

**CARACTERIZACIÓN DEL CONSUMO DE PRODUCTOS ULTRAPROCESADOS
EN LA POBLACIÓN ESTUDIANTIL DE LA UNIVERSIDAD MARIANA
(Resumen Analítico)**

***CHARACTERIZATION OF THE CONSUMPTION OF ULTRA-PROCESSED
PRODUCTS IN THE STUDENT POPULATION OF MARIANA UNIVERSITY
(Analytical Summary)***

Autores (*Authors*): ALFARO BENAVIDES Sahara Mayerly, ARCINIEGAS MORA Gabriela, CALVACHE LÓPEZ Emily Nerieth, CAVIEDES JURADO Manuela, SOLARTE BRAVO Diana Sofía

Facultad (*Faculty*): Ciencias de la Salud

Programa (*Program*): Nutrición y Dietética

Asesor (*Support*): Diana Gabriela Andrade Jaramillo

Fecha de terminación del estudio (*End of the research*): mayo de 2024

Modalidad de Investigación (*Kind of research*): Trabajo de Grado

PALABRAS CLAVE

Consumo

Productos Ultra procesados

Estudiantes

KEY WORDS

Consumption

Ultra processed products

Students

RESUMEN: La presente investigación tiene como objetivo principal identificar las características de consumo de los productos ultraprocesados referente a los gustos y preferencias de los estudiantes de pregrado de la Universidad Mariana del municipio de Pasto, teniendo en cuenta que la industria se ha encargado de desarrollar productos los cuales son catalogados como productos alimentarios que se producen a través de un alto grado de procesamiento industrial y por lo general, contienen una larga lista de ingredientes, aditivos y conservantes artificiales. Gracias a lo anterior existen varios estudios que han catalogado estos productos como un problema que tiene alto riesgo para la salud, donde se demostró que la población que los consume con mayor frecuencia, tiene una mayor probabilidad de presentar enfermedades no transmisibles como diabetes, hipertensión, obesidad, entre otros.

La investigación se enmarco dentro del enfoque cuantitativo de tipo descriptivo, observacional, transversal; Para la población se tomaron en cuenta los datos proporcionados por la Universidad Mariana, en donde se cuenta con una totalidad de 6.034 estudiantes con una muestra de 362 personas como población objeto de estudio. Para finalizar, se puede concluir que la falta de conciencia y conocimiento sobre los efectos negativos asociados al consumo regular de productos ultraprocesados y la falta de educación nutricional implica generar riesgos de un consumo excesivo el cual puede presentar a largo plazo enfermedades no transmisibles en la población.

ABSTRACT: *The main objective of this research is to identify the characteristics of consumption of ultra-processed products regarding the tastes and preferences of undergraduate students of the Universidad Mariana of the municipality of Pasto, taking into account that the industry has been responsible for developing products which are classified as food products that are produced through a high degree of industrial processing and usually contain a long list of ingredients, additives and artificial preservatives. Thanks to the above, there are several studies that have catalogued these products as a problem that has a high risk to health, where it was shown that the population that consumes them more frequently, has a higher probability of presenting non-communicable diseases such as diabetes, hypertension, obesity, among others.*

The research was framed within the quantitative approach of descriptive, observational, cross-sectional type; for the population, the data provided by the Mariana University were taken into account, where there are a total of 6,034 students with a sample of 362 people as the population under study. Finally, it can be concluded that the lack of awareness and knowledge about the negative effects associated with the regular consumption of ultra-processed products and the lack of nutritional education implies generating risks of excessive consumption which can present long-term non-communicable diseases in the population.

CONCLUSIONES: Se estableció que los gustos y preferencias de los estudiantes están influenciados por la comodidad, facilidad y economía de estos productos además de la falta de educación nutricional frente a hábitos de vida saludable, la poca oferta de alimentos saludables que se brindan dentro de la institución y las posibles consecuencias que conlleva el consumo de los productos ultraprocesados. Además, se identificó que los ultraprocesados consumidos con mayor frecuencia por los estudiantes, son las sopas o comidas instantáneas, productos de paquete y dulces, los cuales contribuyen a la incidencia de enfermedades tales como la obesidad, diabetes, hipertensión y algunos tipos de cáncer

CONCLUSIONS: *It was established that the tastes and preferences of the students are influenced by the convenience, ease and economy of these products in addition to the lack of nutritional education regarding healthy lifestyle habits, the limited supply of healthy foods offered within the institution and the possible consequences of the consumption of ultra-processed products. In addition, it was identified that the most frequently consumed ultra-processed products by students are soups or instant foods, packaged products and sweets, which contribute to the incidence of diseases such as obesity, diabetes, hypertension and some types of cancer.*

RECOMENDACIONES: Establecer y/o adoptar políticas que limiten la venta de productos ultraprocesados dentro del campo universitario a fin de ofrecer una mayor disponibilidad de alimentos saludables que contribuyan a fortalecer los estilos de vida saludable de la población universitaria y realizar campañas de sensibilización sobre la importancia de una adecuada alimentación dentro del entorno universitario, lo anterior basados en la importancia de la nutrición para el adecuado desarrollo cognitivo.

RECOMMENDATIONS: *Establish and/or adopt policies that limit the sale of ultra-processed products within the university campus in order to offer a greater availability of healthy foods that contribute to strengthen the healthy lifestyles of the university population and carry out awareness campaigns on the importance of adequate nutrition within the university environment, based on the importance of nutrition for proper cognitive development.*