



Universidad **Mariana**

Caracterización del consumo de productos ultraprocesados de los estudiantes entre los 12 a 17 años de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús del Municipio El Tambo - Nariño

Franci Paola Bucheli Terán
Melany Gabriela Burbano Cabrera
Viviane Alejandra Coral Guerrero

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

Caracterización del Consumo de Productos Ultraprocesados de los estudiantes entre los 12 a 17 años de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús del Municipio El Tambo - Nariño

Franci Paola Bucheli Terán
Melany Gabriela Burbano Cabrera
Viviane Alejandra Coral Guerrero

Informe de investigación presentado como requisito de grado para optar al título de Nutricionistas
Dietistas

Mag. Diana Gabriela Andrade Jaramillo
Asesor

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

Agradecimientos

El presente trabajo de investigación es el fruto de un arduo trabajo y una dedicación constante, respaldado por el apoyo inquebrantable de nuestras familias, así como por la invaluable contribución de nuestros profesores en nuestra formación académica. Además, deseamos expresar nuestro más sincero agradecimiento a todas aquellas personas que han colaborado en este proyecto y cuya participación fue fundamental para su exitosa culminación. Por ello, queremos brindar un reconocimiento especial a cada una de ellas.

Mag. Diana Gabriela Andrade Jaramillo por su constante motivación y disposición para compartir generosamente sus conocimientos, que han sido un faro de inspiración para este trabajo de investigación.

A nuestros jurados ND. Jorge Armando Córdoba Duque y Ing. Diana Paola Ortiz Tobar, por su orientación y valiosos aportes que han ampliado nuestra perspectiva y han fortalecido significativamente la calidad de nuestra investigación.

A la rectora, docentes y estudiantes de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús del municipio de El Tambo, Nariño, quienes nos acogieron con respeto y amabilidad mostrando siempre su disponibilidad y colaborándonos en responder honestamente la encuesta que sirvió como instrumento de investigación para su respectivo análisis investigativo.

A la Universidad Mariana por proporcionarnos espacios idóneos para expandir nuestras habilidades investigativas, este apoyo nos incita a explorar, descubrir y profundizar en nuestras respectivas áreas disciplinares, nutriéndonos de un entorno que estimula la creatividad y la indagación constante.

Dedicatoria

Con todo mi amor y gratitud. Este trabajo está profundamente dedicado a las personas más especiales y excepcionales de mi vida, cuya influencia ha sido el cimiento de mi vida y de todo lo que aspiro a ser.

Ante todo, expreso mi más profunda gratitud a Dios, quien ha sido mi guía y luz en el camino hacia la realización de uno de mis mayores sueños. Su presencia constante ha sido una fuente de fortaleza y sabiduría, acompañándome en cada paso de esta maravillosa experiencia. Le agradezco por brindarme la salud y la resiliencia necesarias para superar cualquier obstáculo y levantarme con más fuerza después de cada desafío. Este logro es un reflejo de su gracia incesante en mi vida.

A mi amada madre, Estela Terán, quien no solo me ha brindado vida, sino también una fuente interminable de inspiración y fortaleza. Su amor incondicional y su sacrificio diario son la luz que guía cada paso de mi travesía académica y personal, iluminando los momentos más oscuros y celebrando los triunfos con alegría desbordante. Del mismo modo, extendiendo mi más profunda gratitud a mi querido padre, Ramiro Bucheli, cuyo modelo de perseverancia y esfuerzo constante ha impreso una huella imborrable en mí. Él ha sido la base sólida sobre la que he construido no solo mi educación, sino también mi vida formada en valores y principios. Su apoyo incondicional y la transmisión de valores esenciales, como el respeto, la integridad y la dedicación, han sido pilares en mi formación. A mi amado hermano, quien desde el cielo continúa siendo un pilar fundamental y una de las razones para salir adelante, su amor tan puro y sincero, aunque hoy nuestros caminos se encuentren separados por diferentes dimensiones el vínculo que nos une es eterno e indestructible.

A mi venerado abuelo, Olmedo Terán, le debo un profundo agradecimiento por haber sido un faro de guía a lo largo de mi vida, él me ha enseñado los ideales de la perseverancia y la disciplina no solo a través de sus palabras, sino también con el ejemplo de su propia vida. Sus historias, repletas de lecciones y moralejas, se han grabado profundamente en mi ser, impartiendo sabiduría, tu legado es un tesoro invaluable que guardo en mi mente y corazón, tu ejemplo seguirá siendo la luz que guie mi camino y bajo el cual continuare mi propio viaje en la vida.

Expreso mi más sincero y profundo agradecimiento a mi compañero de vida, Jhojan Córdoba, quien ha sido una de las personas más importantes durante todo este proceso tanto académico como personal. Su fe inquebrantable, por creer en mí y su paciencia inagotable a lo largo de este camino han sido fundaméntales para mí, gracias por tus palabras de aliento que me han dado la fuerza y determinación para seguir adelante incluso en los momentos más difíciles, por tus consejos y enseñarme a no darme por vencida, te amo más de lo que las palabras pueden expresar y estoy infinitamente agradecida por estar a mi lado en este viaje y en todos los demás que están por venir.

A mis queridos suegros Yraida Ordoñez y Yobanny Córdoba, cuyo apoyo incondicional ha sido una guía a lo largo de toda mi carrera universitaria. En ustedes he encontrado no solo guía y sabiduría, sino también un segundo hogar lleno de amor, cariño respeto y comprensión, han estado a mi lado en los momentos más difíciles, ofreciéndome consejos valiosos y la motivación necesaria para superar cada obstáculo por ser unas personas tan únicas e inigualables, por su paciencia y la confianza que han depositado en mí, me han permitido explorar mis capacidades y aspirar a metas más altas.

A mis dos amigas y compañeras Melany Burbano y Alejandra Coral. A lo largo de este camino académico, hemos compartido no solo risas y tropiezos sino también un enriquecedor proceso de aprendizaje que, sin duda, ha marcado un significativo crecimiento tanto personal como profesional para cada una de nosotras. Cada momento dedicado al estudio, a cada sesión de trabajo en nuestra tesis, ha sido un valioso tesoro que permanecerá eternamente grabado en mi corazón. Les agradezco profundamente por su confianza, respeto, apoyo incondicional y sobre todo por esa profunda amistad que nos une. Hoy, gracias a ustedes, hemos culminado exitosamente una de las muchas metas que nos hemos propuesto. Este logro es el fruto de nuestro esfuerzo conjunto y de la solidaridad que siempre nos ha caracterizado.

Además, profundamente agradecimiento a todos los profesores que me acompañaron y guiaron a lo largo de mi trayectoria académica. Cada uno de ellos, con su sabiduría, paciencia y determinación, ha jugado un papel fundamental en mi desarrollo y en mi camino para convertirme en una gran profesional. Asimismo, estoy inmensamente agradecida con mis amigos, mi cuñado y todos mis seres queridos por su constante apoyo y cariño.

Este logro no hubiera sido posible sin la fe y el apoyo que me han brindado. Este trabajo refleja su amor y las enseñanzas que me han impartido, y representa una pequeña muestra de mi eterno agradecimiento por su influencia transformadora en mi vida. Con todo mi amor y profundo respeto, dedico cada página y cada logro de este esfuerzo a ustedes. Gracias por ser mi mayor motivación y la razón por la cual he logrado culminar esta etapa de mi vida.

Franci Paola Bucheli Terán

Dedicatoria

Dedico mi trabajo de investigación primeramente a Dios, quien me permitió culminar mi carrera universitaria, gracias por guiar mis pasos con sabiduría infinita y fortaleza para alcanzar mis metas, impulsándome a seguir adelante con perseverancia, hoy es el invitado en primera fila.

A las personas más importantes de mi vida, mi adorada madre, Patricia Cabrera, la mujer que me dio la vida y me ha inculcado valores invaluable, su apoyo han sido mi refugio en cada tormenta, agradezco su paciencia, sus consejos y su fe infinita en mis capacidades, gracias por ser mi pilar fundamental, por creer en mí, y por enseñarme el verdadero significado del amor incondicional. A mi estimado padre, Silvio Burbano, fuente inagotable de fortaleza y sabiduría, su ejemplo de trabajo duro y dedicación ha sido mi inspiración desde temprana edad, agradezco su apoyo en cada etapa de mi vida, por creer en mis sueños y por impulsarme a perseguirlos, su presencia ha sido mi protección en los momentos más difíciles, y su amor incondicional me ha dado la fuerza para seguir adelante. A mi querida hermana, Angie Burbano, mi confidente y compañera de vida, su amistad y su apoyo han sido pilares fundamentales en mi camino, su presencia ha sido un refugio en los momentos más desafiantes, gracias por ser mi cómplice en cada etapa y por celebrar mis logros con tanta alegría. A Javier Andrés Rojas, mi compañero inseparable, agradezco por su amor, compañía, comprensión y respeto, por creer en mi capacidad y ser mi impulso durante mi carrera, agradezco su apoyo incondicional en los momentos más difíciles, por creer en mi potencial y darme palabras de aliento. Los amo eternamente.

A mis compañeras de tesis Paola Bucheli y Alejandra Coral, quienes han compartido conmigo este arduo camino, agradezco su amistad, colaboración y apoyo mutuo, juntas hemos enfrentado desafíos, compartido ideas y celebrado pequeños triunfos, su presencia ha enriquecido esta experiencia de manera invaluable, las extrañare mucho mis queridas colegas, a todos aquellos que han formado parte de este camino, a mis amigos, compañeros de estudio, profesores y demás personas que han brindado su apoyo y aliento, expreso mi más sincero agradecimiento, cada uno de ustedes ha dejado una huella significativa en mi vida y ha contribuido a mi crecimiento personal y profesional, con ustedes nada de esto hubiese sido posible, juntos hemos construido este sueño y hoy celebramos este logro con inmensa alegría. Muchas gracias de corazón.

Melany Gabriela Burbano Cabrera

Dedicatoria

Dedico este trabajo principalmente a Dios que es la luz que ilumina mi vida y me guía por el mejor camino y a las personas más importantes de mi vida. A mis amados padres Hernán Alonso y Betty Arcelia, quienes con su apoyo, dedicación, sacrificio y constante aliento han sido el faro que me ha guiado en los momentos de desafío y celebración. Ustedes han estado a mi lado, infundiendo en mí la confianza y la determinación necesarias para enfrentar cualquier obstáculo y perseguir mis sueños con pasión y convicción. Cada gesto de ánimo y cada sacrificio que han hecho para mi educación ha sido un recordatorio constante de ese amor inquebrantable y dedicación incondicional que siempre han tenido para mi hermano y para mí, siempre con la meta de que forjemos un mejor futuro. Su fe en mí, incluso en los momentos en que dudaba de mis propias habilidades, ha sido un motivo de resiliencia en mi vida, demostrándome a mí misma que puedo lograr cualquier cosa que me proponga con trabajo duro, perseverancia y el amor y apoyo incondicional de ustedes. Hoy quiero que sepan que su papel en mi éxito nunca será subestimado ni olvidado. Cada logro y cada victoria llevan sus nombres grabados en él, porque todo lo que he logrado es gracias a su orientación sabia, amorosa y desinteresada.

A mi amado hermano Juan Manuel, quien ha sido mi confidente y mi apoyo incondicional en cada paso de mi vida. Gracias por escucharme sin juzgarme, por estar a mi lado en las alegrías y en las adversidades. Te has convertido en mi mejor amigo y mi cómplice, tu presencia ha hecho que este viaje sea mucho más significativo y memorable, sé que este logro también es tuyo y es un pequeño reflejo de lo que tú y yo podemos alcanzar si estamos unidos.

A mis queridas amigas Paola Bucheli y Melany Burbano, quiero expresarles desde lo más profundo de mi corazón el inmenso agradecimiento que siento hacia cada una de ustedes. Este camino que hemos recorrido juntas hacia la realización de nuestro trabajo de investigación ha sido una travesía llena de aprendizajes, desafíos y, sobre todo, de valiosa compañía. Su amistad y colaboración ha sido la fuerza para seguir adelante, siendo un privilegio muy grande haber caminado este sendero junto a ustedes. Recuerden lo especiales que son para mí, y de lo mucho que valoro nuestra amistad y el vínculo tan hermoso que hemos creado.

A mis seres queridos, aquellos que siempre han deseado lo mejor para mí y han anhelado verme triunfar, algunos ya no están entre nosotros en este plano terrenal, pero confío en que desde donde estén, sean felices por este logro. Con todo mi amor y gratitud eterna.

Viviane Alejandra Coral Guerrero

Contenido

	Pág.
1. Resumen del proyecto	20
1.1. Descripción del problema	20
1.1.1. Formulación del problema	23
1.2. Justificación.....	23
1.3. Objetivos	26
1.3.1. Objetivo general.....	26
1.3.2. Objetivos específicos	27
1.4. Marco referencial o fundamentos teóricos.....	27
1.4.1. Marco teórico	36
1.4.2. Marco conceptual.....	39
1.4.3. Marco contextual	41
1.4.4. Marco legal	42
1.4.4.1. Internacional. Declaración Universal de los Derechos Humanos	42
1.4.4.2. Nacional. CONPES 113 de 2008	43
1.4.4.3. Regional. Plan Decenal DHANA de 2020 - 2029.....	45
1.4.5. Marco ético	46
1.5. Metodología	46
1.5.1. Enfoque de investigación.....	46
1.5.2. Tipo de investigación.....	47
1.5.3. Población y muestra / Unidad de trabajo y unidad de análisis	47
1.5.4. Criterios de inclusión y exclusión.....	47
1.5.5. Categorización de variables	48
1.5.6. Instrumento de recolección de información.....	46
1.5.6.1. Instrumento de investigación	46
2. Resultados de investigación	47
2.1. Análisis e interpretación de graficas por categorización de variables.....	47
2.1.1. Analizar el consumo de productos ultraprocesados en los estudiantes de 12 a 17 años de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús según los factores sociodemográficos.	47

2.1.2. Indagar los gustos y preferencias de consumo que tienen los estudiantes sobre los productos ultraprocesados.....	50
2.1.2.1 Reconocer cuáles son los productos ultraprocesados con más frecuencia de consumo.....	50
2.2 Discusión.....	75
3. Conclusiones	84
4. Recomendaciones.....	86
Referencias bibliográficas	87
Anexos.....	98

Índice de Tablas

	Pág.
Tabla 1. Categorización de variables del proyecto de investigación.	41

Índice de Figuras

	Pág.
Figura 1. Árbol problema	23

Índice de Gráficas

	Pág.
Gráfica 1. Distribución porcentual frente al género y edad de los estudiantes entre los 12 a 17 años de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús. Municipio El Tambo-Nariño 2023.	48
Gráfica 2. Distribución porcentual frente al estrato socioeconómico y zona residencial, de los estudiantes entre los 12 y 17 años de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús. Municipio El Tambo-Nariño 2023.....	48
Gráfica 3. Distribución porcentual frente al nivel educativo de la madre y del padre, de los estudiantes entre los 12 y 17 años de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús. Municipio El Tambo-Nariño 2023.....	49
Gráfica 4. Distribución porcentual frente a los gustos del consumo de bebidas azucaradas, de los estudiantes entre los 12 y 17 años de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús. Municipio El Tambo-Nariño 2023.....	51
Gráfica 5. Distribución por frecuencia frente a las preferencias del consumo de bebidas azucaradas, de los estudiantes entre los 12 y 17 años de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús. Municipio El Tambo-Nariño 2023.....	51
Gráfica 6. Distribución porcentual frente a la periodicidad del consumo de bebidas azucaradas, de los estudiantes entre los 12 y 17 años de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús. Municipio El Tambo-Nariño 2023.....	52
Gráfica 7. Distribución porcentual frente al motivo del consumo de bebidas azucaradas, de los estudiantes entre los 12 y 17 años de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús. Municipio El Tambo-Nariño 2023.....	52
Gráfica 8. Distribución por frecuencia frente al tiempo del consumo de bebidas azucaradas, de los estudiantes entre los 12 y 17 años de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús. Municipio El Tambo-Nariño 2023.....	53
Gráfica 9. Distribución porcentual frente a los gustos del consumo de comidas rápidas, de los estudiantes entre los 12 y 17 años de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús. Municipio El Tambo-Nariño 2023.....	54
Gráfica 10. Distribución por frecuencia frente a las preferencias del consumo de comidas rápidas, de los estudiantes entre los 12 y 17 años de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús. Municipio El Tambo-Nariño 2023.....	54

Gráfica 11. Distribución porcentual frente a la periodicidad del consumo de comidas rápida, de los estudiantes entre los 12 y 17 años de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús. Municipio El Tambo-Nariño 2023.....	55
Gráfica 12. Distribución porcentual frente al motivo del consumo de comidas rápidas, de los estudiantes entre los 12 y 17 años de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús. Municipio El Tambo-Nariño 2023.....	55
Gráfica 13. Distribución por frecuencia frente al tiempo del consumo de comidas rápidas, de los estudiantes entre los 12 y 17 años de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús. Municipio El Tambo-Nariño 2023.....	56
Gráfica 14. Distribución porcentual frente a los gustos del consumo de empaquetados, de los estudiantes entre los 12 y 17 años de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús. Municipio El Tambo-Nariño 2023.....	57
Gráfica 15. Distribución por frecuencia frente a las preferencias del consumo de empaquetados, de los estudiantes entre los 12 y 17 años de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús. Municipio El Tambo-Nariño 2023.....	57
Gráfica 16. Distribución porcentual frente a la periodicidad del consumo de empaquetados, de los estudiantes entre los 12 y 17 años de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús. Municipio El Tambo-Nariño 2023.....	58
Gráfica 17. Distribución porcentual frente al motivo del consumo de empaquetados, de los estudiantes entre los 12 y 17 años de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús. Municipio El Tambo-Nariño 2023.....	58
Gráfica 18. Distribución por frecuencia frente al tiempo del consumo de empaquetados, de los estudiantes entre los 12 y 17 años de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús. Municipio El Tambo-Nariño 2023.....	59
Gráfica 19. Distribución porcentual frente a los gustos del consumo de productos de panadería y pastelería, de los estudiantes entre los 12 y 17 años de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús. Municipio El Tambo-Nariño 2023.....	60
Gráfica 20. Distribución por frecuencia frente a las preferencias del consumo de productos de panadería y pastelería, de los estudiantes entre los 12 y 17 años de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús. Municipio El Tambo-Nariño 2023.....	60

Gráfica 21. Distribución porcentual frente a la periodicidad del consumo de productos de panadería y pastelería, de los estudiantes entre los 12 y 17 años de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús. Municipio El Tambo-Nariño 2023.....	61
Gráfica 22. Distribución porcentual frente al motivo del consumo de productos de panadería y pastelería, de los estudiantes entre los 12 y 17 años de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús. Municipio El Tambo-Nariño 2023.....	61
Gráfica 23. Distribución por frecuencia frente al tiempo del consumo de productos de panadería y pastelería, de los estudiantes entre los 12 y 17 años de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús. Municipio El Tambo-Nariño 2023.....	62
Gráfica 24. Distribución porcentual frente a los gustos del consumo de productos lácteos y derivado, de los estudiantes entre los 12 y 17 años de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús. Municipio El Tambo-Nariño 2023.....	63
Gráfica 25. Distribución por frecuencia frente a las preferencias del consumo de productos lácteos y derivados, de los estudiantes entre los 12 y 17 años de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús. Municipio El Tambo-Nariño 2023.....	63
Gráfica 26. Distribución porcentual frente a la periodicidad del consumo de productos lácteos y derivados, de los estudiantes entre los 12 y 17 años de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús. Municipio El Tambo-Nariño 2023.....	64
Gráfica 27. Distribución porcentual frente al motivo del consumo de productos lácteos y derivados, de los estudiantes entre los 12 y 17 años de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús. Municipio El Tambo-Nariño 2023.....	64
Gráfica 28. Distribución por frecuencia frente al tiempo del consumo de productos lácteos y derivados, de los estudiantes entre los 12 y 17 años de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús. Municipio El Tambo-Nariño 2023.....	65
Gráfica 29. Distribución porcentual frente a los gustos del consumo de alimentos precocidos, de los estudiantes entre los 12 y 17 años de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús. Municipio El Tambo-Nariño 2023.....	66
Gráfica 30. Distribución por frecuencia frente a las preferencias del consumo de alimentos precocidos, de los estudiantes entre los 12 y 17 años de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús. Municipio El Tambo-Nariño 2023.....	66

Gráfica 31. Distribución porcentual frente a la periodicidad del consumo de alimentos precocidos, de los estudiantes entre los 12 y 17 años de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús. Municipio El Tambo-Nariño 2023.....	67
Gráfica 32. Distribución porcentual frente al motivo del consumo de alimentos precocidos, de los estudiantes entre los 12 y 17 años de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús. Municipio El Tambo-Nariño 2023.....	67
Gráfica 33. Distribución por frecuencia frente al tiempo del consumo de alimentos precocidos, de los estudiantes entre los 12 y 17 años de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús. Municipio El Tambo-Nariño 2023.....	68
Gráfica 34. Distribución porcentual frente a los gustos del consumo de embutidos, de los estudiantes entre los 12 y 17 años de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús. Municipio El Tambo-Nariño 2023.....	69
Gráfica 35. Distribución por frecuencia frente a las preferencias del consumo de embutidos, de los estudiantes entre los 12 y 17 años de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús. Municipio El Tambo-Nariño 2023.....	69
Gráfica 36. Distribución porcentual frente a la periodicidad del consumo de embutidos, de los estudiantes entre los 12 y 17 años de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús. Municipio El Tambo-Nariño 2023.....	70
Gráfica 37. Distribución porcentual frente al motivo del consumo de embutidos, de los estudiantes entre los 12 y 17 años de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús. Municipio El Tambo-Nariño 2023.....	70
Gráfica 38. Distribución por frecuencia frente al tiempo del consumo de embutidos, de los estudiantes entre los 12 y 17 años de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús. Municipio El Tambo-Nariño 2023.....	71
Gráfica 39. Distribución porcentual frente a los gustos del consumo de salsas y condimentos, de los estudiantes entre los 12 y 17 años de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús. Municipio El Tambo-Nariño 2023.....	72
Gráfica 40. Distribución por frecuencia frente a las preferencias del consumo de salsas y condimentos, de los estudiantes entre los 12 y 17 años de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús. Municipio El Tambo-Nariño 2023.....	72

Gráfica 41. Distribución porcentual frente a la periodicidad del consumo de salsas y condimentos, de los estudiantes entre los 12 y 17 años de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús. Municipio El Tambo-Nariño 2023.....	73
Gráfica 42. Distribución porcentual frente al motivo del consumo de salsas y condimentos, de los estudiantes entre los 12 y 17 años de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús. Municipio El Tambo-Nariño 2023.....	73
Gráfica 43. Distribución por frecuencia frente al tiempo del consumo de salsas y condimentos, de los estudiantes entre los 12 y 17 años de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús. Municipio El Tambo-Nariño 2023.....	74
Gráfica 44. Distribución por frecuencia frente a los medios de publicidad por donde se recibe la información para el consumo de productos ultraprocesados, de los estudiantes entre los 12 y 17 años de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús. Municipio El Tambo-Nariño 2023.	74

Índice de Anexos

	Pág.
Anexo 1. Carta de solicitud.....	98
Anexo 2. Consentimiento informado.....	99
Anexo 3. Encuesta de estudiantes.....	101

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, 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, p.1). 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.

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. 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” (p. 03), superando así el 50% de la población, según los resultados entregados por la Encuesta Nacional de Situación Nutricional (Ministerio de Salud y Protección Social [MPS], 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. 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 (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, Contreras y García (2005) afirman que:

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. (p. 138)

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 en el curso de vida del municipio del Tambo Nariño?

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 [OPS] y Organización Mundial de la Salud [OMS], 2015, p. 1). 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 que 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, Monteiro et al., (2010) afirma que 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.

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 emanada por el Congreso de la república (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" (p. 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, 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 (Organización Panamericana de la Salud [OPS], 2018). 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 la FAO 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” (Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación [FAO], 2020, 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. 11)

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 Organización Panamericana de la Salud [OPS] y organización Mundial de la Salud [OMS] (2015) 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 municipio del Tambo 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 la Institución Educativa del municipio del Tambo Nariño, 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 del consumo de los productos ultraprocesados referente a los gustos y preferencias de los estudiantes entre los 12 a 17 años de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús del Municipio El Tambo - Nariño.

1.3.2. *Objetivos específicos*

- Analizar el consumo de productos ultraprocesados en los estudiantes de 12 a 17 años de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 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. (Organización Panamericana de la Salud [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. (Organización Panamericana de la Salud [OPS], 2019, p. 13)

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. (Organización Panamericana de la Salud [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, 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, 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)

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 de 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)

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, vol. 95 en el 2018, donde abarca esta temática, elaborado por Masías Posada Sara 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 (Macias, 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, Macias (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, 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. (Claro et al., 2018)

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.

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.

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.

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 tiene 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, 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.

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, 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. (Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación [FAO], 2020)

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 [FEN], 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)

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. 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. (Montoya y Alcaraz, 2016, p. 151)

Martí 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. (p. 1)

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. (Organización Panamericana de la Salud [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. (Organización de las Naciones Unidas para la agricultura y la alimentación [FAO], 2020, 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.

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. (Organización de las Naciones Unidas para la agricultura y la alimentación [FAO]. (2020), p. 14)

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 Nutrición [FEN], 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. 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. (Galindo, 2020)

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: Según Rodríguez (2020) “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”. (p. 1)

Alimentos: Según Organización Panamericana de la Salud [OPS] (2019) “cualquier sustancia, procesada, semiprocada 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”. (p. 5)

Curso de vida: Según el Ministerio de Salud y Protección Social [MPS] (2015) “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. (p. 1).

Creencias alimentarias: Según Schnel (2014) “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. (p. 91)

Consumo: Según el Consejo nacional de política económica social [CONPES] (2019) “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. (p. 42)

Hábitos alimenticios: Según Herrada et al. (2016) “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”. (p. 1)

Cultura: Según Bericat (2016) “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. (p. 1)

Enfermedades no transmisibles: Según la Organización Panamericana de la Salud [OPS] y Organización Mundial de la Salud [OMS] (2018) “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”. (p. 1)

Seguridad alimentaria: Según el Consejo nacional de política económica social [CONPES] (2008) “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”. (p. 3)

Sodio: Según Center for Food Safety and Applied Nutrition [CFSAN] (2022) “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”. (p. 1)

Prácticas alimentarias: Según la Asociación de Piscicultores de la Sierra y la Amazonia [ANAPSA] (2019) “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”. (p. 8)

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 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 (Alcaldía municipal de El Tambo Nariño, 2023). 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; 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% (Joaquín, 2007). 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.

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 cuenta el curso de vida de la población a estudiar.

1.4.4. Marco legal

1.4.4.1. Internacional. 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. (Asamblea General de las Naciones Unidas [ONU], 1948).

Por tanto, el mencionar que se contempla a la alimentación como 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.

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. (Organización de las Naciones Unidas para la alimentación y la agricultura [FAO], 2016)

1.4.4.2. Nacional. 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. (Consejo nacional de política económica social [CONPES], 2008)

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.

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 (Congreso de Colombia, 2021).

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 (Ruiz, 2021).

1.4.4.3. Regional. 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)

1.4.5. Marco ético

Para el desarrollo de la presente investigación se tuvo en cuenta el seguimiento y cumplimiento de la (Resolución 8430 de 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 el curso de vida desde los 12 a 17 años de edad del Colegio Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús del Municipio El Tambo – Nariño, población secundaria estudiantil que cuenta con 466 estudiantes activos, de los cuales participarán los 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:

Criterios de inclusión:

- Estudiantes activos en secundaria de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús del Municipio El Tambo - Nariño

- Estudiantes de preescolar, primaria y secundaria que sean menores de edad.
- Estudiantes que se constituyan como ciudadanos colombianos (12-17).
- 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.
- Estudiantes que acepten participar en el estudio y que hayan firmado el consentimiento informado.

Criterios de exclusión:

- Estudiantes de secundaria que no acepten ser parte del estudio.
- Estudiantes de secundaria no matriculados a la Institución.

1.5.5. Categorización de variables

En la tabla 1 se presenta la categorización de las variables

Tabla 1.

Categorización de variables del proyecto de investigación.

Denominación	Definición	Naturaleza	Unidad de medida	Objeto específico
Edad	Tiempo de vida en años desde el nacimiento de la persona.	Cualitativo	Años	Indagar los gustos y 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 bajo-bajo Estrato 2 bajo Estrato 3 medio-bajo Estrato 4 medio Estrato 5 medio-alto Estrato 6 alto	Indagar los gustos y preferencias de consumo que tienen los estudiantes sobre los productos ultraprocesados.
Zona de residencia	Lugar donde vive actualmente.	Cualitativo	Zona Urbana Zona 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 que tiene una persona.	Cualitativo	Preescolar Primaria completa Secundaria completa	Indagar los gustos y preferencias de consumo que tienen los estudiantes sobre los productos ultraprocesados.

			Técnico o tecnológico	
			Universitario	
			Posgrado	
			Ninguno	
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	Escala de productos ultraprocesados según subclasificación Nova	Indagar los gustos y preferencias de consumo que tienen los estudiantes sobre los productos ultraprocesados.
			Escala de actitud tipo Likert	
			1.Bebidas azucaradas:	
			- Nada	
			- Poco	
			- Mucho	
			2.Comidas rápidas:	
			- Nada	
			- Poco	
			- Mucho	
			3.Empaquetados:	
			- Nada	
			- Poco	
			- 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 población objeto	La preferencia se basa en la conducta del consumidor por lo tanto la preferencia indiferente es el resultado de elegir entre un producto u otro.	Cualitativo	Escala de productos ultraprocesados según clasificación Nova	Indagar los gustos y 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 cultural, entre otros.	Cualitativo	Tiempo Precio Sabor Fácil Consumo Fácil acceso Ninguna de las Anteriores	Indagar los gustos y preferencias de consumo que tienen los estudiantes sobre los productos ultraprocesados.
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.

<p>Tiempo de consumo de productos ultraprocesados</p>	<p>de Periodo de tiempo el cual corresponde que la persona consuma al momento del día los productos ultraprocesados.</p>	<p>Cualitativa</p>	<p>Tiempo determinado en el cual la persona consume al día los productos ultraprocesados:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Desayuno - Media mañana - Almuerzo - Media tarde - Cena - Refrigerio Nocturno - Ninguna de las Anteriores 	<p>Reconocer cuáles son los productos ultraprocesados con más frecuencia de consumo.</p>
<p>Medios de publicidad</p>	<p>Se refiere a que la publicidad es una estrategia de mercadotecnia y a su vez una herramienta tradicional directa, que tiene como objetivo divulgar un producto, servicio o marca para estimular su consumo y compra, con el fin de prevalecer.</p>	<p>Cualitativa</p>	<p>Selección múltiple según el criterio del participante.</p> <ul style="list-style-type: none"> -Radio -Televisión -Revistas -Internet (Buscador, Anuncios, Redes sociales etc.) -Periódico 	<p>Indagar los gustos y preferencias de consumo que tienen los estudiantes sobre los productos ultraprocesados.</p>

1.5.6. Instrumento de recolección de información

1.5.6.1. Instrumento de investigación. Para poder recolectar una adecuada y significativa información se determinó realizar una encuesta de 48 preguntas que contenga preguntas claves para identificar las características de consumo de los productos ultraprocesados de cada grupo de alimentos, referente a los gustos y preferencias en los estudiantes de 12 a 17 años de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús del municipio en Tambo, Nariño. Las preguntas se dividen en 2 partes: La primera se encarga en realizar preguntas sobre el entorno social del estudiante y de sus padres, en cuanto a nombre, edad, género, estrato socioeconómico y grado de escolaridad de padres; la segunda parte se encarga en realizar preguntas sobre gustos, preferencias y frecuencia de consumo, esta parte se divide según la clasificación de los productos ultraprocesados tales como: Bebidas azucaradas, productos de bollería y lácteos, embutidos, alimentos precocidos y salsas. La forma de respuesta es de selección múltiple con única respuesta y en algunas preguntas se indicará que puede marcar varias opciones de respuestas, con una duración de 20 minutos.

2. Resultados de investigación

La población participante de este estudio fueron 377 estudiantes de los grados séptimos hasta los onces de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús, que comprenden las edades de 12 a 17 años, del Municipio El Tambo - Nariño durante el periodo enero - junio de 2023.

Para dar cumplimiento a los objetivos de la presente investigación se aplicó una encuesta de caracterización del consumo de productos ultraprocesados a estudiantes matriculados de dicha Institución, que fue elaborada para la presente investigación en la que se incluyeron variables como edad, género, estrato socioeconómico, zona de residencia, nivel educativo de la madre y del padre, gustos, preferencias, motivo de consumo, periodicidad de consumo y tiempo de consumo de la población objeto, además de los medios de publicidad por los cuales la población recibe información para fomentar el consumo de los productos ultraprocesados.

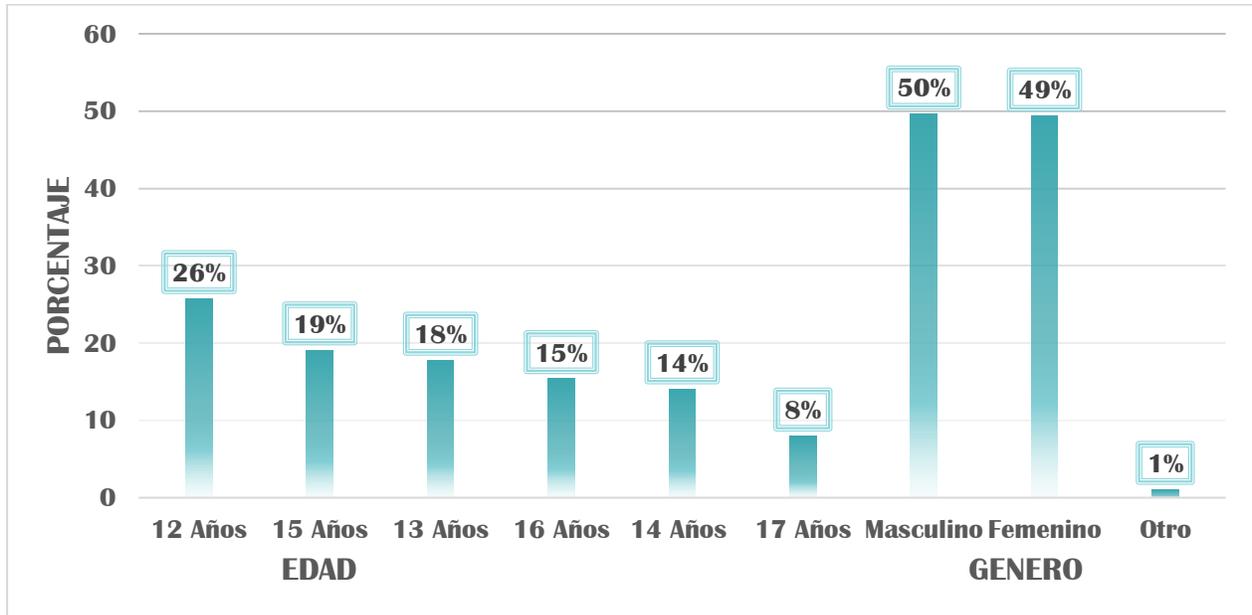
2.1. Análisis e interpretación de graficas por categorización de variables

2.1.1. Analizar el consumo de productos ultraprocesados en los estudiantes de 12 a 17 años de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús según los factores sociodemográficos.

En la gráfica 1 se puede identificar las variables de género y edad de los 377 estudiantes encuestados, en donde se observa que el 49,6% (187 estudiantes) corresponde al género masculino, mientras que el 49,3% (186 estudiantes) corresponde al género femenino; de igual forma se destaca el grupo de edad de los estudiantes en donde el porcentaje mayor corresponde al 25,7% con una edad de 12 años, seguido del 19,1% de 15 años y un 17,8% de 13 años; concluyendo que la participación tanto femenina como masculina son aproximadamente similares, haciendo de esta investigación equitativa en ambos géneros, resaltando que los estudiantes de 12 años presentan mayor número de participantes en dicha investigación.

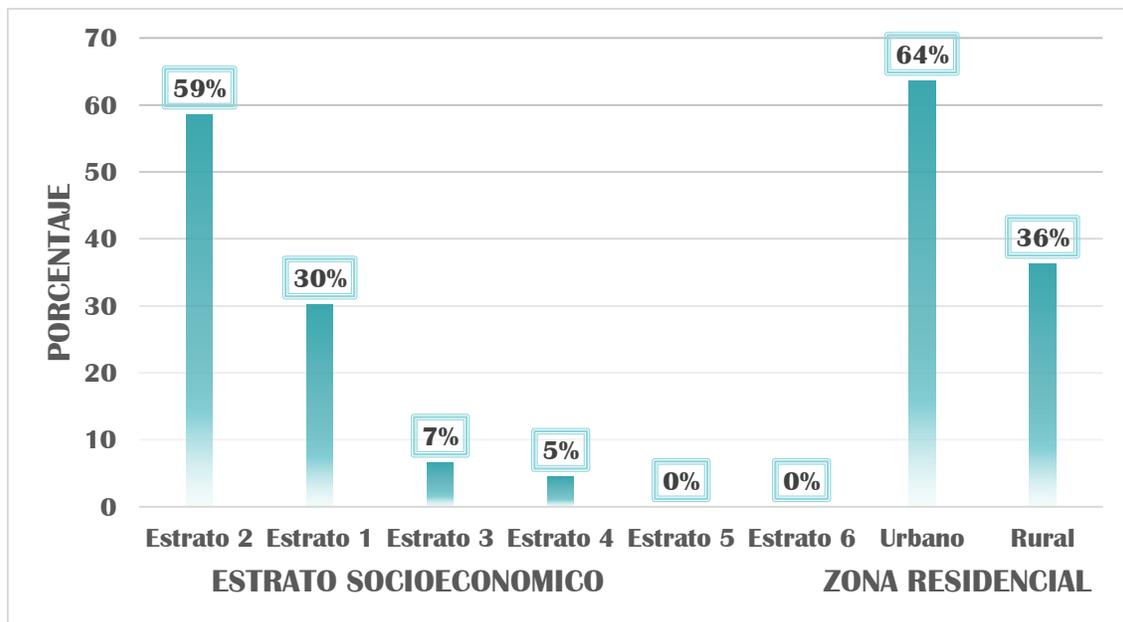
Gráfica 1.

Distribución porcentual frente al género y edad de los estudiantes entre los 12 a 17 años de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús. Municipio El Tambo-Nariño 2023.



Gráfica 2.

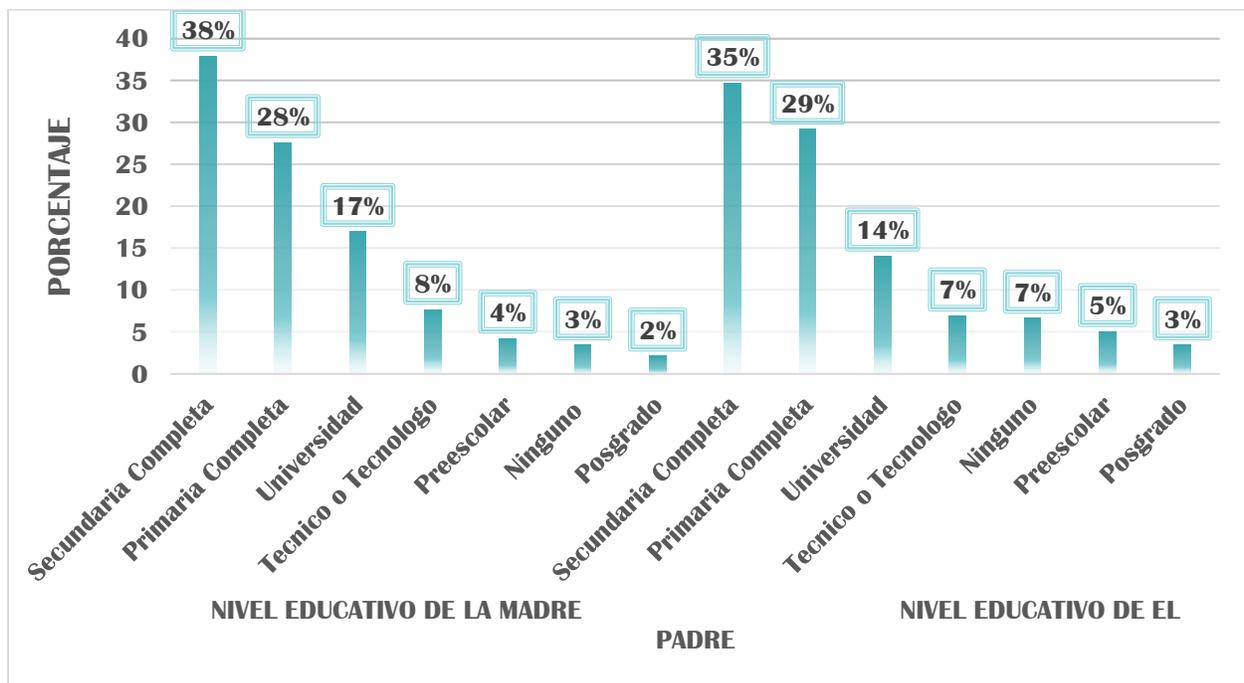
Distribución porcentual frente al estrato socioeconómico y zona residencial, de los estudiantes entre los 12 y 17 años de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús. Municipio El Tambo-Nariño 2023.



En la gráfica 2 se puede identificar las variables de estrato socioeconómico y zona residencial de los 377 estudiantes encuestados, se observa que el 63,7% (240 estudiantes) viven en una zona residencial urbana, mientras que el 36,3% (137 estudiantes) viven en una zona residencial rural; de igual forma se destaca el estrato socioeconómico en donde el porcentaje mayor corresponde al 58,6% del estrato 2, seguido del 30,2% correspondiente al estrato 1 y un 6,6% del estrato 3; concluyendo que de los estudiantes que participaron la mayoría viven en una zona de residencia urbana con un estrato socioeconómico 2, siendo este de un nivel bajo y vulnerable.

Gráfica 3.

Distribución porcentual frente al nivel educativo de la madre y del padre, de los estudiantes entre los 12 y 17 años de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús. Municipio El Tambo-Nariño 2023.



En la gráfica 3 se puede identificar las variables de los niveles educativos tanto de la madre como el padre de los 377 estudiantes encuestados, en donde se observa que el mayor nivel educativo de ambos corresponde a la secundaria completa con un 37,9% en las madres y un 34,7% en los padres, seguido del nivel educativo de primaria completa con un 27,6% en las madres y un 29,2% en los padres; concluyendo que la mayoría de las madres han culminado el nivel educativo de secundaria completa, mientras que la mayoría de los padres han culminado el nivel educativo

de primaria completa, siendo estos los niveles educativos que más predominan en comparación con los otros.

2.1.2. Indagar los gustos y preferencias de consumo que tienen los estudiantes sobre los productos ultraprocesados.

2.1.2.1 Reconocer cuáles son los productos ultraprocesados con más frecuencia de consumo. En la gráfica 4, 5, 6, 7 y 8 se pueden identificar las variables de gustos, preferencias, periodicidad, motivo y tiempo de consumo del grupo de alimentos de bebidas azucaradas, según la elección de los 377 estudiantes encuestados, en donde se visualiza que el 64,2% les gusta poco las bebidas azucaradas, mientras que el 33,4% les gusta mucho estas bebidas.

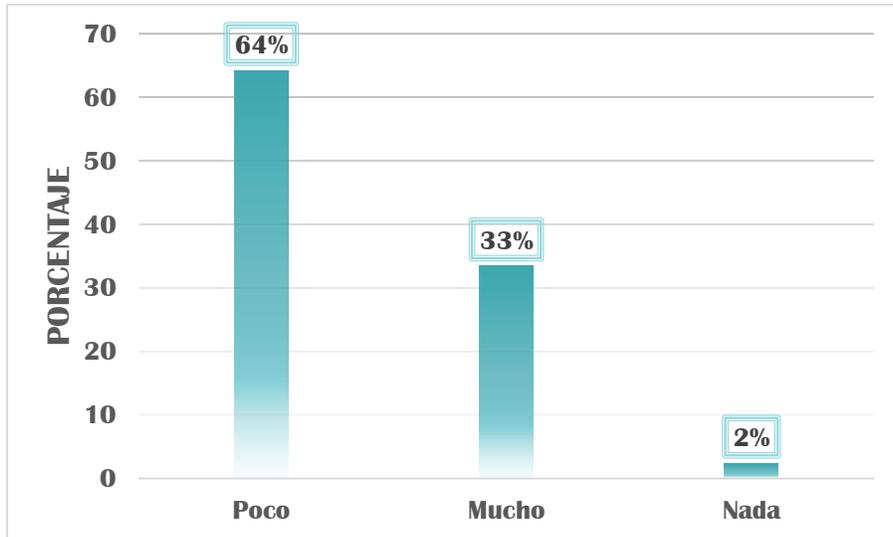
Por otra parte, los estudiantes prefirieron jugo de botella, seguido de la gaseosa y las bebidas energizantes, resaltando que en la variable de periodicidad el 68,7% el consumo era de casi nunca y el 25,5% era de casi siempre.

Además, en la variable motivo de consumo el 75,6% respondió que se debía a su sabor, el 7,7% al fácil acceso y el 6,4% al tiempo, en donde cabe destacar que en la variable tiempo de consumo los estudiantes respondieron que es mayor en la media tarde, seguido del almuerzo y la cena.

Concluyendo que a la mayoría de los estudiantes les gusta poco las bebidas azucaradas y casi nunca las consumen, pero cuando las elijen prefieren el jugo de botella, debido a que les gusta su sabor consumiéndolas con mayor prevalencia en la media tarde.

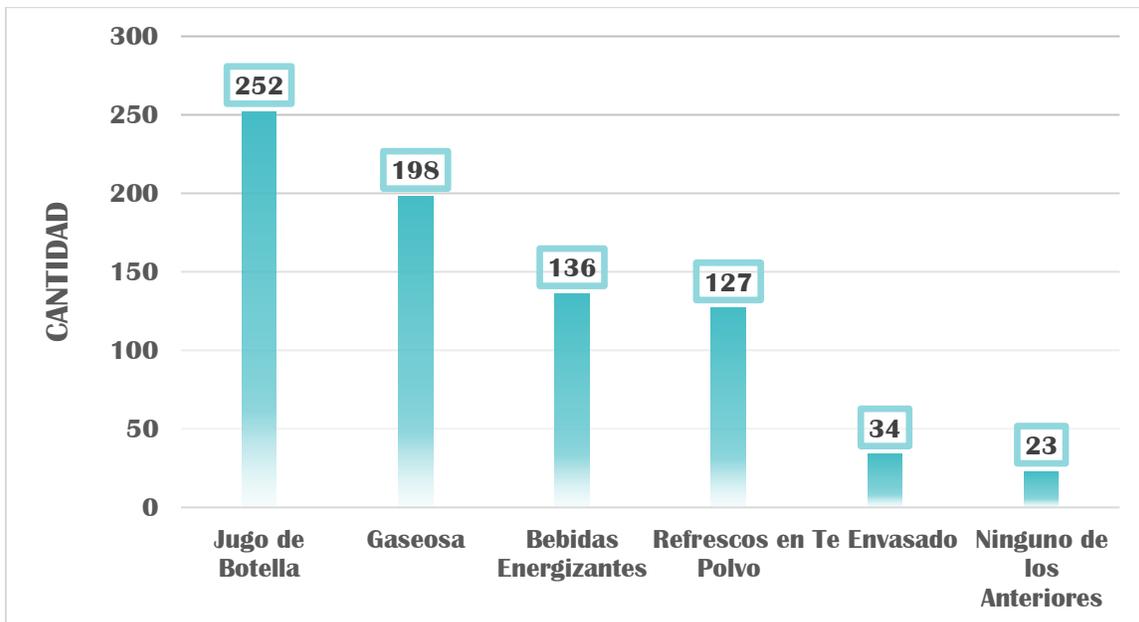
Gráfica 4.

Distribución porcentual frente a los gustos del consumo de bebidas azucaradas, de los estudiantes entre los 12 y 17 años de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús. Municipio El Tambo-Nariño 2023.



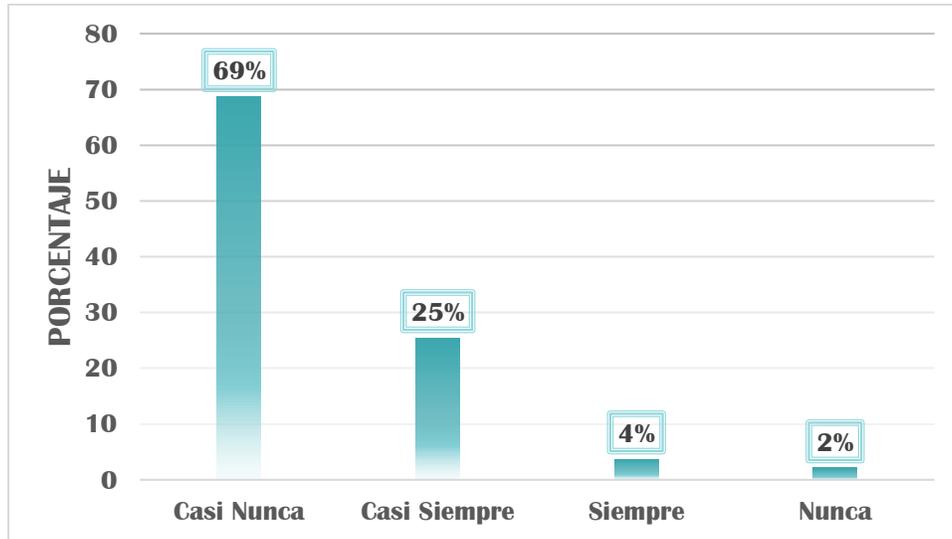
Gráfica 5.

Distribución por frecuencia frente a las preferencias del consumo de bebidas azucaradas, de los estudiantes entre los 12 y 17 años de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús. Municipio El Tambo-Nariño 2023.



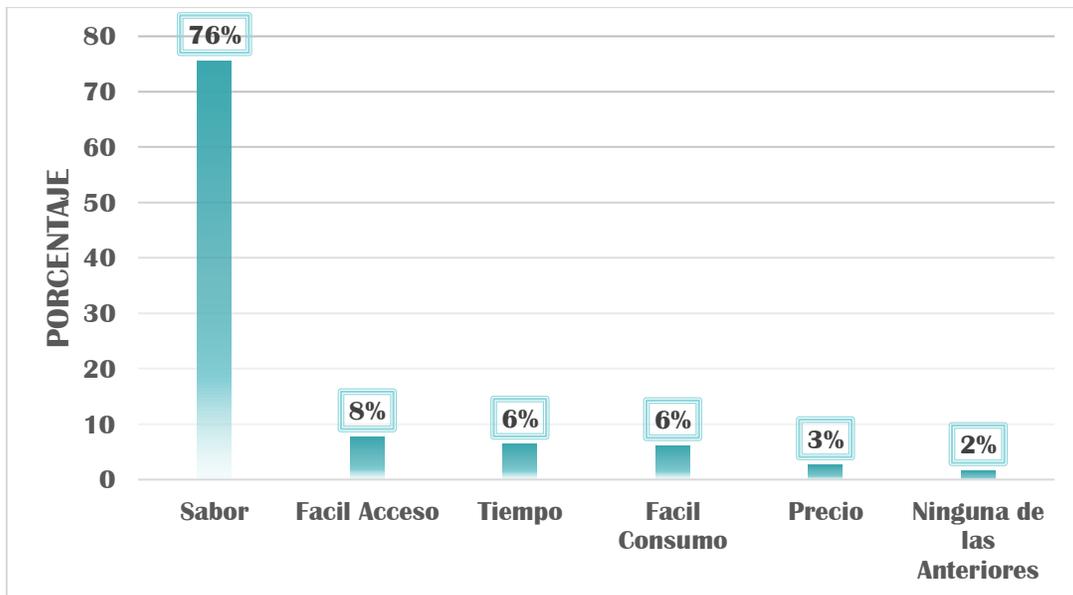
Gráfica 6.

Distribución porcentual frente a la periodicidad del consumo de bebidas azucaradas, de los estudiantes entre los 12 y 17 años de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús. Municipio El Tambo-Nariño 2023.



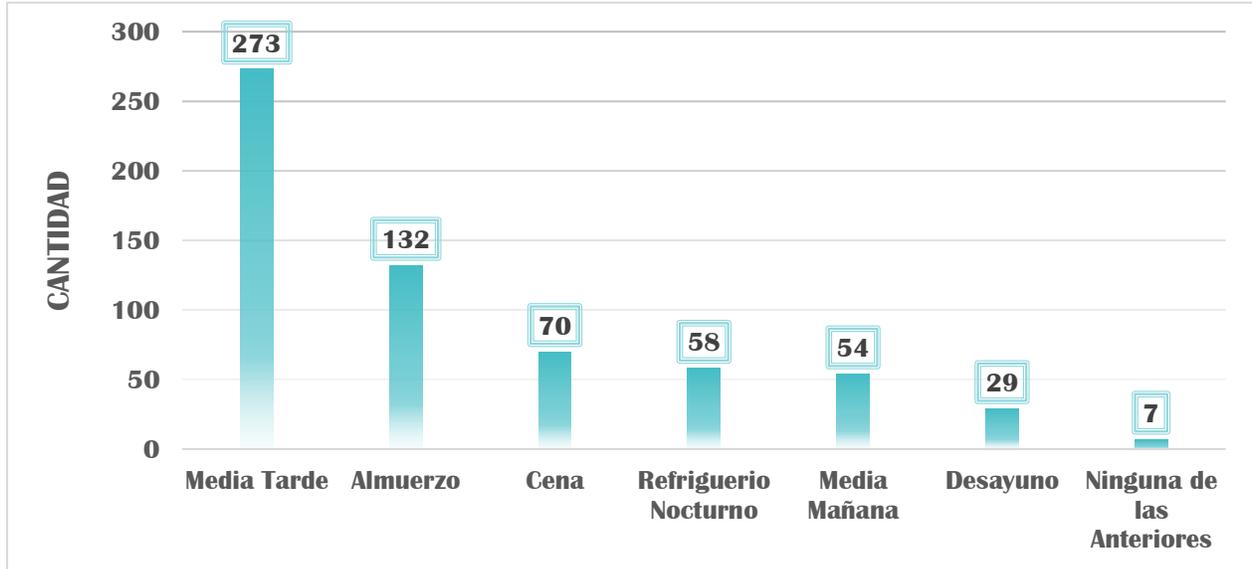
Gráfica 7.

Distribución porcentual frente al motivo del consumo de bebidas azucaradas, de los estudiantes entre los 12 y 17 años de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús. Municipio El Tambo-Nariño 2023.



Gráfica 8.

Distribución por frecuencia frente al tiempo del consumo de bebidas azucaradas, de los estudiantes entre los 12 y 17 años de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús. Municipio El Tambo-Nariño 2023.



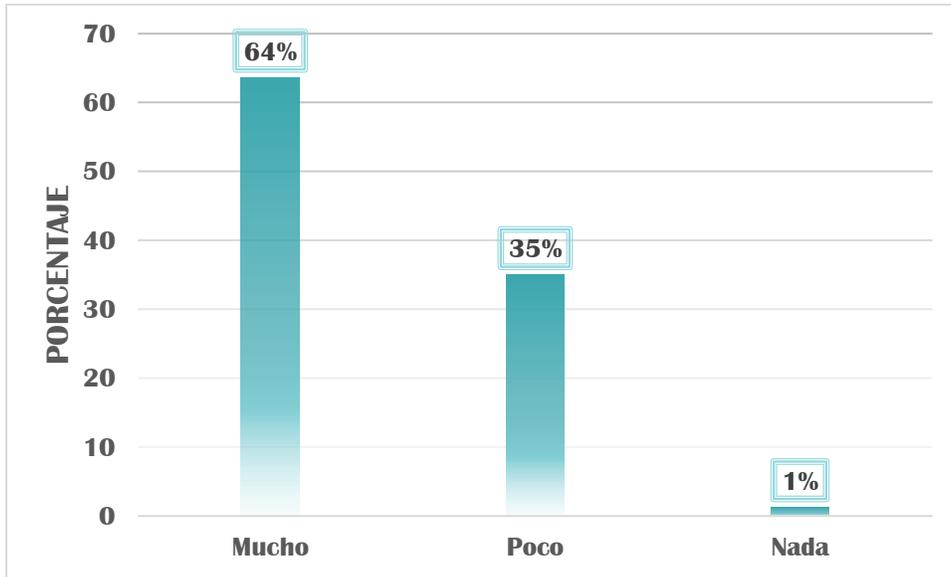
En la gráfica 9, 10, 11, 12 y 13 se pueden identificar las variables de gustos, preferencias, periodicidad, motivo y tiempo de consumo del grupo de alimentos de comidas rápidas, según la elección de los 377 estudiantes encuestados, se visualiza que el 63,7% les gusta mucho las comidas rápidas, mientras que el 35,0% les gusta poco.

Por otra parte, los estudiantes prefirieron la salchipapa, seguido de la hamburguesa y la pizza, resaltando que en la variable de periodicidad el 62,1% respondió que el consumo era de casi siempre y el 33,2% era de casi nunca. Además, en la variable motivo de consumo el 80,9% respondió que se debía a su sabor, el 5,6% al fácil acceso y con el mismo porcentaje fácil consumo, en donde cabe destacar que en la variable tiempo de consumo los estudiantes respondieron que es mayor en la media tarde, seguido de la cena y el refrigerio nocturno.

Concluyendo que a la mayoría de los estudiantes les gusta mucho las comidas rápidas y casi siempre las consumen, pero cuando las elijen prefieren la salchipapa, debido a que les gusta su sabor consumiéndolas con mayor prevalencia en la media tarde.

Gráfica 9.

Distribución porcentual frente a los gustos del consumo de comidas rápidas, de los estudiantes entre los 12 y 17 años de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús. Municipio El Tambo-Nariño 2023.



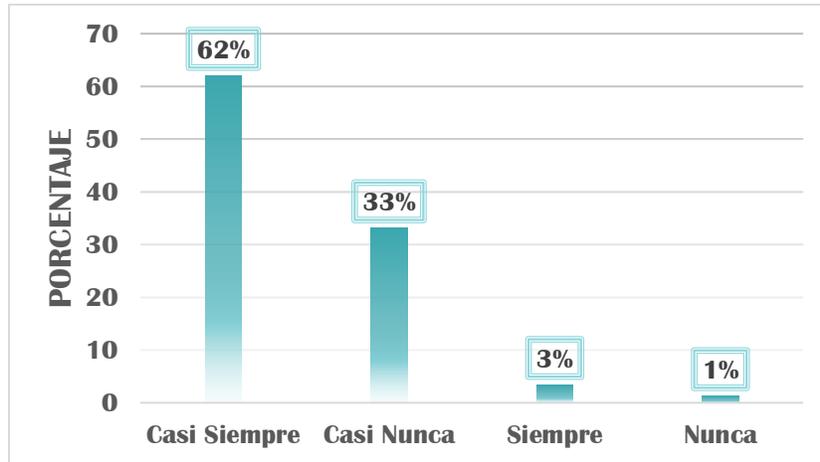
Gráfica 10.

Distribución por frecuencia frente a las preferencias del consumo de comidas rápidas, de los estudiantes entre los 12 y 17 años de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús. Municipio El Tambo-Nariño 2023.



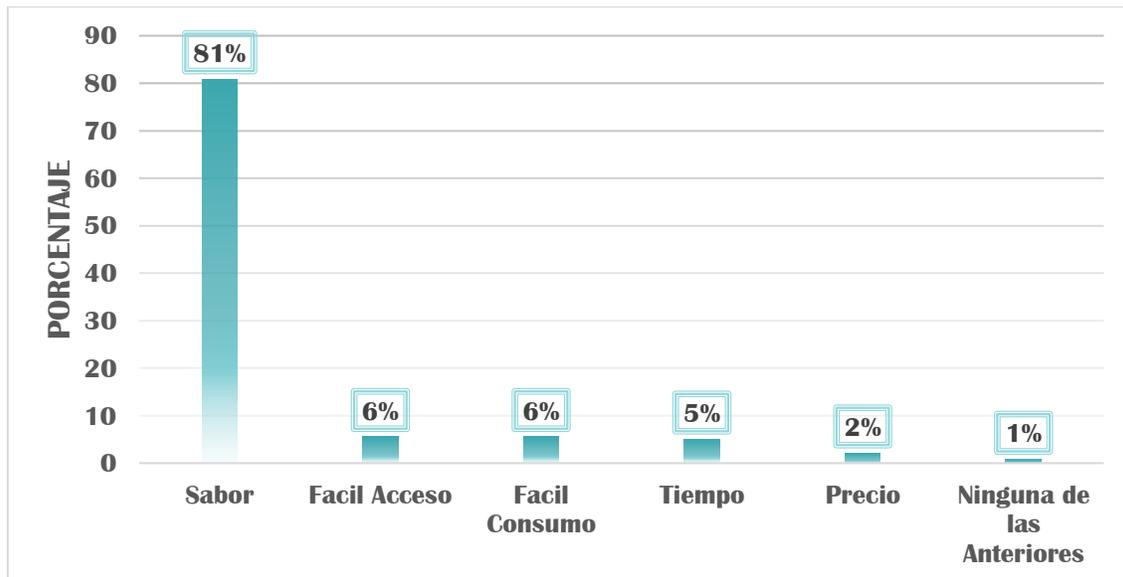
Gráfica 11.

Distribución porcentual frente a la periodicidad del consumo de comidas rápida, de los estudiantes entre los 12 y 17 años de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús. Municipio El Tambo-Nariño 2023.



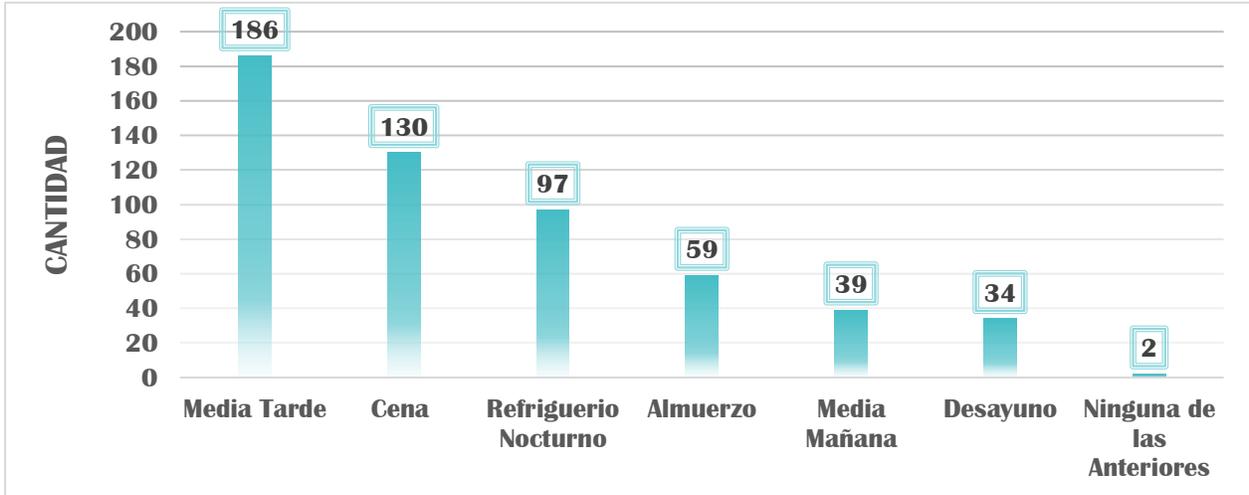
Gráfica 12.

Distribución porcentual frente al motivo del consumo de comidas rápidas, de los estudiantes entre los 12 y 17 años de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús. Municipio El Tambo-Nariño 2023.



Gráfica 13.

Distribución por frecuencia frente al tiempo del consumo de comidas rápidas, de los estudiantes entre los 12 y 17 años de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús. Municipio El Tambo-Nariño 2023.



En la gráfica 14, 15, 16, 17 y 18 se pueden identificar las variables de gustos, preferencias, periodicidad, motivo y tiempo de consumo del grupo de alimentos de empaquetados, según la elección de los 377 estudiantes encuestados, en donde se visualiza que el 52,8% les gusta poco los empaquetados, mientras que el 45,4% les gusta mucho dicho grupo de alimentos.

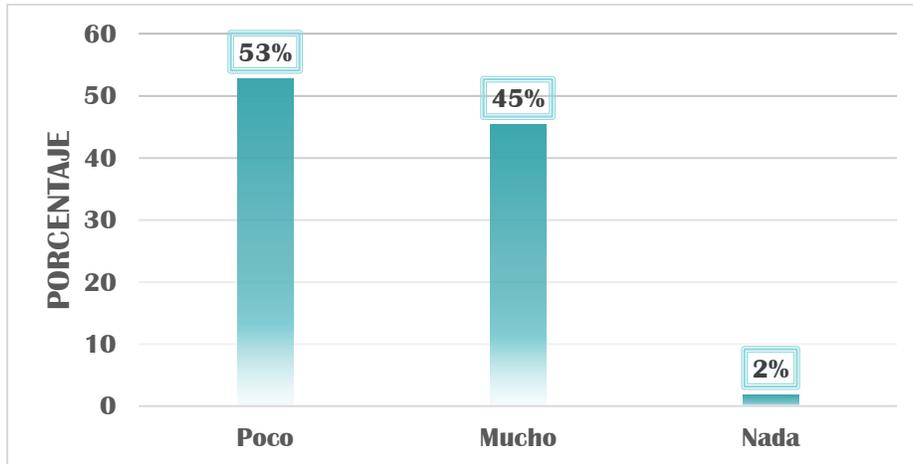
Por otra parte, los estudiantes prefirieron papás de paquete y también chokolatinas, seguidos de detoditos y bombones, resaltando que en la variable de periodicidad el 59,4% el consumo era de casi siempre y el 29,4% era de casi nunca.

Además, en la variable motivo de consumo el 72,4% respondió que se debía a su sabor, el 10,9% al fácil consumo y el 7,2% al precio, en donde cabe destacar que en la variable tiempo de consumo los estudiantes respondieron que su consumo es mayor en la media tarde, seguido de la media mañana y el refrigerio nocturno.

Concluyendo que a la mayoría de los estudiantes les gusta poco los empaquetados y casi siempre los consumen, pero cuando las elijen prefieren papás de paquete, debido a que les gusta su sabor consumiéndolas con mayor prevalencia en la media tarde.

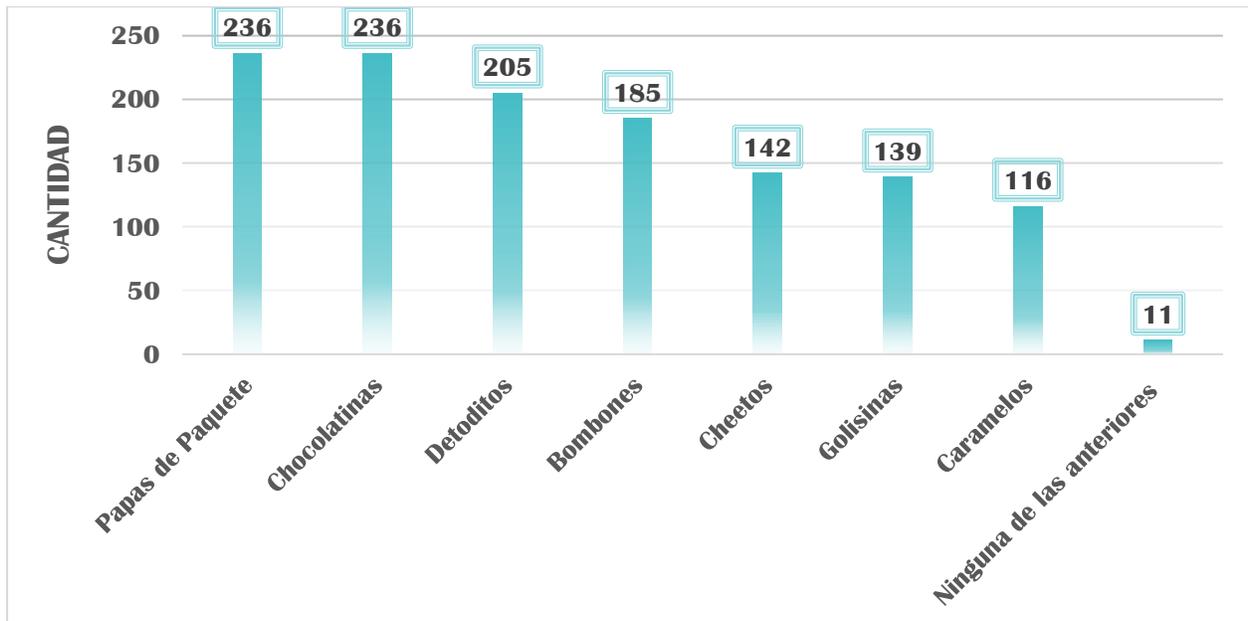
Gráfica 14.

Distribución porcentual frente a los gustos del consumo de empaquetados, de los estudiantes entre los 12 y 17 años de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús. Municipio El Tambo-Nariño 2023.



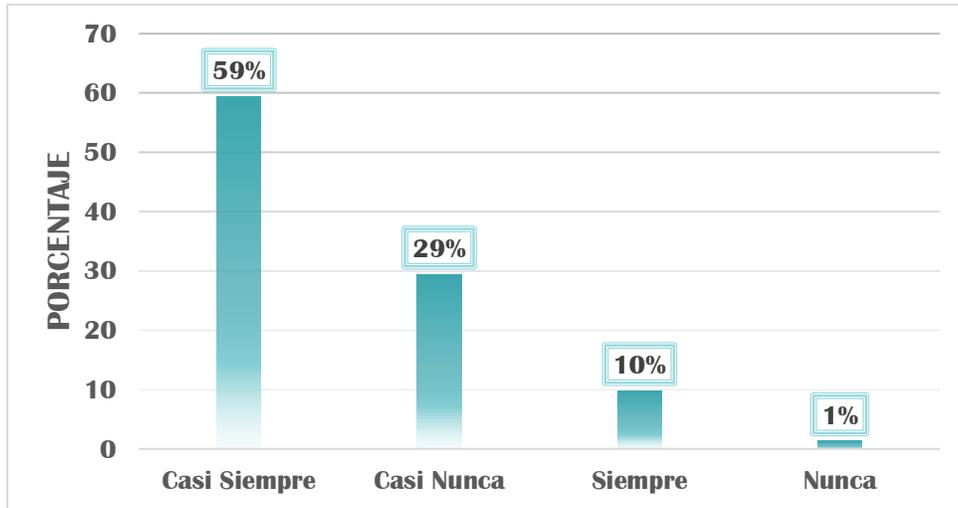
Gráfica 15.

Distribución por frecuencia frente a las preferencias del consumo de empaquetados, de los estudiantes entre los 12 y 17 años de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús. Municipio El Tambo-Nariño 2023.



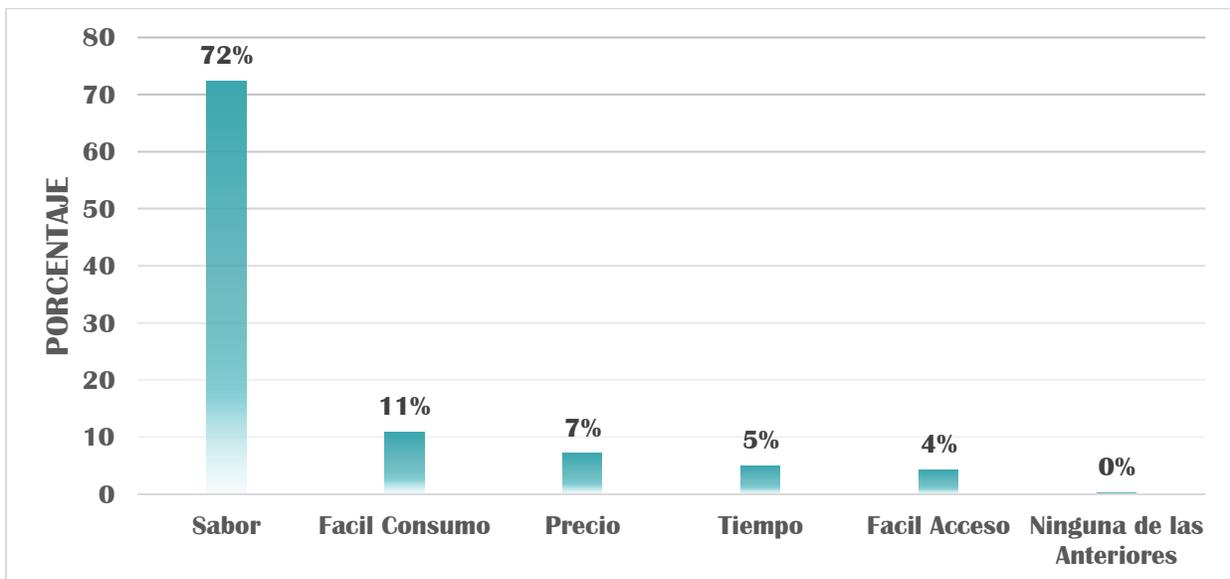
Gráfica 16.

Distribución porcentual frente a la periodicidad del consumo de empaquetados, de los estudiantes entre los 12 y 17 años de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús. Municipio El Tambo-Nariño 2023.



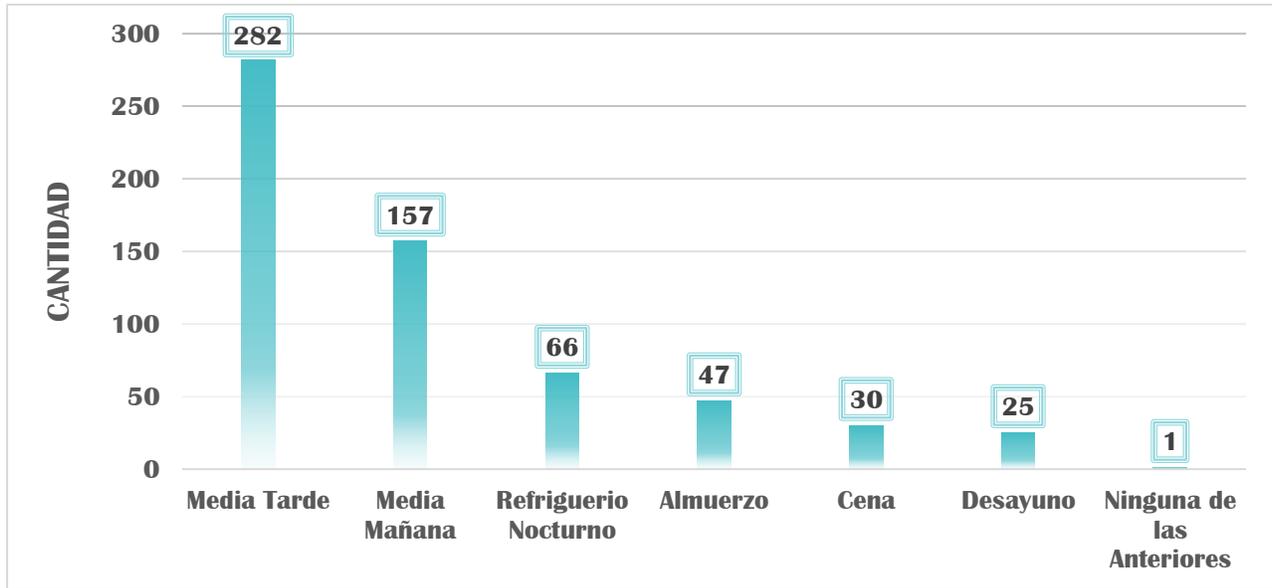
Gráfica 17.

Distribución porcentual frente al motivo del consumo de empaquetados, de los estudiantes entre los 12 y 17 años de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús. Municipio El Tambo-Nariño 2023.



Gráfica 18.

Distribución por frecuencia frente al tiempo del consumo de empaquetados, de los estudiantes entre los 12 y 17 años de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús. Municipio El Tambo-Nariño 2023.



En la gráfica 19, 20, 21, 22 y 23 se pueden identificar las variables de gustos, preferencias, periodicidad, motivo y tiempo de consumo del grupo de alimentos de productos de panadería y pastelería, según la elección de los 377 estudiantes encuestados, se visualiza que el 49,6% les gusta mucho los productos de panadería y pastelería, mientras que el 48% les gusta poco dicho grupo de alimentos.

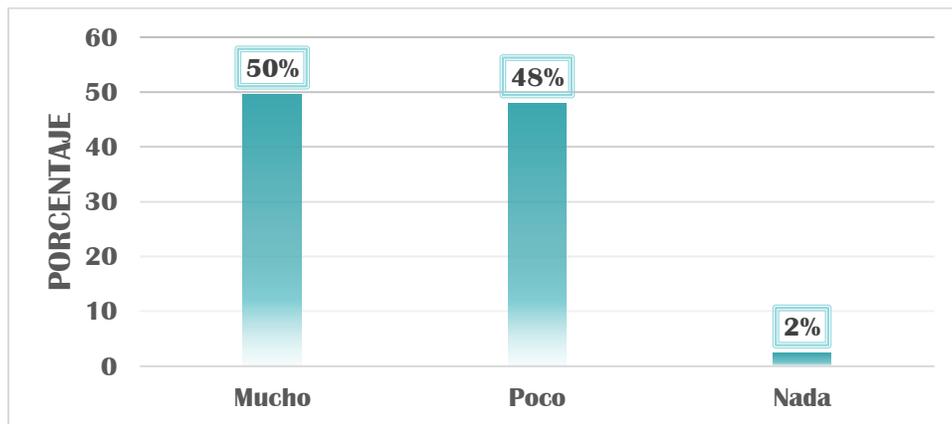
Por otra parte, los estudiantes prefirieron galletas, seguido del chocorrano, los postres y los pasteles, resaltando que en la variable de periodicidad el 44,8% respondió que el consumo era de casi siempre y el 41,6% era de casi nunca.

Además, en la variable motivo de consumo el 79,8% respondió que se debía a su sabor, el 7,4% al fácil consumo y el 4,5% al fácil acceso, en donde cabe destacar que en la variable tiempo de consumo los estudiantes respondieron que su consumo es mayor en la media tarde, seguido del desayuno y la media mañana.

Concluyendo que a la mayoría de los estudiantes les gusta mucho los productos de panadería y pastelería y casi siempre los consumen, prefiriendo las galletas debido a que les gusta su sabor consumiéndolas con mayor prevalencia en la media tarde.

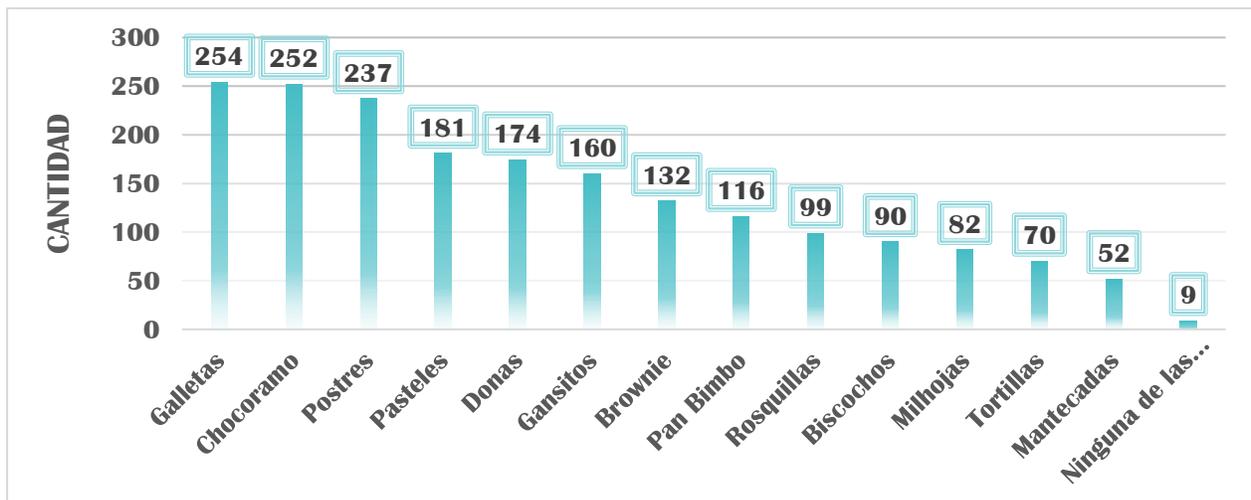
Gráfica 19.

Distribución porcentual frente a los gustos del consumo de productos de panadería y pastelería, de los estudiantes entre los 12 y 17 años de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús. Municipio El Tambo-Nariño 2023.



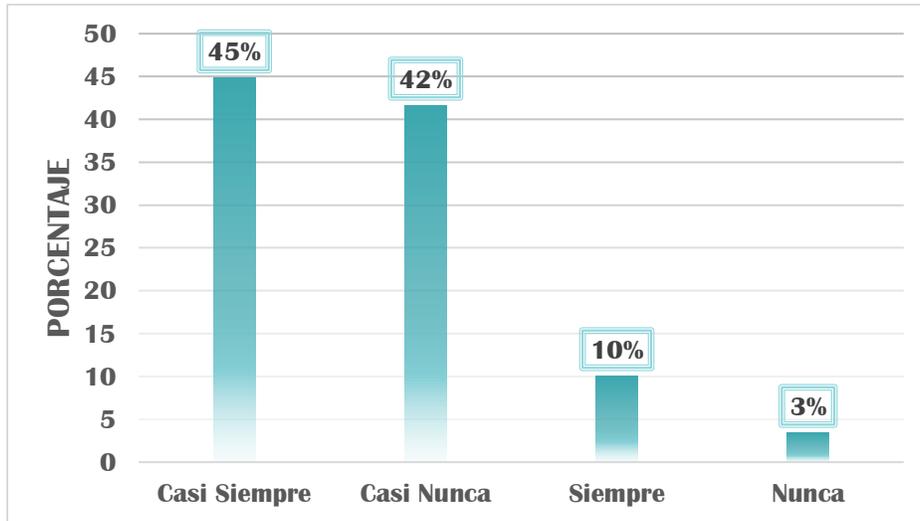
Gráfica 20.

Distribución por frecuencia frente a las preferencias del consumo de productos de panadería y pastelería, de los estudiantes entre los 12 y 17 años de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús. Municipio El Tambo-Nariño 2023.



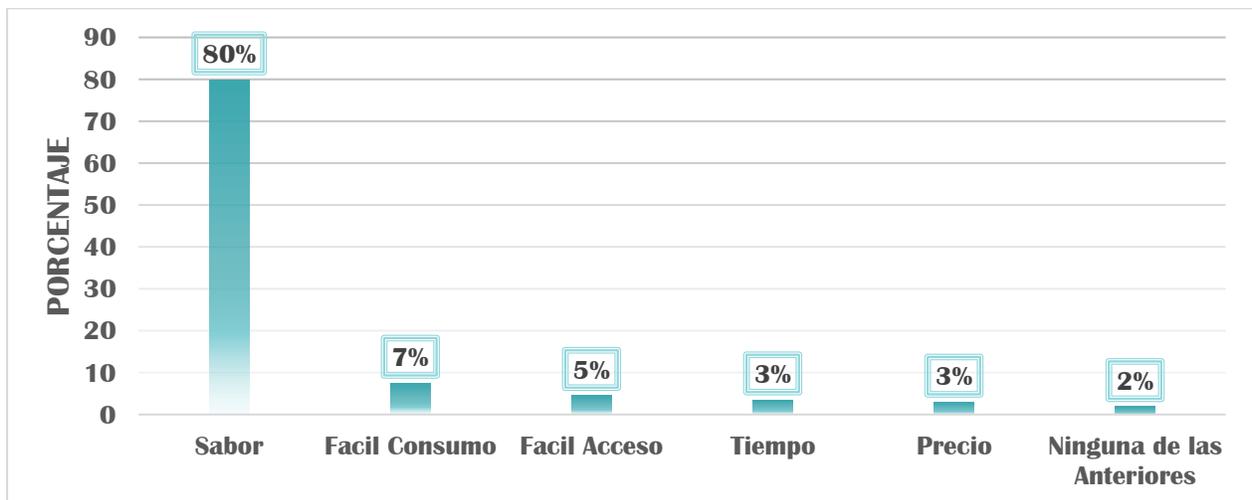
Gráfica 21.

Distribución porcentual frente a la periodicidad del consumo de productos de panadería y pastelería, de los estudiantes entre los 12 y 17 años de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús. Municipio El Tambo-Nariño 2023.



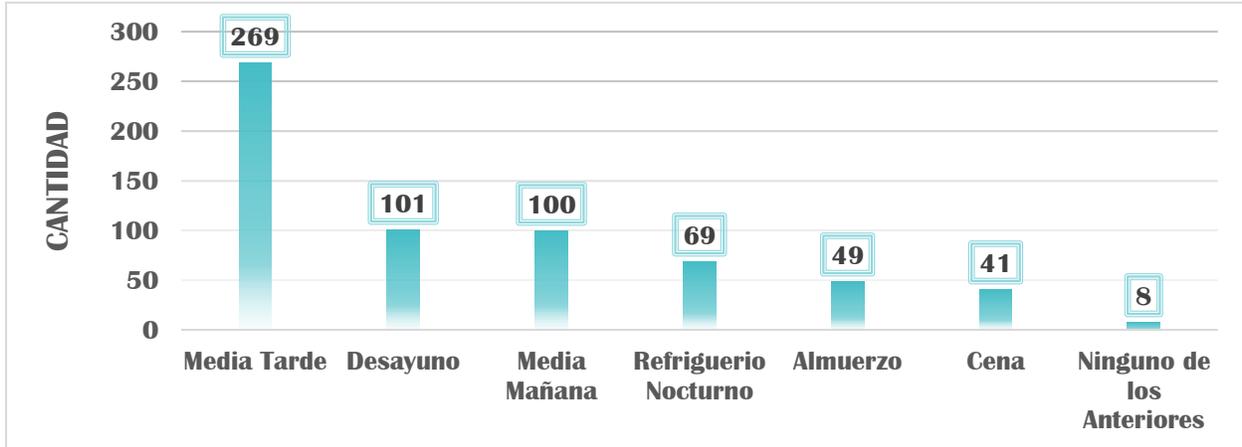
Gráfica 22.

Distribución porcentual frente al motivo del consumo de productos de panadería y pastelería, de los estudiantes entre los 12 y 17 años de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús. Municipio El Tambo-Nariño 2023.



Gráfica 23.

Distribución por frecuencia frente al tiempo del consumo de productos de panadería y pastelería, de los estudiantes entre los 12 y 17 años de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús. Municipio El Tambo-Nariño 2023.



En la gráfica 24, 25, 26, 27 y 28 se pueden identificar las variables de gustos, preferencias, periodicidad, motivo y tiempo de consumo del grupo de alimentos de productos lácteos y derivados, según la elección de los 377 estudiantes encuestados, se visualiza que el 54,6% les gusta mucho los productos lácteos y derivados, mientras que el 43,0% les gusta poco dicho grupo de alimento.

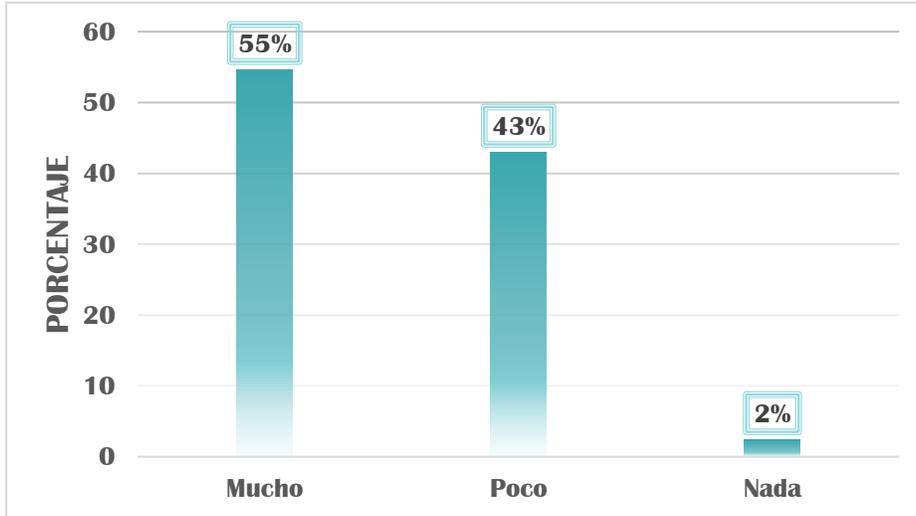
Por otra parte, los estudiantes prefirieron el yogurt, seguido de la leche de vaca en bolsa y los quesos, resaltando que en la variable de periodicidad el 62,1% respondió que el consumo era de casi siempre y el 19,6 % era de casi nunca.

Además, en la variable motivo de consumo el 72,9% respondió que se debía a su sabor, el 12,2% al fácil consumo y el 5,8% al fácil acceso, en donde cabe destacar que en la variable tiempo de consumo los estudiantes respondieron que su consumo es mayor en la media tarde, seguido del desayuno y la media mañana.

Concluyendo que a la mayoría de los estudiantes les gusta mucho los productos lácteos y derivados y casi siempre los consumen, pero cuando las elijen prefieren los yogures, debido a que les gusta su sabor consumiéndolas con mayor prevalencia en la media tarde.

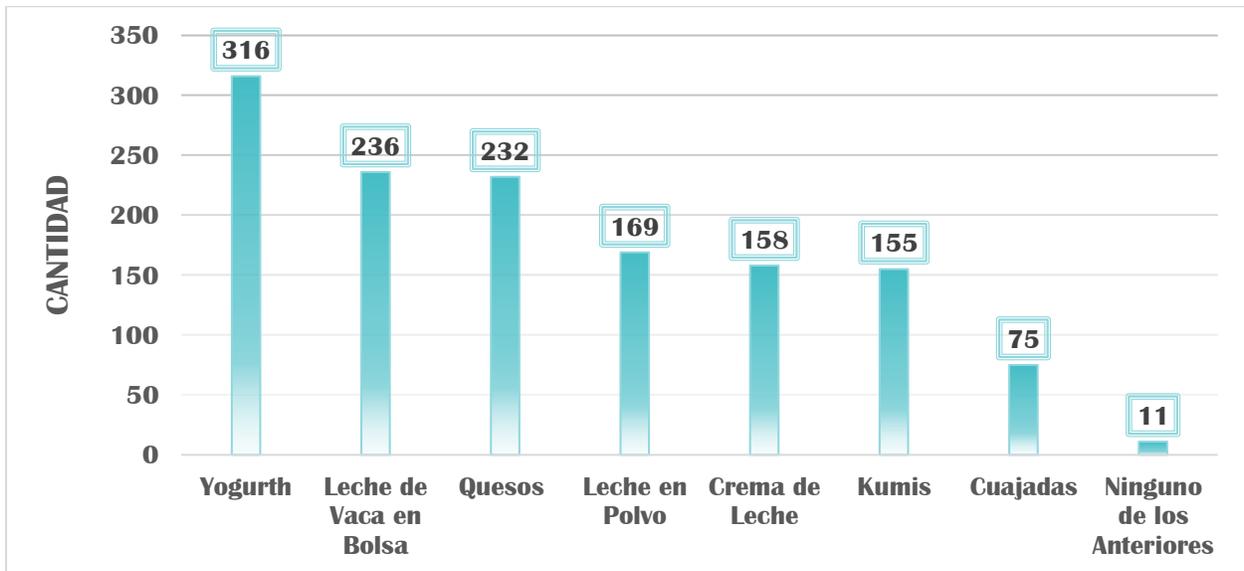
Gráfica 24.

Distribución porcentual frente a los gustos del consumo de productos lácteos y derivado, de los estudiantes entre los 12 y 17 años de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús. Municipio El Tambo-Nariño 2023.



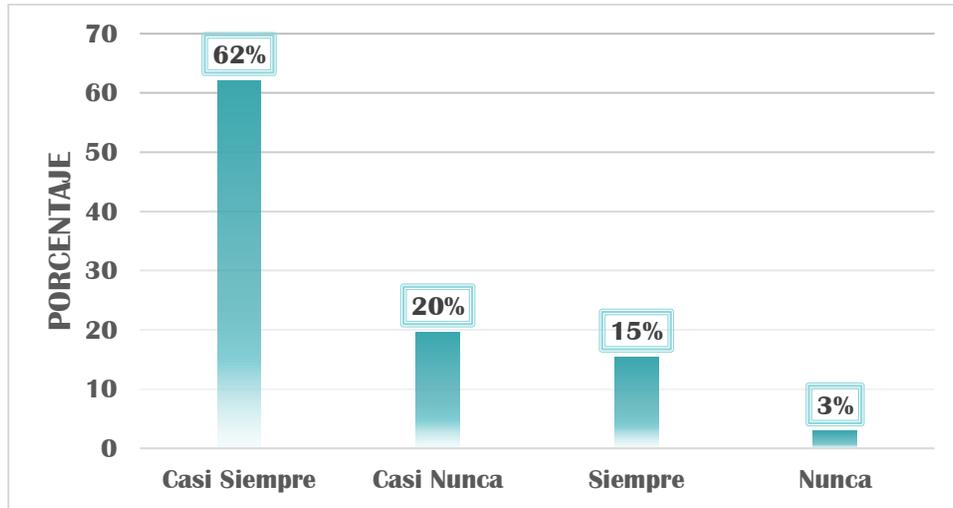
Gráfica 25.

Distribución por frecuencia frente a las preferencias del consumo de productos lácteos y derivados, de los estudiantes entre los 12 y 17 años de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús. Municipio El Tambo-Nariño 2023.



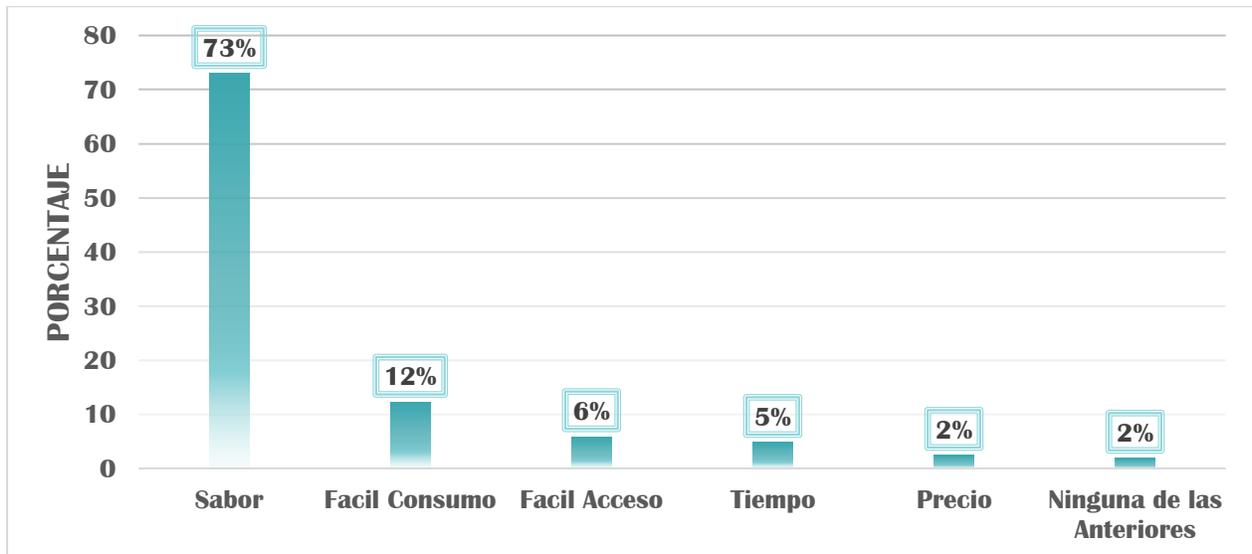
Gráfica 26.

Distribución porcentual frente a la periodicidad del consumo de productos lácteos y derivados, de los estudiantes entre los 12 y 17 años de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús. Municipio El Tambo-Nariño 2023.



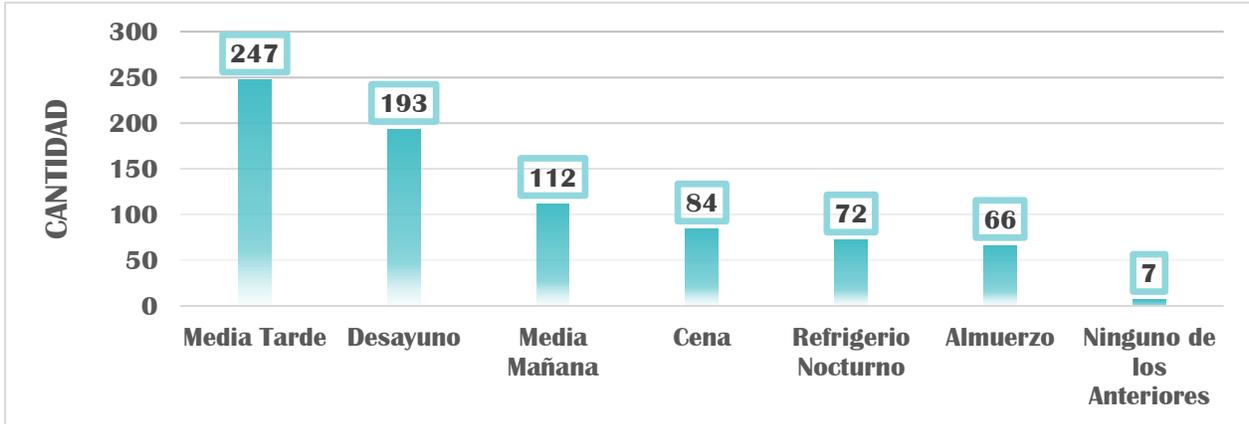
Gráfica 27.

Distribución porcentual frente al motivo del consumo de productos lácteos y derivados, de los estudiantes entre los 12 y 17 años de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús. Municipio El Tambo-Nariño 2023.



Gráfica 28.

Distribución por frecuencia frente al tiempo del consumo de productos lácteos y derivados, de los estudiantes entre los 12 y 17 años de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús. Municipio El Tambo-Nariño 2023.



En la gráfica 29, 30, 31, 32 y 33 se pueden identificar las variables de gustos, preferencias, periodicidad, motivo y tiempo de consumo del grupo de los alimentos precocidos, según la elección de los 377 estudiantes encuestados, se visualiza que el 46,9% les gusta poco los alimentos precocidos, mientras que el 26,8% les gusta mucho dicho grupo de alimentos.

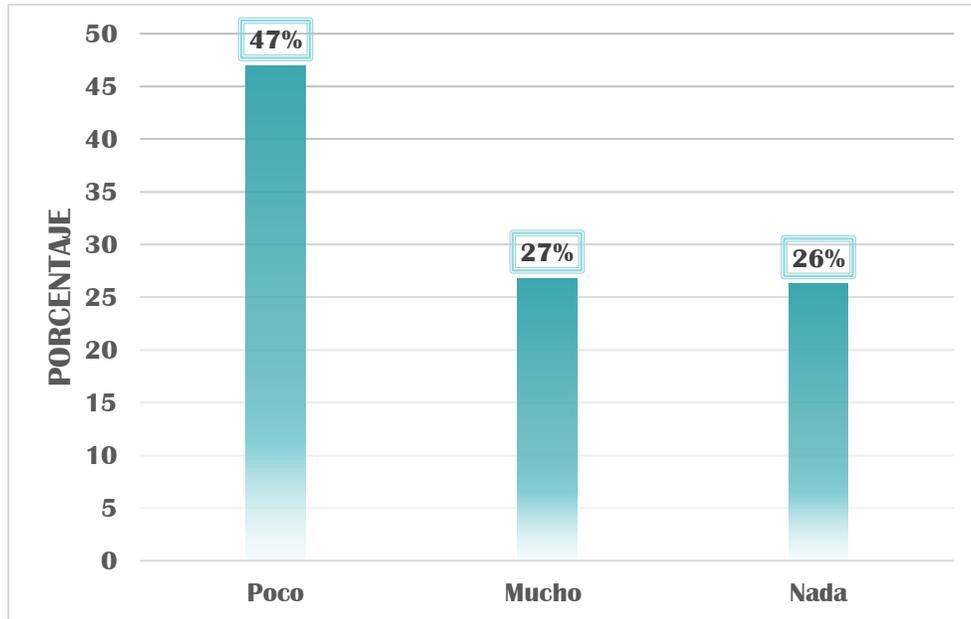
Por otra parte, los estudiantes prefirieron ninguno de los anteriores, seguido de las alitas congeladas y las sopas instantáneas, resaltando que en la variable de periodicidad el 43,2% respondió que el consumo era de casi nunca y el 28,4% era nunca.

Además, en la variable motivo de consumo el 37,9% respondió que se debía a su sabor, el 23,6% ninguna de las anteriores y el 15,6% se debía al tiempo, en donde cabe destacar que en la variable tiempo de consumo los estudiantes respondieron que su consumo es mayor en la cena, seguido del almuerzo y la media tarde.

Concluyendo que a la mayoría de los estudiantes les gusta poco los alimentos precocidos pero su periodicidad de consumo es aproximadamente nula frente a los ejemplos dados en la encuesta, además cuando los elijen no prefieren ningún ejemplo propuesto de los alimentos precocidos, sin embargo, afirman que les gusta su sabor consumiéndolos con mayor prevalencia en la cena.

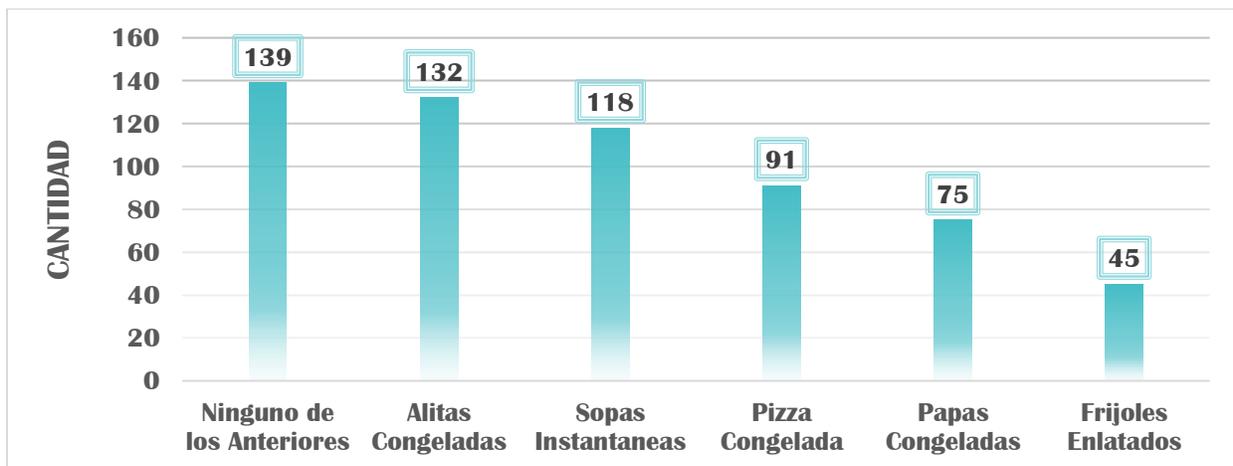
Gráfica 29.

Distribución porcentual frente a los gustos del consumo de alimentos precocidos, de los estudiantes entre los 12 y 17 años de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús. Municipio El Tambo-Nariño 2023.



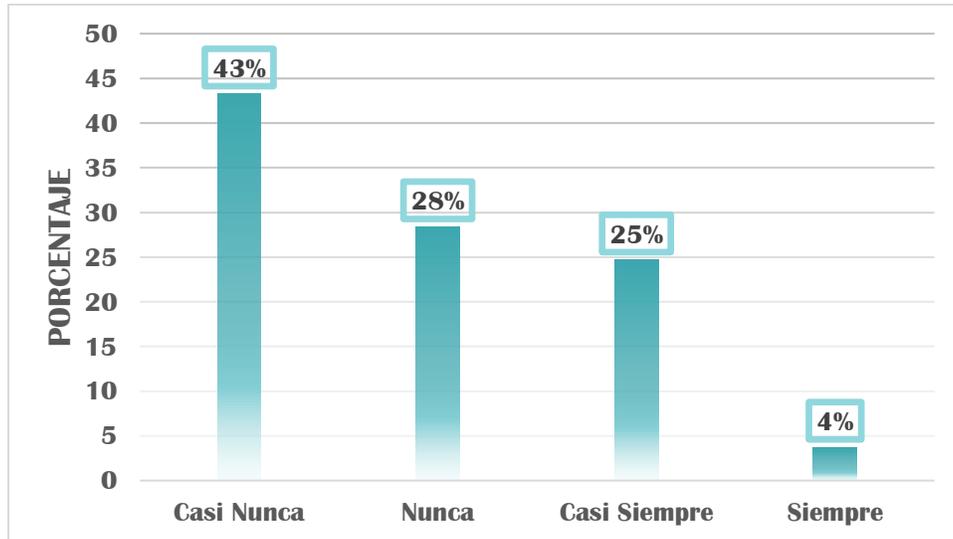
Gráfica 30.

Distribución por frecuencia frente a las preferencias del consumo de alimentos precocidos, de los estudiantes entre los 12 y 17 años de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús. Municipio El Tambo-Nariño 2023.



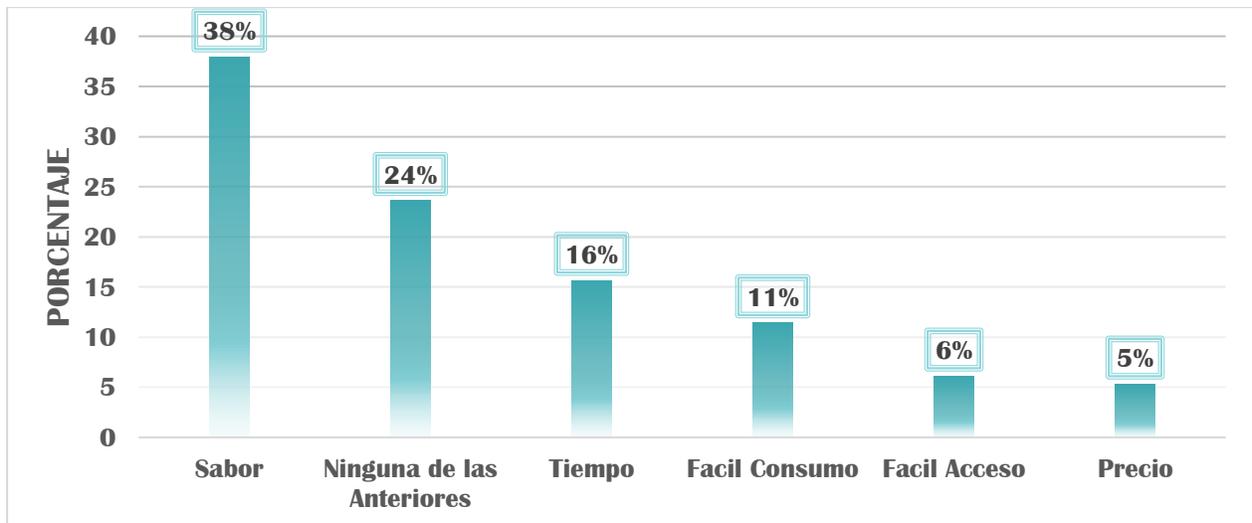
Gráfica 31.

Distribución porcentual frente a la periodicidad del consumo de alimentos precocidos, de los estudiantes entre los 12 y 17 años de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús. Municipio El Tambo-Nariño 2023.



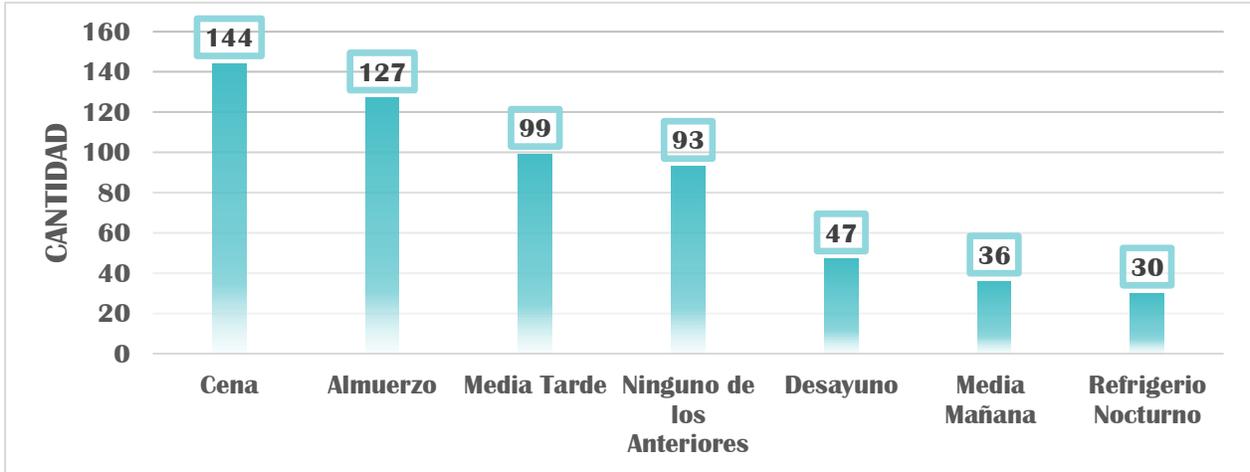
Gráfica 32.

Distribución porcentual frente al motivo del consumo de alimentos precocidos, de los estudiantes entre los 12 y 17 años de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús. Municipio El Tambo-Nariño 2023.



Gráfica 33.

Distribución por frecuencia frente al tiempo del consumo de alimentos precocidos, de los estudiantes entre los 12 y 17 años de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús. Municipio El Tambo-Nariño 2023.



En la gráfica 34, 35, 36, 37 y 38 se pueden identificar las variables de gustos, preferencias, periodicidad, motivo y tiempo de consumo del grupo de alimentos de embutidos, según la elección de los 377 estudiantes encuestados, se visualiza que el 52,5% les gusta poco los embutidos, mientras que el 41,9% les gusta mucho dicho grupo de alimentos.

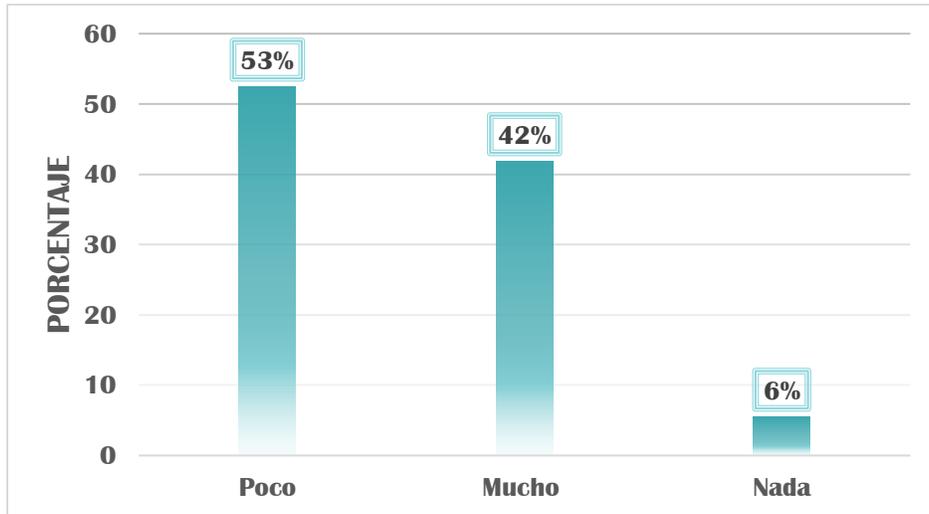
Por otra parte, los estudiantes prefirieron las salchichas, seguido de los chorizos, el jamón y el tocino, resaltando que en la variable de periodicidad el 52,5% respondió que el consumo era de casi siempre y el 36,6% era de casi nunca.

Además, en la variable motivo de consumo el 64,5% respondió que se debía a su sabor, el 11,7% que se debía a el tiempo y el 9,3% al fácil consumo, en donde cabe destacar que en la variable tiempo de consumo los estudiantes respondieron que su consumo es mayor en la cena, seguido del almuerzo y la media tarde.

Concluyendo que a la mayoría de los estudiantes les gusta poco los embutidos y casi siempre los consumen, además cuando los elijen prefieren las salchichas, debido a que les gusta su sabor consumiéndolas con mayor prevalencia en la cena.

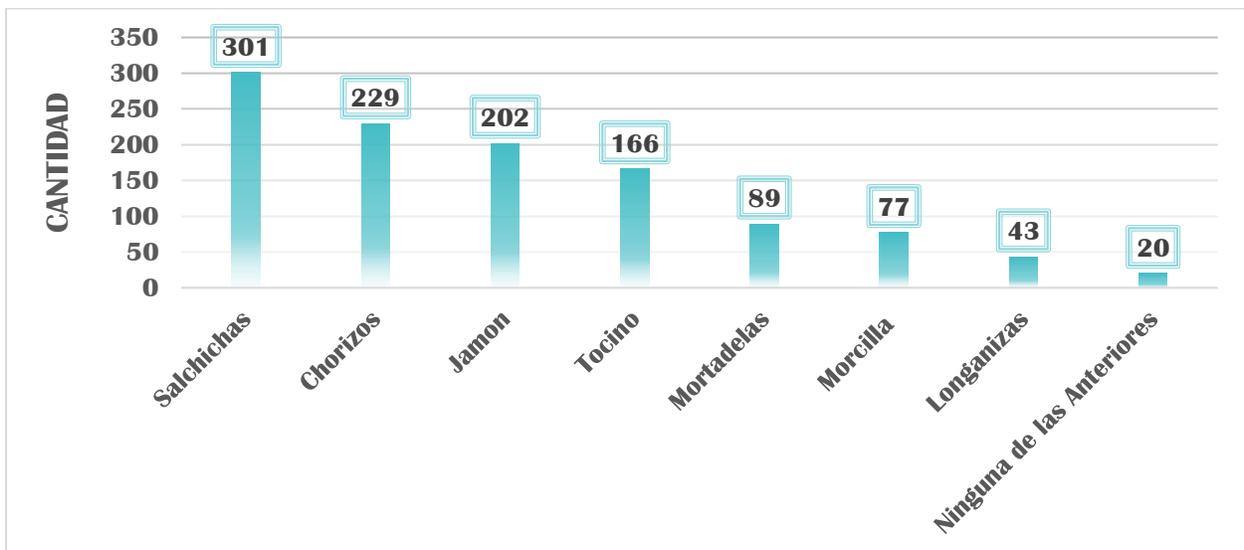
Gráfica 34.

Distribución porcentual frente a los gustos del consumo de embutidos, de los estudiantes entre los 12 y 17 años de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús. Municipio El Tambo-Nariño 2023.



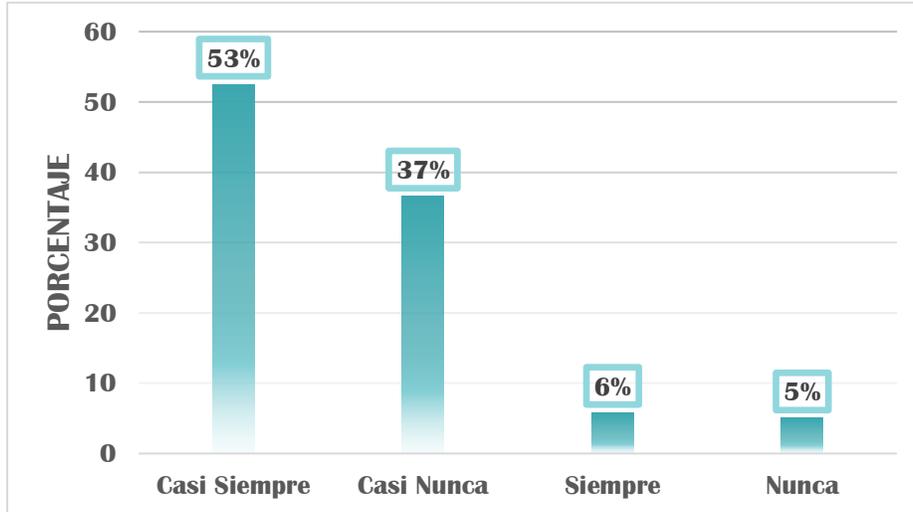
Gráfica 35.

Distribución por frecuencia frente a las preferencias del consumo de embutidos, de los estudiantes entre los 12 y 17 años de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús. Municipio El Tambo-Nariño 2023.



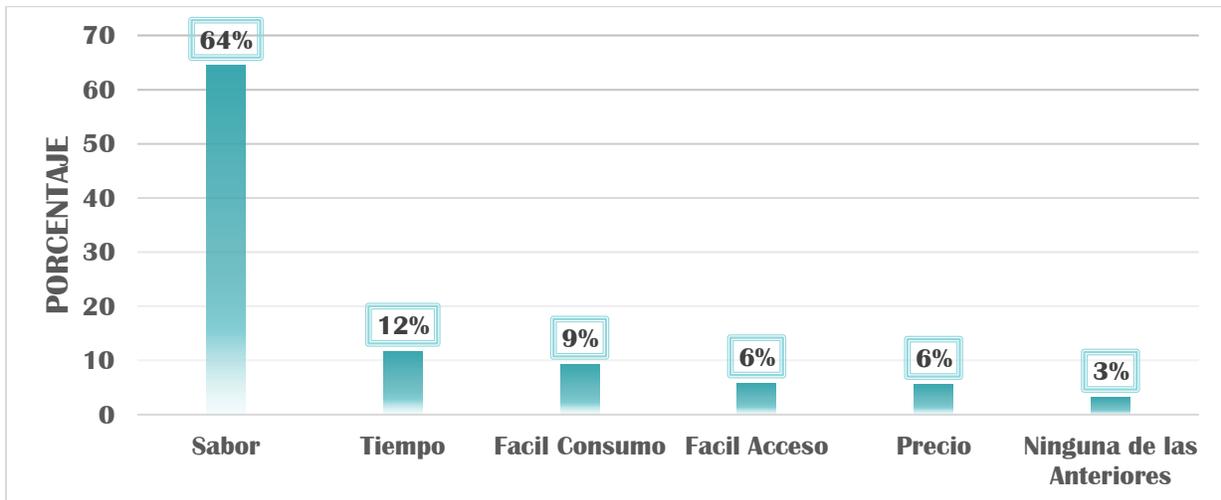
Gráfica 36.

Distribución porcentual frente a la periodicidad del consumo de embutidos, de los estudiantes entre los 12 y 17 años de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús. Municipio El Tambo-Nariño 2023.



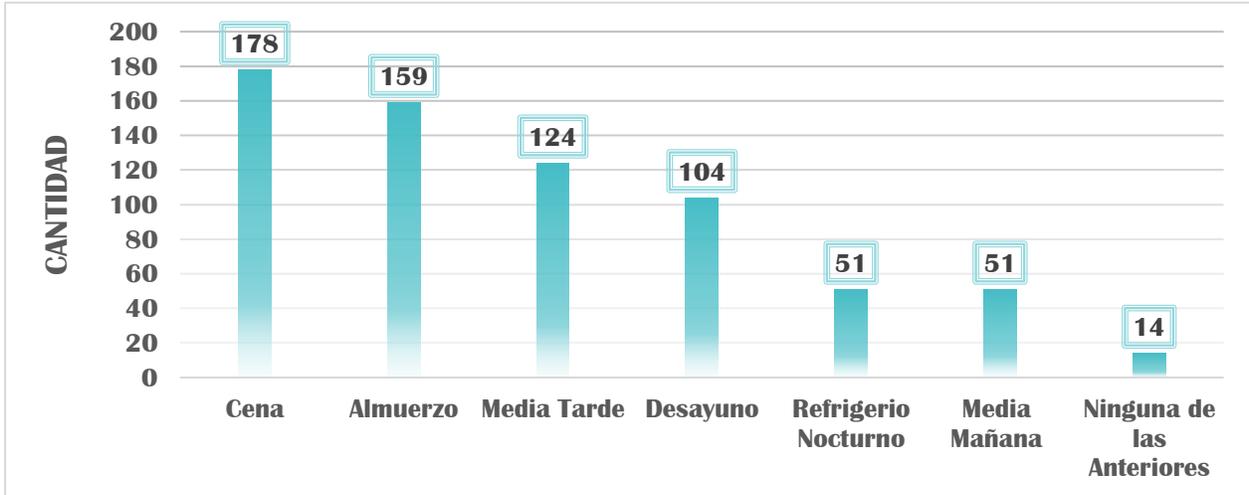
Gráfica 37.

Distribución porcentual frente al motivo del consumo de embutidos, de los estudiantes entre los 12 y 17 años de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús. Municipio El Tambo-Nariño 2023.



Gráfica 38.

Distribución por frecuencia frente al tiempo del consumo de embutidos, de los estudiantes entre los 12 y 17 años de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús. Municipio El Tambo-Nariño 2023.



En la gráfica 39, 40, 41, 42 y 43 se pueden identificar las variables de gustos, preferencias, periodicidad, motivo y tiempo de consumo del grupo de alimentos de salsas y condimentos, según la elección de los 377 estudiantes encuestados, se visualiza el 47,7% les gusta mucho las salsas y condimentos, mientras que el 44,5% les gusta poco dicho grupo de alimentos.

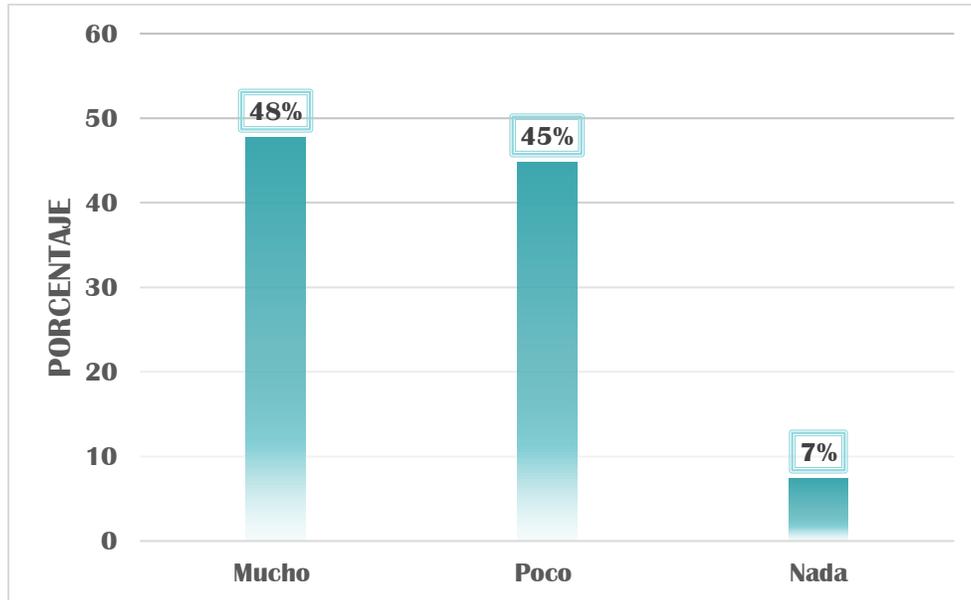
Por otra parte, los estudiantes prefirieron la salsa de tomate, seguido de la salsa de piña en bolsa y la sala rosada, resaltando que en la variable de periodicidad el 43,5% respondió que el consumo era de casi nunca y el 40,3 % era de casi siempre.

Además, en la variable motivo de consumo el 81,4% respondió que se debía a su sabor, el 5,3% ninguna de las anteriores y el 4,8% se debía al fácil consumo, en donde cabe destacar que en la variable tiempo de consumo los estudiantes respondieron que su consumo es mayor en la cena, seguido del almuerzo y la media tarde.

Concluyendo que a la mayoría de los estudiantes les gusta mucho las salsas y condimentos, pero casi nunca las consumen, pero cuando las elijen prefieren la salsa de tomate, debido a que les gusta su sabor consumiéndolas con mayor prevalencia en la cena.

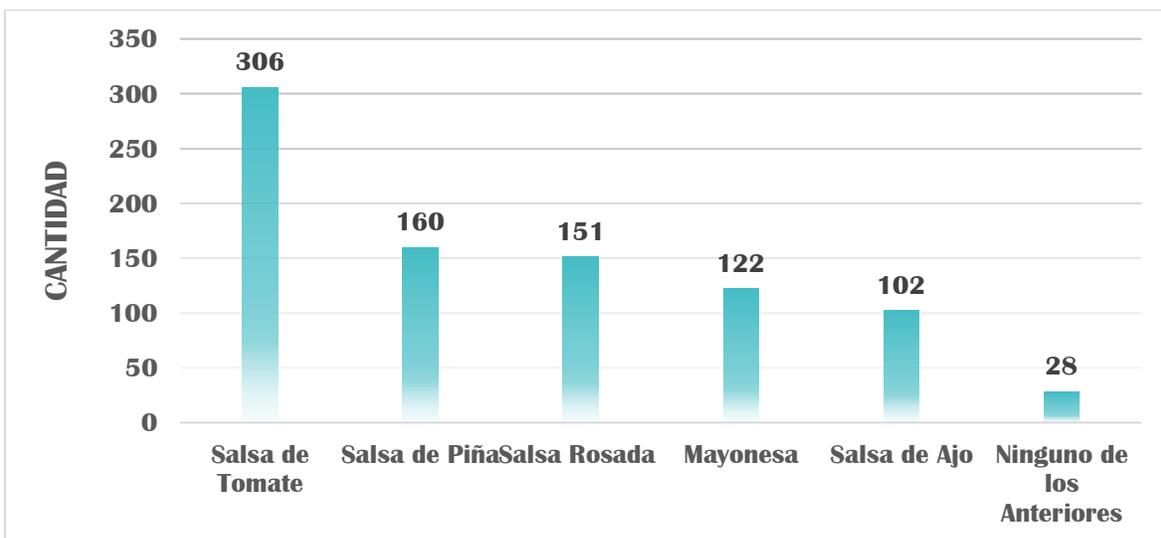
Gráfica 39.

Distribución porcentual frente a los gustos del consumo de salsas y condimentos, de los estudiantes entre los 12 y 17 años de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús. Municipio El Tambo-Nariño 2023.



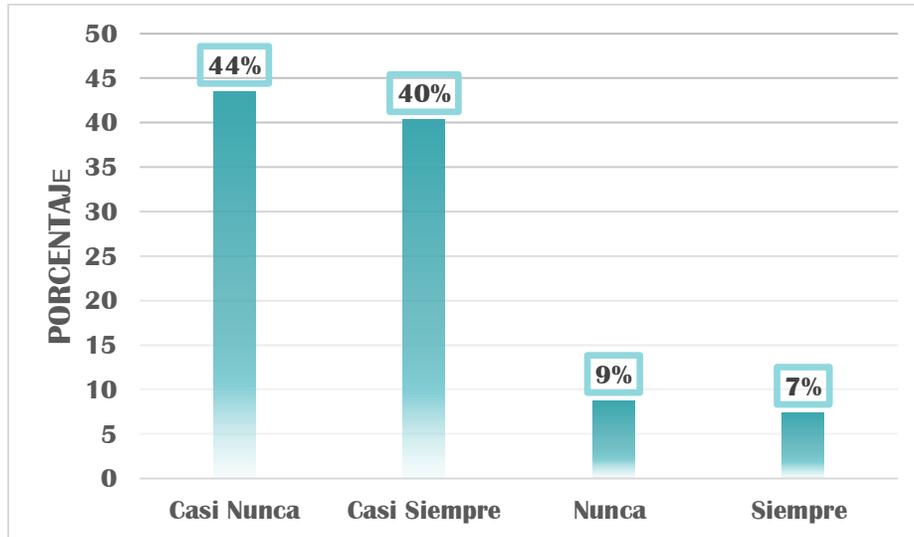
Gráfica 40.

Distribución por frecuencia frente a las preferencias del consumo de salsas y condimentos, de los estudiantes entre los 12 y 17 años de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús. Municipio El Tambo-Nariño 2023.



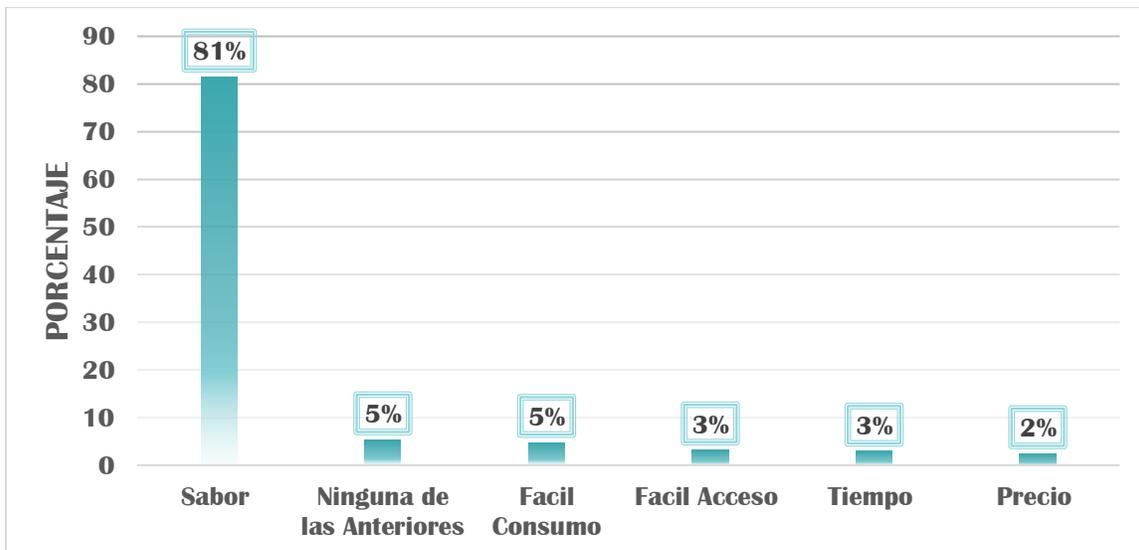
Gráfica 41.

Distribución porcentual frente a la periodicidad del consumo de salsas y condimentos, de los estudiantes entre los 12 y 17 años de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús. Municipio El Tambo-Nariño 2023.



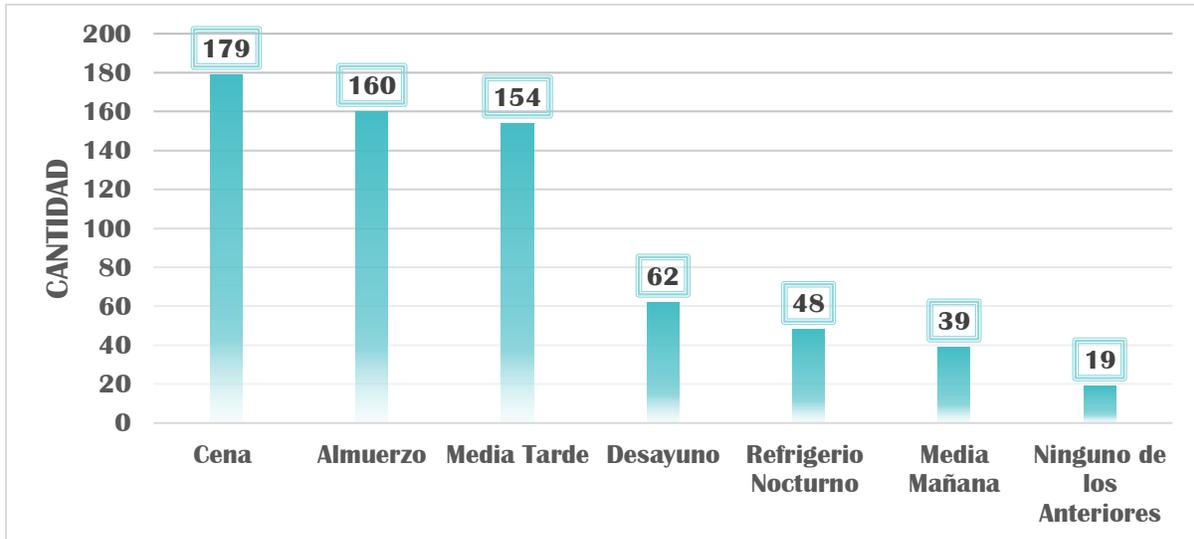
Gráfica 42.

Distribución porcentual frente al motivo del consumo de salsas y condimentos, de los estudiantes entre los 12 y 17 años de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús. Municipio El Tambo-Nariño 2023.



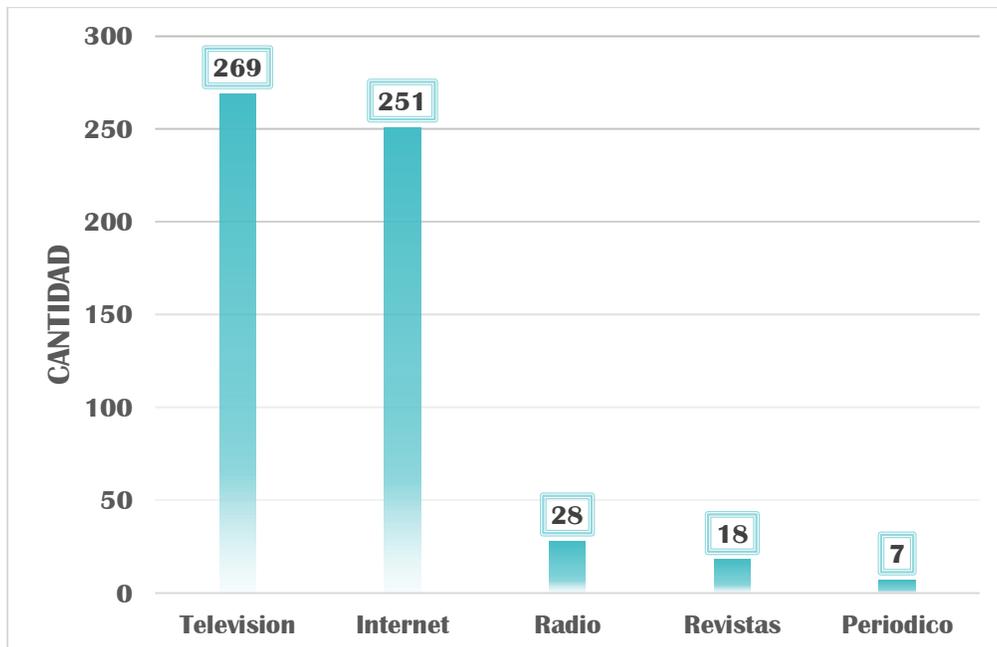
Gráfica 43.

Distribución por frecuencia frente al tiempo del consumo de salsas y condimentos, de los estudiantes entre los 12 y 17 años de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús. Municipio El Tambo-Nariño 2023.



Gráfica 44.

Distribución por frecuencia frente a los medios de publicidad por donde se recibe la información para el consumo de productos ultraprocesados, de los estudiantes entre los 12 y 17 años de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús. Municipio El Tambo-Nariño 2023.



En la gráfica 44 se puede identificar la variable de medios de publicidad, según la elección de los 377 estudiantes que participaron en la encuesta de la presente investigación, en donde se observa que 249 estudiantes por medio de la televisión influyen mayor consumo de los productos anteriormente mencionados, de igual forma se destaca que 251 influyen este consumo por medio del internet; concluyendo que los medios de publicidad se incrementan para el mayor consumo de los productos ultraprocesados, resaltando con mayor prevalencia al medio de la televisión.

2.2 Discusión

De acuerdo con los factores sociodemográficos que se tuvieron en cuenta en el estudio poblacional realizado, se puede identificar que los estudiantes de mayor edad son los que tienen mayor hábito de consumo de productos ultraprocesados, debido a que desde pequeños obtuvieron ese patrón, es decir, mientras más adulto se vuelvan los jóvenes van creando mayor dependencia de la inadecuada alimentación y de productos rápidos comestibles, así mismo, se logró identificar que no existe diferencia acorde el género en la adquisición de dichos hábitos.

Lo anterior se rectifica por el estudio de Khandpur et al., (2020) en Colombia, el cual confirmó que los factores sociodemográficos, el género y el grupo de edades, están asociados con un alto consumo de productos ultraprocesados, reafirmando que estos generan un alto impacto en la dieta de la población colombiana, con una mayor incidencia en los hábitos de las personas de estrato socioeconómico medio bajo; aspectos que se evidenciaron en el presente estudio, en donde se encontró que las personas de estratos económicos bajos tienen una ingesta calórica mayor, esta inclinación puede estar relacionada en como las tendencias alimentarias han cambiado las culturas alimentarias de la población, debido a que el precio para adquirirlas no influye en el consumo.

Adicionalmente en el estudio se resalta que sin importar la procedencia de las zonas residenciales (Urbano y rural) los estudiantes consumen de igual forma los productos ultraprocesados, identificando que la presencia de ofertas, promociones, acceso y disponibilidad a menudo induce a los consumidores a comprar más de lo necesario sin importar la economía de la población.

Además, se encontró que el nivel educativo tanto de la madre y el padre no sobrepasa a la secundaria completa, siendo esto predisponente a pocas oportunidades laborales conllevando a tener múltiples ocupaciones para tener una mejor economía. En donde el exceso de trabajo limita el tiempo que los padres pueden dedicar al cuidado y la alimentación de sus hijos de manera presencial reduciendo la disposición para cocinar alimentos saludables, lo que lleva a los jóvenes a optar por productos industrializados para satisfacer sus necesidades alimentarias de manera inmediata. Este patrón se repite a lo largo del día y de manera consecutiva, lo que puede tener un impacto negativo en los hábitos alimentarios y, en última instancia, comprometer la salud de los jóvenes. (Khandpur et al., 2020)

Por tanto, se evidencia una fuerte relación entre el nivel socioeconómico bajo, la residencia en zonas urbanas, el género y la edad específicamente en la juventud con el consumo generalizado de productos ultraprocesados, ya que esta etapa de la vida conlleva una mayor independencia en la toma de decisiones alimentarias. Los jóvenes tienen la libertad de adquirir alimentos por sí mismos a medida que crecen, debido a que obtienen más autonomía para realizar compras, salir individualmente o en grupo, y elegir sus propias opciones de alimentación sin supervisión adulta. Este hallazgo subraya la importancia de comprender cómo los factores socioeconómicos, geográficos y la etapa de la vida influyen en la alimentación y sugiere la necesidad de políticas y educación nutricional dirigidas a estas poblaciones.

Frente a los gustos y preferencias de los estudiantes se identifica un alto gusto por las comidas rápidas prefiriendo en su gran mayoría la salchipapa, seguido de la hamburguesa, la pizza, entre otras, debido a que les gusta su sabor consumiéndolas con mayor prevalencia en la media tarde. En donde el consumo constante de alimentos ricos en grasas y sodio en horarios nocturnos tiene impactos negativos en la salud porque en estos horarios el cuerpo quema menos calorías y predisponen a la malnutrición por exceso como el sobrepeso y la obesidad. Cabe resaltar que, aunque los estudiantes son conscientes de que no son opciones saludables, encuentran en ellos una solución temporal para calmar el hambre. (Khandpur et al., 2020)

De acuerdo con un estudio realizado por el Instituto Nacional de Salud Pública [INS] (2023) específicamente en México destaca preocupaciones sobre la situación nutricional de la población

en el país. Se señala que hay patrones alimentarios arraigados culturalmente, con un alto consumo de alimentos ricos en azúcar, grasa y sodio, siendo estos precursores al aumento del riesgo de enfermedades, como el cáncer de colon durante el curso de la vida.

Además, no solo la obesidad y el sobrepeso se desarrollan por el consumo de productos ultraprocesados, sino que también son predisponentes de la desnutrición, debido a la falta de alimentos con suficiente contenido nutricional, afectando en gran medida la salud y el desarrollo de la población, en especial de niños y jóvenes. (Instituto Nacional de Salud Pública [INS], 2023, p. 29)

Según Correa (2022) es importante comprender la clasificación de los productos ultraprocesados, los cuales se caracterizan por tener más de cinco ingredientes perjudiciales para la salud y por su alto grado de dependencia y aceptabilidad. Además, Babio et al., (2020) afirman que los alimentos procesados sufren procesos físicos, químicos o microbiológicos que los transforman de su estado natural o crudo en ingredientes o alimentos. Esto lleva a la reflexión de que a medida que un producto es más procesado y disponible de inmediato, puede resultar más perjudicial para la salud debido a la presencia de múltiples ingredientes y aditivos químicos que a largo plazo pueden afectar negativamente a los consumidores.

Además, se evidencia que los estudiantes prefieren con un alto gusto los productos de panadería y pastelería y casi siempre los consumen, en su gran mayoría las galletas, seguido de este, los postres entre otros, pues bien estos suelen contener altos niveles de azúcar y grasas saturadas, y con ellos aditivos que hacen que los adquieran por su sabor, un consumo excesivo de estos ingredientes puede aumentar el riesgo de enfermedades crónicas como la diabetes, la obesidad y enfermedades cardíacas, de tal manera que puede tener varios efectos negativos en la salud a largo plazo. (Babio et al., 2020)

De esta manera se puede decir que, en la actualidad hay una preocupante disminución en la calidad de la alimentación, especialmente entre los niños y adolescentes, un estudio reciente realizado por el Instituto Nacional de Salud Pública [INS] (2023), ha revelado que:

muchos niños que solían tener bajo peso y baja talla están experimentando un aumento en el sobrepeso y la obesidad a medida que crecen, este cambio se debe a varios factores, entre ellos, la falta de control y compromiso con una alimentación saludable, una de las principales causas de esta tendencia alarmante es el consumo desenfrenado de productos ultraprocesados, con mayoría en comidas rápidas y productos de panadería y pastelería como se indicó en el estudio realizado, no solo carecen de nutrientes esenciales, sino que también están relacionados con una serie de problemas de salud graves, estudios han demostrado que el consumo excesivo de productos ultraprocesados puede dañar el sistema digestivo, aumentar el riesgo de cáncer, complicar la diabetes y provocar enfermedades cardíacas. (p. 15)

Además, estos productos también están vinculados con el aumento de casos de obesidad y sobrepeso, ahora bien, como cualquier tipo de alimento, la moderación y el equilibrio son clave para mantener una dieta saludable y evitar problemas de salud relacionados con la alimentación.

Así mismo Martí et al., (2021) desarrollaron una investigación sobre esta temática y aseguran que:

Son más numerosos los estudios que asocian el consumo de alimentos ultraprocesados con la prevalencia de la obesidad, esta clase de alimentos se destaca por contener altas cantidades de azúcares procesados y grasas poco saludables, lo que eleva la cantidad total de calorías que se consumen. En las últimas décadas, el consumo de estos alimentos ha crecido exponencialmente, convirtiéndose en una fuente significativa de energía en la dieta diaria de algunas poblaciones. (p. 2)

Esto significa que todas las enfermedades están relacionadas con factores que aumentan la probabilidad de tener consecuencias adversas debido al consumo excesivo de estos alimentos. Sin embargo, la obesidad destaca como la consecuencia más probable para aquellos consumidores que ingieren productos ultraprocesados diariamente, incluso en cantidades mínimas. (Silva, 2023)

Cabe destacar que el estudio realizado por mencionados autores afirma que pacientes en estado de hospitalización han consumido productos altos en grasa por ende, han incrementado su peso, a

su vez encontraron que las enfermedades vesiculares en hombres y mujeres están asociados al consumo de alimentos ricos en grasa, es decir, que existía una probabilidad de 7.2% de padecer enfermedades agudas a consecuencia de consumir estos productos, así como también sufrir alteraciones cardio metabólicas por sustituir los alimentos saludables por otras alternativas fácil de adquirir. (Cruz et al., 2022)

Según la Organización Mundial de la Salud [OMS] (2019):

Una alimentación insalubre está vinculada a diversas enfermedades no transmisibles en América. La OMS indica que la hipertensión, hiperglucemia, sobrepeso y obesidad son factores de riesgo importantes, contribuyendo al 23% de las muertes en 2004. Sin embargo, en el mismo año, estas condiciones fueron responsables del 44.5% de las muertes, evidenciando un aumento alarmante, este incremento se atribuye al consumo de productos ultraprocesados, que contienen azúcares, sodio y grasas no saludables, y que han llevado una mayor mortalidad y discapacidad en muchas regiones. (p. 1)

Ahora bien, el marketing de productos ultraprocesados desempeña un papel fundamental en la influencia ejercida sobre los adolescentes de 12 a 17 años para que consuman estos productos de forma regular, las grandes industrias que comercializan estos productos han desarrollado estrategias de marketing meticulosamente planificadas para persuadir a los consumidores, especialmente a los jóvenes, a adquirir y consumir estos productos de manera continua, una de las tácticas ampliamente empleadas es el uso del color, las empresas utilizan la cromaticidad de manera estratégica para evocar emociones en los consumidores, a menudo, las personas no son conscientes de ello, pero ciertos colores están culturalmente asociados con emociones y sensaciones específicas, sin darse cuenta, desarrollar preferencias por ciertos gustos visuales, y los influenciadores aprovechan estos patrones culturales establecidos para captar la atención mediante productos publicitarios. (Organización Mundial de la Salud [OMS], 2019)

Moros (2022) afirma que:

La psicología del color, es una teoría arraigada desde la antigüedad, combina propiedades físicas y psicológicas para influir el ánimo y las emociones, especialmente en niños, con el tiempo, ha evolucionado para crear experiencias convincentes que impulsan compras exitosas al dirigir la conducta humana a través de la percepción visual y las sensaciones psicológicas del comprador, ahora el marketing moderno se adapta a los gustos y la capacidad de identificación de los clientes potenciales a través de la percepción visual del color en el proceso de compra. (p. 10)

La Facultad de Comercio y Gestión Titulado (2021) afirma que la psicología de los colores, expresa que es un campo amplio de estudio cuándo se utilizan los colores como una estrategia de marketing así pues se considera que el color tiene un 85% de decisión sobre el consumidor, para hacer que los productos ultraprocesados sean visualmente atractivos para los clientes, se considera que cada color puede provocar emociones y sentimientos específicos, el color rojo es provocativo, seductor y genera energía es decir que atrae rápidamente la atención de las personas; el color naranja estimula los sentidos, a su vez le da características de expediente a quién lo comercializa, también estimula el apetito; el color amarillo se asocia con la energía y felicidad, además tiene un significado de inducir a la persona a comer rápidamente. Por lo tanto, se ha demostrado que el alto consumo de productos ultraprocesados puede influir en el comportamiento del consumidor de manera subconsciente, Por ejemplo, ciertos colores pueden aumentar el apetito o inducir una sensación de urgencia para comprar un producto, los fabricantes de alimentos utilizan esta psicología del color para influir en las decisiones de compra de los consumidores.

Según Guarnizo (2022), las redes de marketing y mercadotecnia a menudo se unen para promocionar productos ultraprocesados dirigidos a niños, adolescentes y adultos, sorteando las restricciones comerciales relacionadas con la venta de alimentos en todo el país. Estas campañas publicitarias, comunes tanto en Colombia como en otros lugares, suelen ser atractivas, pero ocultan los efectos nocivos de los altos niveles de grasas saturadas, sal y azúcares libres. Por esta razón, resulta esencial limitar la publicidad de estos productos en casos específicos, ya que su consumo amenaza la salud de quienes los consumen, ocultando las consecuencias que pueden derivar en problemas como la obesidad, el riesgo de sobrepeso y otros efectos adversos.

La sobreexposición a mensajes publicitarios está fomentando el consumo de productos dañinos para la salud, en particular, las comidas rápidas y los alimentos ultraprocesados que contienen sustancias adictivas comparables a las presentes en el alcohol y el tabaco. Medios como la televisión, la radio y las redes sociales en internet se han convertido en vehículos para la promoción de estos productos industrializados, con el objetivo de aumentar las ventas y las ganancias de las empresas. Sin embargo, este enfoque comercial pone en riesgo la salud a largo plazo de la población, ya que contribuye a la aparición de enfermedades no transmisibles y otras consecuencias perjudiciales para la salud en todo el país. Es crucial abordar esta problemática para salvaguardar la salud de la sociedad y promover hábitos alimenticios más saludables.

Guarnizo (2022) menciona que es crucial tomar medidas significativas en relación con la venta de productos ultraprocesados, especialmente en los centros escolares, a pesar de la resistencia de la industria alimentaria a estas regulaciones. Las empresas del sector alimenticio argumentan que estas restricciones perjudican su capacidad económica y vulneran su derecho a operar con libertad. Sin embargo, se ha señalado que estas empresas, al proporcionar productos perjudiciales para la salud pública de manera rápida, accesible y económica, están infringiendo el derecho a la libertad de elección de los consumidores. Aunque estas prácticas pueden beneficiar a las empresas, tienen un impacto negativo significativo en la salud de los consumidores. Por tanto, es esencial considerar la aprobación de medidas como la prohibición de venta en centros escolares para salvaguardar la salud pública y equilibrar los intereses comerciales con la salud de la población.

Guarnizo (2022) afirma que uno de los riesgos más destacados que afecta a los consumidores se relaciona directamente con la posibilidad de desarrollar obesidad y sobrepeso, lo que a su vez aumenta el riesgo de padecer diabetes mellitus, enfermedades cardiovasculares, diversos tipos de cáncer, problemas de caries e incluso la prematura pérdida de vidas. La publicidad relacionada con estos productos se convierte en un factor sumamente influyente en la decisión de compra y el consumo. La publicidad es meticulosamente diseñada y orientada hacia patrones de consumo específicos, lo que la convierte en una herramienta poderosa para influir en las elecciones de los consumidores. Es vital reconocer que esta influencia no solo tiene un impacto en la elección de productos, sino que también lleva consigo el peso significativo de consecuencias graves para la salud pública, lo que subraya la necesidad de abordar eficazmente esta cuestión.

Hernández (2021) manifiesta que en el ámbito de los productos ultraprocesados, que abarcan una amplia variedad de alimentos y bebidas, se ha llevado a cabo una exhaustiva revisión bibliográfica con el propósito de explorar la teoría subyacente y todas las implicaciones teóricas relacionadas con la producción y promoción de estos productos. Como resultado de este análisis, se ha llegado a la conclusión de que existen aspectos cruciales y tangibles que impactan tanto en las industrias que comercializan estos productos como en los consumidores que los adquieren. Estos aspectos incluyen cuestiones relacionadas con la estrategia de marketing, los efectos en la salud pública y las dinámicas de elección del consumidor, y son esenciales para comprender plenamente los desafíos y las oportunidades asociados con los productos ultraprocesados en la sociedad actual.

Las industrias suelen emplear estrategias mediáticas persuasivas y a menudo engañosas para atraer a los consumidores hacia el consumo de sus diversos productos. Un caso ilustrativo es el de las bebidas gaseosas, como los refrescos, que, a pesar de ser conscientes de su falta de valor nutricional, muchas personas los consumen de manera habitual, a veces reemplazando el consumo de agua. Este hábito puede tener consecuencias perjudiciales para la salud, ya que estas bebidas contienen sustancias químicas, altos niveles de azúcares y cafeína, lo que puede llevar a la adicción y desencadenar problemas como la hipoglucemia. Además, el consumo frecuente de refrescos se ha relacionado con trastornos emocionales, depresión y posiblemente enfermedades respiratorias. Estos efectos negativos subrayan la importancia de crear conciencia sobre los riesgos asociados con ciertos productos y promover hábitos alimenticios más saludables en la sociedad.

Las empresas, en particular las grandes cadenas reconocidas, ejercen una poderosa influencia en la percepción y el consumo de sus productos a través de estrategias mediáticas meticulosamente diseñadas. A lo largo de los años, estas compañías han invertido considerables recursos en la creación de campañas publicitarias persuasivas y efectivas con el objetivo primordial de aumentar sus ganancias, a menudo sin priorizar la salud de sus consumidores. En su búsqueda por dominar el mercado global y maximizar sus beneficios, estas empresas se embarcan en una intensa competencia entre ellas, buscando expandirse a nivel internacional, mantenerse a la vanguardia de la industria, reducir costos operativos y aumentar sus márgenes de ganancia. Esta lucha feroz por la supremacía en el mercado puede llevar a prácticas comerciales que no siempre favorecen la salud

y el bienestar de los consumidores, subrayando la importancia de una regulación adecuada y la concienciación pública sobre las consecuencias de estas estrategias empresariales.

Los productos ultraprocesados han ganado una presencia dominante en nuestras vidas gracias a su distintiva paleta de colores, mensajes pegajosos, eslóganes persuasivos y una exposición masiva impulsada por diversas redes publicitarias. Esto ha convertido a estas industrias en figuras reconocidas en el ámbito de los alimentos ultraprocesados. Su influencia es palpable en una amplia gama de productos, desde panes hasta cadenas de hamburguesas, jugos y refrescos, sopas preelaboradas, papas fritas, pizzas, alimentos enlatados, productos en conserva, embutidos y una variedad de productos que se alejan significativamente de lo natural. Estas estrategias publicitarias han contribuido a que las personas, desde edades tempranas, tiendan a priorizar la satisfacción inmediata sobre la salud. Como resultado, se ha forjado una mentalidad en la que se piensa menos en la salud a largo plazo y se presta más atención a la gratificación momentánea, lo que subraya la necesidad de promover una mayor concienciación sobre los hábitos alimenticios y sus consecuencias en la salud pública.

3. Conclusiones

Para realizar la caracterización del consumo de productos ultraprocesados en los estudiantes entre los 12 a 17 años de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús del Municipio El Tambo – Nariño fue necesario utilizar una metodología con enfoque cuantitativo, descriptivo, observacional y transversal, en donde fue de vital importancia la participación organizada y colaborativa de los estudiantes durante todo el proceso; se consiguió identificar las características del consumo de los productos ultraprocesados referente a los gustos y preferencias de los estudiantes, puesto que se utilizó una encuesta de fácil comprensión e interpretación para los encuestados, lo que permitió recopilar datos valiosos para cumplir con éxito los objetivos establecidos en función de la problemática identificada en la población.

En donde se determinó que los factores sociodemográficos como la edad, el género y el estrato socioeconómico ejercen una influencia significativa en el consumo de productos ultraprocesados, destacando que los estudiantes de mayor edad tienden a consumir una mayor cantidad de alimentos ultraprocesados. Este hallazgo sugiere que los factores externos pueden moldear los hábitos alimentarios de los jóvenes a medida que crecen y se exponen a estos patrones de consumo inadecuado, desencadenando una mayor dependencia de los mismos, independientemente de si viven en áreas urbanas o rurales, ya que el consumo sigue siendo elevado debido a las influencias del entorno social.

Además, se encontró que los estudiantes manifiestan un claro gusto y preferencia por las comidas rápidas y productos de panadería y pastelería, debido a su atractivo sabor, a pesar de ser conscientes de que no son opciones de alimentación saludable, pero si se adecuan como una solución temporal para calmar el hambre, en donde la elección de estos productos conllevan a un riesgo elevado de obesidad, enfermedades cardíacas y crónicas a lo largo de la vida porque tienen alto contenido de azúcar, grasas saturadas y sodio, ingredientes nocivos para el consumidor. Las implicaciones para la salud pública son alarmantes, ya que el consumo excesivo de productos ultraprocesados se ha relacionado con una serie de patologías, teniendo un impacto directo en la calidad de vida de la población y el aumento de la carga en los sistemas de atención médica.

Se puede afirmar que las estrategias publicitarias persuasivas y a menudo engañosas utilizadas por la industria alimentaria contribuyen significativamente al consumo de productos ultraprocesados, subrayando que es vital regular la publicidad dirigida a alimentos poco saludables, especialmente cuando se dirige a niños y adolescentes que son particularmente susceptibles a estas influencias, debido que la publicidad y el marketing de productos ultraprocesados tienen enfoques psicológicos para llegar a la mente del consumidor influyendo en las decisiones de compra y consumo.

En conclusión, este proyecto de investigación demuestra que el consumo de productos ultraprocesados en estudiantes adolescentes está estrechamente relacionado con los factores sociodemográficos y externos, debido a que existe una clara preferencia por los alimentos poco saludables a pesar de su conocido impacto negativo en la salud, esta elección se ve influenciada en gran medida por estrategias publicitarias persuasivas de la industria alimentaria hacia la población.

4. Recomendaciones

A la Universidad Mariana, programa de Nutrición y Dietética: Fomentar a los estudiantes del programa de Nutrición y Dietética a continuar con estudios encaminados a la concientización de una adecuada alimentación que se enfoque a la buena nutrición fisiológica de la población, puesto que la falta de conocimiento y sensibilización frente a los productos ultraprocesados es deficiente y las propuestas de opciones saludables en cada región no son las adecuadas para llevar una alimentación saludable, en donde la necesidad de mejorar la educación nutricional y la difusión sobre cómo tomar decisiones alimentarias saludables le compete no solo a los jóvenes, sino también a los padres y cuidadores, para fomentar un entorno alimentario más saludable en el hogar. A largo plazo el cambiar la mentalidad de la satisfacción inmediata hacia la consideración de la salud es esencial para la prevención de enfermedades relacionadas con la alimentación.

A futuros investigadores:

Utilizar una adecuada y eficaz metodología en otras comunidades, permite conocer la realidad de la población de forma clara y sencilla, a fin de realizar estudios que comprometan más a la población, con el objetivo de indagar cuales son los gustos y preferencias de los productos ultraprocesados, en donde se evalúen todos sus componentes como edad, género, estrato socioeconómico, zona de residencia, nivel educativo de la madre y del padre, gustos, preferencias, motivo de consumo, periodicidad de consumo, tiempo de consumo y medios de publicidad por los cuales la población recibe información, con el fin de identificar los hábitos alimentarios de cada población a estudiar.

Interesarse por el proyecto y la realización de investigaciones similares en otras poblaciones según el curso de vida ya sea en los corregimientos o municipios del departamento de Nariño con el objetivo de comparar los resultados obtenidos e identificar de manera fehaciente la gravedad de la situación del consumo excesivo de productos ultraprocesados, dichas investigaciones ayudarán a predisponer nuevas rutas de acción que ayuden al Instituto Departamental de Salud de Nariño a generar proyectos de educación alimentaria dirigidos a padres y jóvenes, con el fin de concientizar los efectos adversos para la salud, el tener una alimentación inadecuada.

Referencias bibliográficas

Alcaldía Municipal de El Tambo Nariño. (2023). Localización. <http://www.eltambo-narino.gov.co>

Alcaldía Municipal de Pasto (2015) Decreto 0637 de 2015. <https://pasto.gov.co/decretos/decretos-2015?download=7653:dec-0637-08-oct-2015>

Amelina, M, Calvo, C., y Martínez, A. (2021). Consumo de alimentos ultraprocesados y obesidad: una revisión sistemática. nutrición hospitalaria. https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=s0212-16112021000100177

Arteaga, E. (2018). El consumo de ultra procesados y factores de riesgo para la población. Análisis y estrategias de comunicación. Universidad de Sevilla. <https://idus.us.es/bitstream/handle/11441/79850/memoria%20consumo%20de%20ultraprocesados%20y%20factores%20de%20riesgo%20para%20la%20poblacion%20final.pdf>

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. <http://www.soberaniaalimentaria.gob.ec/2019/forointernacionasa/ponencias/practicas%20alimentarias%20y%20nutricion%20en%20sa/practicas%20alimentarias%20y%20nutricion%20sa.pdf>

Babio, Casas y salas (2020) Alimentos Ultraprocesados Revisión crítica, limitaciones del concepto y posible uso en salud pública. https://www.nutricio.urv.cat/media/upload/domain_1498/imatges/lilibres/ULTRAPROCESADOS%202021-06.pdf

Barrantes Echeverría R. (2001). La investigación: un camino al conocimiento. https://www.uned.ac.cr/academica/images/ceced/docs/investigacion_camino_conocimiento.pdf&ved=2ahukewjtie6mjil7ahv6szabhyihauwqfnoecbuqaq&usg=aovvaw049blhhtcd0ngsy3hxfkrx

Barrial, A. y Barrial, A. (2012). La educación alimentaria y nutricional desde una dimensión sociocultural como contribución a la seguridad alimentaria y nutricional. https://www.fao.org/fileadmin/user_upload/red-icean/docs/colombia%3biceanenla%20familia%3bean%20sociocultural%20para%20san%3b2012.pdf

Barriguet Meléndez, J., Vega, S., León, Radilla Vázquez, C., Cervera, S., Nava, I., rojo-Moreno, I., Vázquez Chávez, A., y Murillo, J. (2017). Hábitos alimentarios, actividad física y estilos de vida en adolescentes escolarizados de la ciudad de México y del estado de michoacán eating habits, physical activity and lifestyles among adolescents in mexico city and the state of michoacán. original rev esp nutr comunitaria, 23(1). https://www.renc.es/imagenes/auxiliar/files/renc_2017_1_06_vega_y_leon_s_conductas_alimentarias_en_adolescentes_de_michoacan.pdf

Bericat, E. (2016). ¿qué es la cultura? https://www.researchgate.net/publication/309609989_que_es_la_cultura#:~:text=la%20cultura%20es%20definida%20como,y%20construyen%20los%20significados%20y

Cadena, E. (2021). Obesidad, un factor de riesgo en el covid-19. ministerio de salud y protección social. <https://www.minsalud.gov.co/paginas/obesidad-un-factor-de-riesgo-en-el-covid-19.aspx>

Carlos, I. y Ludeña, V. (s, f.). Practicas alimentarias y nutrición en soberanía alimentaria. <http://www.soberaniaalimentaria.gob.ec/2019/forointernacionasa/ponencias/practicass%20alimentarias%20y%20nutricion%20en%20sa/practicass%20alimentarias%20y%20nutricion%20a.pdf>

Casteleiro, R. (2017). Qué son los productos ultraprocesados y por qué no hay que comerlos. El comidista.

https://elcomidista.elpais.com/elcomidista/2017/06/21/articulo/1497996129_196916.html

Center for food safety and applied nutrition. (02 de mayo del 2022). el sodio en su dieta. fda.

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

Claro, A., Lopera, C., Rodríguez, G. y Saldarriaga, M. (2018). Oferta de alimentos y productos ultraprocesados en colegios públicos y privados de Colombia. red papaz.

<https://www.redpapaz.org/wp-content/uploads/2018/07/Oferta-de-alimentos-y-productos-ultraprocesados-en-colegios-p%C3%BAblicos-y-privados-de-Colombia.pdf>

Congreso de Colombia. (20 de julio de 2021). Ley 2120 de 2021. Función pública.

<https://www.funcionpublica.gov.co/eva/gestornormativo/norma.php?i=168029>

Congreso de la República (2009). Ley 1355 de 2009. Diario Oficial No. 47.502

https://www.icbf.gov.co/cargues/avance/docs/ley_1355_2009.htm

Congreso de la República (2021). Ley 2120 de 2021.

<https://www.funcionpublica.gov.co/eva/gestornormativo/norma.php?i=1680>

Consejo nacional de política económica social. [CONPES]. (2008). Documento CONPES social 113 - política nacional de seguridad alimentaria y nutricional (PSAN).31 de marzo de 2008

<https://www.minagricultura.gov.co/normatividad/conpes/conpes%20113%20de%202008.pdf>

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., 8 de noviembre de 2019

<https://colaboracion.dnp.gov.co/cdt/conpes/econ%c3%b3micos/3843.pdf>

- Contreras, J. y García, M. (2005). Alimentación y cultura: perspectivas antropológicas. https://www.google.com/url?sa=t&source=web&rct=j&url=https://www.researchgate.net/profile/Jesus-Contreras-14/publication/332190746_Alimentacion_y_cultura_Perspectivas_antropologicas/links/5ea189aaa6fdcc88fc36921e/Alimentacion-y-cultura-Perspectivas-antropologicas.pdf&ved=2ahUKEwip9oyhi6H7AhXRlWoFHUThCsEQFnoECA4QAQ&usg=AOvVaw1tNfP526_EKAPndNapE5wB
- 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://www.cambridge.org/core/services/aop-cambridgecore/content/view/1dfc98d0100d5a808f7d855e8936d7ea/s1368980017000891a.pdf/processed-and-ultra-processed-foods-are-associated-with-lower-quality-nutrient-profiles-in-children-from-colombia.pdf>
- Correa, J. (2022). Comestibles ultraprocesados: cuáles son y cómo evitarlos según expertos. Universidad javeriana. <https://www.javeriana.edu.co/pesquisa/alimentos-ultraprocesados-que-son-cuales-son-comestibles/>
- 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>
- Cruz, Calizada y Saintila (2022) llamado Factores sociodemográficos, consumo de grasas e incremento de peso en pacientes hospitalizados con enfermedad vesicular aguda y crónica. <https://revista.nutricion.org/index.php/ncdh/article/view/270/234>
- Dapcich, V. (2004). Guía de alimentación saludable. Sociedad española de nutrición comunitaria. <https://www.nutricioncomunitaria.org/es/noticia-documento/19>

Departamento Administrativo Nacional de Estadística –DANE - Bogotá. (2021). Boletín técnico. https://www.dane.gov.co/files/investigaciones/boletines/educacion/bol_educ_20.pdf

Facultad de Comercio y Gestión Titulado. (2021). Grado en marketing e investigaciones de mercados. <https://gradomarketing.uma.es/?p=159>

Fundación Española de la Nutrición [FEN]. (2014). Hábitos alimentarios. <https://www.fen.org.es/blog/habitos-alimentarios/#:~:text=los%20h%C3%A1bitos%20alimentarios%20son%20comportamientos,unas%20influencias%20sociales%20y%20culturales>

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>

Galtung, E. A. (2001). La paz positiva y negativa. Una construcción de diversas perspectivas de paces. <https://riull.ull.es/xmlui/bitstream/handle/915/20287/Informacion%20nutricional%20de%20padres%20sobre%20ultraprocesados%20e%20influencia%20en%20la%20alimentacion%20de%20sus%20hijos..pdf?sequence=1>

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 cercado de lima. <https://core.ac.uk/download/pdf/323348364.pdf>

Guarnizo (2022) Publicidad para enfermar: restricciones al mercado de productos alimenticios ultraprocesados dirigidos a niños y niñas en la Constitución colombiana. http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S0122-98932022000100005&script=sci_arttext

Hernández, V. (2021). Industria de Alimentos Ultraprocesados y su Comunicación mediática. https://idus.us.es/bitstream/handle/11441/126073/PUB_PICCHIGONZ%C3%81LEZ-ALORDA_TFG.pdf?sequence=1&isAllowed=y

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, Universidad Nacional de Colombia, Instituto Departamental Administrativo para la prosperidad social, Instituto Nacional de Salud, Ministerio de Salud y Protección Social. (2015). Encuesta nacional de la situación nutricional. [ENSIN]. Por medio de la cual se establece seguridad alimentaria: un desafío intersectorial en el postconflicto <https://www.icbf.gov.co/sites/default/files/nota-politica-ensin-mar11.pdf>

Instituto Nacional de Salud Pública [INS]. (2023). Situación nutricional de la población en México durante los últimos 120 años. https://www.insp.mx/resources/images/stories/2023/docs/230515_Situac_nutric_dig2.pdf

Khandpur, N., Cediel, 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://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/pmc7006913/#tres>

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://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=s0798-07522014000100008

Lozano Aguilar, V. M., Hermoza-Moquillaza, R. V., Arellano-Sacramento, C., & Hermoza-Moquillaza, V. H. (2019). Relación entre ingesta de alimentos ultra procesados y los

parámetros antropométricos en escolares. *Revista médica herediana*, v.30(2), 68–75.
<https://doi.org/10.20453/rmh.v30i2.3545>

Martí, Calvo y Martínez. (2021). Consumo de alimentos ultraprocesados y obesidad: una revisión sistemática. https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0212-16112021000100177

Ministerio de Salud y Protección Social. [MPS]. (2015). Enfoque de curso de vida. Abece. <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://www.cambridge.org/core/journals/public-health-nutrition/article/increasing-consumption-of-ultraprocessed-foods-and-likely-impact-on-human-health-evidence-from-brazil/c36bb4f83b90629da15cb0a3cbebf6fa>

Moros (2022) Influencia de la psicología del color en la decisión de compra para la marca Toyota en el año 2021 en Cúcuta /Colombia. https://ciencia.lasalle.edu.co/cgi/viewcontent.cgi?article=1684&context=finanzas_comercio

Organización Mundial de la Salud. (2019). Consumo de productos alimentarios ultra procesados y procesados con exceso de nutrientes asociados a las enfermedades crónicas no transmisibles y a la alimentación insalubre en las Américas. https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/55547/OPSNMHRF210036_spa.pdf?sequence=6&isAllowed=y

Organización Mundial de la Salud. [OMS] (2021). Enfermedades no transmisibles. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/noncommunicable-diseases>

Organización Mundial de la Salud [OMS] (2018). Género y salud de <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/gender>

Organización de las Naciones Unidas para la agricultura y la alimentación [FAO]. (2020). El impacto de los alimentos ultraprocesados en la salud. Alimentación, agricultura y desarrollo rural en América latina y el caribe, 34. <https://www.fao.org/3/ca7349es/ca7349es.pdf>

Organización de las Naciones Unidas para la alimentación y la agricultura [FAO]. (2016). Seguridad alimentaria y nutricional. <https://www.fao.org/3/at772s/at772s.pdf>

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

Organización Panamericana de la Salud [OPS] y Organización Mundial de la Salud [OMS]. (2018). Enfermedades no transmisibles. <https://www.paho.org/es/temas/enfermedades-no-transmisibles>

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

Organización Panamericana de la Salud [OPS] (2019). Alimentos y bebidas ultraprocesados en América latina. https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/51523/9789275320327_spa.pdf?sequence=1&isallowed=y

Organización Panamericana de la Salud [OPS]. (2020). Enfermedades no transmisibles. <https://www.paho.org/es/temas/enfermedades-no-transmisibles>

Pan American health organization [PAHO] & World health organization. [WHO] (2015) glosario. https://www3.paho.org/hq/index.php?option=com_content&view=article&id=10556:2015-glosario&itemid=0&lang=en

Pau talens oliag. (2021). Alimentos ultraprocesados: impacto sobre las enfermedades crónicas no transmisibles. *Nutrición hospitalaria*, (38)1. Epub 26 de abril de 2021. https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=s0212-16112021000100003

Pérez Porto, J., y Gardey, A. (2020). Definición de sociodemográfico - qué es, significado y concepto. Definición.de <https://definicion.de/sociodemografico/>

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>

Real academia española. (2022). Lugar de origen. <https://dpej.rae.es/lema/lugar-de-origen>

Resolución 8430 de 1993. [MINISTERIO DE SALUD.] Por la cual se establecen las normas científicas, técnicas y administrativas para la investigación en salud. Octubre 4. <https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/lists/bibliotecadigital/ride/de/dij/resolucion-8430-de-1993.pdf>

Revista del consumidor. (2021). Estudio calidad sopas instantáneas. https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/672748/estudio_calidad_sopas_instantaneas.pdf

Rodríguez, G. I. (2020). Información nutricional de padres sobre ultraprocesados e influencia en la alimentación de sus hijos. <https://www.google.com/url?sa=t&source=web&rct=j&url=https://riull.ull.es/xmlui/bitstream>

[/handle/915/20287/Informacion%2520nutricional%2520de%2520padres%2520sobre%2520ultraprocesados%2520e%2520influencia%2520en%2520la%2520alimentacion%2520de%25200sus%2520hijos..pdf%3Fsequence%3D1&ved=2ahUKEwjOqbaVjKH7AhWGHUQIHeiLAnUQFnoECBIQAQ&usg=AOvVaw1uxmkcNkZTwdVTx6ROqVP7](https://handle.915/20287/Informacion%2520nutricional%2520de%2520padres%2520sobre%2520ultraprocesados%2520e%2520influencia%2520en%2520la%2520alimentacion%2520de%25200sus%2520hijos..pdf%3Fsequence%3D1&ved=2ahUKEwjOqbaVjKH7AhWGHUQIHeiLAnUQFnoECBIQAQ&usg=AOvVaw1uxmkcNkZTwdVTx6ROqVP7)

Ruiz, F. (2021). Establece Reglamento Técnico sobre requisitos etiquetado nutricional. Ministerio de Salud y Protección Social. Retrieved November. https://minsalud.gov.co/Normatividad_Nuevo/Resoluci%C3%B3n%20No.%20810de%202021.pdf

Ruiz, A. (2020). La república S.A.S.60% de la población colombiana tiene malas costumbres a la hora de alimentarse. <https://www.larepublica.co/consumo/seis-de-cada-10-colombianos-no-saben-alimentarse-bien-297156>

Salazar, I. (2010) Geografía económica de la región andina oriental - documento de trabajo sobre economía regional y urbana. Banco de la república. <https://repositorio.banrep.gov.co/handle/20.500.12134/531>

Sánchez, M. (2019). Consecuencias para la salud del exceso de ultraprocesados. marca. https://cuidateplus.marca.com/alimentacion/nutricion/2019/10/21/consecuencias-salud-exceso-ultraprocesados-171082.html?nav=nav_continua

Schnel, M. (2014). Artículos creencias y alimentación. <https://ve.scielo.org/pdf/avn/v27n1/art13.pdf>

Shamah, T. & Cuevas, I. Mayorga, E. & Valenzuela, D. (2014). Vol.27 No.1.Consumo de alimentos en américa latina y el caribe. https://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=s0798-07522014000100008

Silva, L; Pugliesi-Abdalla, p; Bohn, L; Gavassa-de Araújo, R; Freitas-Batalhão D; Rossini-Venturini, AC; Santos-Carvalho A; Duncan B; Mota J y Lopes-Machadoet DR. (2023).

Asociación del consumo diario de alimentos mínimamente procesados y ultraprocesados con la obesidad en adultos con sobrepeso: un estudio transversal.
https://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S0212-16112023000400011&script=sci_arttext

Valdez, I. (2019). Riesgos dietéticos y alimentos ultraprocesados. Revista médica herediana. Scielo.http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=s1018130x2019000200001&script=sci_arttext&tlng=pt

Viloria, J; (2007). Economía del departamento de Nariño: ruralidad y aislamiento geográfico.
<https://repositorio.banrep.gov.co/bitstream/handle/20.500.12134/1947/?sequence=1>

Anexos

Anexo 1. Carta de solicitud

Pasto, 30 de marzo de 2023.
PND- - 2-6-7- 049

Hermana
LUCY CABRERA CORDOBA
Rectora
Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús – El Tambo – Nariño

Asunto: Solicitud para aplicar encuestas para el proyecto de investigación.

Cordial saludo de Paz y Bien.

Desde el programa de Nutrición y Dietética de la Universidad Mariana me dirijo a usted con el fin de solicitarle su permiso y autorización para realizar un trabajo de investigación estudiantil titulado “Caracterización del consumo de productos ultra procesados” que tiene como campo de estudio el Colegio Nuestra Señora del Carmen.

La investigación está a cargo de los estudiantes que se detallan a continuación, quienes adicionalmente adquieren el compromiso de cumplir las normas establecidas por la institución y a su vez de entregar un informe con los resultados arrojados por la investigación que puedan reflejar la situación alimentaria y nutricional de la comunidad educativa.

Nombre	Identificación
Erika Alejandra Arcos Guerrero.	1088593798
Franci Paola Bucheli Terán.	1006679895
Melany Gabriela Burbano Cabrera.	1004547767
Viviane Alejandra Coral Guerrero.	1085953327
Diana Sofia Macuase Chaves.	1004216779
Gabriela Estefanía Mora Valenzuela.	1193524381
Jesús Martín Salazar Vega.	1004235970

Agradezco su valiosa atención y colaboración.

Atentamente.

MAGÍSTER. KARINA GALLARDO SOLARTE
Directora del Programa de Nutrición y Dietética
Universidad Mariana

Anexo 2. Consentimiento informado



UNIVERSIDAD MARIANA
NIT. 800.092.198-5

CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA PARTICIPAR EN UNA INVESTIGACIÓN CIENTÍFICA

INVESTIGACIÓN TITULADA: “CARACTERIZACIÓN DEL CONSUMO DE PRODUCTOS ULTRAPROCESADOS EN LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SAGRADO CORAZON DE JESUS DEL TAMBO NARIÑO”.

Somos Estudiantes de la Universidad Mariana del programa de Nutrición y Dietética y extendemos una invitación a todos los estudiantes desde los 12 hasta los 17 años a participar dentro de la investigación arriba mencionada y que se le ha dado la siguiente información:

Propósito: Realizar una encuesta para identificar las características de consumo de los productos ultraprocesados referente a los gustos y preferencias en los estudiantes de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús.

Usted como acudiente responsable del estudiante puede decidir voluntariamente si desea que su hijo(a) participe en la investigación, si después de leer este documento presenta alguna duda, pida aclaración a los investigadores, quienes brindaran todas las explicaciones que se requieran para que tome la decisión, una vez usted esté de acuerdo con el procedimiento de:

Usted responda por su hijo(a): un total de 48 preguntas referentes a cuáles son sus gustos y preferencias del consumo de productos ultraprocesados, con una duración de 20 minutos. Las preguntas se dividen en 2 partes: La primera se encarga en realizar preguntas sobre el entorno social del estudiante y de sus padres, en cuanto a nombre, edad, género, estrato socioeconómico y grado de escolaridad de padres; la segunda parte se encarga en realizar preguntas sobre gustos, preferencias y frecuencia de consumo, esta parte se divide según la clasificación de los productos ultraprocesados tales como: Bebidas azucaradas, productos de bollería y lácteos, embutidos, alimentos precocidos y salsas. La forma de respuesta es de selección múltiple con única respuesta y en algunas preguntas se indicará que puede marcar varias opciones de respuestas.

Importancia de la investigación: Al analizar cuáles son los gustos, preferencias, frecuencia de consumo de productos ultraprocesados, nos permitirán describir cuáles son los patrones y las razones por las cuales los estudiantes entre las edades de 3 a 17 consumen dichos productos, para que otros investigadores tengan acceso a esta información y puedan desarrollar otro tipo de estudios que beneficien en estilos de vida saludable a la población.

Objetivo y justificación de la investigación: Esta investigación tiene como objetivo identificar las características de consumo de ultraprocesados, referente a los gustos y preferencias en estudiantes de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús. En la presente investigación se incluirán a niños y niñas desde los 12 hasta los 17 años, en el cual los acudientes o padres de familia contestarán la encuesta por ellos, una vez se firme el consentimiento informado. Tenga en cuenta que la investigación no tiene implicaciones en los aspectos morales, religiosos y culturales de la población evaluada.

Calle 18 No. 34-104 - PBX (Tel.): 7314923 - Fax: 7315658 SAN JUAN DE PASTO - COLOMBIA
www.umariana.edu.co - umariana@umariana.edu.co



UNIVERSIDAD MARIANA
NIT. 800.092.198-5

Responsables de la investigación: El estudio es dirigido por Alejandra Arcos, Diana Macuasé, Melany Burbano, Paola Bucheli, Viviana Coral, Gabriela Mora y Jesus Salazar. Cualquier inquietud que usted tenga puede comunicarse al celular 3016479612 vía WhatsApp o al teléfono fijo 7224460, extensión 252 de la Universidad Mariana.

Riesgos y Beneficios: La encuesta (Del consumo de productos ultraprocesados) incluye la obtención de información sobre datos personales, no implican riesgo alguno para el padre y el estudiante; las respuestas dadas no tendrán ninguna consecuencia para su situación personal. El beneficio es que hará parte de estudio que permitirá realizar educación en los estudiantes sobre estilos de vida saludables, contribuyendo a un estado de salud óptimo.

Confidencialidad: Su identidad y la de su hijo(a) estará protegida, porque en la investigación no se mencionará el nombre del estudiante, solo se tomará este dato para llevar un conteo. La información obtenida en las encuestas será transcrita y almacenada en una base de datos que se mantendrá por cinco años más después de terminada la presente investigación. Los datos individuales solo serán conocidos por los investigadores, mientras dura el estudio, quienes, en todo caso, se comprometen a no divulgarlos. Los resultados que se publicarán corresponden a tablas donde se recopila repuestas generales de todos los participantes.

Derechos y deberes: Usted tiene derecho a retirarse de esta investigación, si así lo desea en cualquier momento, y no tendrá que firmar ningún documento para hacerlo, ni informar las razones de su decisión, si no desea hacerlo. Usted no tendrá que hacer gasto alguno durante la participación en la investigación y en el momento que lo considere podrá solicitar información sobre sus resultados a los responsables de la investigación. En caso de que requiera algún tipo de tratamiento, los investigadores no tendrán responsabilidad alguna. Sus opiniones y aportes a esta investigación se usarán exclusivamente para este proyecto y se archivarán de manera segura, nuestro trabajo de grado quedará a disposición en la biblioteca de la Universidad Mariana.

Declaro que he leído o me fue leído este documento en su totalidad y que entiendo su contenido. Por lo tanto, yo _____ identificado (a) como aparece al pie de mi firma, acudiente o padre responsable del estudiante _____ decido y permito que mi hijo (a) participe en esta investigación.

Sé firma en la ciudad de _____ el día _____

Padre/Madre y/o acudiente

Nombre:

ID:

Nota: Este documento sea firmado o no debe de enviarse de nuevo al colegio, el cual será recolectado por los investigadores.

Calle 18 No. 34-104 - PBX (Tel.): 7314923 - Fax: 7315658 SAN JUAN DE PASTO - COLOMBIA
www.umariana.edu.co - umariana@umariana.edu.co

Anexo 3. Encuesta de estudiantes



Universidad Mariana
 Facultad Ciencias de la Salud
 Programa de Nutrición y Dietética
 Proyecto de Investigación

“Caracterización del consumo de productos ultraprocesados en el Colegio Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús del Tambo Nariño”

Somos estudiantes de la Universidad Mariana del programa de Nutrición y Dietética realizamos una encuesta para identificar las características de consumo de los productos ultraprocesados referente a los gustos y preferencias en los estudiantes de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús. Agradecemos mucho su colaboración al contestar este cuestionario.

Estimado(a) estudiante, lea detenidamente la pregunta y marque con una (X) la respuesta de su elección.

1. Nombre del estudiante _____
2. Edad del estudiante _____
3. Género:
 Femenino Masculino Otro
4. ¿A qué estrato socioeconómico pertenece su hogar?
 Estrato 1 Estrato 4
 Estrato 2 Estrato 5
 Estrato 3 Estrato 6
5. ¿Cuál es su zona de residencia?
 Urbano Rural
6. ¿Cuál es el nivel educativo de su madre?
 Preescolar Universidad
 Primaria Completa Posgrado
 Secundaria Completa Ninguno
 Técnico o tecnólogo
7. ¿Cuál es el nivel educativo de su padre?
 Preescolar Universidad
 Primaria Completa Posgrado
 Secundaria Completa Ninguno
 Técnico o tecnólogo
8. ¿Cuánto le gustan a usted las bebidas azucaradas tales como: Jugos de botella, bebidas energizantes, gaseosas, té envasado y refrescos en polvo?
 Nada
 Poco
 Mucho
9. ¿Cuál de las siguientes bebidas azucaradas prefiere consumir? Marque con una (X) varias respuestas:
 Té envasado
 Refrescos en polvo (Fruitiño, Suntea)
 Bebidas energizantes (Vive 100, Speed max, etc.)
 Jugo de botella
 Gaseosa
 Ninguno de los anteriores
10. ¿Con que frecuencia consume bebidas azucaradas?
 Siempre
 Casi siempre
 Nunca
 Algunas veces
11. ¿Por qué motivo usted consume bebidas azucaradas?
 Tiempo
 Precio
 Sabor
 Fácil Consumo
 Fácil acceso
12. ¿En qué momento del día consume bebidas azucaradas? Marque con una (X) varias respuestas:
 Desayuno Media tarde
 Media mañana Cena
 Almuerzo Refrigerio nocturno
13. ¿Cuánto le gustan a usted las comidas rápidas tales como: Salchipapa, hamburguesa, sandwich, burritos, empanadas, nuggets, pizza, perros calientes?
 Nada
 Poco
 Mucho
14. ¿Cuál de las siguientes comidas rápidas, prefiere consumir? Marque con una (X) varias respuestas:
 Hamburguesa Perros calientes
 Salchipapa Sándwich
 Empanadas Burritos
 Nuggets Ninguno de los anteriores
 Pizza
15. ¿Con que frecuencia consume usted comidas rápidas?
 Siempre
 Casi siempre
 Nunca
 Casi nunca
16. ¿Por qué motivo usted consume comidas rápidas?
 Tiempo
 Precio
 Sabor
 Fácil Consumo
 Fácil acceso
17. ¿En qué momento del día consume comidas rápidas?
 Desayuno Media tarde
 Media mañana Cena
 Almuerzo Refrigerio nocturno

18. ¿Cuánto le gustan a usted los empaquetados tales como: Caramelos, bombones, chocolatinas, golosinas, cheetos, papas de paquete, detoditos?

- Nada
 Poco
 Mucho

19. ¿Cuál de los siguientes empaquetados prefiere consumir? Marque con una (X) varias respuestas:

- Papas de paquete Golosinas
 Detoditos Cheetos
 Caramelos Ninguna de las anteriores
 Bombones
 Chocolatinas

20. ¿Con qué frecuencia consume usted empaquetados?

- Siempre
 Casi siempre
 Nunca
 Casi nunca

21. ¿Por qué motivo usted consume empaquetados?

- Tiempo
 Precio
 Sabor
 Fácil consumo
 Fácil acceso

22. ¿En qué momento del día consume empaquetados? Marque con una (X) varias respuestas:

- Desayuno Media tarde
 Media mañana Cena
 Almuerzo Refrigerio nocturno

23. ¿Cuánto le gustan a usted los productos de bollería y pastelería tales como: Galletas, brownie, pan bimbo, chocorramo, donas, milhojas, gansitos, pasteles, bizcochos, rosquillas, mantecadas, postres, tortillas?

- Nada
 Poco
 Mucho

24. ¿Cuál de los siguientes productos de bollería y pastelería prefiere consumir? Marque con una (X) varias respuestas:

- Galletas Milhojas
 Brownie Gansitos
 Pan bimbo Pasteles
 Chocorramo Bizcochos
 Donas Rosquillas
 Mantecadas Postres
 Tortillas Ninguno de los anteriores

25. ¿Con qué frecuencia consume usted productos de bollería y pastelería?

- Siempre
 Casi siempre
 Nunca
 Casi nunca

26. ¿Por qué motivo usted consume productos de bollería y pastelería?

- Tiempo
 Precio
 Sabor
 Fácil consumo
 Fácil acceso

27. ¿En qué momento del día consume productos de bollería y pastelería? Marque con una (X) varias respuestas:

- Desayuno Media tarde
 Media mañana Cena
 Almuerzo Refrigerio nocturno

28. ¿Cuánto le gustan a usted los productos lácteos y derivados tales como: Yogurt, leche entera de bolsa, leche de vaca, leche en polvo, kumis, crema de leche, quesos, cuajada?

- Nada
 Poco
 Mucho

29. ¿Cuál de los siguientes productos lácteos y derivados prefiere consumir? Marque con una (X) varias respuestas:

- Yogurt
 Leche de vaca en bolsa (Entera, Deslactosada, Desnatada, etc.)
 Leche en polvo
 Kumis
 Crema de leche
 Quesos
 Cuajadas
 Ninguno de los anteriores

30. ¿Con qué frecuencia consume usted productos lácteos o derivados?

- Siempre
 Casi siempre
 Nunca
 Casi nunca

31. ¿Por qué motivo usted consume productos lácteos y derivados?

- Tiempo
 Precio
 Sabor
 Fácil consumo
 Fácil acceso

32. ¿En qué momento del día consume productos lácteos y derivados? Marque con una (X) varias respuestas:

- Desayuno Media tarde
 Media mañana Cena
 Almuerzo Refrigerio nocturno

33. ¿Cuánto le gustan a usted los alimentos precocidos tales como: Frijoles enlatados, sopas instantáneas, papas congeladas, pizza congelada y alitas congeladas?

- Nada
 Poco
 Mucho

34. ¿Cuál de los siguientes alimentos precocidos prefiere consumir? Marque con una (X) varias respuestas:

- Frijoles enlatados
- Sopas instantáneas
- Papas congeladas
- Pizza congelada
- Alitas congeladas
- Ninguno de los anteriores

35. ¿Con que frecuencia consume usted alimentos precocidos?

- Siempre
- Casi siempre
- Nunca
- Casi nunca

36. ¿Por qué motivo usted consume alimentos precocidos?

- Tiempo
- Precio
- Sabor
- Fácil consumo
- Fácil acceso

37. ¿En qué momento del día consume alimentos precocidos? Marque con una (X) varias respuestas:

- Desayuno Media tarde
- Media mañana Cena
- Almuerzo Refrigerio nocturno

38. ¿Cuánto le gustan a usted los embutidos tales como: Chorizos, salchichas, tocino, morcilla, jamón, mortadelas, longanizas?

- Nada
- Poco
- Mucho

39. ¿Cuál de los siguientes embutidos prefiere consumir? Marque con una (X) varias respuestas:

- Chorizos Jamón
- Salchichas Mortadelas
- Tocino Longanizas
- Morcilla Ninguno de los anteriores

40. ¿Con que frecuencia consume embutidos?

- Siempre
- Casi siempre
- Nunca
- Casi nunca

41. ¿Por qué motivo usted consume embutidos?

- Tiempo
- Precio
- Sabor
- Fácil consumo
- Fácil acceso

42. ¿En qué momento del día consume embutidos? Marque con una (X) varias respuestas:

- Desayuno Media tarde
- Media mañana Cena
- Almuerzo Refrigerio nocturno

43. ¿Cuánto le gustan a usted las salsas tales como: salsa de tomate, salsa rosada, salsa de ajo, mayonesa, salsa de ajo, salsa de piña, etc.?

- Nada
- Poco
- Mucho

44. ¿Cuál de las siguientes salsas prefiere consumir? Marque con una (X) varias respuestas:

- Salsa de tomate
- Salsa rosada
- Salsa de ajo
- Mayonesa
- Salsa de piña
- Ninguno de los anteriores

45. ¿Con qué frecuencia consume salsas?

- Siempre
- Casi siempre
- Nunca
- Algunas veces

46. ¿Por qué motivo usted consume salsas?

- Tiempo
- Precio
- Sabor
- Fácil consumo
- Fácil acceso

47. ¿En qué momento del día consume salsas? Marque con una (X) varias respuestas:

- Desayuno Media tarde
- Media mañana Cena
- Almuerzo Refrigerio nocturno

48. ¿Qué medio de comunicación ha influido para que consuma estos productos ultraprocesados? Marque con una (X) varias respuestas:

- Radio
- Televisión
- Revistas
- Internet (Buscador, Anuncios, Redes sociales, etc.)
- Periódico

¡Gracias por su colaboración!

