia de la nutrición en el aspecto de consumo eje de la seguridad alimentaria y nutricional. Para ello se requiere aclarar los fundamentos de la caracterización del consumo de los productos ultraprocesados en la población a estudiar.

Para entrar en contexto según el Instituto de Nutrición para Centroamérica y Panamá (INCAP),

## la Seguridad Alimentaria Nutricional:

es un estado en el cual todas las personas gozan, en forma oportuna y permanente, de acceso físico, económico y social a los alimentos que necesitan, en cantidad y calidad, para su adecuado consumo y utilización biológica, garantizándoles un estado de bienestar general que coadyuve al logro de su desarrollo. (FAO, 2011, p. 2)

De igual forma la seguridad alimentaria y nutricional tiene unos componentes importantes los cuales se dividen en disponibilidad, estabilidad, acceso y control, consumo y utilización biológica de alimentos, los cuales tratan de ayudar a que exista una soberanía alimentaria la cual organiza la producción y el consumo de alimentos acorde con las necesidades de las comunidades locales, otorgando prioridad a la producción para el consumo local y doméstico, proporcionando el derecho a los pueblos a elegir lo que comen y la forma de producción para consumirlos. (Programa Especial para la Seguridad Alimentaria [PESA], s.f.)

Con lo anterior es importante conocer que el consumo se refiere a los alimentos que comen las personas y está relacionado con la selección de estos, las creencias, las actitudes y las prácticas. El cual tiene como determinantes esenciales la cultura, los patrones y los hábitos alimentarios, la educación alimentaria y nutricional, la información comercial y nutricional, el nivel educativo, la publicidad, el tamaño y la composición de la familia (FAO, 2011).

Por ende, los hábitos alimentarios son comportamientos conscientes, colectivos y repetitivos, que orientan a las personas a seleccionar, consumir y así utilizar determinados alimentos o dietas, es importante tener en cuenta que los hábitos alimentarios comienzan en familia. En la infancia es el momento adecuado para adquirir estos de manera repetitiva y de forma casi involuntaria por ello la familia tiene gran influencia y esta se va reduciendo a medida que los niños crecen por otra parte en la adolescencia, los cambios psicológicos, hormonales y emocionales pueden influir en la dieta, dando demasiada importancia a la imagen corporal y en el caso de los adultos y en las personas con una edad avanzada los hábitos alimentarios son muy difíciles de modificar o cambiar (Fundación Española de la Nutrición, 2014).

Las preferencias y repulsión de alimentos se constituyen en factores que determinan la

alternativa, las prácticas de consumo, de comercialización, y fundamentalmente el estado de nutrición y salud, por lo tanto, en atención a sus preferencias, están habitualmente atravesando por factores de tipo cultural, que ponen significados sobre los alimentos, las preparaciones y las experiencias que proporcionan. Otro factor que influye en las preferencias especialmente en el ámbito actual es lo que se deriva de los lineamientos de la nutrición, y que han hecho que se aumente la disposición por la salud del cuerpo y la mente (Barrial y Barrial, 2012).

Los gustos y preferencias de la población en Colombia, frente a la comida saludable, surge en cuanto a factores que definen la elección de escoger un alimento mucho más saludable en la vida cotidiana, en las principales comidas como lo son el desayuno, almuerzo y cena. (Galindo, S. 2020). Las alternativas de los consumidores están siendo usualmente afectadas por las preferencias, es una causa que aporta importantes expectativas sobre los alimentos, las preparaciones y las experiencias que proporcionan; al disponer preferencias que resaltan los gustos y a los hábitos alimentarios (Arboleda y Villa, 2016).

Galindo (2020) afirma que:

los productos ultraprocesados son los que se someten a una transformación, donde han conseguido ciertas características que acceden que sean consumidos sin necesidad de llevar una preparación, generalmente, implica poco o nada de alimentos naturales, en muchas ocasiones pasan a ser productos atractivos y aún más baratos que el alimento original. (p. 12)

Muchos de los productos son perjudiciales para la salud humana, por lo cual esto genera un patrón dietético asociado a un alto contenido de nutrientes relacionados con enfermedades crónicas, donde demuestra una asociación con resultados adversos para la salud.

Las enfermedades como las cardio-cerebrovasculares, la diabetes, el cáncer, la obesidad y el sobrepeso presentan pruebas donde demuestra que se lleva a cabo por la relación que se tiene con los productos ultraprocesados y un consumo prolongado de estos. De tal manera que este desplaza la ingesta de comida saludable, natural y real, donde se evidencia que acarrea dichas patologías e incluso lleva un alto porcentaje de relación con el desarrollo de enfermedades mortales, por eso es

necesario llevar a cabo una divulgación correcta en nutrición y hábitos de alimentación saludables en la sociedad, sobre todo en padres, madres, niños y adolescentes (Galindo, 2020).

Los alimentos mínimamente procesados o sin procesar son parte de una planta o animal que se modifican de manera que no añada ni introduzca nuevas sustancias (como grasas, azúcares o sal), pero que pueden involucrar que se eliminen ciertas partes del alimento, las técnicas de procesamiento mínimo prolongan, la duración de los alimentos, ayudan en su uso y preparación, y les dan un sabor más agradable. (Galindo, 2020, p. 21)

#### ***1.4.2 Marco conceptual***

**Productos ultraprocesados:** Son formulaciones industriales principalmente a base de sustancias extraídas o derivadas de alimentos, además de aditivos y cosméticos que dan color, sabor o textura para intentar imitar a los alimentos. Estos productos están nutricionalmente desequilibrados (Rodríguez, 2020).

**Alimentos:** Cualquier sustancia, procesada, semiprocesada o cruda que se utiliza para el consumo humano, e incluye bebidas y gomas de mascar y cualquier sustancia que se ha utilizado en la producción, preparación o tratamiento de "alimentos". No incluye cosméticos o tabaco o sustancias que sólo son utilizados como drogas (OPS, 2019).

**Curso de vida:** Es el enfoque que aborda los momentos del continuo de la vida y reconoce que el desarrollo humano y los resultados en salud dependen de la interacción de diferentes factores a lo largo del curso de la vida, de experiencias acumulativas y situaciones presentes de cada individuo influenciadas por el contexto familiar, social, económico, ambiental y cultural (Minsalud, 2015).

**Creencias alimentarias:** Las experiencias tempranas con la comida como tal, con el acto de comer y con las personas que intervienen en estos actos en la infancia, generan creencias que organizan y rigen la conducta alimentaria (Schnel, 2014).

**Consumo:** Se refiere a los alimentos que comen las personas y está relacionado con la selección



de estos, las creencias, las actitudes y las prácticas. Sus determinantes son: la cultura, los patrones y los hábitos alimentarios, la educación alimentaria y nutricional, la información comercial y nutricional, el nivel educativo, la publicidad, el tamaño y la composición de la familia (CONPES, 2019).

**Hábitos alimenticios:** Se puede definir como hábitos alimentarios al conjunto de conductas adquiridas por un individuo, por la repetición de actos en cuanto a la selección, la preparación y el consumo de alimentos. Los hábitos alimentarios se relacionan principalmente con las características sociales, económicas y culturales de una población o región determinada (Herrada et al., 2016).

**Cultura:** La cultura es definida como un multiverso simbólico, compuesto de ideas, valores y emociones, contenido en la conciencia y en la comunicación, incrustado en el modo de vida, y orientado hacia la virtud o perfectibilidad humana, con el que los miembros de un grupo social experimentan y construyen los significados y sentidos de su vida (Bericat, 2016).

**Enfermedades no transmisibles:** Se refiere a un grupo de enfermedades que no son causadas principalmente por una infección aguda, dan como resultado consecuencias para la salud a largo plazo y con frecuencia crean una necesidad de tratamiento y cuidados a largo plazo (OPS/OMS, 2018).

**Seguridad alimentaria:** La Seguridad Alimentaria Nacional se refiere a la disponibilidad suficiente y estable de alimentos, el acceso y el consumo oportuno y permanente de los mismos en cantidad, calidad e inocuidad por parte de todas las personas, bajo condiciones que permitan su adecuada utilización biológica, para llevar una vida saludable y activa (CONPES, 2008).

**Sodio:** El sodio es un nutriente esencial que el cuerpo necesita en cantidades relativamente pequeñas para mantener los fluidos corporales en equilibrio y los músculos y nervios funcionando sin problemas (Center for Food Safety and Applied Nutrition, 2022).

**Prácticas alimentarias:** La práctica alimentaria corresponde al término genérico que reúne el

conjunto de las prácticas sociales relativas a la alimentación del ser humano. Influenciadas por la cultura, la religión o las tendencias, las prácticas alimentarias han evolucionado con el tiempo (Asociación de Piscicultores de la Sierra y la Amazonia [ANAPSA], 2019).

### ***1.4.3 Marco contextual***

La ubicación geográfica del proyecto es en el municipio del Tambo Nariño, ubicado a 37 kilómetros de San Juan de Pasto, la capital del departamento. El municipio limita por el norte con El Peñol, por el este con Chachagüí y La Florida, por el sur con La Florida y Sandoná y por el oeste con Linares y Los Andes. El Tambo cuenta con un clima agradable de una temperatura promedio de 18 grados Celsius debido a la altura sobre el nivel del mar que es de 1745 m. Tiene una extensión de 3280 kilómetros cuadrados. (El Tambo Nariño, 2024). “El departamento se divide en tres subregiones naturales de gran belleza y diversidad: la Llanura del Pacífico, que ocupa el 52% de su territorio, la región Andina (46%) y la vertiente Amazónica (2%). La subregión más poblada es la Andina con una población de 392.930 habitantes, la cual se divide en 12 comunas, 17 corregimientos siendo una de las ciudades que presenta con una cabecera municipal ubicada a una altitud de 2527 metros sobre el nivel del mar y una temperatura media de 14 grados centígrados (Salazar, 2010). Por otra parte,

la economía en el departamento de Nariño muestra un bajo grado de competitividad a nivel nacional, al ubicarse en el puesto 18 entre 23 departamentos (Viloria de la Hoz, 2007, p. 39). Durante el periodo de 1990-2004, la economía nariñense obtuvo mayor dinamismo que la de Colombia en su conjunto. En efecto, el PIB del país creció en promedio el 2,8% anual, mientras el de Nariño lo hizo al 4% (Viloria de la Hoz, 2007, p. 39).

La información departamental del PIB confirma que la actividad agropecuaria es la base económica de Nariño, al aportar una tercera parte del producto departamental y un porcentaje considerable de sus exportaciones (Viloria de la Hoz, 2007, p. 39).

Por ello es fundamental que exista una educación productiva y pertinente que al mismo tiempo sea competitiva como un derecho y servicio del sistema educativo municipal, como un eje estratégico para garantizar el desarrollo humano sostenible de la región. En donde cabe destacar

que el municipio del Tambo acoge anualmente a estudiantes en todo el curso de vida, para que tengan un adecuado nivel educativo, se tiene en cuenta que hay una educación pública de alta calidad, es por eso por lo que en la presente investigación la idea del estudio se desarrollará específicamente en la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús, siendo este el centro educativo donde se evidenciaron los resultados teniendo en cuanto a los estudiantes de entre las edades de 4 a 7 años como población de estudio.

#### ***1.4.4 Marco legal***

##### **1.4.4.1 Internacional.**

***1.4.4.1.1 Declaración Universal de los Derechos Humanos.*** En el artículo 25 se abordan y cubren un rango amplio de derechos en los cuales se opta que toda persona tiene derecho a un nivel de vida adecuado que le asegure, así como a su familia, salud, bienestar, y en especial una alimentación adecuada, además de señalar las necesidades básicas para las personas, por tanto, los gobiernos cuentan con la obligación de tomar medidas adecuadas para asegurar que no se vulnere el derecho de las personas a la alimentación, lo cual implica la disponibilidad de alimentos en cantidad y calidad suficientes para satisfacer necesidades alimentarias, hablando de que sean aceptables para una cultura que permita un acceso sostenible que no sean nocivos para la salud (ONU, 1948).

Por tanto, el mencionar que se contempla a la alimentación cómo derecho fundamental para el cuidado de la salud, comprende para la investigación que esté debe prevalecer para los estudiantes y que el gobierno junto a la sociedad se encuentran en la obligación y compromiso de evitar que este sea vulnerado, refiriéndose al consumo de productos ultraprocesados, es por ello que los actores mencionados anteriormente han creado en Colombia diferentes normas que regulen su consumo y promuevan los entornos saludables en cada institución educativa.

***1.4.4.1.2 Codex alimentarius.*** Al momento de mencionar que los alimentos no deben de afectar la salud del consumidor, se habla de la inocuidad alimentaria, el cual se aborda por el Codex Alimentarius, este fue creado en un inicio por la FAO y la OMS con el fin de asegurar la salud de

los consumidores, creando un equilibrio técnico para la comercialización de los alimentos, permitiendo a los países contribuir en la seguridad alimentaria de todos sus habitantes, con el fin de garantizar alimentos inocuos y de calidad en cualquier lugar mediante el establecimiento de reglas para todos los partícipes de la cadena alimentaria, las cuales deben ser respetadas y aplicadas para garantizar una alimentación balanceada (FAO/OMS, 2005).

#### **1.4.4.2 Nacional.**

**1.4.4.2.1 CONPES 113 de 2008.** Según el CONPES Social N° 113 de 2008, la seguridad alimentaria nacional significa que todas las personas tengan acceso a una alimentación adecuada y estable en cuanto a cantidad, calidad e inocuidad, y que consuman lo mismo en cuanto a cantidad, bajo unas condiciones que permitan una buena utilización biológica, esto con el fin de llevar una vida saludable y activa. Esta política va más allá del hecho de que toda la población tenga una alimentación adecuada y realce el derecho a no padecer hambre, además incluye el deber que tiene cada colombiano y su familia de tener una alimentación apropiada y la necesidad de contar con el estado con estrategias sociales para afrontar los riesgos a la seguridad alimentaria (CONPES, 2008).

**1.4.4.2.2 Ley 1335 de 2009.** Mediante la ley 1335 de 2009 se define a la obesidad y las enfermedades crónicas no transmisibles asociadas a esta, como prioridad de salud pública, acogiendo medidas para su control, atención y prevención, las cuales se ven reflejadas en el artículo 4 donde las estrategias para promover una alimentación balanceada y saludable deben ser apoyadas por diferentes sectores de la sociedad, en este caso para la investigación, se tienen en cuenta los establecimientos educativos públicos y privados del país, los cuales deben garantizar la disponibilidad de frutas y verduras, además de ello, están en la obligación de adoptar un Programa de Educación Alimentaria siguiendo lineamientos y guías creadas por el Ministerio de la Protección Social y el Instituto Colombiano de Bienestar Familiar, con el fin de promover una alimentación balanceada y saludable sin dejar a un lado la cultura de cada región.

Sumando a lo anterior, la regulación del consumo de alimentos y bebidas en centros educativos, se estipula en el artículo 11, donde las instituciones que provean un servicio de alimentación,

deberán ofrecer una diversidad de alimentos que cubran las necesidades nutricionales de sus estudiantes, además de cuidar por la calidad y el cumplimiento de los lineamientos establecidos por el Ministerio de la Protección Social, los cuales son abarcados en el artículo 7 y 8 de la presente ley, teniendo en cuenta que el Gobierno Nacional a través del Ministerio mencionado y del Invima, son los encargados de reglamentar los contenidos, y requisitos de las grasas trans y saturadas contenidas en los alimentos, con el fin de prevenir enfermedades crónicas no transmisibles.

Sin dejar de lado que las instituciones educativas deben implementar estrategias enfocadas en ambientes escolares que ofrezcan una alimentación balanceada y saludable, con el fin de que los estudiantes tomen buenas decisiones en hábitos de vida saludables, educando sobre los riesgos que un estilo de vida poco saludable pueden afectar su calidad de vida, por lo tanto, las instituciones cuentan con el apoyo de las empresas de alimentos para trabajar en conjunto en cuanto al desarrollo de dicha estrategia.

**1.4.4.2.3 Ley 2120 de 2021.** Por medio de esta ley se espera promover entornos alimentarios saludables, así mismo garantizando el derecho fundamental a la salud, especialmente de las niñas, niños y adolescentes, con el fin de prevenir enfermedades no transmisibles que son producto de una alimentación, la cual no es adecuada. Según el artículo 4 se menciona a la entidad, además lo que se quiere con esta ley es garantizar el acceso a información clara, veraz y oportuna de los productos que se distribuyen en el país.

Esta ley aplica a fabricantes de productos comestibles que debido a su composición (azúcares, aditivos, sodio, grasa, colorantes) podrían llegar afectar la salud pública. Se tomarán en cuenta acciones para desarrollar, orientar y garantizar la atención integral de la obesidad y el sobrepeso, con especial atención a los niños y adolescentes, tendrán en cuenta su desarrollo funcional, las encuestas nutricionales existentes, la evidencia científica sin conflictos de interés y las especificidades regionales (Ley 2120, 2021).

**1.4.4.2.4 Resolución 810 de 2021.** La resolución tiene por objetivo implantar el reglamento técnico por el cual se disponen las condiciones y requisitos que se deben cumplir en el etiquetado o rotulado nutricional y frontal de advertencia de los alimentos y bebidas envasadas o empacadas

para consumo humano, debe ser de alto impacto preventivo, claro, visible, legible, de fácil identificación y comprensión para los consumidores, con mensajes que adviertan al consumidor de los contenidos excesivos promoviendo una elección saludable al permitir identificar un alimento de alto contenido calórico y bajo valor nutricional de manera que sea rápida y sencilla, y así poder proteger contra los principales factores de riesgo que perjudican la salud y desarrollo de la población (Ministerio de Salud y Protección Social, 2021).

#### **1.4.4.3 Regional.**

**1.4.4.3.1 Plan Decenal DHANA de 2020 – 2029.** Pretende fortalecer y garantizar en la población nariñense la preparación y el consumo adecuado de los alimentos provenientes de una realización progresiva del derecho humano a la alimentación adecuada que permita a las y los nariñenses consolidar un sistema alimentario propio, orientado a fortalecer las condiciones de accesibilidad a los alimentos a través de la comercialización y el desarrollo de escenarios colectivos y locales de abastecimiento, para el consumo de alimentos sanos, nutritivos y de calidad con identidad cultural de manera permanente y sostenible a través de mecanismos de articulación intersectorial y participación ciudadana; así mismo, llevar a cabo la promoción de tiendas escolares saludables sensibilizando a la comunidad educativa, cumpliendo con la función de brindar a los estudiantes una oferta nutritiva, variada, adecuada, balanceada y culturalmente aceptada de alimentos, promoviendo el consumo de frutas y verduras que aporten a su mejor nutrición y desarrollo de acuerdo a cada cultura. (Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo [PNUD], 2020/2029)

#### **1.4.4 Marco ético**

Para el desarrollo de la presente investigación se tuvo en cuenta el seguimiento y cumplimiento de la Resolución 8430 (1993), la cual aún sigue vigente, en cuanto a las disposiciones de normas para el desarrollo de actividades investigativas en salud, de tal manera que en el artículo 4, se enumeran cuáles son las acciones que deben contribuir en la investigación, siendo el más destacable para el estudio, el numeral B y C refiriéndose a dar conocimiento sobre los vínculos entre las causas de enfermedad, la práctica médica y la estructura social, además de la prevención y control de los

problemas de salud.

Finalizando con que en el artículo 11 y 23, para la investigación prevalece la seguridad de los menores de edad, por medio de la obtención del consentimiento informado de quienes ejerzan la patria potestad o la representación legal del menor. Entonces, debe hacerse de acuerdo con principios éticos: respeto a las personas y búsqueda del bien, logrando beneficios y reduciendo equivocación, el cual es válido afirmar que el estudio, según lo establecido, no presenta ningún riesgo para la población participante.

## **1.5 Metodología**

### ***1.5.1 Enfoque de investigación***

Dentro de la investigación se utiliza una metodología con enfoque cuantitativo, definiendo este como un método estructurado para la recopilación de datos y análisis de información, que se obtiene a través de diversas fuentes (Barrantes, 2001). Por tanto, utiliza la recolección y el análisis de datos para contestar preguntas de investigación y probar hipótesis establecidas previamente, utilizando herramientas estadísticas y matemáticas con el propósito de cuantificar el problema de la investigación (Hernández et al, 2003). Por ello, dentro de la caracterización del consumo de productos ultraprocesados se utiliza este tipo de enfoque debido a que permite el análisis y tabulación de datos a través de encuestas.

### ***1.5.2 Tipo de investigación***

Descriptivo, observacional, transversal. Al momento de realizar un tipo de estudio observacional, se refiere a que los investigadores se limitan a medir el fenómeno y describirlo. Por tanto, se considera realizar el análisis de manera descriptiva debido a que tiene como finalidad clasificar, catalogar o caracterizar el consumo de productos ultraprocesados, con el propósito de recolectar y analizar datos en un periodo de tiempo específico, por lo que es considerado un estudio de tipo no experimental, cuyas mediciones se tomarán en un solo momento.

### **1.5.3 Población y muestra / Unidad de trabajo y unidad de análisis**

Para la obtención de la muestra se tomará en cuenta los estudiantes de primaria de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús en el Municipio del Tambo el cual cuenta con 276 estudiantes activos en primaria de los 4 hasta los 7 años que deseen participar en el estudio y entreguen un consentimiento firmado por su acudiente responsable.

### **1.5.4 Criterios de inclusión y exclusión**

Para la delimitación de la muestra se establecieron los siguientes criterios:

#### **1.5.4.1 Criterios de inclusión.**

- Estudiantes activos en primaria de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús en el Municipio del Tambo.
- Estudiantes de primaria que sean menores de edad.
- Contar con el consentimiento informado por parte de los padres de familia que acepten la participación de sus hijos menores de edad dentro del estudio.

#### **1.5.4.2 Criterios de exclusión.**

- Estudiantes de primaria que no acepten ser parte del estudio.
- Estudiantes que no cuenten con el consentimiento informado firmado por parte de los padres.

### **1.5.5 Categorización de variables**

**Tabla 1**

*Categorización de variables*

<b>Denominación</b>	<b>Definición</b>	<b>Naturaleza</b>	<b>Unidad de medida</b>	<b>Objeto específico</b>
Edad	Tiempo de vida	Cualitativo	Años	Indagar los gustos y



<b>Denominación</b>	<b>Definición</b>	<b>Naturaleza</b>	<b>Unidad de medida</b>	<b>Objeto específico</b>
	en años desde el nacimiento de la persona.			preferencias de consumo que tienen los estudiantes sobre los productos ultraprocesados.
Género	Se refiere a los roles, las características y oportunidades definidos por la sociedad para hombres y mujeres.	Cualitativo	Femenino Masculino Otro	Indagar los gustos y preferencias de consumo que tienen los estudiantes sobre los productos ultraprocesados.
Estrato Socioeconómico	Es una clasificación en estratos de los inmuebles residenciales que deben recibir servicios públicos.	Cualitativo	- Estrato 1 - Estrato 2 - Estrato 3 - Estrato 4 - Estrato 5 - Estrato 6	Indagar los gustos y preferencias de consumo que tienen los estudiantes sobre los productos ultraprocesados.
Zona de residencia	Lugar donde vive actualmente.	Cualitativo	- Urbano - Rural	Indagar los gustos y preferencias de consumo que tienen los estudiantes sobre los productos ultraprocesados.
Nivel educativo de los padres	Nivel de estudios formal	Cualitativo	- Preescolar - Primaria completa	Indagar los gustos y preferencias de

Denominación	Definición	Naturaleza	Unidad de medida	Objeto específico
	que tiene una persona.		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Secundaria completa</li> <li>- Técnico tecnológico</li> <li>- Universitario</li> <li>- Posgrado</li> <li>- Ninguno</li> </ul>	consumo que tienen los estudiantes sobre los productos ultraprocesados.
Gustos de la población objeto	Aceptación de los estudiantes ante los diferentes productos ultraprocesados, relacionando a las actitudes positivas o negativas ante la selección de productos que consumen.	Cualitativo	<p>Escala de productos ultraprocesados según subclasificación Nova</p> <p>Escala de actitud tipo Likert</p> <p>1. Bebidas azucaradas:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Nada</li> <li>- Poco</li> <li>- Mucho</li> </ul> <p>2. Comidas rápidas:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Nada</li> <li>- Poco</li> <li>- Mucho</li> </ul> <p>3. Empaquetados:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Nada</li> <li>- Poco</li> </ul>	Indagar los gustos y preferencias de consumo que tienen los estudiantes sobre los productos ultraprocesados.

Denominación	Definición	Naturaleza	Unidad de medida	Objeto específico
				- Mucho
				4. Productos de bollería y pastelería:
				- Nada
				- Poco
				- Mucho
				5. Productos lácteos y derivados:
				- Nada
				- Poco
				- Mucho
				6. Embutidos:
				- Nada
				- Poco
				- Mucho
				7. Alimentos precocidos:
				- Nada
				- Poco
				- Mucho
				8. Salsas:
				- Nada
				- Poco
				- Mucho
Preferencias de	La preferencia	Cualitativo	Escala de	productos Indagar los gustos y

<b>Denominación</b>	<b>Definición</b>	<b>Naturaleza</b>	<b>Unidad de medida</b>	<b>Objeto específico</b>
la población objeto	se basa en la conducta del consumidor por lo tanto la preferencia indiferente es el resultado de elegir entre un producto u otro.		ultraprocesados según clasificación Nova	preferencias de consumo que tienen los estudiantes sobre los productos ultraprocesados.
Motivo de consumo	Se refiere a la razón o el propósito por el cual una persona compra o consume un producto o servicio en particular. Estos motivos pueden ser diversos y varían de una persona a otra, e incluso pueden cambiar con el tiempo, siendo estos por necesidad de nutrición, por placer gustativo, por costumbre	Cualitativo	Tiempo Precio Sabor Fácil consumo Fácil acceso	Indagar los gustos y preferencias de consumo que tienen los estudiantes sobre los productos ultraprocesados.

Denominación	Definición	Naturaleza	Unidad de medida	Objeto específico
	cultural, entre otros.			
Periodicidad del consumo de productos ultraprocesados	Se establece como la variable dependiente a los hábitos de las personas con la periodicidad de consumo de productos ultraprocesados en el mes.	Cualitativa	-Siempre -Casi siempre -Nunca -Casi nunca	Reconocer cuáles son los productos ultraprocesados con más frecuencia de consumo.
Tiempo de consumo de productos ultraprocesados	Periodo de tiempo el cual corresponde que la persona consuma al momento del día los productos ultraprocesados.	Cualitativa	Tiempo determinado en el cual la persona consume al día los productos ultraprocesados:  Desayuno Media mañana Almuerzo Media tarde Cena Refrigerio Nocturno	Reconocer cuáles son los productos ultraprocesados con más frecuencia de consumo.
Medios de publicidad	Se refiere a que la publicidad es una estrategia de mercadotecnia y a su vez una	Cualitativa	Selección múltiple según el criterio del participante. -Radio -Televisión -Revistas	Indagar los gustos y preferencias de consumo que tienen los estudiantes sobre los productos ultraprocesados.

<b>Denominación</b>	<b>Definición</b>	<b>Naturaleza</b>	<b>Unidad de medida</b>	<b>Objeto específico</b>
	herramienta tradicional directa, que tiene como objetivo divulgar un producto, servicio o marca para estimular su consumo y compra, con el fin de prevalecer.		-Internet (Buscador, Anuncios, Redes sociales etc.) -Periódico	

## **2. Presentación de resultados**

La población sujeta de estudio corresponde a los estudiantes de básica primaria de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús en el Municipio del Tambo, en el cual se tuvieron en cuenta los grados de Transición, primero y segundo de las edades de 4 a 7 años, para el desarrollo del trabajo de campo se hizo primero un acercamiento con la Institución para obtener el permiso, posteriormente se hizo la firma del consentimiento informado por parte de los padres de familia quienes adicionalmente respondieron al instrumento validado para la investigación.

### **2.1 Análisis e interpretación de datos**

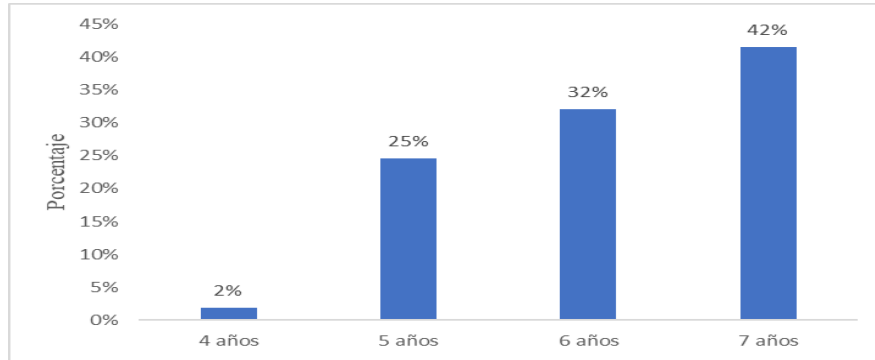
#### ***2.1.1 Analizar el consumo de productos ultraprocesados entre las edades de 4 a 7 años de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús según los factores sociodemográficos.***

El instrumento validado consta de 48 preguntas, sobre gustos y preferencias de consumo de productos ultraprocesados, siendo diligenciada junto con el padre o la madre de familia, las preguntas de las encuestas están divididas en 2 partes: En la primera parte de la encuesta, se encuentran preguntas sobre datos personales de los estudiantes tales como edad, género y estrato socioeconómico de los padres, por otra parte, el grado de escolaridad tanto del padre como de la madre, por consiguiente, la segunda parte consta de preguntas sobre gustos, preferencias, tiempo de consumo que consta de varias opciones de respuesta y frecuencia de consumo, encontrando tipos de bebidas azucaradas, comida rápidas, empaquetados, productos de bollería, productos lácteos, embutidos, alimentos precocidos y salsas; todo lo anterior se digitalizó y posteriormente se hizo el análisis.

En base a la información que proporciona la figura 2 y 3 del total de 53 estudiantes, se puede afirmar en primer lugar que el mayor dato que se obtuvo de las encuestas corresponde a un 74% de los estudiantes de las edades de 6 y 7 años, siendo la edad más frecuente para este año de formación teniendo en cuenta que para Colombia los estudiantes inician su formación desde los 5 años, Por otra parte del total de estudiantes encuestados se encontró que el 40% corresponde al género femenino y el 60% al género masculino, obteniendo así un 100% de los 53 estudiantes encuestados.

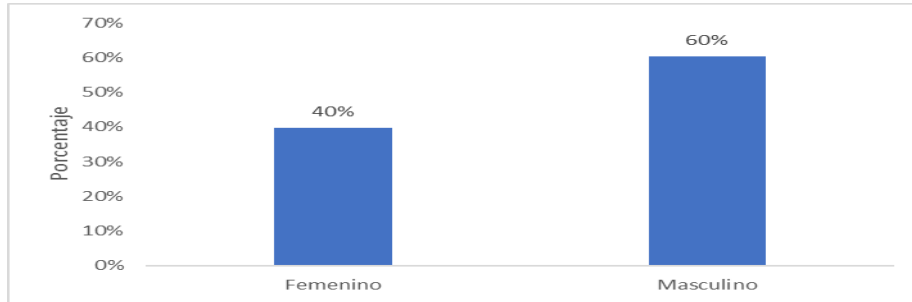
**Figura 2**

*Distribución porcentual, según edad de los estudiantes entre las edades de 4 a 7 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023.*



**Figura 3**

*Distribución porcentual, según género de los estudiantes entre las edades de 4 a 7 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023.*

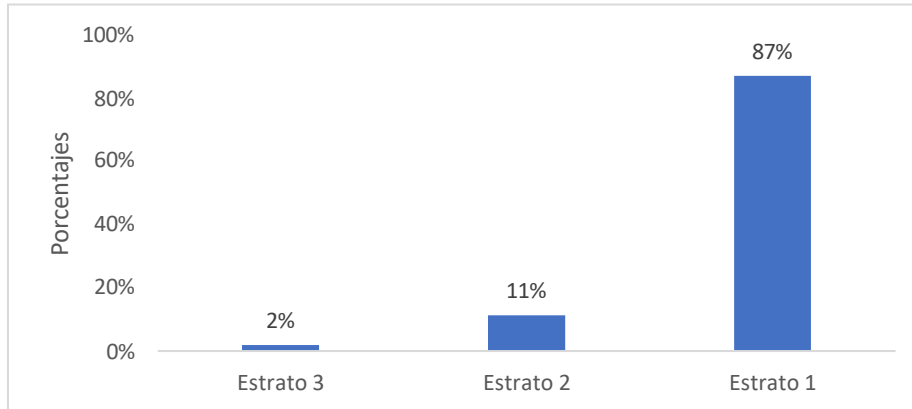


En base a la información que proporciona la figura 4 y 5 se identifica en gran mayoría un estrato socioeconómicamente bajo, puesto que el 87% pertenece al estrato 1 y el 11% pertenece al estrato 2 y el 75% reside en la cabecera municipal en la parte urbana del municipio.



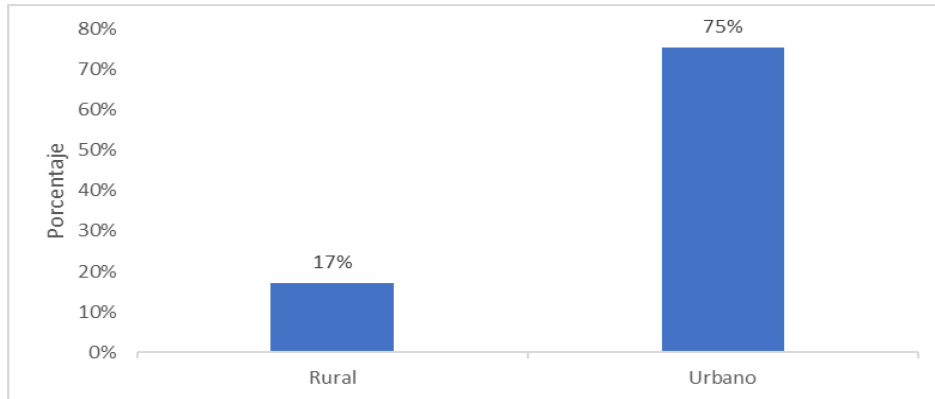
**Figura 4**

*Distribución porcentual, según estrato socioeconómico de los estudiantes entre las edades de 4 a 7 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023.*



**Figura 5**

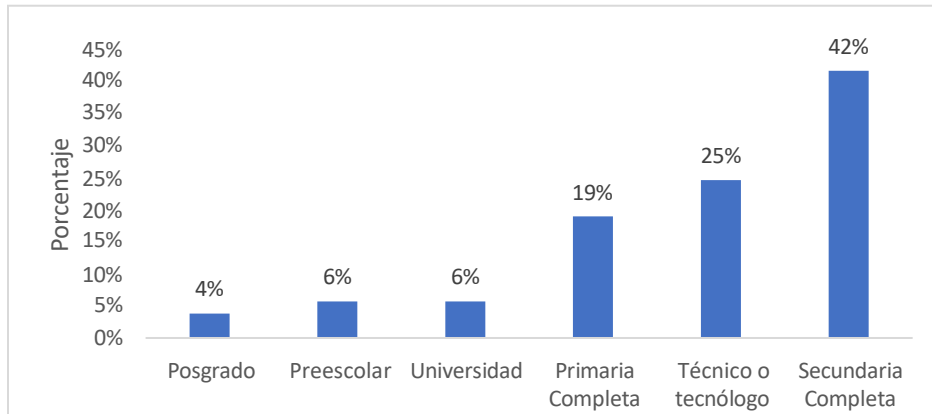
*Distribución porcentual, según zona de residencia de los estudiantes entre las edades de 4 a 7 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023*



De acuerdo con las figuras 6 y 7 se añadieron las opciones de educación máxima, en donde se observa que el 85% tanto de los padres como de las madres han cursado la secundaria completa, el 38% cursaron la primaria completa y el 29% han cursado un técnico o tecnólogo, seguido a esto el 23% cursaron la universidad y el 15% cursaron preescolar; relacionado a que en ocasiones el acceso a la educación superior en Colombia es limitada.

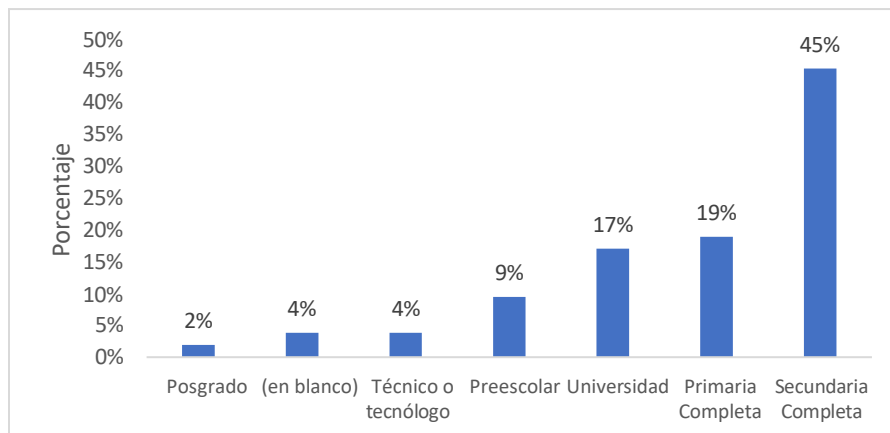
**Figura 6**

*Distribución porcentual, según nivel educativo de la madre, de los estudiantes entre las edades de 4 a 7 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023.*



**Figura 7**

*Distribución porcentual, según nivel educativo del padre, de los estudiantes entre las edades de 4 a 7 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023.*



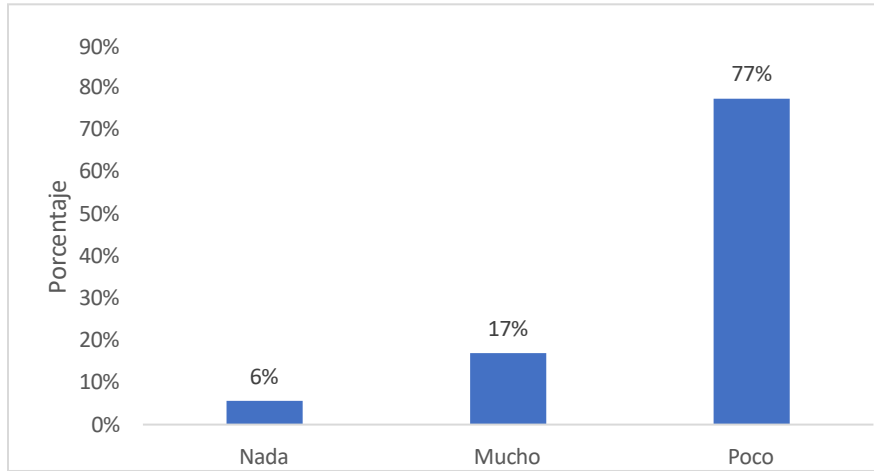
**2.1.2 Indagar en los gustos, preferencias, motivo y frecuencia de consumo que tienen los estudiantes de 4 a 7 años por cada uno de los grupos en productos ultraprocesados**

**2.1.2.1 Bebidas azucaradas.** Acorde a lo que se observa en las figura 8,9,10, 11 y 12 el 94% de los estudiantes encuestados refieren algún grado de gusto principalmente por las bebidas

azucaradas (17% Mucho y 77% poco), de los cuales los prefieren un 28% por su fácil acceso y 47% por su sabor, consumiéndose 77% algunas veces, a la media tarde.

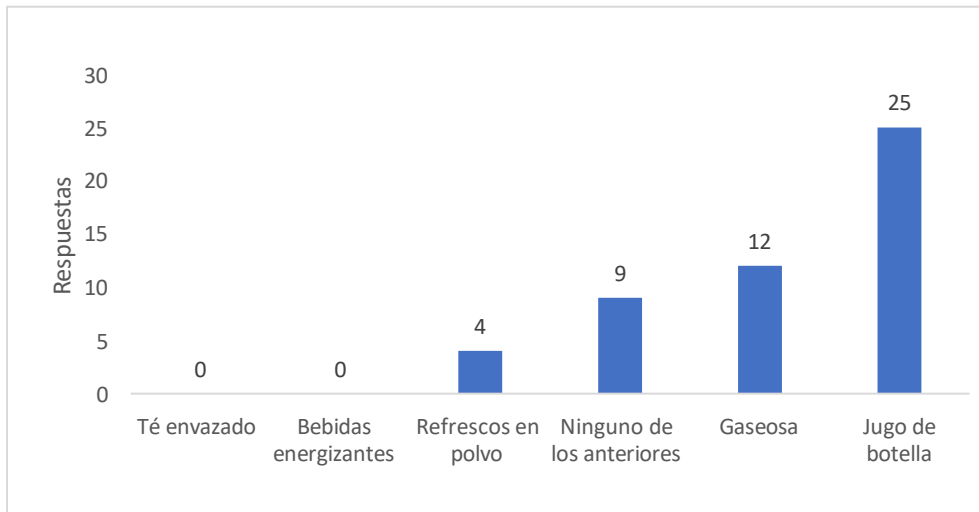
**Figura 8**

*Distribución porcentual, según gusto en bebidas azucaradas, de los estudiantes entre las edades de 4 a 7 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023.*



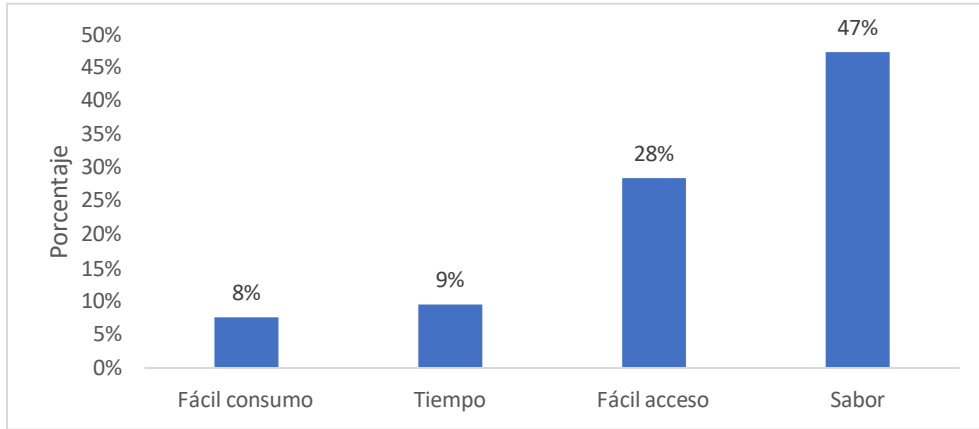
**Figura 9**

*Distribución numérica, según preferencias en bebidas azucaradas, de los estudiantes entre las edades de 4 a 7 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023.*



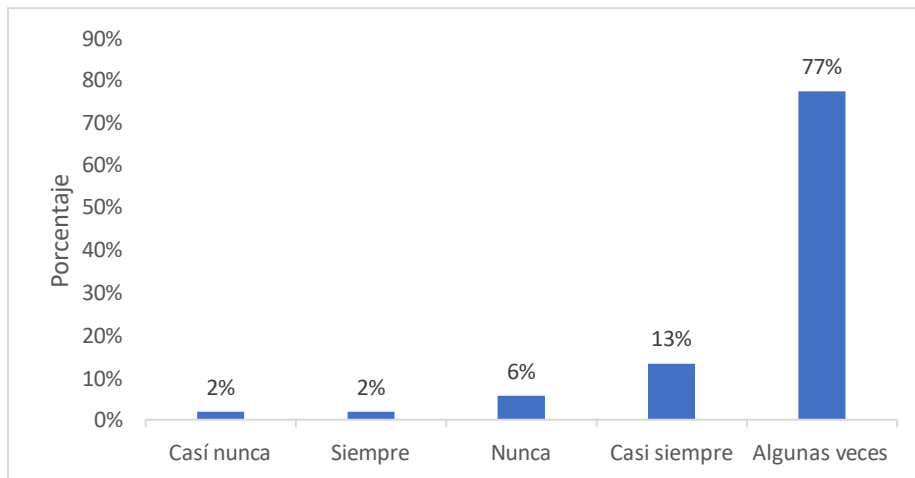
**Figura 10**

*Distribución porcentual, según el motivo de consumo en bebidas azucaradas, de los estudiantes entre las edades de 4 a 7 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023.*



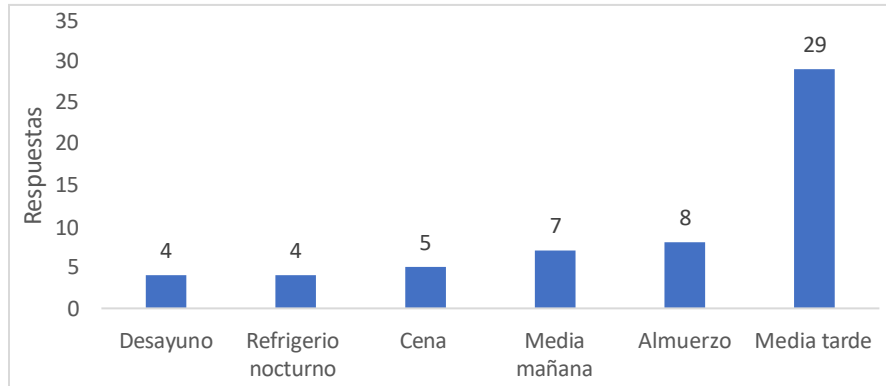
**Figura 11**

*Distribución porcentual, según periodicidad de consumo en bebidas azucaradas, de los estudiantes entre las edades de 4 a 7 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023.*



**Figura 12**

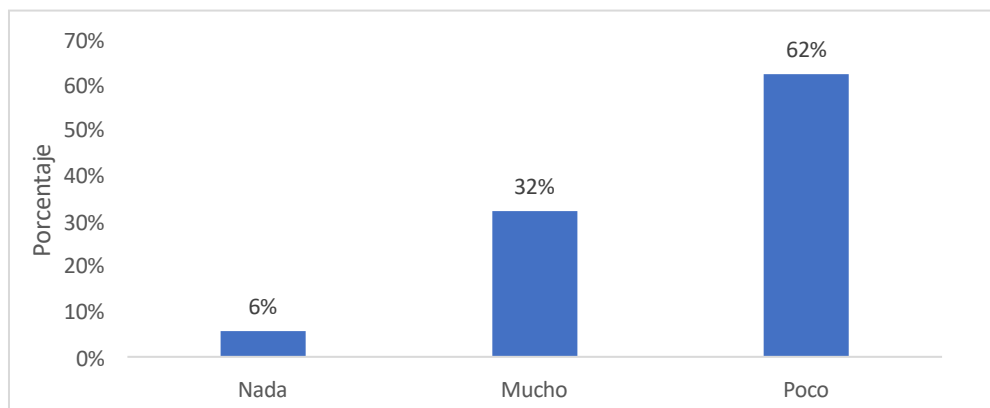
*Distribución porcentual, según la frecuencia de consumo en bebidas azucaradas, de los estudiantes entre las edades de 4 a 7 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023.*



**2.1.2.2 Comidas rápidas.** De acuerdo con lo observado en las figura 13, 14, 15, 16 y 17, frente a las comidas rápidas se identifica que el 94% de los estudiantes encuestados refieren tener algún grado de gusto principalmente por las salchipapas y las empanadas (32% mucho y 62% poco), de los cuales los prefieren 25% fácil acceso y 47% por el sabor, se consumen por su fácil acceso y su sabor en un 72%, principalmente en la cena y en la media tarde.

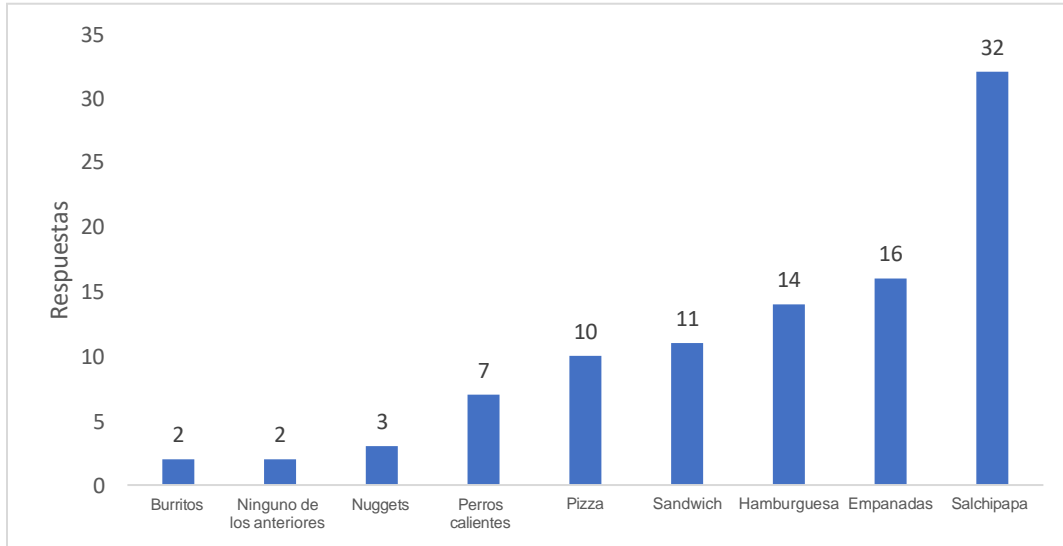
**Figura 13**

*Distribución porcentual, según gusto en comidas rápidas, de los estudiantes entre las edades de 4 a 7 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023.*



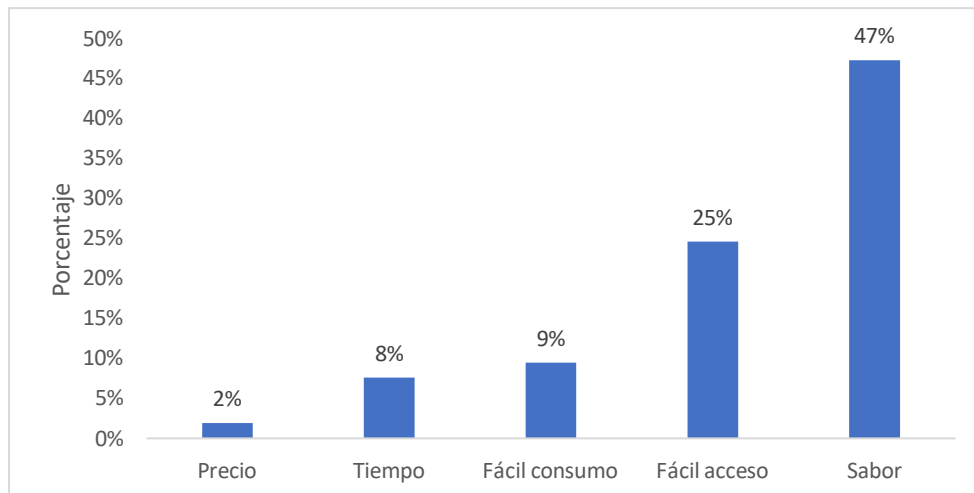
**Figura 14**

*Distribución numérica, según preferencias en comidas rápidas, de los estudiantes entre las edades de 4 a 7 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023.*



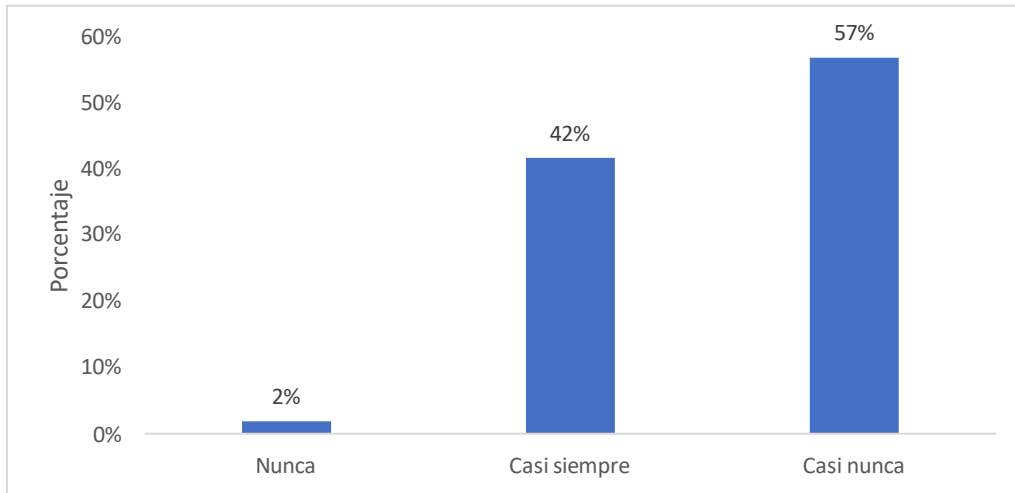
**Figura 15**

*Distribución porcentual, según motivo de consumo en comidas rápidas, de los estudiantes entre las edades de 4 a 7 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023.*



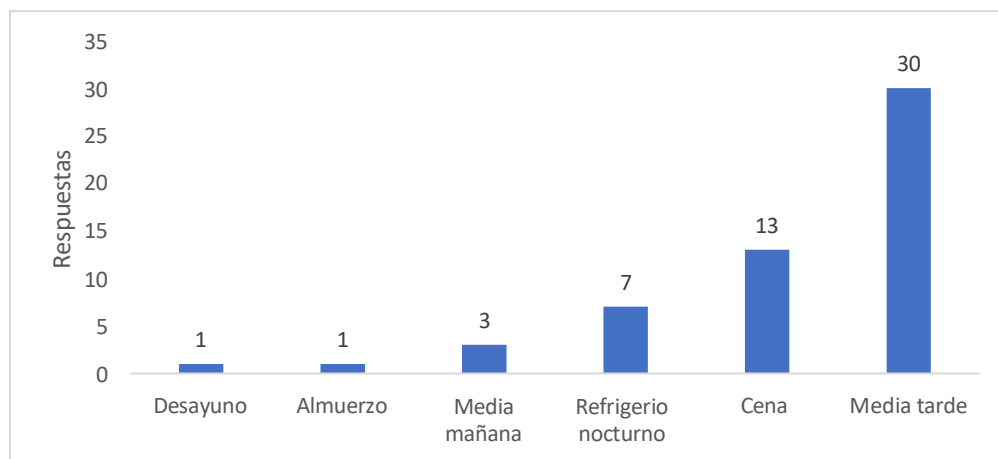
**Figura 16**

*Distribución porcentual, según periodicidad en comidas rápidas, de los estudiantes entre las edades de 4 a 7 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023.*



**Figura 17**

*Distribución porcentual, según la frecuencia de consumo en comidas rápidas, de los estudiantes entre las edades de 4 a 7 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023.*

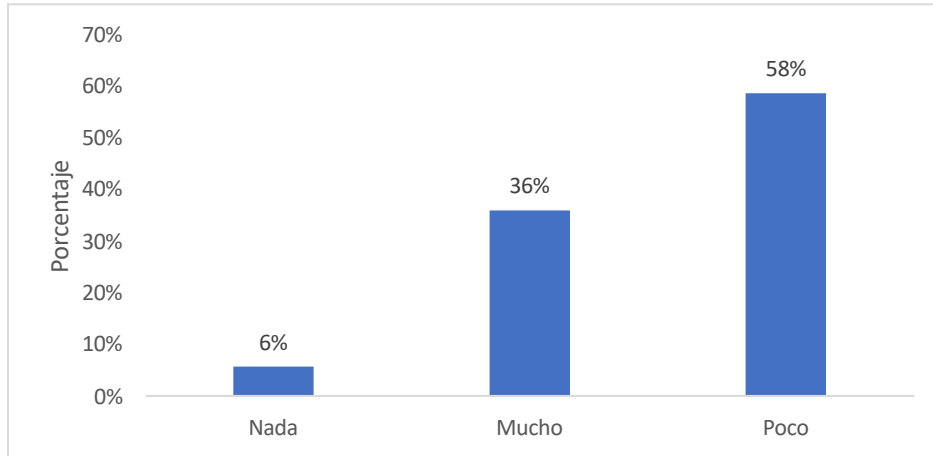


**2.1.2.3 Empaquetados.** Acorde a lo que se observa en las figura 18, 19, 20, 21 y 22, frente a empaquetados se identifica que el 94% de los estudiantes encuestados refieren tener algún grado de gusto principalmente por las chocolatinas y las papas de paquete dentro de su lonchera (36%

mucho y 58% poco), de los cuales los prefieren consumirlos casi siempre a la media tarde por el 23% al fácil acceso y 57% por el sabor.

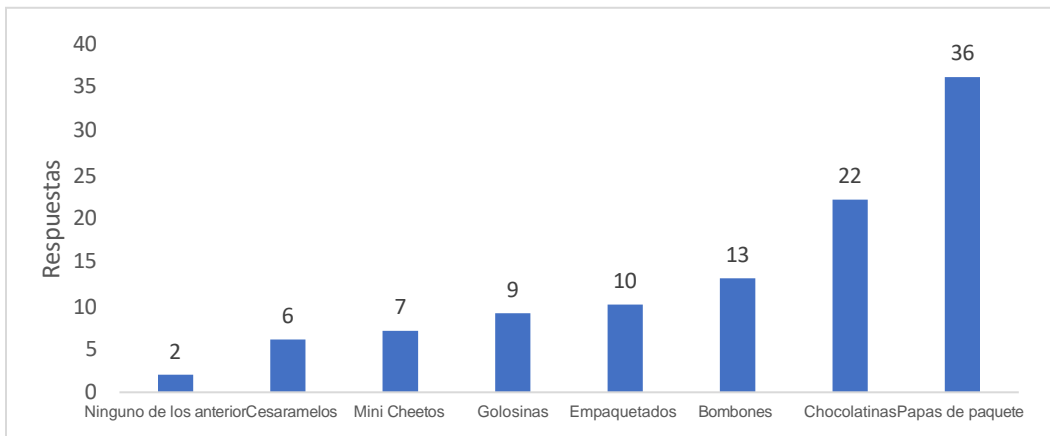
**Figura 18**

*Distribución porcentual, según gusto en empaquetados, de los estudiantes entre las edades de 4 a 7 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023.*



**Figura 19**

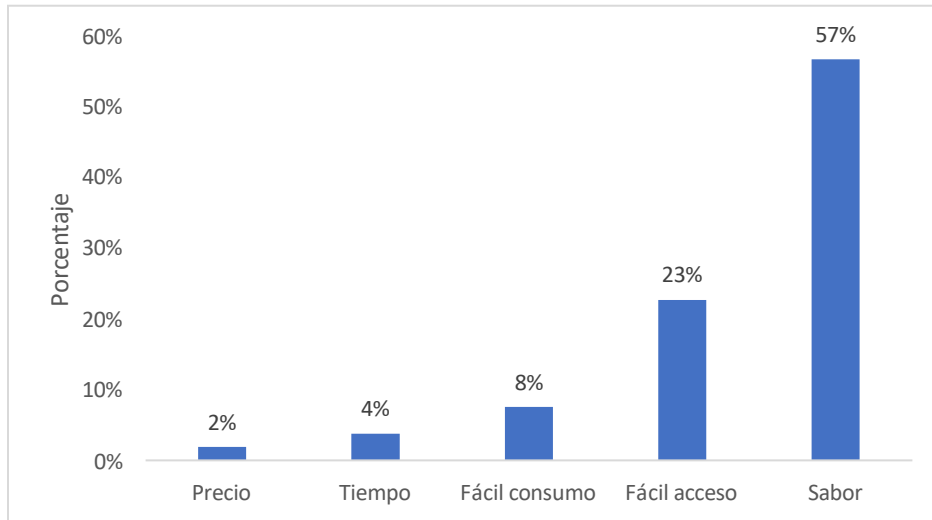
*Distribución numérica, según preferencia de consumo en empaquetados, de los estudiantes entre las edades de 4 a 7 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023.*





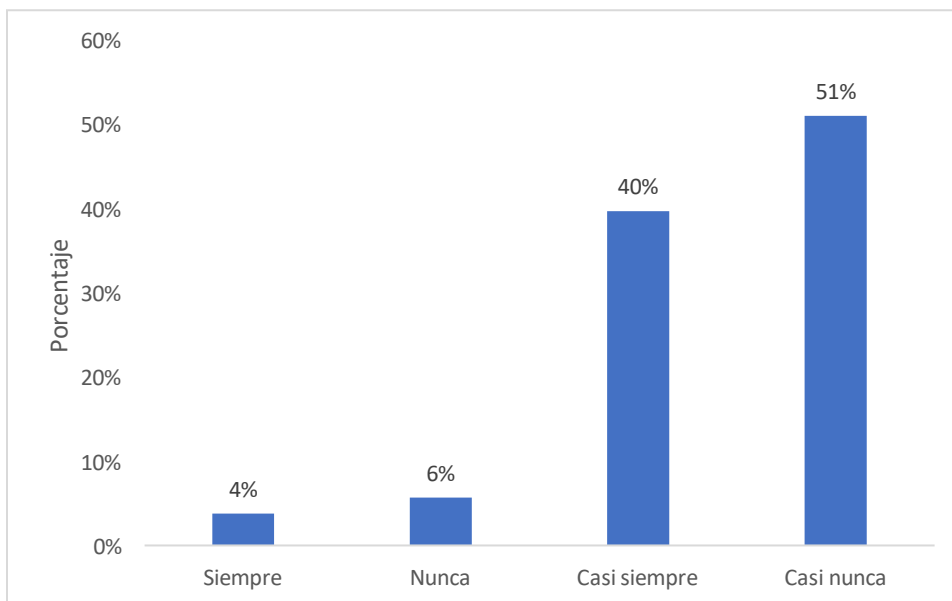
**Figura 20**

*Distribución porcentual, según motivo de consumo en empaquetados, de los estudiantes entre las edades de 4 a 7 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023.*



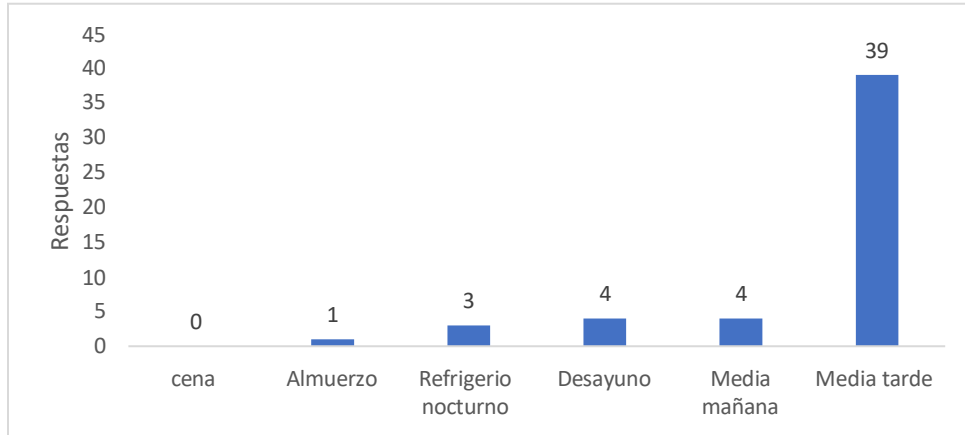
**Figura 21**

*Distribución porcentual, según periodicidad de consumo en empaquetados, de los estudiantes entre las edades de 4 a 7 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023.*



**Figura 22**

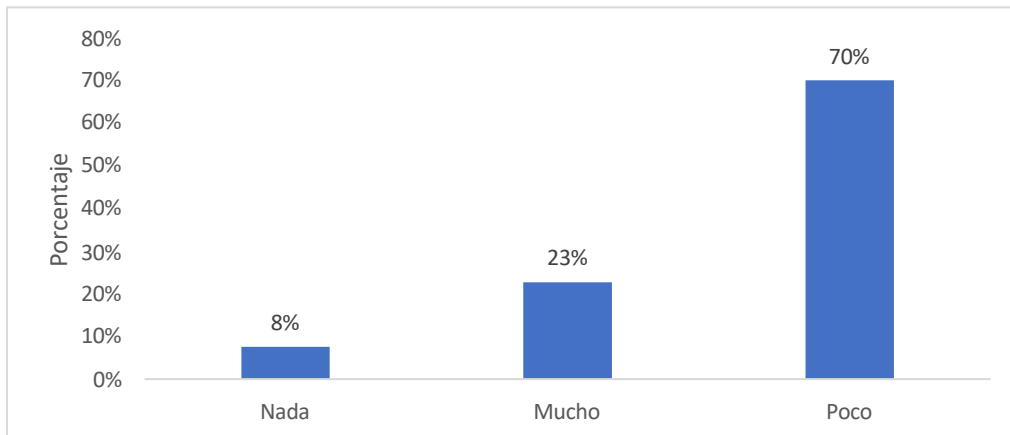
*Distribución porcentual, según la frecuencia de consumo en empaquetados, de los estudiantes entre las edades de 4 a 7 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023.*



**2.1.2.4 Productos de panadería y pastelería.** Acorde a lo que se observa en las figuras 23, 24, 25, 26 y 27, se identifica que el 93% de los estudiantes encuestados refieren tener algún grado de gusto principalmente por las galletas y el pastel de chocolate con el (23% mucho y 70% poco), de los cuales los prefieren que el 24% lo consumen por su fácil acceso y 64% por su sabor, consumiéndose casi siempre a la media tarde.

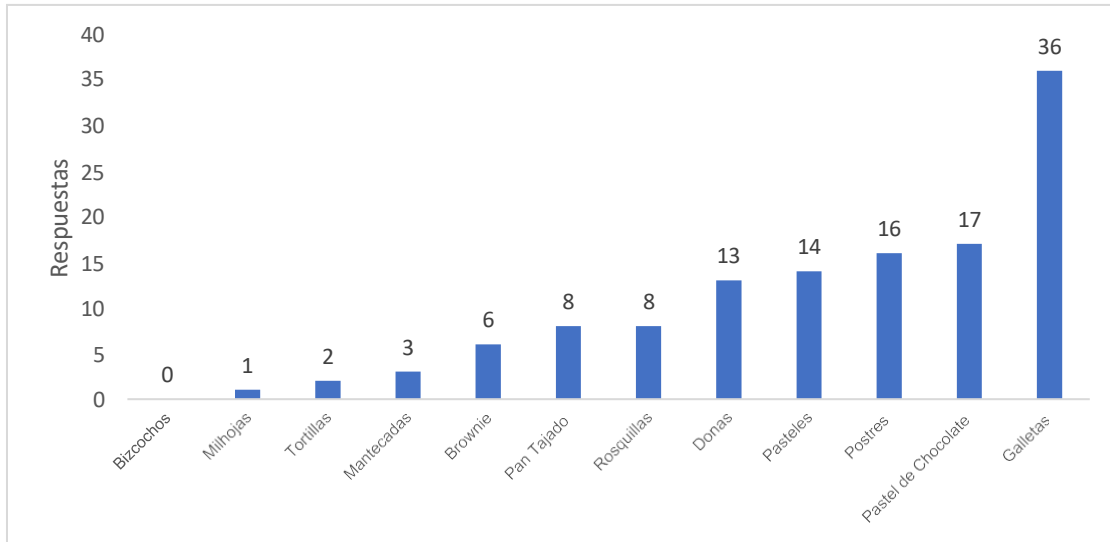
**Figura 23**

*Distribución porcentual, según gustos en productos de panadería y pastelería, de los estudiantes entre las edades de 4 a 7 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023.*



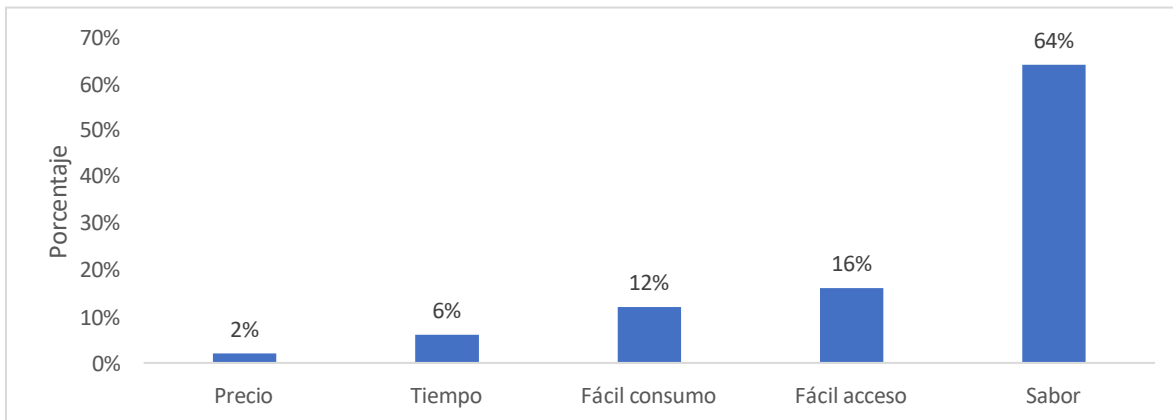
**Figura 24**

*Distribución numérica, según preferencias en productos de panadería y pastelería, de los estudiantes entre las edades de 4 a 7 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023.*



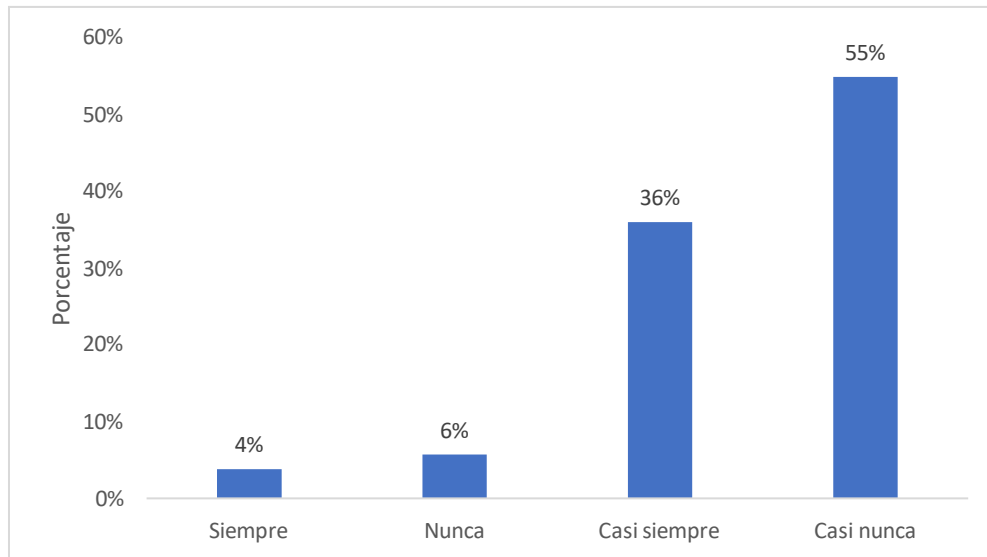
**Figura 25**

*Distribución porcentual, según motivo de consumo en productos de panadería y pastelería, de los estudiantes entre las edades de 4 a 7 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023.*



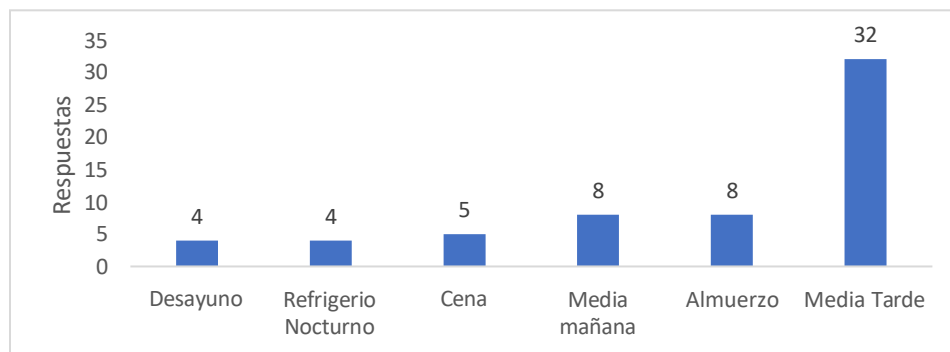
**Figura 26**

*Distribución porcentual, según periodicidad de consumo en productos de panadería y pastelería, de los estudiantes entre las edades de 4 a 7 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023.*



**Figura 27**

*Distribución porcentual, según la frecuencia de consumo en productos de panadería y pastelería, de los estudiantes entre las edades de 4 a 7 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023.*

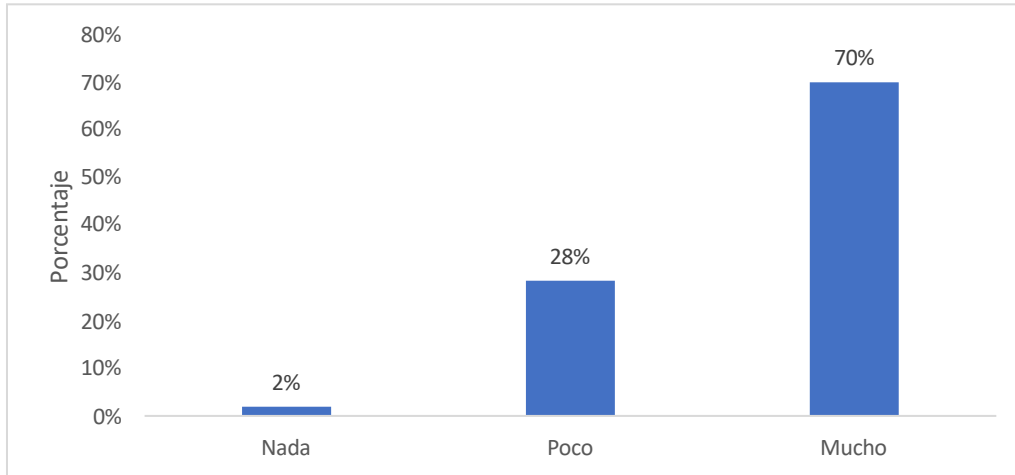


**2.1.2.5 Productos lácteos y derivados.** Acorde a lo que se observa en las figura 28, 29, 30, 31 y 32, frente a productos lácteos y derivados se identifica que el 98% de los estudiantes encuestados refieren tener algún grado de gusto principalmente por el yogurt y la leche de vaca en bolsa con un

(28% poco y 70% mucho), de los cuales los prefieren el (14% por su fácil consumo y 75 % por su sabor), consumiéndose casi siempre a la media tarde.

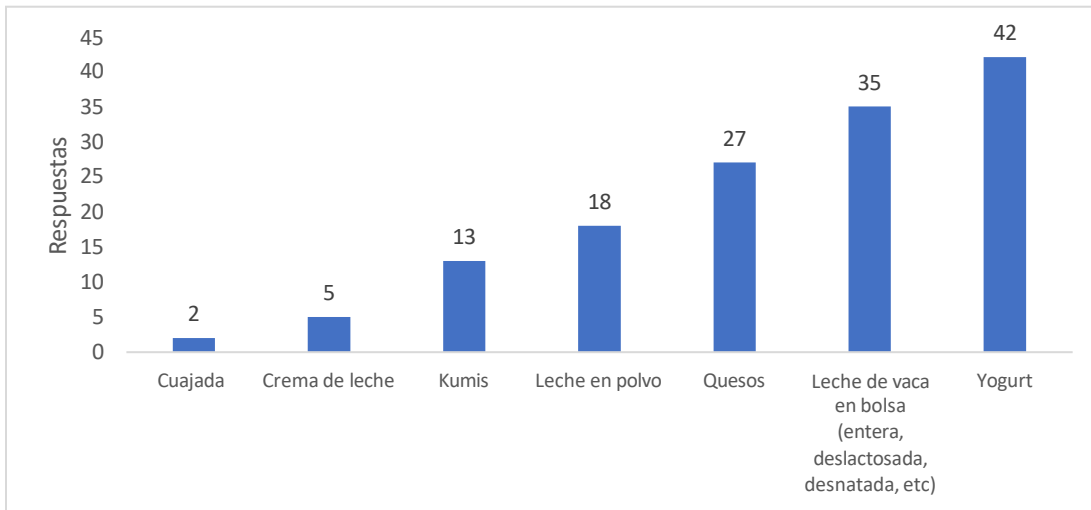
**Figura 28**

*Distribución porcentual, según gustos en productos lácteos y derivados, de los estudiantes entre las edades de 4 a 7 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023.*



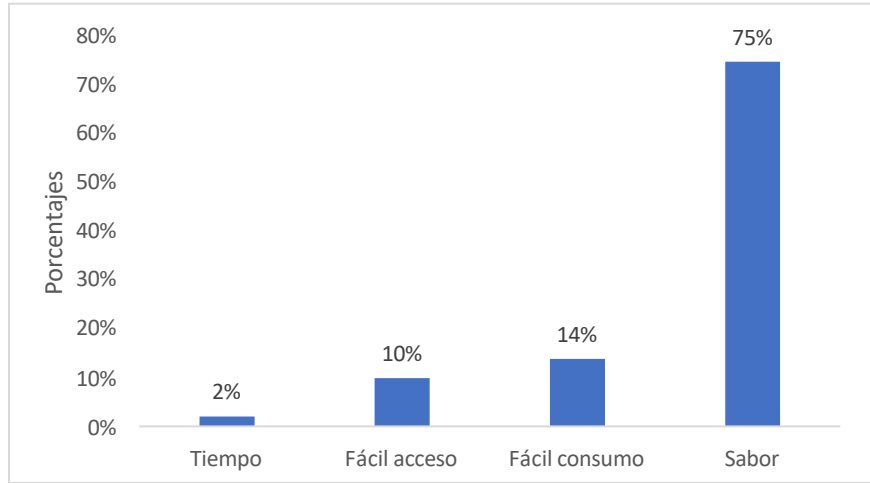
**Figura 29**

*Distribución numérica, según preferencias en productos lácteos y derivados, de los estudiantes entre las edades de 4 a 7 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023.*



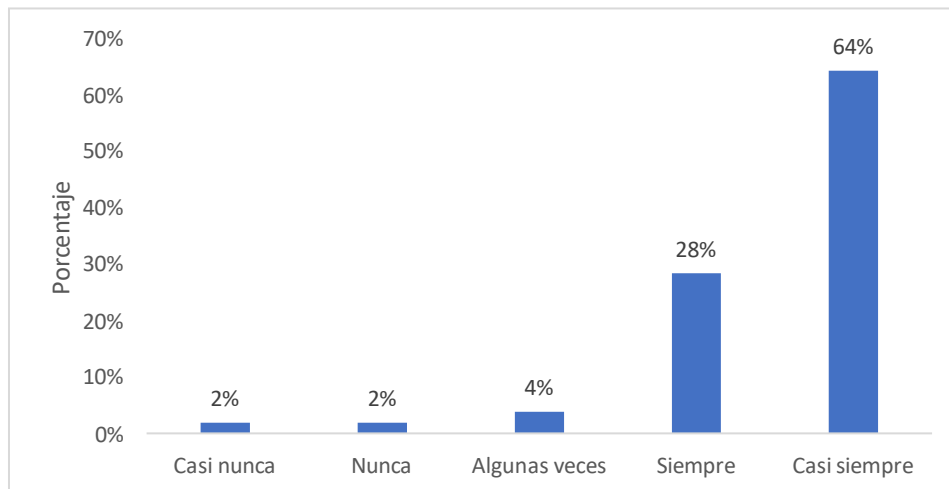
**Figura 30**

*Distribución porcentual, según motivo de consumo en productos lácteos, de los estudiantes entre las edades de 4 a 7 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023.*



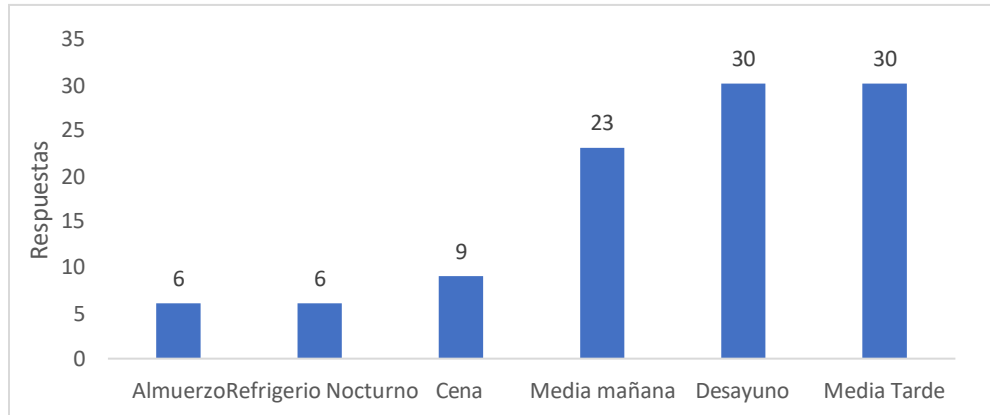
**Figura 31**

*Distribución porcentual, según periodicidad de consumo en productos lácteos y derivados, de los estudiantes entre las edades de 4 a 7 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023.*



**Figura 32**

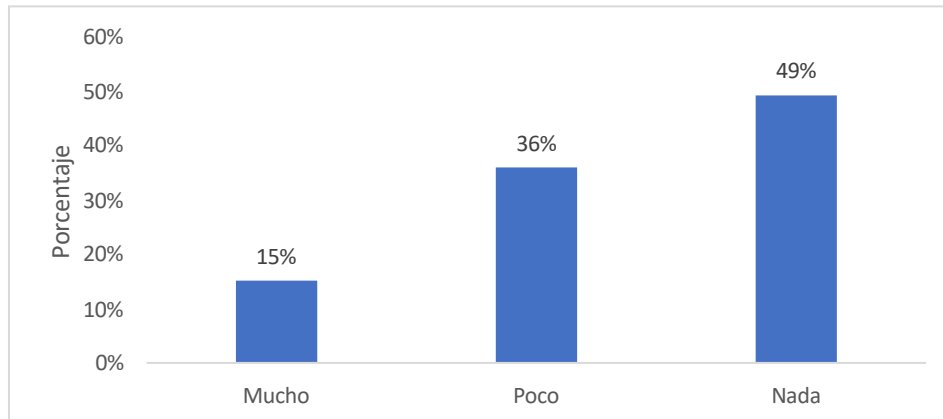
*Distribución porcentual, según la frecuencia de consumo en productos lácteos y derivados, de los estudiantes entre las edades de 4 a 7 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023.*



**2.1.2.6 Alimentos precocidos.** De acuerdo con lo observado en las figura 33, 34, 35, 36 y 37, se analiza que al 85% de los estudiantes encuestados no les gusta los alimentos precocidos, sin embargo, el 33% los consumen principalmente por el bajo tiempo en la preparación, consumiéndose a media tarde y al desayuno.

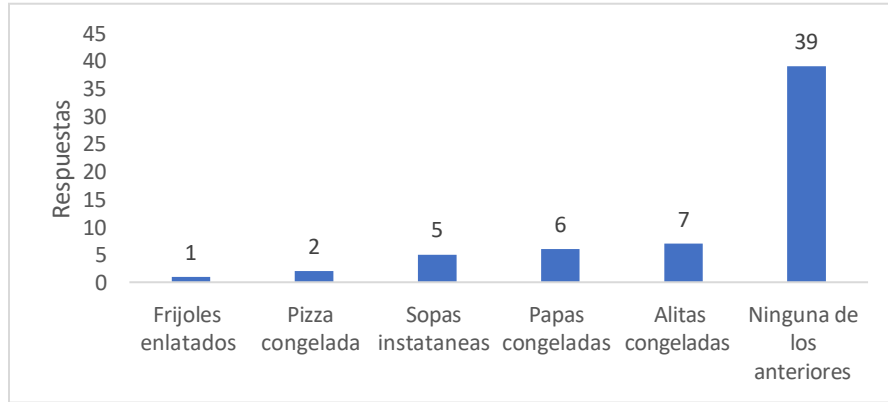
**Figura 33**

*Distribución porcentual, según gusto en alimentos precocidos, de los estudiantes entre las edades de 4 a 7 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023.*



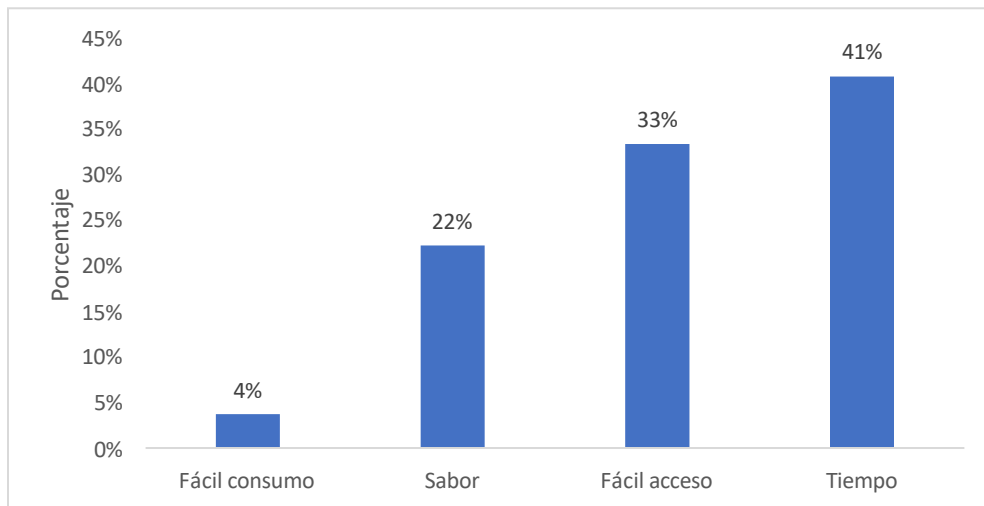
**Figura 34**

*Distribución numérica, según preferencias en alimentos precocidos, de los estudiantes entre las edades de 4 a 7 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023.*



**Figura 35**

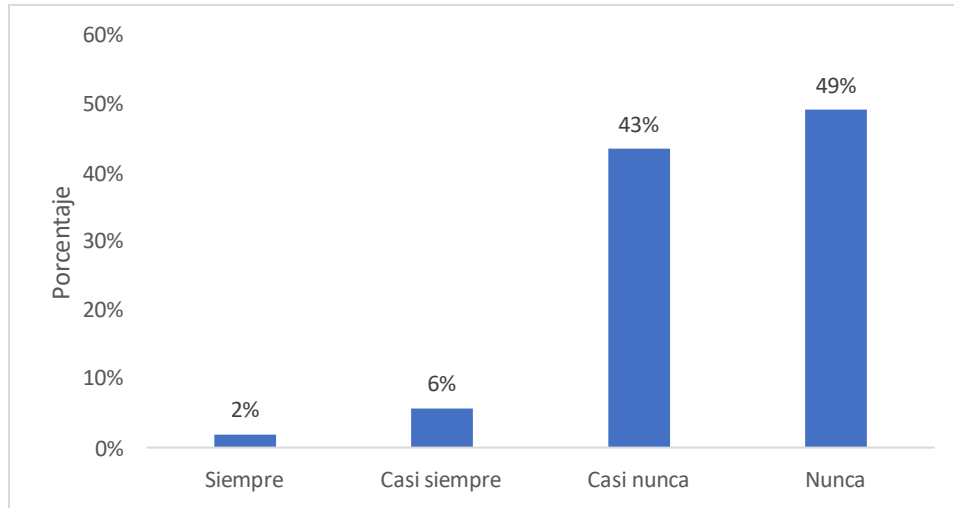
*Distribución porcentual, según motivo de consumo en alimentos precocidos, de los estudiantes entre las edades de 4 a 7 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023.*





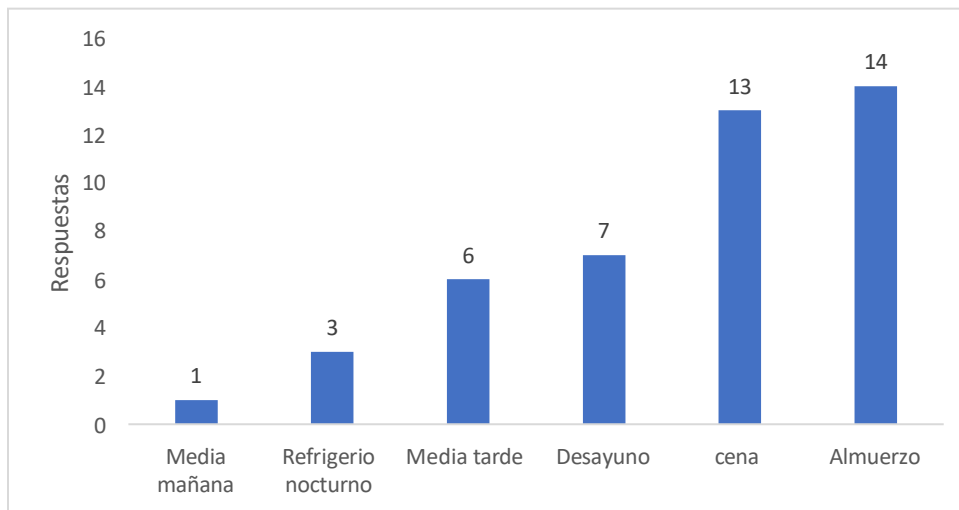
**Figura 36**

*Distribución porcentual, según la periodicidad de consumo en alimentos precocidos, de los estudiantes entre las edades de 4 a 7 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023.*



**Figura 37**

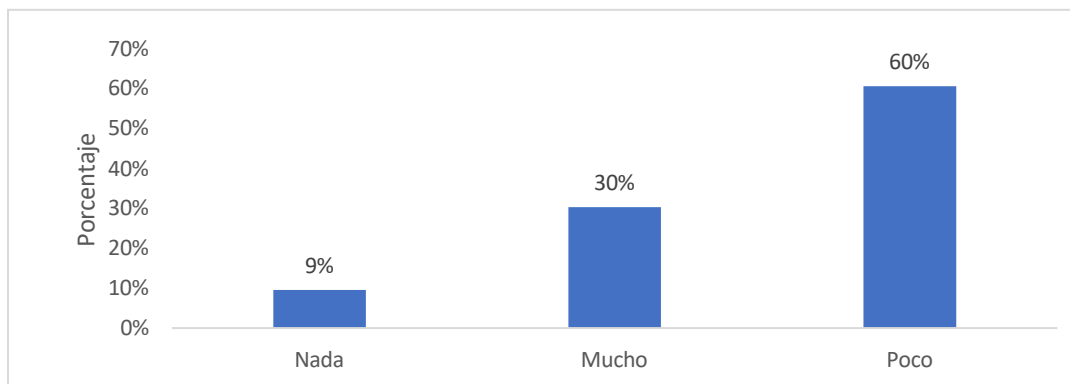
*Distribución porcentual, según la frecuencia de consumo en alimentos precocidos, de los estudiantes entre las edades de 4 a 7 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023.*



**2.1.2.7 Alimentos embutidos.** Acorde a lo que se observa en las figuras 38, 39, 40, 41 y 42, el 90% de los estudiantes encuestados refieren tener algún grado de gusto principalmente por el jamón y las salchichas con un (30% mucho y 60% poco), de los cuales los prefieren el 19% por su fácil acceso y el 56 % sabor, consumiéndose casi siempre al desayuno.

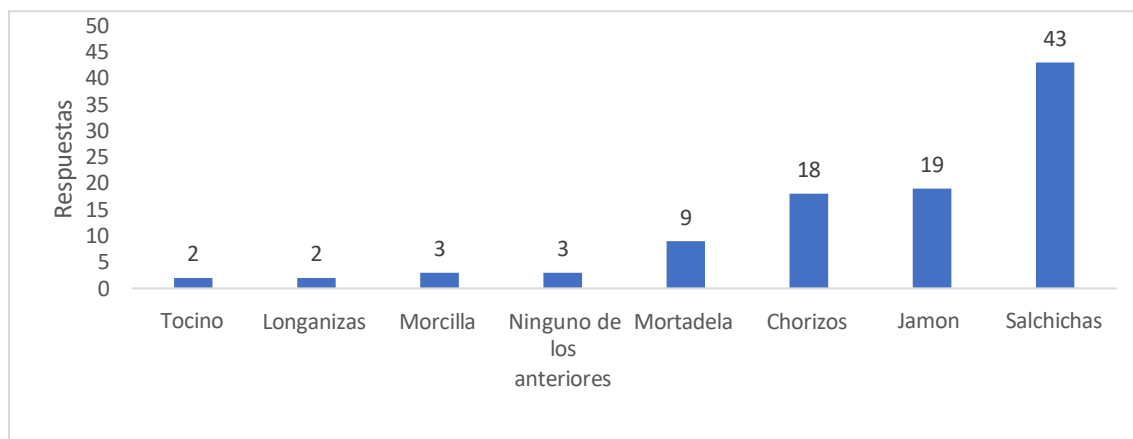
**Figura 38**

*Distribución porcentual, según gusto en embutidos, de los estudiantes entre las edades de 4 a 7 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023.*



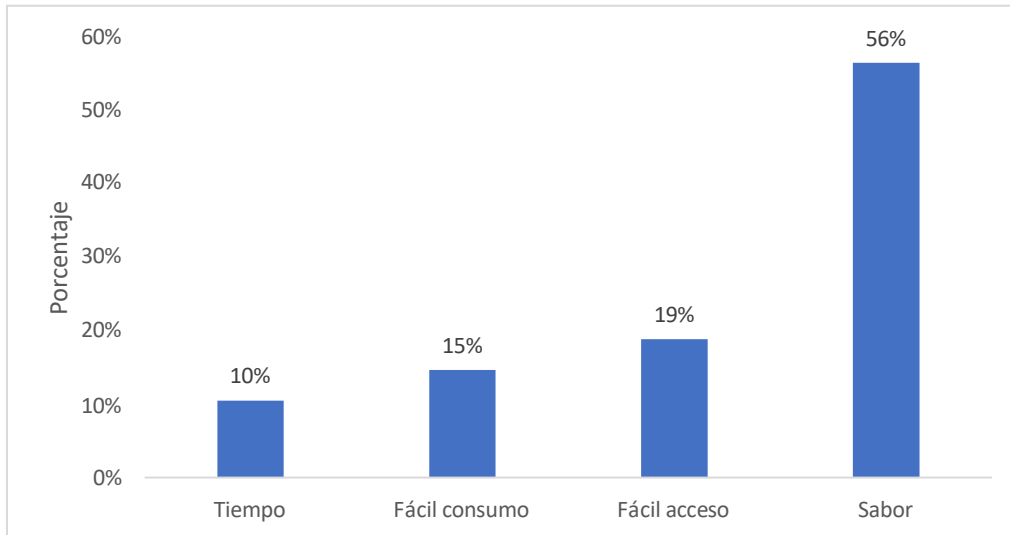
**Figura 39**

*Distribución numérica, según preferencia en embutidos, de los estudiantes entre las edades de 4 a 7 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023.*



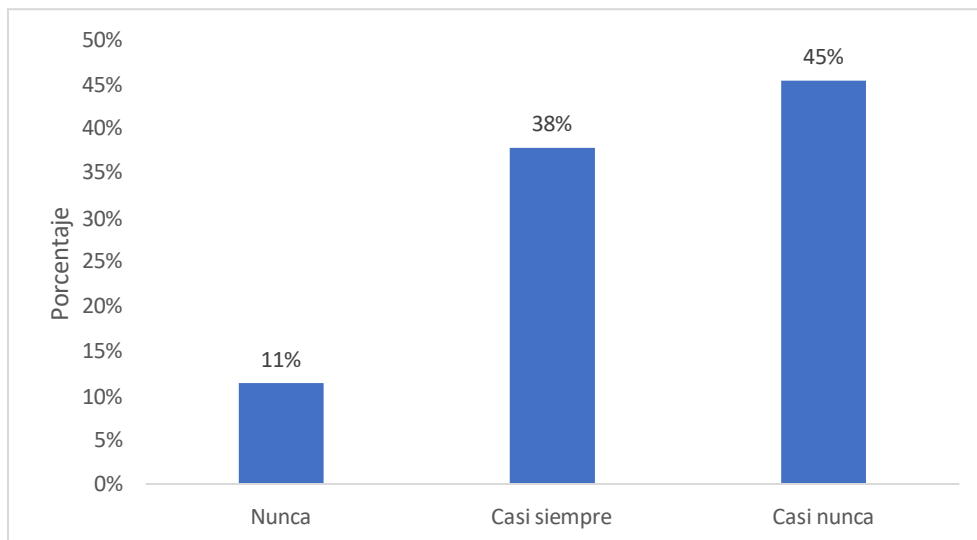
**Figura 40**

*Distribución porcentual, según motivo de consumo en embutidos, de los estudiantes entre las edades de 4 a 7 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023.*



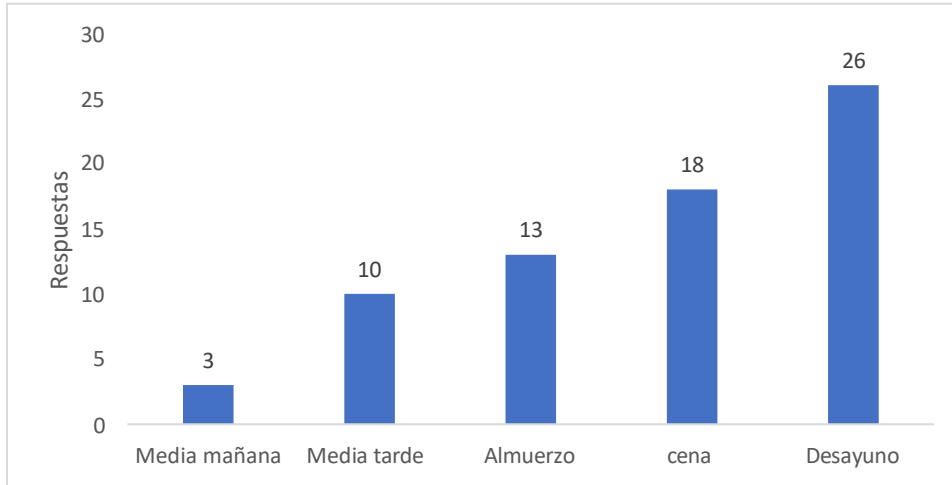
**Figura 41**

*Distribución porcentual, según periodicidad de consumo en embutidos, de los estudiantes entre las edades de 4 a 7 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023.*



**Figura 42**

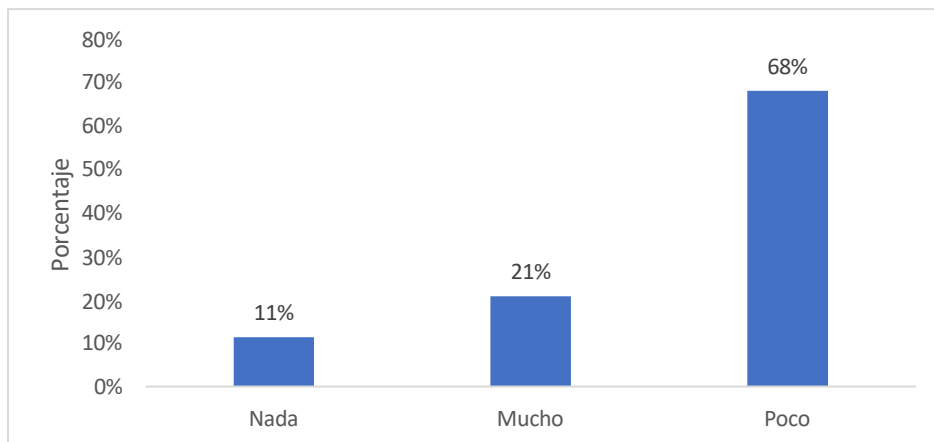
*Distribución porcentual, según la frecuencia de consumo en embutidos, de los estudiantes entre las edades de 4 a 7 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023.*



**2.1.2.8 Salsas.** Acorde a lo que se observa en las figuras 43, 44, 45, 46 y 47, el 89% de los estudiantes encuestados refieren tener algún grado de gusto principalmente por la salsa de piña y la salsa de tomate con un (21% mucho y 68% poco), de los cuales 11% lo prefieren por su fácil acceso y 83% por su sabor, consumiéndose algunas veces a la hora de la cena.

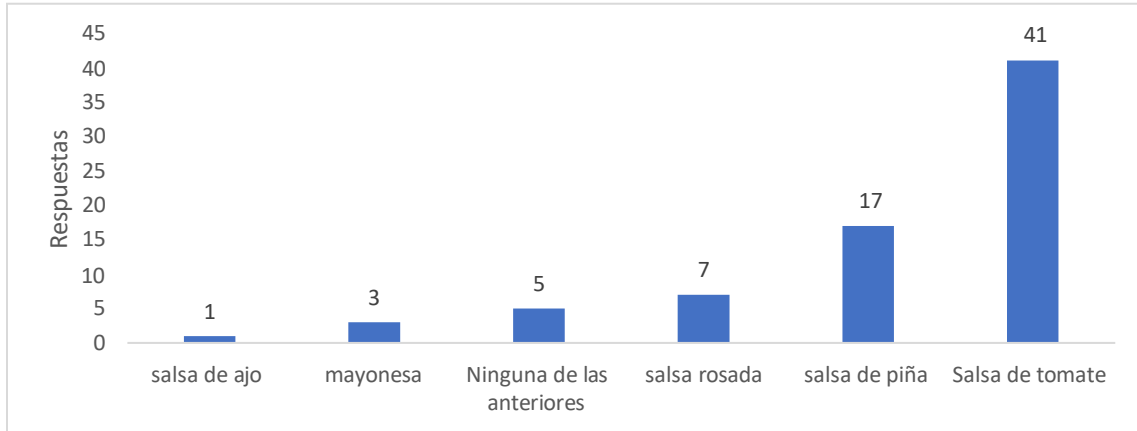
**Figura 43**

*Distribución porcentual, según el gusto en salsas, de los estudiantes entre las edades de 4 a 7 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023.*



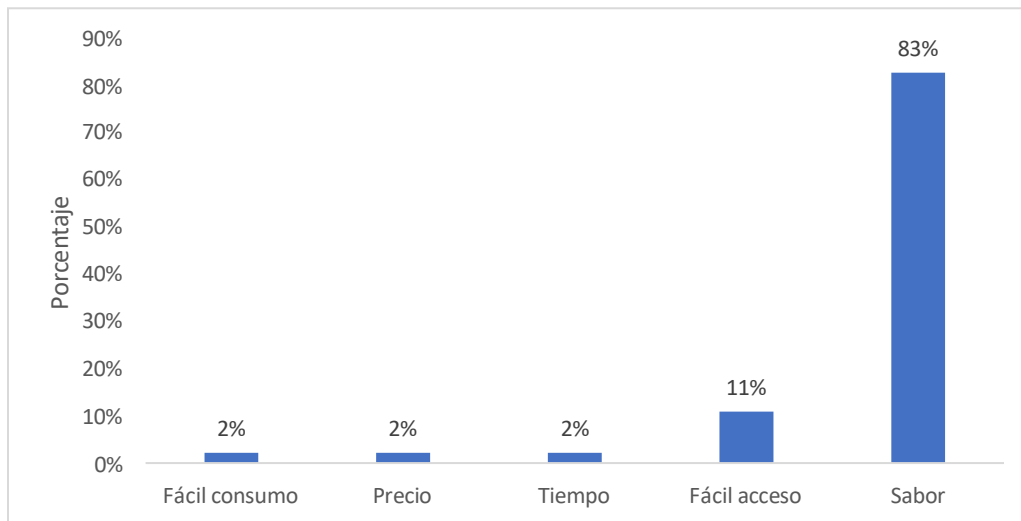
**Figura 44**

*Frecuencia de consumo, según las preferencias en salsas, de los estudiantes entre las edades de 4 a 7 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023.*



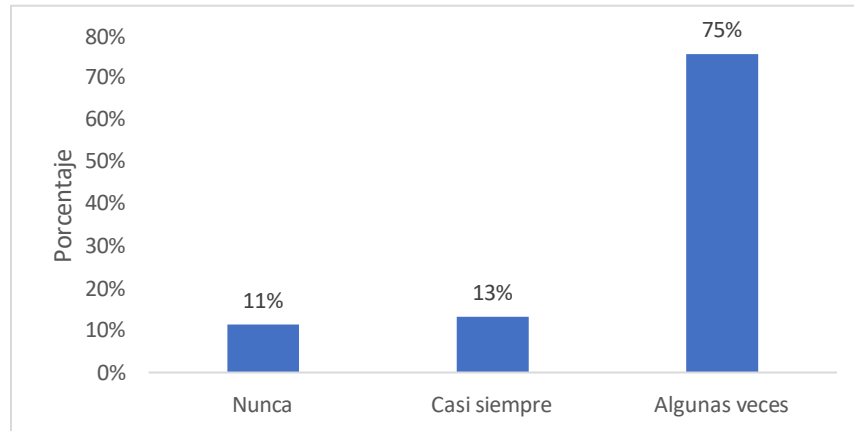
**Figura 45**

*Distribución porcentual, según el motivo de consumo en salsas, de los estudiantes entre las edades de 4 a 7 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023.*



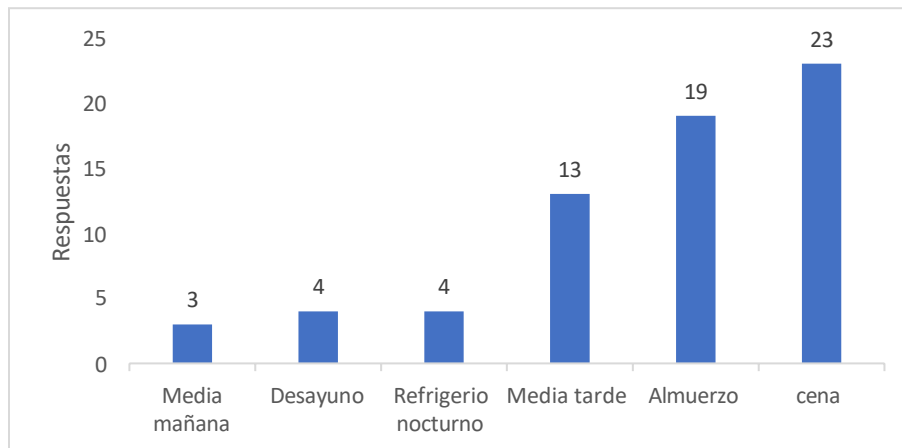
**Figura 46**

*Distribución porcentual, según la periodicidad de consumo en salsas, de los estudiantes entre las edades de 4 a 7 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023.*



**Figura 47**

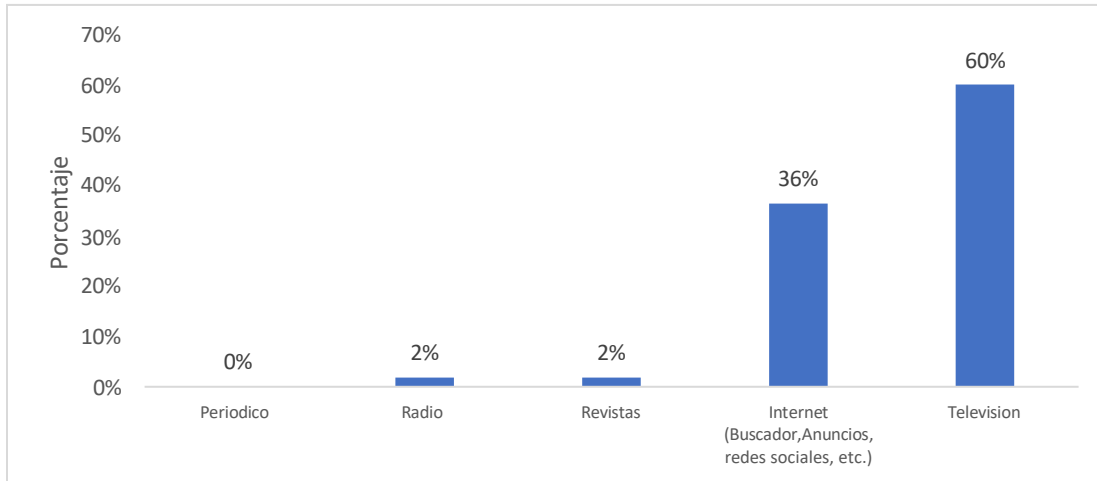
*Distribución porcentual, según la frecuencia de consumo en salsas, de los estudiantes entre las edades de 4 a 7 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023.*



**2.1.2.9 Medios de publicidad.** Conforme a la gráfica 47, se puede destacar que los estudiantes están mayormente en contacto con la televisión obteniendo un total de con un total de 33 respuestas, seguido del internet con un total de 22 respuestas, en resumen, estos medios en los que se obtienen la mayoría de información sobre alimentos ultraprocesados influye en gran manera en las decisiones al momento de alimentarse de la población que se encuestó.

### Figura 48

Distribución numérica, según los medios de comunicación que han influido en el consumo de productos ultraprocesados, en los estudiantes de entre las edades de 4 a 7 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023.



### 2.2 Discusión

Abordando en los factores sociodemográficos obtenidos dentro del estudio sobre el consumo de productos ultraprocesados en los estudiantes de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús, se identificó que hubo una mayor participación por parte del género masculino, entre las edades de 6 y 7 años con un estrato socioeconómico bajo. Estos factores pueden asociarse a un mayor consumo de productos ultraprocesados, relacionándose con el bajo nivel educativo de los padres y su poca responsabilidad para estar pendientes de ellos, ya que no tienen tiempo para brindarles una alimentación balanceada, lo anteriormente dicho se puede aclarar con lo afirmado por la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2023) refiriendo que, las personas con un estrato socioeconómico bajo a menudo enfrentan restricciones económicas y pueden tener un acceso limitado a adquirir alimentos frescos y saludables por su alto precio, todo esto relacionado con las tendencias cambiantes de las culturas alimentarias dentro de la población.

Podemos identificar que los factores sociodemográficos de los bajos niveles socioeconómicos influyen de manera contundente en los cambios alimentarios tanto de la zona urbana como rural

que se manifiestan dentro del ámbito escolar. El bajo nivel educativo de los padres influye significativamente ya que muchas veces son los responsables a la hora de escoger este tipo de productos ultraprocesados dentro de sus preparaciones o loncheras de sus hijos. Según Bernui y Laos (2020) la globalización y el poco tiempo que tienen los padres para la adquisición o preparación de sus comidas hacen que el consumo de productos ultraprocesados se encuentre en incremento.

Con relación a las bebidas azucaradas, que contienen un alto valor energético y mínimo valor nutritivo, pese a no ser recomendables, dentro de la investigación se ha identificado gustos por este tipo de productos, siendo agradables al gusto por su sabor intenso, haciendo que los estudiantes los consuman frecuentemente, según la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2018). Las bebidas azucaradas, pueden aumentar la ingesta calórica en los niños y reducir el consumo de alimentos que contengan calorías adecuadas, ya que estas contienen sacarosa o fructosa (conocidas como azúcares libres), a menudo, en grandes cantidades, por otro lado Zuluaga (2018), resalta que la ingesta excesiva pueden aumentar la probabilidad de sufrir obesidad, sobrepeso, diabetes, como también hipertensión, es por ello que resalta que un mayor consumo de agua puede estar asociado con un menor consumo de bebidas azucaradas y por ende evitar la desencadenarían de enfermedades crónicas, que pueden ser secundarias a los efectos del consumo de sacarosa y jarabe de maíz alto en fructosa. De acuerdo con el Departamento Administrativo Nacional de Estadística (DANE, 2022). Señaló que el 61, 8% de los colombianos aceptaron que consumen estos productos, de esa población el 31,5 % toman dos o tres veces a la semana las bebidas azucaradas; mientras que, el 26,7 % lo hace por lo menos una vez a la semana. Por otro lado, Según Deossa et al. (2019), indican que el aumento en disponibilidad y consumo de bebidas azucaradas es una tendencia en el mundo, es por ello que en Colombia la venta de este tipo de bebidas se ha incrementado en un 12% en el último año. en donde los productos con mayor entrada en los hogares se destacan la leche larga vida, el agua saborizada y las gaseosas, reportando que 6 de cada 10 personas adquieren estos productos, reflejándose en que su aumento se debe a la evolución en los hábitos de consumo y a una mayor disponibilidad en los puntos de venta.

Por otra parte, a partir del análisis efectuado a la información obtenida en el presente estudio, se permitió establecer que los niños tienen un alto consumo de comidas rápidas y empaquetados



que refleja un gran problema para este tipo de población, ya que son alimentos que generalmente aportan pocos micronutrientes a la dieta; de acuerdo con la Encuesta Nacional de Situación Nutricional en Colombia ENSIN, (ICBF, 2010). Aproximadamente 1 de cada 7 colombianos, consumen alimentos de paquete diariamente y los grupos con mayor frecuencia de consumo son los niños y adolescentes en edad escolar. según Boyan (2017) resalta que las comidas procesadas contienen cantidades altas en grasa, azúcar, o combinación de ambos, lo que contiene poco minerales y nutrientes que afecta a la salud de los estudiantes, por lo que este tipo de alimentos son generalmente fabricados con grasas y colorantes y altos niveles de azúcares. Según Guevara, (2020). los productos empaquetados son fabricados con diferentes sabores; usualmente están empanizados y fritos a altas temperaturas en freidoras industriales

Ahora bien, en cuanto a los productos de panadería y pastelería, se pudo llegar a identificar que los estudiantes los prefieren por su fácil acceso y básicamente por su sabor. Se puede resaltar que este tipo de productos se encuentran cada vez más disponibles, ofreciendo así una amplia gama de opciones, haciendo que esta sea una opción más popular entre los consumidores, según la OMS/OPS (2015). La industria diseña y manipula este tipo de alimentos para lograr opciones cada vez más agradables al paladar, rápidas, descartables y apetecibles, pero lo hace a través de la manipulación, el procesamiento y el agregado de aditivos, conservantes y demás productos artificiales. El consumo de estos productos en los niños en Colombia es significativo, en donde la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2023). concluyó mediante un estudio realizado por el Instituto de Nutrición y Tecnología de los Alimentos (INUYTA), de la Universidad de Granada, que el 65% de estos productos consumidos por los niños, proceden de alimentos y productos con baja densidad nutricional, como galletas, pasteles, donas, barras de chocolate y panes, de igual forma según la Encuesta Nacional de Situación Nutricional en Colombia ENSIN (ICBF, 2010). menciona que aproximadamente 1 de cada 3 colombianos consumen diariamente este tipo de productos, presentándose esta situación con mayor frecuencia en los niños entre los 5 y 18 años, es por ello que las expectativas del público infantil se encuentran altamente ligadas a las sensaciones gustativas, por los diferentes sabores que se puedan ofrecer produciendo satisfacción y felicidad en donde empiezan a cobrar importancia los ingredientes con los que están hechos, su ligereza y la capacidad para ser disfrutados (Márquez, 2018).

En este sentido siendo los productos lácteos, las bebidas que dentro del estudio las consumen más que todo por su sabor, siendo el factor que más influyente, según Galiano y Moreno (2013), se recomienda una ingesta diaria de 2 a 4 raciones, en concreto dos raciones en la primera infancia, 2 a 3 para los escolares y entre 3 y 4 para los adolescentes. En cuanto al consumo de leche en general, la Encuesta de Situación Nutricional en Colombia ENSIN (ICBF, 2010) reporta que el 93,1% de la población consume leche. Es de gran importancia resaltar el simple hecho de que a los niños les guste la sensación de sabor agradable que les genera tanto el Kumis, la leche, y el yogurt. De acuerdo con Rodríguez et al. (2014). Para el 60,4% de los niños, la principal motivación al consumo de lácteos es el sabor, indicando que estos productos pueden llegar a ser incluidos en las comidas que reciben en los restaurantes escolares, siendo comparable con los resultados obtenidos en el presente estudio donde el consumo de leche es diario, destacándose en los niños pequeños, los cuales son los que llevan lonchera desde sus hogares y son sus padres quienes toman decisiones al momento de la selección de los alimentos. El consumo de lácteos es importante para la salud y el desarrollo de los niños, sin embargo, las estimaciones oficiales del Ministerio de Agricultura y Desarrollo Rural con cifras del DANE indican un consumo de leche en Colombia de 156 L/ persona/año, cantidad que dista del consumo recomendado de 180 L/persona/año(Organización Mundial de la Salud [OMS], 2014).

Por consiguiente, en cuanto a los embutidos y salsas, en los resultados obtenidos dentro del estudio, se analiza que los estudiantes las prefieren consumir por su sabor y su fácil acceso, para acompañarlos en sus comidas diarias o darle un toque de sabor para acompañarla junto con sus preparaciones. Estas salsas contienen una variedad de ingredientes procesados, aditivos y conservantes para mejorar su sabor. Algunos ejemplos de productos ultraprocesados que pueden llegar a añadir salsas son las papas fritas, platos precocinados y comidas congeladas, entre otros. Las salsas en los productos ultraprocesados contienen altos niveles de azúcares, sal y grasas saturadas, lo que puede ser perjudicial para la salud si se consumen en exceso, generando así problemas de salud en los niños. Este tipo de productos a menudo tienen un bajo contenido nutricional en comparación con las salsas caseras o salsas frescas preparadas con ingredientes naturales. Según Sernaque (2021) la salsa de tomate es un ejemplo de una salsa que se encuentra comúnmente en la cocina debido a su versatilidad y popularidad. A menudo se utiliza como base, en una amplia variedad de platos, desde pizzas hasta pastas y sándwiches. Aunque la salsa de

tomate en su forma casera pueda ser relativamente sencilla y saludable. En estos estudios, los investigadores pueden utilizar encuestas, análisis de datos de ventas, entrevistas y otras metodologías para recopilar información sobre el consumo de salsa con esto en Colombia Rodríguez (2016) dice que el 27,1 % de los estudiantes nunca le adicionan salsas tales como mayonesa, salsa de tomate u otros aderezos a las comidas, lo que para estos ingredientes la salsa de tomate en un producto ultraprocesados es aumentar su atractivo para el consumidor, lo que prolongar su tiempo de almacenamiento en los estantes de las tiendas. Sin embargo, esto a menudo resulta en un producto con un alto contenido de azúcares añadidos y sodio, lo que puede no ser saludable si se consume en exceso.

La publicidad de productos alimenticios, dirigida a los niños y niñas es una práctica común en Colombia. Según Guarnizo (2022), menciona que el principal problema con la publicidad de este tipo de productos dirigidos a menores de edad es que, a diferencia de los adultos, ellos no cuentan con la suficiente habilidad para distinguir entre la información real y las publicidades, por lo que son altamente influenciados, en Colombia, casi siete de cada diez niños entre 6 y 12 años permanecen más de dos horas diarias frente a una pantalla. Estudios también han mostrado que el incremento de la actividad laboral de los padres y la ausencia de condiciones de seguridad (Revista Derecho del Estado, 2022). Hacen que se incremente la exposición de los niños a la televisión. Es por ello que hoy en día los medios de comunicación influyen en que los estudiantes incrementen el consumo de estos alimentos ultraprocesados, dada la intensa publicidad con la que se promociona este tipo de alimentos. (Rodríguez et al., 2022). En ese sentido, el estudio del INSP (2020) mostró que la publicidad alimentaria hacia los niños es protagonizada por alimentos de escaso contenido nutricional, gran contenido de grasas, azúcares y sodio tales como bebidas azucaradas, cereales azucarados y comida chatarra (Pedraza et al., 2022). Por eso, con el fin de hacer frente a el dominio excesivo que tiene la publicidad de la industria alimentaria en las decisiones de consumo, la Organización mundial de la salud y la Organización panamericana de la salud, recomendaron a los países tomar medidas para disminuir la promoción y publicidad dirigida a niños y niñas, estableciendo políticas orientadas a “reducir la influencia que tiene sobre los menores de edad, la promoción de este tipo de alimentos, a fin de protegerlos de las prácticas publicitarias de la industria y promover su salud.

### **3. Conclusiones**

Después de realizar el análisis y caracterización socio demográfica de la población objeto de estudio se logró identificar los principales factores que determinan el consumo de productos ultra procesados en los estudiantes de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús, entre lo que se encuentra características propias de la población como la edad, al ser niños entre los 6 y 7 años de edad, aumentando esta tendencia si pertenecen a familias de estratos socio económicos de bajo nivel y con una baja educación por parte de sus padres, lo que impide tener el conocimiento suficiente para alimentarse adecuadamente.

Según los datos obtenidos en el segundo objetivo se identifica que a pesar de que el consumo de snacks, refrescos y dulces debe ser ocasional, los datos obtenidos en el estudio muestran que la preferencia en el consumo de estos productos ultraprocesados se ha convertido en un hábito muy frecuente, especialmente en el elevado consumo de bebidas azucaradas, empaquetados, pasteles etc., generando en los estudiantes un alto riesgo de contraer enfermedades como son la obesidad y sobrepeso.

Finalmente, se puede concluir que según el estudio existe un alto consumo de productos ultra procesados por parte de los estudiantes de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús, hábitos alimentarios que empeoran si no se toman las medidas pertinentes por parte de los padres y entes directivas de este centro educativo, quienes deben gestionar estrategias para concientizar a esta población a evitar el consumo de estos productos ultraprocesados y aumentar la frecuencia de consumo de los distintos grupos de alimentos que ayuden al crecimiento y nutrición.

#### **4. Recomendaciones**

Es necesario que este tipo de estudio sea divulgado tanto en la Institución educativa como los entes regionales encargados de la niñez y la salud pública, para que se generen alternativas de solución y medidas de reducción de consumo de este tipo de productos, siendo imprescindible establecer estrategias de concientización encaminadas al establecimiento de hábitos saludables, involucrando a la familia, comunidad educativa, agentes sociales y medios de comunicación.

Se recomienda a la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús incluir dentro de su currículo de formación tanto en primaria como en secundaria, una asignatura que trate el tema de nutrición, porque a pesar de que son aún niños o jovencitos con poca edad, ellos pueden comprender las necesidades nutricionales y de esta manera se puede lograr un pensamiento crítico frente al tema.

Se sugiere establecer programas de concientización y capacitación en escuelas y comunidades rurales de Nariño para promover la alimentación saludable y la seguridad alimentaria. Estos programas podrían incluir la entrega de material educativo, talleres prácticos de cocina saludable y la promoción de huertos comunitarios. Esto ayudaría a empoderar a las comunidades locales para tomar medidas proactivas en la mejora de sus hábitos alimentarios.

Se recomienda ampliar la investigación para incluir encuestas cualitativas que permitan una comprensión más profunda de los factores culturales y sociales que influyen en los patrones de consumo de alimentos en Nariño. Esto proporcionaría una visión más completa de la inseguridad alimentaria en la región y ayudaría a diseñar intervenciones más efectivas.

### Referencias bibliográficas

- Aguirre, P. (2004). *Seguridad Alimentaria una visión desde la Antropología Alimentaria*.  
<http://www.suteba.org.ar/download/trabajo-de-investigacin-sobre-seguridad-alimentaria-13648.pdf>
- Arboleda Montoya, L. M. y Villa Alcaraz, P. A. (2016). Preferencias alimentarias en los hogares de la ciudad de Medellín, Colombia. *Saúde e Sociedade*, 25 (36), 750-759.  
<https://doi.org/10.1590/S0104-12902016149242>
- Arteaga, E. (2018). *El consumo de ultra procesados y factores de riesgo para la población. Análisis y estrategias de comunicación*. Universidad de Sevilla. <https://lc.cx/h-LuNT>
- Asamblea General de las Naciones Unidas [ONU]. (1948). *Declaración Universal de los Derechos Humanos [DUDH]*. <https://www.un.org/es/about-us/universal-declaration-of-human-rights>
- Asociación de Piscicultores de la Sierra y la Amazonia [ANAPSA]. (2019). *Prácticas Alimentarias y Nutrición en Soberanía Alimentaria*. <https://lc.cx/YjG2-0>
- Barrantes Echeverría, R. (2001). *La investigación: un camino al conocimiento*.  
<https://lc.cx/1V1iV9>
- Barrial, A. y Barrial, A. (2012). *La educación alimentaria y nutricional desde una dimensión sociocultural como contribución a la seguridad alimentaria y nutricional*. <https://lc.cx/NE6gdd>
- Bericat, E. (2016). *¿Qué es la cultura?* Researchgate. <https://lc.cx/hKVwxH>
- Casteleiro, R. (2017). *Qué son los productos ultraprocesados y por qué no hay que comerlos. El comidista*. <https://lc.cx/PZql9B>
- Center for Food Safety and Applied Nutrition. (2022). *El sodio en su dieta*.

<https://www.fda.gov/food/nutrition-education-resources-materials/el-sodio-en-su-dieta>

Chacón Tunjo, N. A. y Shaw Aguilar, S. (2015). *Características socioculturales que orientan el consumo de comida rápida saludable en jóvenes universitarios en la ciudad de Bogotá*. Universidad Santo Tomas. <https://hdl.handle.net/11634/3041>

Claro Gálvez, A. M., Lopera Oquendo, C., Rodríguez Ávila, G. I. y Saldarriaga Mesa, I. M. (2018). *Oferta de alimentos y productos ultraprocesados en colegios públicos y privados de Colombia. red papaz*. <https://lc.cx/DpmVhG>

Consejo Nacional de Política Económica Social. [CONPES]. (2008). *Documento Conpes social 113 - política nacional de seguridad alimentaria y nutricional (PSAN)*. <https://lc.cx/Jstod7>

Consejo Nacional de Política Económica Social. [CONPES]. (2019). *Documento Conpes social 3975. Por el cual se establece la política nacional para la transformación digital e inteligencia artificial*. <https://lc.cx/L6TTjy>

Contreras, J. y García, M. (2005). *Alimentación y cultura: perspectivas antropológicas* (Vol. 392). Barcelona: Ariel. [https://lc.cx/\\_L1d5O](https://lc.cx/_L1d5O)

Cornwell, B., Villamor, E., Mora, M., Marin, C., Monteiro, C. y Baylin, A. (2017). Processed and ultra-processed foods are associated with lower-quality nutrient profiles in children from Colombia. *Health nutrition*, 21(1), 142–147. <https://lc.cx/57gTFQ>

Correa, J. (2022). *Comestibles ultraprocesados: cuáles son y cómo evitarlos según expertos*. Universidad Javeriana. <https://lc.cx/msxbJM>

Dapcich, V. (2004). *Guía de alimentación saludable. Sociedad española de nutrición comunitaria*. <https://www.nutricioncomunitaria.org/es/noticia-documento/19>

De los Ángeles Pérez-Pedraza, B., Álvarez-Bermúdez, J. y Carreón-Marruffo, M. (2023). Consumo

de alimentos y la publicidad alimentaria: contrastes en niños escolarizados. *Cultura educación y sociedad*, 14(1), 111-124.

Deossa, G., Restrepo, F. y Rodríguez, H. (2019). Caracterización del consumo de bebidas en habitantes de la ciudad de Medellín, Colombia. *Revista chilena de nutrición*, 46(4), 451-459.

Departamento Administrativo Nacional de Estadísticas [DANE]. (2022). *Los colombianos consumen bebidas azucaradas*. <https://lc.cx/ilSvPL>

Fundación Española de la Nutrición. (2014). *Hábitos alimentarios*. <https://lc.cx/4jspXI>

Galiano Segovia, M. J. y Moreno Villares, J. M. (2013). *La Leche de vaca en la alimentación de niño: ¿Necesaria o causa de problemas?* <https://lc.cx/hF-3IE>

Galindo, S. (2020). *Investigación sobre gustos y preferencias de los clientes del restaurante horno del artesano, del sector de Tequendama en Cali, frente al consumo de alimentos saludables*. <https://red.uao.edu.co/bitstream/handle/10614/12425/t09275.pdf?sequence=5&isallowed=y>

García, M. (2016). *Relación entre consumo de alimentos ultra procesados del quiosco escolar e índice de masa corporal en estudiantes de nivel primaria de una institución educativa del mercado de lima*. <https://core.ac.uk/download/pdf/323348364.pdf>

Guarnizo, D. (2022). *Publicidad para enfermar: restricciones al mercadeo de productos alimenticios ultraprocesados dirigido a niños y niñas en la constitución colombiana*. [http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S0122-98932022000100005&script=sci\\_arttext](http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S0122-98932022000100005&script=sci_arttext)

Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, P. (2003). Metodología de la investigación. *Redalyc*, 3. <https://www.redalyc.org/pdf/1471/147117764008.pdf>

Herrada-Lemus, J. V., Casillas-Bonilla, A. L., García-Magdaleno, D., Ramírez-Martínez, M. M., Esparza, I. I. R. R. y Campo-Cervantes, J. M. del. (2016). Hábitos alimenticios en estudiantes



de nutrición de la universidad autónoma de aguascalientes en el periodo enero- junio de 2015. *Lux médica*, 11(33), 03–08. <https://doi.org/10.33064/33lm2016720>

Instituto Colombiano de Bienestar Familiar [ICBF]. (2005). *Encuesta Nacional de la Situación Nutricional en Colombia ENSIN 2005*. <https://lc.cx/7oNTVL>

Instituto Colombiano de Bienestar Familiar [ICBF]. (2010). *Encuesta Nacional de la Situación Nutricional en Colombia ENSIN 2010*. <https://lc.cx/dv0ciC>

Khandpur, N., Cediell, G., Daniel Ayala, D., Patricia Constante, P. y Parra, D. (2020). Sociodemographic factors associated with the consumption of ultra-processed foods in Colombia. *Saude pública*, 54(19). <https://lc.cx/urCJ4S>

Levy, S. Cuevas Nasu, Lucia, Borbolla, M. y Gabriela, D. (2014). Consumo de alimentos en américa latina y el caribe. *Anales venezolanos de nutrición*, 27(1), 40–46. <https://lc.cx/k5jwEz>

Ley 1335 de 2009. (2009, 21 de julio). Congreso de la República de Colombia. Diario Oficial No. 47.417. [http://www.secretariasenado.gov.co/senado/basedoc/ley\\_1335\\_2009.html](http://www.secretariasenado.gov.co/senado/basedoc/ley_1335_2009.html)

Ley 2120 de 2021. (2021, 30 de julio). Congreso de la República de Colombia. Diario Oficial No. 51.751. [http://www.secretariasenado.gov.co/senado/basedoc/ley\\_2120\\_2021.html](http://www.secretariasenado.gov.co/senado/basedoc/ley_2120_2021.html)

Lozano Aguilar, V. M., Hermoza-Moquillaza, R. V., Arellano-Sacramento, C. y Hermoza-Moquillaza, V. H. (2019). Relación entre ingesta de alimentos ultra procesados y los parámetros antropométricos en escolares. *Revista Médica Herediana*, 30(2), 68-75. <https://doi.org/10.20453/rmh.v30i2.3545>

Macías Posada, S. (2018). Alimentos ultraprocesados: repercusiones sobre la salud. *Publicaciones Didácticas*, 95(1), 304-307. <https://lc.cx/Faz6Ed>

Márquez Linares, N. (2018). *Los niños y las niñas y sus representaciones sociales de los snacks*.

[https://www.javeriana.edu.co/unesco/humanidadesDigitales/ponencias/pdf/IV\\_58.pdf](https://www.javeriana.edu.co/unesco/humanidadesDigitales/ponencias/pdf/IV_58.pdf)

Marti, A., Calvo, C. y Martínez, A. (2021). Consumo de alimentos ultraprocesados y obesidad: una revisión sistemática. *Nutrición Hospitalaria*, 38(1), 177-185. <http://dx.doi.org/10.20960/nh.03151>

Ministerio de Salud y Protección Social. (2020). *Análisis de Impacto Normativo en la temática de etiquetado nutricional y frontal de los alimentos envasados en Colombia*. <https://lc.cx/xpJE0m>

Ministerio de Salud y Protección Social. [Minsalud]. (2015). *Enfoque de curso de vida*. ABC <https://www.minsalud.gov.co>

Monteiro, C., Levy, R., Moreira, R. y Rugani, I. (2010). Aumento del consumo de alimentos ultraprocesados y probable impacto en la salud humana: evidencia de Brasil. <https://lc.cx/-CT6Z7>

Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación Organización Mundial de la Salud [FAO/OMS]. (2005). *Codex Alimentarius. Alimentos producidos orgánicamente*. segunda Edición. <https://www.fao.org/3/a0369s/a0369s.pdf>

Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación [FAO]. (2011). *Seguridad Alimentaria y Nutricional Conceptos Básicos Programa Especial para la Seguridad Alimentaria - PESA - Centroamérica Proyecto Food Facility Honduras*. 3ra Edición. <https://www.fao.org/3/at772s/at772s.pdf>

Organización Mundial de la Salud [OMS] (2018). *Género y salud*. <https://lc.cx/HoG8l3>

Organización Mundial de la Salud [OMS]. (2023). *Los niños suelen consumir el doble de azúcares añadidos de los que recomienda la OMS, según un estudio*. <https://lc.cx/Nk3pss>

Organización Panamericana de la Salud y Organización Mundial de la Salud [OPS/OMS]. (2015).

*Alimentos y bebidas ultraprocesados en América latina: tendencias, efectos sobre la obesidad e implicaciones para las políticas públicas.* <https://lc.cx/7mlppm>

Organización Panamericana de la Salud y Organización Mundial de la Salud [OPS/OMS]. (2018). *Enfermedades no transmisibles.* <https://lc.cx/F2HE2W>

Organización Panamericana de la Salud. [OPS] (2015). *Alimentos y bebidas ultraprocesados en américa latina: tendencias, efecto sobre la obesidad e implicaciones para las políticas públicas.* [https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/7698/9789275318645\\_esp.pdf](https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/7698/9789275318645_esp.pdf)

Organización Panamericana de la Salud. [OPS] (2019). *Alimentos y bebidas ultraprocesados en América latina.* <https://lc.cx/FSzeE3>

Posada, M. (2018). *Alimentos ultraprocesados: repercusiones sobre la salud.* *hemeroteca.* <https://publicacionesdidacticas.com/hemeroteca/articulo/095065/articulo-pdf>

Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo [PNUD]. (2020/2029). *Plan Decenal Dhana.* <https://sitio.narino.gov.co/wp-content/uploads/2020/12/Plan-decenal-DHANA-2020-2029.pdf>

Resolución 810 de 2021. (2021, 16 de junio). Ministerio de Salud y Protección Social. Diario Oficial No. 51.707. <https://lc.cx/qouVXP>

Resolución 8430 de 1993. (1993, 4 de octubre). Ministerio de Salud. <https://lc.cx/TRZVU8>

Rodríguez, G. I. (2020). *Información nutricional de padres sobre ultraprocesados e influencia en la alimentación de sus hijos.* <https://lc.cx/byeR0p>

Rodríguez, H., Restrepo, L. F. y Martínez, L. I. (2014). Conocimientos, gustos y prácticas sobre el consumo de lácteos en una población escolar de la ciudad de Medellín-Colombia. *Perspectivas en Nutrición Humana*, 16(1), 83-96.

- Rodríguez, L. (2016). *Estado Nutricional y preferencias Alimentarias de una población de estudiantes en Bogotá*. <https://lc.cx/TXZY9r>
- Ruiz Gómez, F. (2021). Establece Reglamento Técnico sobre requisitos etiquetado nutricional. Ministerio de Salud y Protección Social. *Retrieved November*. <https://lc.cx/7ZZDpx>
- Ruiz, A. (2020). *La república S.A.S. 60% de la población colombiana tiene malas costumbres a la hora de alimentarse*. <https://lc.cx/N71gB1>
- Salazar, I. (2010). *Geografía económica de la región andina oriental - documento de trabajo sobre economía regional y urbana*. Banco de la república. <https://lc.cx/SVF2dz>
- Sánchez, M. (2019). *Consecuencias para la salud del exceso de ultraprocesados*. <https://lc.cx/zbTEkQ>
- Schnel, M. (2014). Artículos creencias y alimentación. *Anales Venezolanos de Nutrición*, 27(1), 88-95. <https://lc.cx/-lyaQe>
- Sernaque Dominguez, D. A. (2021). *Consumo de productos ultraprocesados y calidad del sueño en escolares de secundaria, Colegio Saco Oliveros, Bellavista, 2021* [tesis de grado, Universidad Cesar Vallejo]. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/83740>
- Viloria de la Hoz, J. (2007). *Economía del Departamento de Nariño: ruralidad y aislamiento geográfico*. Documentos de Trabajo Sobre Economía Regional y Urbana; No. 87. <https://www.banrep.gov.co/sites/default/files/publicaciones/archivos/DTSER-87.pdf>