



Universidad **Mariana**

Caracterización del consumo de productos ultraprocesados en estudiantes de 8 a 11 años de la
Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús en el Municipio del Tambo - Nariño

Erika Alejandra Arcos Guerrero
Diana Sofía Macuase Chaves
Juan Camilo Recalde Ramirez

Universidad Mariana
Facultad Ciencias de la Salud
Programa de Nutrición y Dietética
San Juan de Pasto
2024

Caracterización del consumo de productos ultraprocesados en estudiantes de 8 a 11 años de la
Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús en el Municipio del Tambo - Nariño

Erika Alejandra Arcos Guerrero

Diana Sofía Macuase Chaves

Juan Camilo Recalde Ramirez

Informe de investigación para optar al título de: Nutricionista Dietista

Mag. Diana Gabriela Andrade Jaramillo

Asesor

Universidad Mariana

Facultad Ciencias de la Salud

Programa de Nutrición y Dietética

San Juan de Pasto

2024

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

A nuestra alma mater la Universidad Mariana, por darnos la oportunidad de formarnos como profesionales competentes con sentido ético y humanos con espíritu social.

A nuestra estimada asesora la Magister Diana Gabriela Andrade Jaramillo, por su dedicación excepcional y su compromiso inquebrantable con nuestra formación académica. Su orientación han sido pilares fundamentales en el desarrollo de nuestro proyecto, brindándonos inspiración y motivación para alcanzar nuestros objetivos. Valoramos profundamente su disposición para compartir su conocimiento con nosotros. Su ejemplo como mentora nos ha dejado una huella imborrable en nuestro camino hacia la excelencia académica. ¡Gracias por ser una profesora ejemplar y por ayudarnos a alcanzar nuestro potencial!

A la hermana Lucy Cabrera Córdoba, honorable rectora de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús, en el Municipio del Tambo – Nariño, por abrirnos las puertas de la institución y brindarnos la oportunidad invaluable de llevar a cabo nuestro proyecto de investigación, porque su apoyo y confianza en nuestro trabajo han sido fundamentales para el desarrollo exitoso de nuestro estudio. Agradecemos profundamente su liderazgo que ha hecho posible este importante paso en nuestro camino hacia el conocimiento.

Expresar nuestra gratitud a todos los estudiantes y padres del colegio por su invaluable participación en nuestra investigación. Su compromiso y dedicación han sido fundamentales para el éxito de este proyecto, estamos profundamente agradecidos por el tiempo que han invertido. Su colaboración no solo ha enriquecido nuestro estudio, sino que también ha fortalecido el vínculo entre la comunidad educativa y la investigación académica.

Por último, extender nuestro más sincero agradecimiento al señor Víctor Macuase y a su hija Sara Macuase por su generosa disposición, apoyo incondicional y valiosa colaboración en el desarrollo de nuestro trabajo de investigación. Sus acompañamientos han sido fundamentales en cada etapa de este proyecto, desde la concepción inicial hasta la culminación exitosa.

Dedicatoria

Dedico este proyecto de investigación a Dios, fuente de fortaleza y guía en cada paso de mi camino. A mis queridos padres, quienes han sido mi mayor apoyo, ejemplo de sacrificio, dedicación incondicional; su amor han sido el motor que impulsa mis logros. A mi preciosa hija, quien, con su luz, alegría ha sido mi inspiración constante, la razón de mi constante búsqueda de superación. Por último, a mis hermanas, compañeras de vida, además de confidentes, por su inquebrantable cariño. A todos ustedes, mi profundo agradecimiento por ser mi pilar y mi mayor bendición.

Erika Alejandra Arcos Guerrero

En este momento de gratitud, deseo expresar mi más profundo agradecimiento a Dios por guiarme y darme fuerzas a lo largo de mi carrera. A mi futura yo, Nutricionista y Dietista, te dedico este logro con la convicción de que cada desafío superado ha sido un escalón hacia nuestra realización profesional, fruto de tu perseverancia y dedicación. Dedico este proyecto de investigación a mis amados padres, cuyo amor incondicional, además del constante apoyo han sido el motor que impulsó cada paso de este camino, gracias a su inquebrantable dedicación y apoyo incondicional que han sido la roca sobre la cual he cimentado mis sueños, les debo mi más sincero agradecimiento. A mi querida hermana, cuyo ingenio y espíritu optimista han sido un constante recordatorio de la importancia de perseverar, le agradezco por ser mi confidente y mi inspiración, donde su ayuda fue un faro en los momentos más difíciles, te agradezco desde lo más profundo de mi corazón.

Por último, a mi adorada familia, por su cariño inquebrantable y por creer en mí desde el principio. Desde lo más profundo de mi corazón, les doy las gracias por su amor, paciencia y por creer en mí incluso cuando yo dudaba de mis propias capacidades. ¡Que este logro sea también suyo, pues cada paso dado ha sido gracias a su acompañamiento y cariño incondicional!

Diana Sofia Macuase Chavez

En primer lugar, quiero expresar mi profundo agradecimiento a Dios por concederme la vida y por permitirme alcanzar esta etapa significativa en mi carrera profesional. También deseo reconocer el invaluable papel de mis padres, quienes me han demostrado el poder del amor y la importancia de la unidad familiar. A través de su dedicación incansable, su constante lucha y sacrificio, han sido mis pilares fundamentales, brindándome sabios consejos y un apoyo inquebrantable. A pesar de las circunstancias, siempre han procurado ofrecerme lo mejor, y me siento profundamente orgulloso de ser su hijo. Espero poder retribuirles con creces todo lo que han hecho por mí. A mi hermana, mi ejemplo a seguir y mi fuente de motivación, quiero expresar mi más sincero agradecimiento. Ha sido mi guía constante, mi consejera y mi compañera incondicional en cada paso del camino. Gracias por estar a mi lado en los momentos más difíciles y por brindarme tu apoyo sin reservas.

Asimismo, quiero extender mi gratitud a toda mi familia por su apoyo constante y por ser un pilar fundamental en mi vida. Su aliento y respaldo han sido fundamentales en mi camino hacia el éxito. A mi novia, quiero agradecerte por acompañarme en este viaje y por ser mi confidente en cada paso del camino. Tu amor y apoyo incondicional significan todo para mí, y valoro profundamente nuestra relación. Estoy profundamente agradecido por el amor, el apoyo y las enseñanzas que he recibido de todas las personas importantes en mi vida. Sin su presencia y aliento, no habría llegado tan lejos en mi carrera profesional ni en mi crecimiento personal.

Juan Camilo Recalde Ramirez

Contenido

Introducción	13
1. Resumen del proyecto	14
1.1. Descripción del problema	15
1.1.1. Formulación del problema	18
1.2. Justificación.....	18
1.3. Objetivos	21
1.3.1. Objetivo general.....	21
1.3.2. Objetivos específicos	21
1.4. Marco referencial o fundamentos teóricos.....	22
1.4.1. Marco teórico	30
1.4.2. Marco conceptual.....	33
1.4.3. Marco contextual.....	35
1.4.4 Marco legal	36
1.4.4.1. Internacional.....	36
1.4.4.2 Nacional	37
1.4.4.3 Regional	39
1.4.5 Marco ético	39
1.5 Metodología	40
1.5.1. Enfoque de investigación.....	40
1.5.2. Tipo de investigación.....	40
1.5.3. Población y muestra / Unidad de trabajo y unidad de análisis	40
1.5.4. Criterios de inclusión y exclusión.....	41
1.5.5. Categorización de variables	41
2. Presentación de resultados	48
2.1 Análisis e interpretación de datos.....	49

2.1.1 Analizar el consumo de productos ultraprocesados en los niños y niñas de entre las edades de 8 a 11 años de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús según factores sociodemográficos.....	49
2.1.2 Indagar en los gustos, preferencias, motivo y frecuencia de consumo, además de los medios de publicidad, en cuanto a cada grupo de productos ultraprocesados que consumen los estudiantes de 8 a 11 años.....	52
2.1.2.1 Bebidas azucaradas	52
2.1.2.2 Comidas rápidas	55
2.1.2.3 Empaquetados	58
2.1.2.4 Productos de panadería y pastelería	61
2.1.2.5 Productos lácteos y derivados	64
2.1.2.6 Alimentos precocidos.....	67
2.1.2.7 Alimentos embutidos.....	70
2.1.2.8 Salsas.....	73
2.1.2.9 Medios de publicidad	76
2.2 Discusión.....	77
3. Conclusiones	85
4. Recomendaciones.....	87
Referencias bibliográficas	88

Índice de Tablas

Tabla 1. Categorización de variables	41
--------------------------------------------	----

Índice de Figuras

Figura 1. Árbol problema	18
Gráfica 1. Distribución porcentual, según edad y género	49
Gráfica 2. Distribución porcentual, según estrato y zona de residencia	50
Gráfica 3. Distribución porcentual, según nivel de escolaridad de la madre	51
Gráfica 4. Distribución porcentual, según nivel de escolaridad del padre	51
Gráfica 5. Distribución porcentual, según gustos en bebidas azucaradas	52
Gráfica 6. Distribución numérica, según preferencias en bebidas azucaradas	53
Gráfica 7. Distribución porcentual, según motivo de consumo en bebidas azucaradas	53
Gráfica 8. Distribución porcentual, según periodicidad de consumo en bebidas azucaradas	54
Gráfica 9. Distribución numérica, según tiempo de consumo en bebidas azucaradas	54
Gráfica 10. Distribución porcentual, según gustos en comidas rápidas	55
Gráfica 11. Distribución numérica, según preferencias en comidas rápidas	56
Gráfica 12. Distribución porcentual, según motivo de consumo en comidas rápidas	56
Gráfica 13. Distribución porcentual, según periodicidad de consumo en comidas rápidas	57
Gráfica 14. Distribución numérica, según tiempo de consumo en comidas rápidas	57
Gráfica 15. Distribución porcentual, según gustos en empaquetados	58
Gráfica 16. Distribución numérica, según preferencias en empaquetados	59
Gráfica 17. Distribución porcentual, según motivo de consumo en empaquetados	59
Gráfica 18. Distribución porcentual, según periodicidad de consumo en empaquetados	60
Gráfica 19. Distribución numérica, según tiempo de consumo en empaquetados	60
Gráfica 20. Distribución porcentual, según gustos en productos de panadería	61
Gráfica 21. Distribución numérica, según preferencias en productos de panadería	62
Gráfica 22. Distribución porcentual, según motivo de consumo en productos de panadería	62
Gráfica 23. Distribución porcentual, según periodicidad de consumo en panadería	63
Gráfica 24. Distribución numérica, según tiempo de consumo en productos de panadería	63
Gráfica 25. Distribución porcentual, según gustos en productos lácteos y derivados	64
Gráfica 26. Distribución numérica, según preferencias en productos lácteos y derivados	65
Gráfica 27. Distribución porcentual, según motivo de consumo en productos lácteos	65
Gráfica 28. Distribución porcentual, según periodicidad de consumo en productos lácteos	66

Gráfica 29. Distribución numérica, según tiempo de consumo en productos lácteos	66
Gráfica 30. Distribución porcentual, según gustos en alimentos precocidos	67
Gráfica 31. Distribución numérica, según preferencias en alimentos precocidos	68
Gráfica 32. Distribución porcentual, según motivo de consumo alimentos precocidos	68
Gráfica 33. Distribución porcentual, según periodicidad de consumo en alimentos precocidos ..	69
Gráfica 34. Distribución numérica, según tiempo de consumo en alimentos precocidos	69
Gráfica 35. Distribución porcentual, según gustos en alimentos embutidos	70
Gráfica 36. Distribución numérica, según preferencias en alimentos embutidos	71
Gráfica 37. Distribución porcentual, según motivo de consumo alimentos embutidos	71
Gráfica 38. Distribución porcentual, según periodicidad de consumo en alimentos embutidos ..	72
Gráfica 39. Distribución numérica, según tiempo de consumo en alimentos embutidos	72
Gráfica 40. Distribución porcentual, según gustos en salsas	73
Gráfica 41. Distribución numérica, según preferencias en salsas	74
Gráfica 42. Distribución porcentual, según motivo de consumo en salsas	74
Gráfica 43. Distribución porcentual, según periodicidad de consumo en salsas	75
Gráfica 44. Distribución numérica, según tiempo de consumo en salsas	75
Gráfica 45. Distribución numérica, según medios de publicidad	76

Índice de Anexos

Anexo A. Carta de aceptación	97
Anexo B. Instrumento de creación propia.....	98

Introducción

En las últimas décadas, el consumo generalizado de productos ultraprocesados se ha vuelto habitual en los hogares debido a su fácil preparación, accesibilidad económica y la falta de información nutricional. Este patrón de consumo ha tenido un impacto significativo a nivel social y de salud pública, causando problemas como el sobrepeso, la obesidad, la diabetes, las enfermedades cardíacas y ciertos tipos de cáncer, lo que ha aumentado los índices de morbimortalidad y representando un grave problema de salud pública.

Los alimentos ultraprocesados presentan una composición nutricional desequilibrada, caracterizada por altos niveles de sal, grasa y azúcares, así como la adición de micronutrientes sintéticos y aditivos como emulsionantes y saborizantes. Además, tienen un bajo aporte de proteínas, vitaminas y minerales debido a su origen y proceso de elaboración.

El objetivo de este estudio es identificar las características de consumo de productos ultraprocesados, centrándose en los gustos y preferencias de los estudiantes de 8 a 11 años en el Municipio del Tambo. Esta investigación se enfoca en analizar factores sociodemográficos y explorar los hábitos de consumo de alimentos ultraprocesados, con el fin de reconocer los productos más consumidos en esta población específica.

1. Resumen del proyecto

El estudio se centra en identificar las características de consumo de productos ultraprocesados entre estudiantes de 8 a 11 años en el Municipio del Tambo. Se destaca que el ritmo de vida acelerado ha impulsado el consumo de estos productos debido a su conveniencia, accesibilidad y desinformación nutricional. Los productos ultraprocesados son alimentos cuyo estado natural ha sido alterado mediante procesos industriales y la adición de diversos ingredientes, como sal, azúcar, grasa y aditivos. Se hace referencia al marco conceptual NOVA, que clasifica los alimentos según su grado de procesamiento industrial, ubicando a los productos ultraprocesados en el grupo número cuatro.

La investigación se enfoca en describir los productos ultraprocesados más consumidos por los estudiantes de una institución educativa específica en el Municipio del Tambo, caracterizando sociodemográficamente a la población estudiantil. Se encontró que los hábitos alimentarios de los niños de esta edad están influenciados principalmente por sus padres, quienes deciden qué alimentos consumen sus hijos basándose en factores como el estrato socioeconómico, nivel educativo, zona de residencia y acceso a información sobre una alimentación adecuada. Los padres son influenciados tanto por recursos monetarios como no monetarios, así como por la globalización industrial y los cambios en los estilos de vida.

En resumen, el estudio proporciona una comprensión detallada de los hábitos de consumo de productos ultraprocesados en niños de 8 a 11 años en el Municipio del Tambo, destacando la influencia de factores sociodemográficos y la toma de decisiones de los padres en la alimentación de sus hijos.

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 lo tanto, la producción de alimentos altamente procesados ha experimentado grandes cambios en las últimas décadas debido a influencias económicas, sociales y culturales. Esto ha llevado a consecuencias evidentes por el consumo constante de alimentos con alto contenido de azúcar, grasas y otros ingredientes poco saludables, donde “el problema es mucho más complejo de lo que pueda parecer a simple vista” (Sánchez, 2019). De tal manera, que el consumo excesivo de productos ultraprocesados aumenta la grasa corporal y no solo es lo que se observa a simple vista, sino que, incrementa el riesgo de padecer diferentes enfermedades no transmisibles; por ende, las consecuencias de una alimentación no adecuada están fundadas en diversos estudios, que reconocen el efecto perjudicial de las sustancias que componen los productos ultraprocesados, cuando estas interactúan con el organismo.

No obstante, las enfermedades cardiovasculares, la diabetes, el sobrepeso y la obesidad, junto con algunos cánceres, son solo algunas de las enfermedades que más afectan la salud de las personas que consumen dietas ricas en alimentos ultraprocesados. Sumando a ello el incremento de la industria alimentaria y el aporte de anti nutrientes procedentes de los ultraprocesados.

Por lo tanto, las comunidades científicas y médicas han confirmado el ritmo de crecimiento de estas enfermedades en los últimos años, el gasto sanitario destinado al tratamiento y a la investigación aumentó un 7,1% hasta los 13.000 millones de euros, o el 5% del producto interior 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”, superando así el 50% de la población, según los resultados entregados por la Encuesta Nacional de Situación Nutricional (Minsalud, 2015). Por lo cual en el departamento de Nariño en el 2020 tiene una totalidad de 9.545 casos en obesidad no especificada, la cual esta población está clasificada desde los 0 meses hasta los 60 años o más. De igual manera, una de las causas de la obesidad son los malos hábitos alimentarios que a lo largo de la historia han ido abarcando en mayor medida el impacto dentro del mercado y los hogares.

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

Por consiguiente, Casteleiro (2017) afirma que los alimentos altamente procesados están diseñados para fomentar su consumo máximo, y para lograrlo, poseen cualidades organolépticas típicas de la industria alimentaria, las cuales estimulan el apetito de forma significativa. 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 según, Chacón y Shaw (2015) que, en 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 éstas 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. (p.13) 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 que como lo afirman Contreras y García (2005) “ha afectado no solo 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. 338) . Por tanto, la base del gusto social por la comida rápida se establece a través de la experiencia de socialización, porque juega un papel sociocultural importante, y por ser un hecho biológico de la comida, es esencialmente un hecho social.

Figura 1

Árbol problema



Fuente: propia, 2024.

1.1.1. Formulación del problema

¿Cuáles son las características del consumo de productos ultraprocesados entre las edades de 8 a 11 años del municipio de Tambo?

1.2. Justificación

Para identificar con detalle el problema aquí expuesto, en primer lugar, es importante conocer al marco conceptual NOVA, el cual es el nombre asignado a un sistema que “clasifica a los alimentos según su naturaleza, finalidad y grado de procesamiento industrial, en lugar de clasificarlos en términos de nutrientes y tipos de alimentos” (OPS y OMS, 2015, p. 13). Por tanto, en el grupo número 4 se encuentran los productos ultraprocesados, donde se hace referencia a que son productos formulados en gran parte por sustancias derivadas de alimentos y fuentes orgánicas, que contienen pocos o ningún alimento entero, diferenciándose de los alimentos procesados por qué se caracterizan por ser duraderos, prácticos, accesibles y de sabor agradable; que por lo general

contienen aditivos, micronutrientes sintéticos para fortificarlos y a menudo se les suele dar mayor volumen con aire o agua (Monteiro et al., 2010).

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

En segundo lugar, una vez se tiene en cuenta que a menudo los productos ultraprocesados causan hábito y con ello efectos indeseables en las personas que lo consumen, emplear el sistema NOVA en una caracterización, permitirá conocer cuál es el suministro de estos productos y los patrones de alimentación en el curso de vida, pero para realizar dicha investigación, hay que destacar a ciertas normativas nacionales, las cuales se han encargado de trabajar en un marco normativo que busca fomentar hábitos alimentarios saludables, como es el caso de la Ley 2120 de 2021 en la cual "se establecen medidas seguras para desarrollar entornos alimentarios saludables, garantizando el derecho fundamental a la salud, especialmente de las niñas, niños y adolescentes, con el fin de prevenir la aparición de enfermedades no transmisibles" (Congreso De Colombia, 2021, p. 1). De tal manera que la información sea 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, los hábitos saludables contribuyen significativamente a reducir la incidencia de enfermedades no transmisibles, las cuales son las principales causas de muerte y discapacidad a nivel mundial, como lo refiere la organización Panamericana de la salud "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” (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 que (FAO, s. f), “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” (FAO, s. f, p.08). Facilitando de este modo una orientación clara sobre el etiquetado, lo que permitirá identificar de manera rápida y sencilla los alimentos que tienen un alto contenido calórico y un bajo valor nutricional.

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). 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 FAO (2021) el aumento del consumo de productos ultraprocesados se vincula fuertemente con el aumento de peso corporal, en 13 países de América Latina (p. 230). Al ingerir productos que contengan cantidades excesivas puede empeorar significativamente la calidad de la dieta de la misma manera que las ventas de productos ultraprocesados aumentaron un 48% entre 2000 y 2013 en comparación con 2,3% en América del Norte. Como se mencionó anteriormente, existen investigaciones internacionales, en donde se ve demostrado el impacto negativo que presentan este tipo de productos, sin embargo, en el departamento de Nariño, estos estudios son escasos, por tanto, el proyecto se constituye como

innovador debido a que se enfoca en la caracterización del consumo de productos ultraprocesados en el municipio del Tambo. Con lo anterior se busca establecer, el comportamiento de compra del consumidor a la hora de adquirir bienes y servicios para su uso personal o de terceros reflejando todas las decisiones respecto a la adquisición y consumo.

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

1.3. Objetivos

1.3.1. *Objetivo general*

Identificar las características de consumo de los productos ultraprocesados referente a los gustos y preferencias en los estudiantes de 8 a 11 años del Municipio del Tambo.

1.3.2. *Objetivos específicos*

- Analizar el consumo de productos ultraprocesados en los estudiantes de 8 a 11 años de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús en el Municipio del Tambo según los factores sociodemográficos.
- Indagar los gustos y preferencias de consumo que tienen los estudiantes sobre los productos ultraprocesados.
- Reconocer cuáles son los productos ultraprocesados con más frecuencia de consumo.

1.4. Marco referencial o fundamentos teóricos

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

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

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

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

Por otra parte, los cambios en los estilos de vida en la población a nivel mundial se han afectado debido a los procesos de globalización. De tal manera que la población se enfrenta a cambios en la epidemiológica y nutrición desde los niños pequeños con desnutrición hasta el aumento de casos

de obesidad relacionada con las enfermedades crónicas no transmisibles, volviéndose más común en edades tempranas y en la edad adulta sin distinguir el nivel socioeconómico.

Teniendo en cuenta lo anterior, se realizó una evaluación de la ingesta de alimentos a nivel poblacional, en el cual se necesitó fuentes de recolección de información para conocer el suministro de alimentos disponible de los diferentes países, en este caso son las hojas de balance de alimentos de la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAOSTAT) en la cual se observa el suministro de kilocalorías, gramos de proteína y gramos de grasa. Esta evaluación se realizó para conocer la cantidad de energía y nutrientes consumidos, dado que se necesita estimar el estado de nutrición de las poblaciones, lo que permitirá la planificación de intervenciones y programas alimentarios pertinentes según las necesidades de la población (Levy, 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 tanto, 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). Tomando en cuenta lo anterior, se estableció un objetivo que consistió en llevar a cabo una revisión sistemática con el fin de evaluar la potencial relación entre el consumo de alimentos altamente procesados y la incidencia 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, p.14).

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, según Lozano, Hermosa y Arellano (2019). 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 perímetro abdominal. En 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 alimentaria valorado por dos expertos 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, según García (2016) 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. (p. 20)

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 (2018). donde abarca esta temática, elaborado por Masias 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 (Claro et al., 2018). Cuyo objetivo fue realizar un estudio que identifique el nivel de consumo de productos ultraprocesados en la población infantil, estando este acorde con las tendencias de alimentación evidenciadas en otros países de la región.

Por ejemplo, un informe reciente sobre la ingesta calórica de los colombianos muestra que consumen una gran cantidad de productos con bajo valor nutricional, como refrescos, gaseosas, dulces, snacks y alcohol, mientras que frutas y verduras se consumen con menor frecuencia y en mayor variedad. Por lo cual, realizaron el estudio dividido en dos pasos; En el primer caso, se realizó una encuesta en línea entre docentes, directores y padres de familia de todo el país. Constó de cuatro preguntas: 1) alimentos y recomendaciones dietéticas, 2) promoción de hábitos alimentarios saludables, 3) publicidad, promoción y patrocinio de productos ultraprocesados, y 4) concientización sobre pautas nutricionales para colombianos y residentes. Guía del programa de almuerzos escolares.

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 esto permitió detallar las estrategias, programas o acciones que implementarán para promover una alimentación equilibrada, nutritiva y completa en la comunidad escolar. Lo cual tuvo como resultados desde enfoques tanto cuantitativos como cualitativos, ha quedado claro que la mayoría de las escuelas están luchando por promover una alimentación saludable y estamos tratando de responder a través de una serie de iniciativas. Sin embargo, los resultados muestran que todavía queda un largo camino 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 ultraprocesados 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. La seguridad alimentaria y nutricional engloba elementos cruciales que se desglosan en disponibilidad, estabilidad, acceso y control, así como en consumo y aprovechamiento biológico de los alimentos, los cuales tratan de ayudar a que exista una soberanía alimentaria la cual organiza la producción y el consumo de alimentos acorde con las necesidades de las comunidades locales; otorgando prioridad a la producción para el

consumo local y doméstico, proporcionando el derecho a los pueblos a elegir lo que comen y la forma de producción para consumirlos (FAO, s. f.).

Con lo anterior es importante conocer que el consumo se refiere a los alimentos que comen las personas y está relacionado con la selección de estos, las creencias, las actitudes y las prácticas, el cual tiene como determinantes esenciales “la cultura, los patrones y los hábitos alimentarios, la educación alimentaria y nutricional, la información comercial y nutricional, el nivel educativo, la publicidad, el tamaño y la composición de la familia” (Consejo Nacional de Política Económica Social, 2008, p. 6).

Por ende, los patrones alimentarios son acciones conscientes, compartidas y recurrentes que guían a las personas en la elección, ingesta y utilización de ciertos alimentos o regímenes dietéticos, 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 (Fundación Española de la Nutrición, 2014). Cuando se trata de adultos o personas de la tercera edad, modificar o cambiar los hábitos alimentarios puede resultar especialmente desafiante.

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

Galindo (2020), afirma que los productos ultraprocesados “son aquellos que se les ha realizado una transformación, donde han obtenido ciertas características que permiten ser consumidos sin necesidad de preparar, generalmente, implica poco o nada de alimentos naturales, en muchas ocasiones son 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. (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, 2015)

1.4.1. Marco teórico

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

fundamentos de la caracterización del consumo de los productos ultraprocesados en la población a estudiar.

Para entrar en contexto según el Instituto de Nutrición para Centroamérica y Panamá (INCAP), la Seguridad Alimentaria Nutricional: “es un estado en el cual todas las personas gozan, en forma oportuna y permanente, de acceso físico, económico y social a los alimentos que necesitan, en cantidad y calidad, para su adecuado consumo y utilización biológica, garantizándoles un estado de bienestar general que coadyuve al logro de su desarrollo” (FAO, s. f.). De igual manera la seguridad alimentaria y nutricional comprende aspectos fundamentales que se dividen en disponibilidad, estabilidad, acceso y control de alimentos, así como en su consumo y la utilización biológica, 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. (FAO, s. f, 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 el caso de los adultos y las personas mayores, cambiar o modificar los hábitos alimentarios puede ser extremadamente complicado (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 aquellos que se les ha realizado una transformación, donde han obtenido ciertas características que permiten ser consumidos sin necesidad de preparar, generalmente, implica poco o nada de alimentos naturales, en muchas ocasiones son 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.

Por lo tanto, según Galindo (2020) 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 relaciones 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. (p.21)

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

1.4.2. Marco conceptual

Productos ultraprocesados: “Son formulaciones industriales principalmente a base de sustancias extraídas o derivadas de alimentos, además de aditivos y cosméticos que dan color, sabor o textura para intentar imitar a los alimentos. Estos productos están nutricionalmente desequilibrados” (Rodríguez, 2020, p .1).

Alimentos: “Cualquier sustancia, procesada, semiprocesada o cruda que se utiliza para el consumo humano, e incluye bebidas y gomas de mascar y cualquier sustancia que se ha utilizado en la producción, preparación o tratamiento de "alimentos". No incluye cosméticos o tabaco o sustancias que sólo son utilizados como drogas” (OPS, 2019, p.6).

Curso de vida: “Es el enfoque que aborda los momentos del continuo de la vida y reconoce que el desarrollo humano y los resultados en salud dependen de la interacción de diferentes factores a lo largo del curso de la vida, de experiencias acumulativas y situaciones presentes de cada individuo influenciadas por el contexto familiar, social, económico, ambiental y cultural” (MPS, 2015, p.10).

Creencias alimentarias: “Las experiencias tempranas con la comida como tal, con el acto de comer y con las personas que intervienen en estos actos en la infancia, generan creencias que organizan y rigen la conducta alimentaria” (Schnel, 2014, p. 91).

Consumo: “Se refiere a los alimentos que comen las personas y está relacionado con la selección de estos, las creencias, las actitudes y las prácticas. Sus determinantes son: la cultura, los

patrones y los hábitos alimentarios, la educación alimentaria y nutricional, la información comercial y nutricional, el nivel educativo, la publicidad, el tamaño y la composición de la familia” (CONPES 113, 2019, p. 6).

Hábitos alimenticios: “Conjunto de conductas adquiridas por un individuo, por la repetición de actos en cuanto a la selección, la preparación y el consumo de alimentos. Los hábitos alimentarios se relacionan principalmente con las características sociales, económicas y culturales de una población o región determinada” (Herrada et al., 2016, p. 3).

Cultura: “La cultura es definida como un multiverso simbólico, compuesto de ideas, valores y emociones, contenido en la conciencia y en la comunicación, incrustado en el modo de vida, y orientado hacia la virtud o perfectibilidad humana, con el que los miembros de un grupo social experimentan y construyen los significados y sentidos de su vida” (Bericat, 2016, p. 125).

Enfermedades no transmisibles: “Se refiere a un grupo de enfermedades que no son causadas principalmente por una infección aguda, dan como resultado consecuencias para la salud a largo plazo y con frecuencia crean una necesidad de tratamiento y cuidados a largo plazo” (OPS y OMS, 2019)

Seguridad alimentaria: “La Seguridad Alimentaria Nacional se refiere a la disponibilidad suficiente y estable de alimentos, el acceso y el consumo oportuno y permanente de los mismos en cantidad, calidad e inocuidad por parte de todas las personas, bajo condiciones que permitan su adecuada utilización biológica, para llevar una vida saludable y activa” (CONPES, 2008, p. 3).

Sodio: “Nutriente esencial que el cuerpo necesita en cantidades relativamente pequeñas para mantener los fluidos corporales en equilibrio y los músculos y nervios funcionando sin problemas” (Center for Food Safety and Applied Nutrition, 2022).

Prácticas alimentarias: “La práctica alimentaria corresponde al término genérico que reúne el conjunto de las prácticas sociales relativas a la alimentación del ser humano. Influenciadas por la cultura, la religión o las tendencias, las prácticas alimentarias han evolucionado con el tiempo” (ANAPSA, 2019, 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 del departamento. El municipio limita por el norte con El Peñol, por el este con Chachagüí y La Florida, por el sur con La Florida y Sandoná y por el oeste con Linares y Los Andes. El Tambo cuenta con un clima agradable de una temperatura promedio de 18 grados Celsius debido a la altura sobre el nivel del mar que es de 1745 m. Tiene una extensión de 3280 kilómetros cuadrados. Según Salazar (2010):

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.

Por otra parte, la economía en el departamento de Nariño muestra un bajo grado de competitividad a nivel nacional. 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 cuanto a los estudiantes de entre las edades de 8 a 11 años como población de estudio

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 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” (ONU, 1948). Además de identificar las necesidades fundamentales de las personas, los gobiernos tienen la responsabilidad de implementar medidas apropiadas para garantizar que el derecho a la alimentación de las personas no sea violado. Esto implica asegurar la disponibilidad de alimentos en cantidades y calidad adecuadas para cubrir las necesidades alimenticias, hablando de que sean aceptables para una cultura que permita un acceso sostenible, que no sean nocivos para la salud.

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

Codex alimentarius: Al momento de mencionar que los alimentos no deben de afectar la salud del consumidor, se habla de la inocuidad alimentaria, el cual se aborda por el Codex Alimentarius, este fue creado en un inicio por la FAO y la OMS con el fin de asegurar la salud de los consumidores, creando un equilibrio técnico para la comercialización de los alimentos, permitiendo a los países contribuir en la seguridad alimentaria de todos sus habitantes, con el fin de garantizar alimentos inocuos y de calidad en cualquier lugar mediante el establecimiento de reglas para todos los partícipes de la cadena alimentaria, las cuales deben ser respetadas y aplicadas para garantizar una alimentación balanceada (FAO y OMS, 2005).

1.4.4.2 Nacional

CONPES 113 de 2008: Según el CONPES Social N° 113 (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” (p. 3). Esto con el fin de llevar una vida saludable y activa. Esta política va más allá del hecho de que toda la población tenga una alimentación adecuada y realce el derecho a no padecer hambre, además incluye el deber que tiene cada colombiano y su familia de tener una alimentación apropiada y la necesidad de contar con el estado con estrategias sociales para afrontar los riesgos a la seguridad alimentaria. (CONPES, 2008, p. 3)

Ley 1335 de 2009: Mediante la ley 1335 de 2009 creada por el Congreso de Colombia (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” (p. 1). En el artículo 4 se resalta la importancia de contar con el respaldo de distintos sectores de la sociedad para promover estrategias que fomenten una alimentación balanceada y saludable, incluyendo el ámbito de la investigación, se consideran tanto los colegios públicos como privados del país, los cuales deben asegurar que haya frutas y verduras disponibles, además de ello, están en la obligación de implementar un Plan de Educación Alimentaria basado en las directrices y recomendaciones establecidas por el Ministerio de la Protección Social y el Instituto Colombiano de Bienestar Familiar, con el propósito de fomentar hábitos alimenticios, equilibrados y saludables, mientras se respeta y valora la diversidad cultural de cada área geográfica. (Congreso de Colombia, 2009, p. 1)

Sumando a lo anterior, la reglamentación 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 grasas trans y saturadas en los alimentos, con el fin de prevenir enfermedades crónicas no transmisibles. (Congreso de Colombia, 2009, p. 1)

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 creada por el Congreso de Colombia (2021) 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” (p. 1). 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. (Congreso de Colombia, 2021, p. 1)

La ley se aplica a los fabricantes de productos alimenticios (azúcar, aditivos, sodio, grasas, colorantes) que puedan 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, p. 2)

Resolución 810 de 2021: Decretada por el ministerio de salud y protección social (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” (p. 1). Este 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 de esta manera, se busca salvaguardar a la población contra los factores de riesgo más importantes que afectan su salud y desarrollo. (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. (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 la prevención y gestión de problemas de salud, la relación entre las causas de las enfermedades, la práctica médica y las estructuras sociales.

Finalizando con que en el artículo 11 y 23, para la investigación prevalece la seguridad de los menores de edad, se busca obtener el consentimiento informado de los padres o tutores legales del menor. Entonces, debe hacerse de acuerdo con principios éticos: respeto a las personas y búsqueda del bien, logrando beneficios y reduciendo equivocación, el cual es válido afirmar que el estudio, según lo establecido, no presenta ningún riesgo para la población participante.

1.5 Metodología

1.5.1. Enfoque de investigación

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

1.5.2. Tipo de investigación

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

1.5.3. Población y muestra / Unidad de trabajo y unidad de análisis

Para la obtención de la muestra se tomará en cuenta los estudiantes de primaria de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús en el Municipio del Tambo el cual cuenta con 276 estudiantes activos en primaria de los 8 hasta los 11 años que deseen participar en el estudio y entreguen un consentimiento firmado por su acudiente responsable.

1.5.4. Criterios de inclusión y exclusión

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

Criterios de inclusión:

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

Criterios de exclusión:

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

1.5.5. Categorización de variables

Tabla 1

Categorización de variables

Denominación	Definición	Naturaleza	Unidad de medida	Objeto específico
Edad	Tiempo de vida en años desde el nacimiento de la persona.	Cualitativo	Años	Analizar el consumo de productos ultraprocesados en el curso de vida de la Institución Educativa

				Sagrado Corazón de Jesús según los factores sociodemográficos.
Género	Se refiere a los roles, las características y oportunidades definidos por la sociedad para hombres y mujeres.	Cualitativo	Femenino Masculino Otro	Analizar el consumo de productos ultraprocesados en el curso de vida de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús según los factores sociodemográficos.
Estrato Socioeconómico	Es una clasificación en estratos de los inmuebles residenciales que deben recibir servicios públicos.	Cualitativo	- Estrato 1 - Estrato 2 - Estrato 3 - Estrato 4 - Estrato 5 - Estrato 6	Analizar el consumo de productos ultraprocesados en el curso de vida de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús según los factores sociodemográficos.
Zona de residencia	Lugar donde vive actualmente.	Cualitativo	- Urbano - Rural	Analizar el consumo de productos ultraprocesados en el curso de vida de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús según los

				factores sociodemográficos.
Nivel educativo de los padres	Nivel de estudios formal que tiene una persona.	Cualitativo	<ul style="list-style-type: none"> - Preescolar - Primaria completa - Secundaria completa - Técnico o tecnológico - Universitario - Posgrado - Ninguno 	Analizar el consumo de productos ultraprocesados en el curso de vida de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús según los factores sociodemográficos.
Gustos de la población objeto	Aceptación de los estudiantes ante los diferentes productos ultraprocesados, relacionando a las actitudes positivas o negativas ante la selección de productos que consumen.	Cualitativo	<p>Escala de productos ultraprocesados según subclasificación Nova</p> <p>Escala de actitud tipo Likert</p> <p>1. Bebidas azucaradas:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Nada - Poco - Mucho <p>2. Comidas rápidas:</p>	Indagar los gustos y preferencias de consumo que tienen los estudiantes sobre los productos ultraprocesados.

			<ul style="list-style-type: none">- Nada- Poco- Mucho <p>3. Empaquetado s:</p> <ul style="list-style-type: none">- Nada- Poco- Mucho <p>4. Productos de bollería y pastelería:</p> <ul style="list-style-type: none">- Nada- Poco- Mucho <p>5. Productos lácteos y derivados:</p> <ul style="list-style-type: none">- Nada- Poco- Mucho <p>6. Embutidos:</p> <ul style="list-style-type: none">- Nada- Poco- Mucho	
--	--	--	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--

			<p>7. Alimentos precocidos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Nada - Poco - Mucho <p>8. Salsas:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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 con ejemplos 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	Cualitativo	<p>Tiempo</p> <p>Precio</p> <p>Sabor</p> <p>Fácil consumo</p> <p>Fácil acceso</p> <p>No aplica</p>	Indagar los gustos y preferencias de consumo que tienen los estudiantes sobre los productos ultraprocesados.

	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.			
Periodicidad del consumo de productos ultraprocesados	Se establece como la variable dependiente a los hábitos de las personas con la periodicidad de consumo de productos ultraprocesados en el mes.	Cualitativa	-Siempre -Casi siempre -Nunca -Casi nunca	Reconocer cuáles son los productos ultraprocesados con más frecuencia de consumo.
Tiempo de consumo de productos ultraprocesados	Periodo de tiempo el cual corresponde que la persona	Cualitativa	Tiempo determinado en el cual la persona consume al día los	Reconocer cuáles son los productos ultraprocesados con

	<p>consume al momento del día los productos ultraprocesados.</p>		<p>productos ultraprocesados:</p> <p>Desayuno Media mañana Almuerzo Media tarde Cena Refrigerio Nocturno</p>	<p>más frecuencia de consumo.</p>
Medios de publicidad	<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>	Cualitativa	<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>

Fuente: propia, 2022.

2. Presentación de resultados

El presente estudio se basó en encuestar a 135 padres de básica primaria de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús en el Municipio del Tambo, teniendo en cuenta los grados de tercero, cuarto y quinto entre las edades de 8 a 11 años, por lo cual se le entregó a cada estudiante el consentimiento informado para ser firmado por un padre o acudiente responsable, que le permitiera a este participar de la investigación, además de ello se adjuntó una encuesta que consta de un total de 48 preguntas referentes a gustos y preferencias en el consumo de productos ultraprocesados, en cuanto a sus hijos; con una duración de 20 minutos.

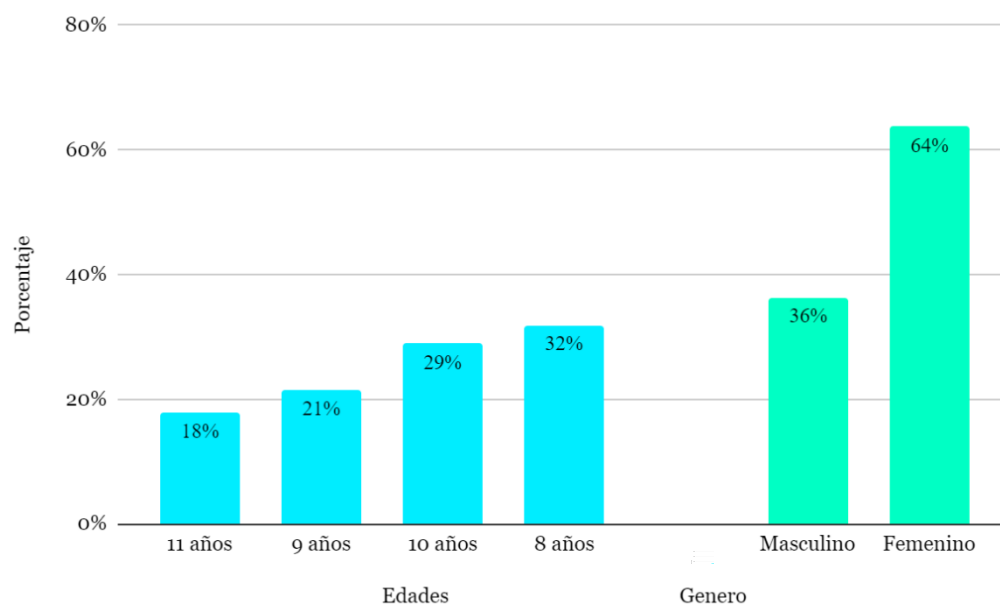
Las preguntas se dividieron en dos partes: La primera se encargó de realizar preguntas sobre el entorno social del estudiante y de sus padres, en cuanto a edad, género, estrato socioeconómico y grado de escolaridad de padres; la segunda parte se encargó en realizar preguntas sobre gustos, preferencias y frecuencia de consumo, esta parte se divide según la clasificación de los productos ultraprocesados tales como: bebidas azucaradas, comidas rápidas, empaquetados, productos de bollería, productos lácteos, embutidos, alimentos precocidos y salsas. La forma de respuesta fue de selección múltiple con única respuesta, por último, para las preguntas de preferencia y tiempo de consumo se ofrecieron varias opciones de respuesta.

2.1 Análisis e interpretación de datos

2.1.1 Analizar el consumo de productos ultraprocesados en los niños y niñas de entre las edades de 8 a 11 años de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús según factores sociodemográficos.

Grafica 1

Distribución porcentual, según edad y género de los estudiantes entre las edades de 8 a 11 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023.

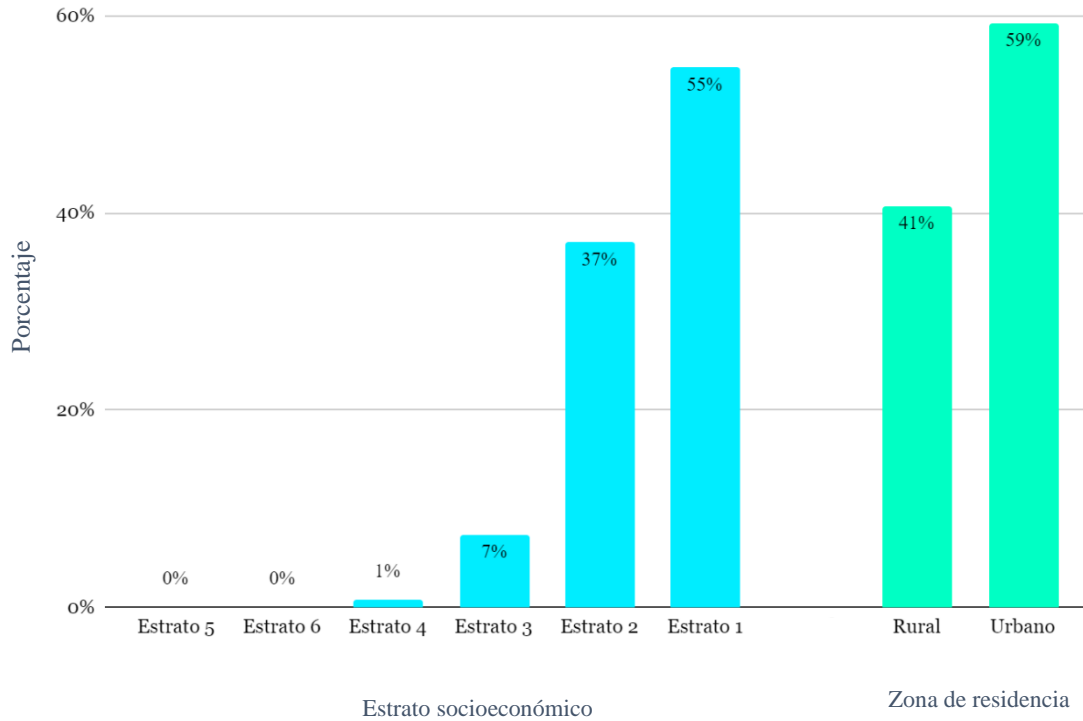


Fuente: propia, 2023

Referente a la gráfica 1, se observa que, con relación a la edad de 135 estudiantes, el mayor número de respuestas que se obtuvo representa el 32%, el cual pertenece a 8 años; seguido del 29% el cual corresponde a la edad de 10 años, logrando un porcentaje del 59%. En concordancia a lo anterior, el género mayormente representado es el sexo femenino con el 64% y el menor porcentaje es para el sexo masculino con el 36% del total de los encuestados.

Gráfica 2

Distribución porcentual, según estrato socioeconómico y zona de residencia de los estudiantes entre las edades de 8 a 11 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023.

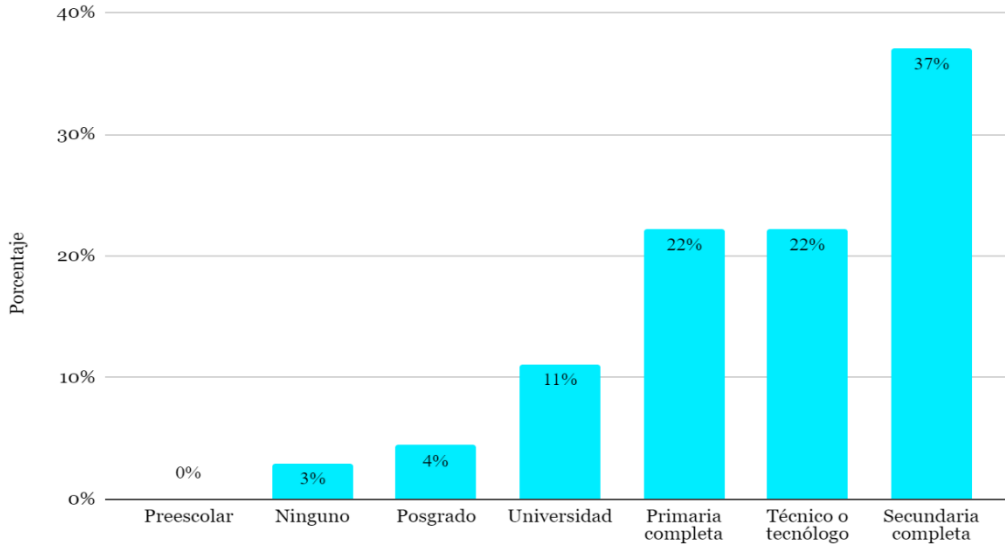


Fuente: propia, 2023

Referente a la gráfica 2, se observa que el estrato socioeconómico, es clara la participación del estrato 1 el cual equivale al 55%, seguido del estrato 2 con un 37%, infiriendo así, que el 92% de la población encuestada pertenece a un estrato socioeconómico bajo. En cuanto a la zona residencial, se puede observar que gran parte de los encuestados residen en la zona urbana con el 59% y, por último, la zona rural cuenta con el 41% de la población.

Gráfica 3

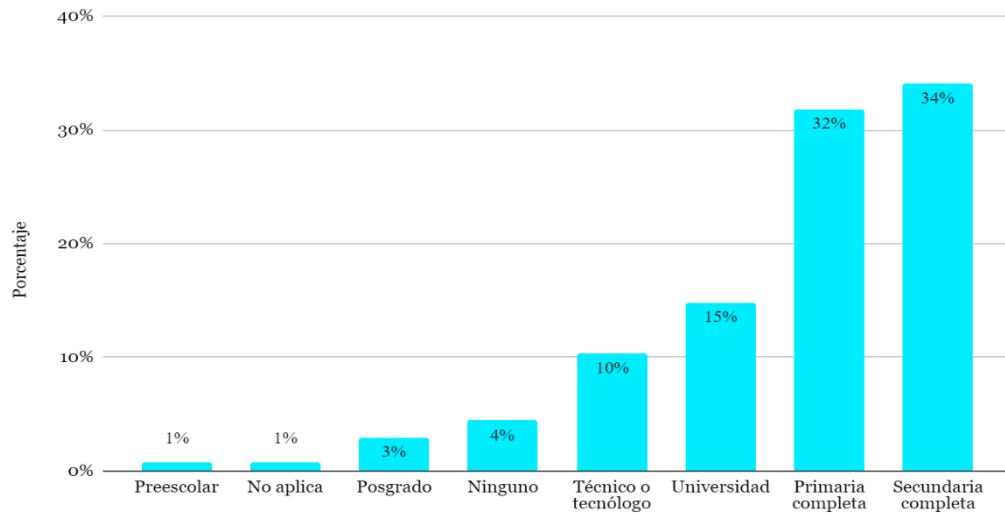
Distribución porcentual, según nivel educativo de la madre, de los estudiantes entre las edades de 8 a 11 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023.



Fuente: propia, 2023

Gráfica 4

Distribución porcentual, según nivel educativo del padre, de los estudiantes entre las edades de 8 a 11 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023.



Fuente: propia, 2023

Teniendo en cuenta a la gráfica 3, la educación máxima alcanzada por los padres, se destaca el nivel educativo de las madres con secundaria completa representado por el 37%, por otro lado, en la gráfica 4, el 34% los padres alcanzan la secundaria completa.

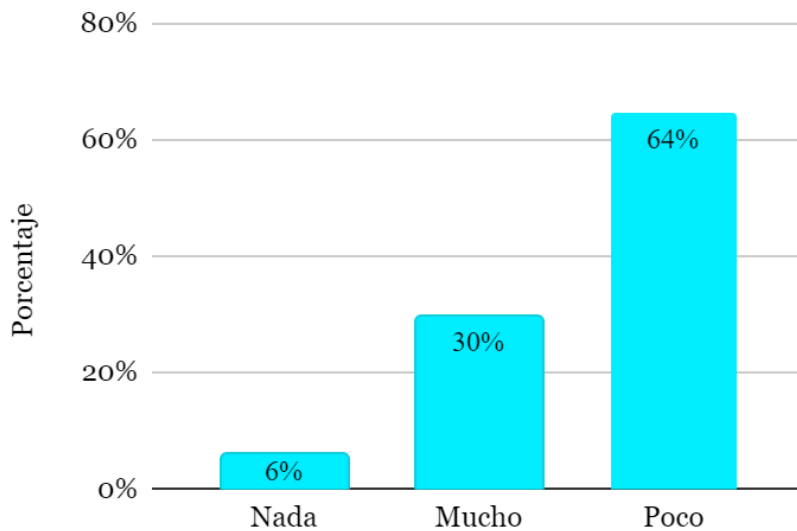
2.1.2 Indagar en los gustos, preferencias, motivo y frecuencia de consumo, además de los medios de publicidad, en cuanto a cada grupo de productos ultraprocesados que consumen los estudiantes de 8 a 11 años.

2.1.2.1 Bebidas azucaradas

Acorde se observa en las gráficas 5, 6, 7, 8 y 9 es posible analizar que al 30% de la población estudiantil les gustan mucho las bebidas azucaradas, dentro de este grupo de alimentos se identifica que prefieren los jugos de botella, las gaseosas y los refrescos en polvo, principalmente por motivos asociados a su sabor; sin embargo, a pesar de que solo el 30% afirma que le gustan mucho este tipo de bebidas, el 78% de los estudiantes las consumen de una forma ocasional en la media tarde.

Gráfica 5

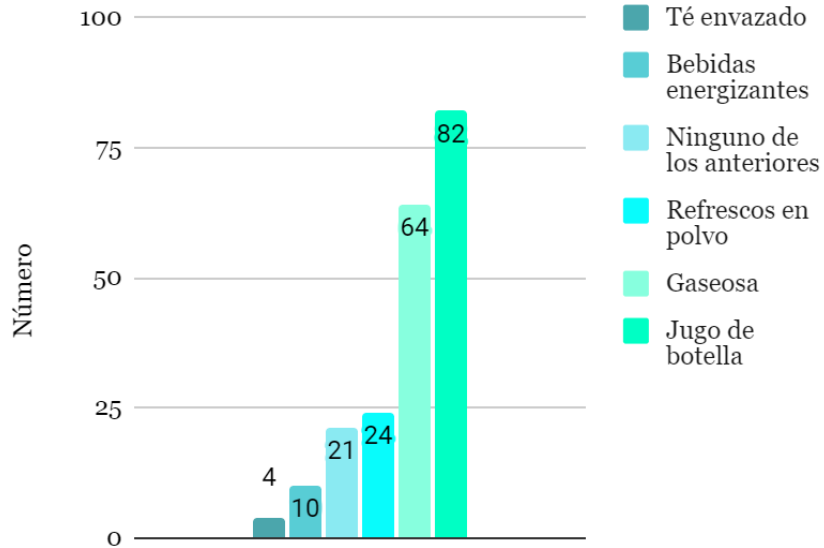
Distribución porcentual, según gusto en bebidas azucaradas, de los estudiantes entre las edades de 8 a 11 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023.



Fuente: propia, 2023

Gráfica 6

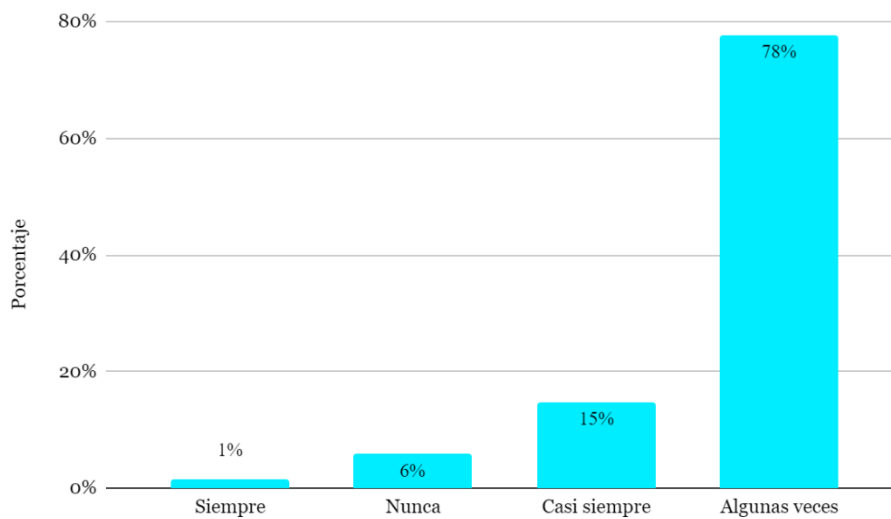
Distribución numérica, según preferencias en bebidas azucaradas, de los estudiantes entre las edades de 8 a 11 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023.



Fuente: propia, 2023

Gráfica 7

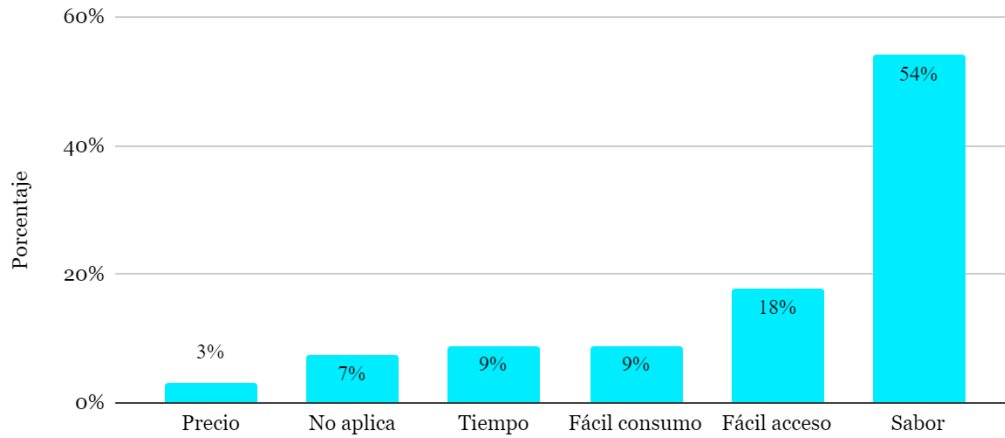
Distribución porcentual, según el motivo de consumo en bebidas azucaradas, de los estudiantes entre las edades de 8 a 11 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023.



Fuente: propia, 2023

Gráfica 8

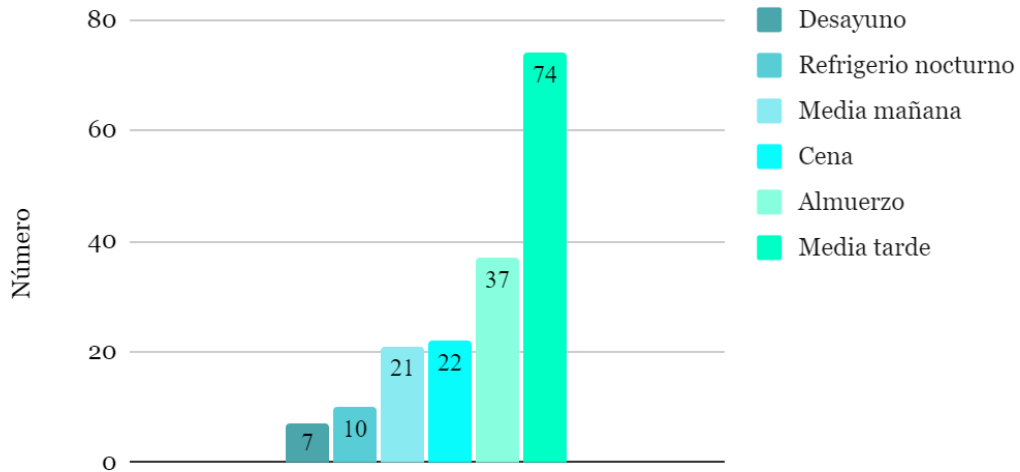
Distribución porcentual, según periodicidad de consumo en bebidas azucaradas, de los estudiantes entre las edades de 8 a 11 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023.



Fuente: propia, 2023

Gráfica 9

Distribución numérica, según el tiempo de consumo en bebidas azucaradas, de los estudiantes entre las edades de 8 a 11 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023.



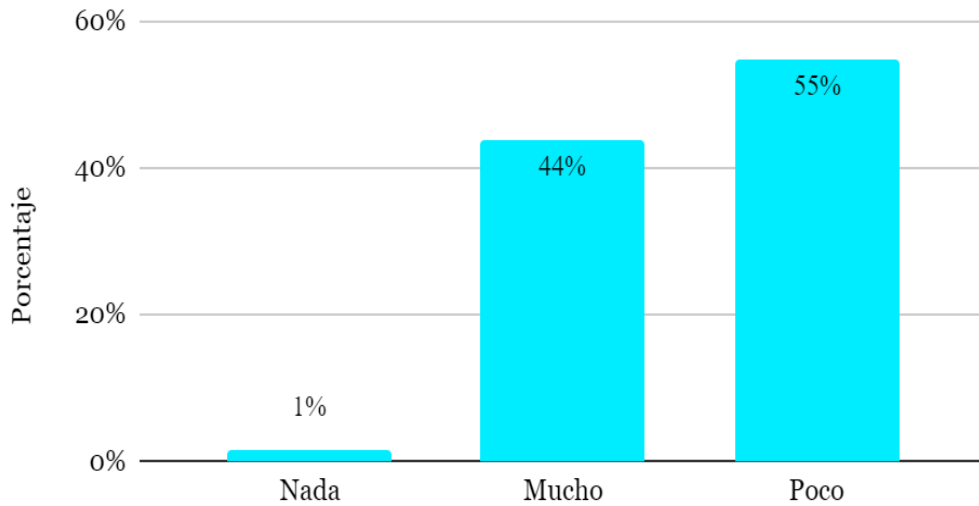
Fuente: propia, 2023

2.1.2.2 Comidas rápidas

Acorde se observa en las gráficas 10, 11, 12, 13 y 14 se analiza que, al 44% de la población le gustan mucho las comidas rápidas se analiza que 99% de la población encuestada tiene un gusto por las comidas rápidas, dado que las respuestas más significativas fueron distribuidas entre poco con el 55% y mucho con el 44%. Por consiguiente, la comida rápida con mayor preferencia es la salchipapa, ocupando el primer lugar con un total de 103 respuestas, de este se encuentra la pizza con 66 y por último se encuentran las empanadas con 57 elecciones; donde el motivo de consumo está directamente ligado al sabor obteniendo un porcentaje mayor - igual al 70%. Concretando que la periodicidad de consumo en este tipo de comidas es eventual, aunque las opiniones se encuentran divididas, donde se destaca la opción de casi nunca del 50%, continuando por casi siempre con el 47%, de modo que, la media tarde es el tiempo de comida predilecto de los estudiantes.

Gráfica 10

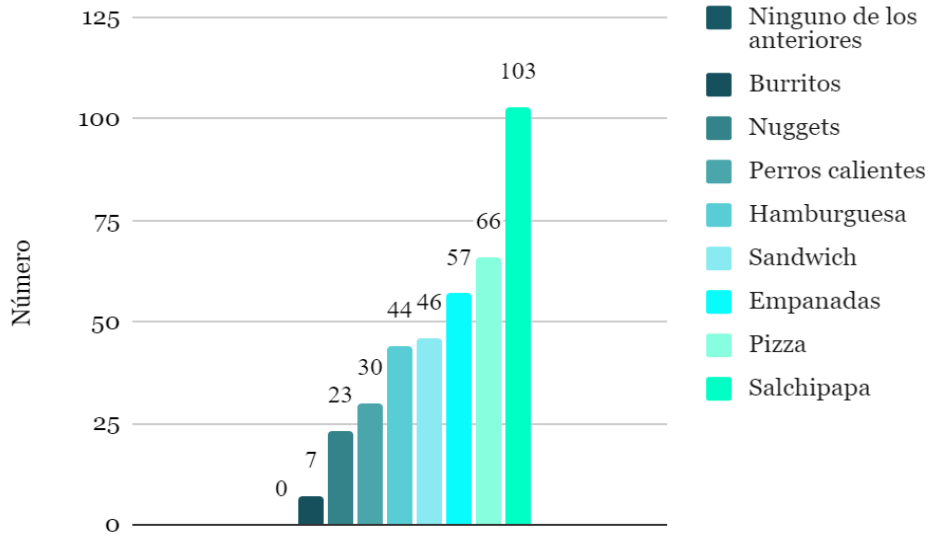
Distribución porcentual, según gusto en comidas rápidas, de los estudiantes entre las edades de 8 a 11 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023.



Fuente: propia, 2023

Gráfica 11

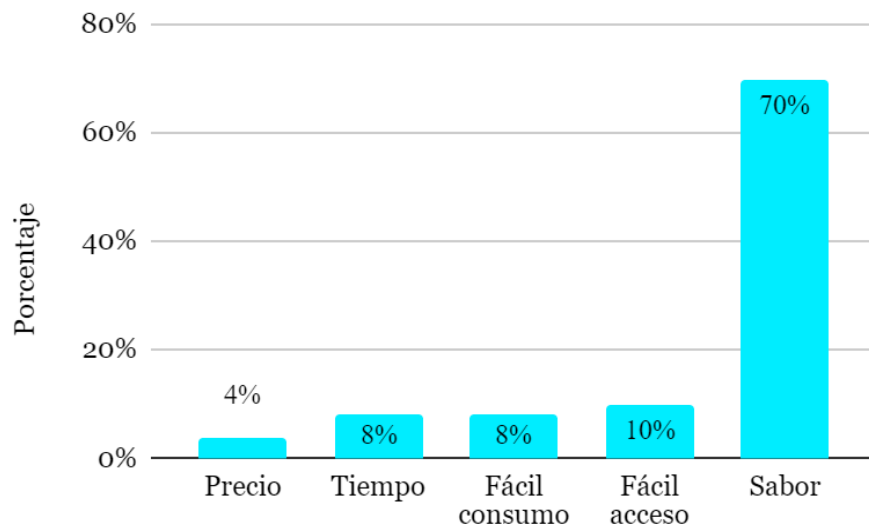
Distribución numérica, según preferencias en comidas rápidas, de los estudiantes entre las edades de 8 a 11 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023.



Fuente: propia, 2023

Gráfica 12

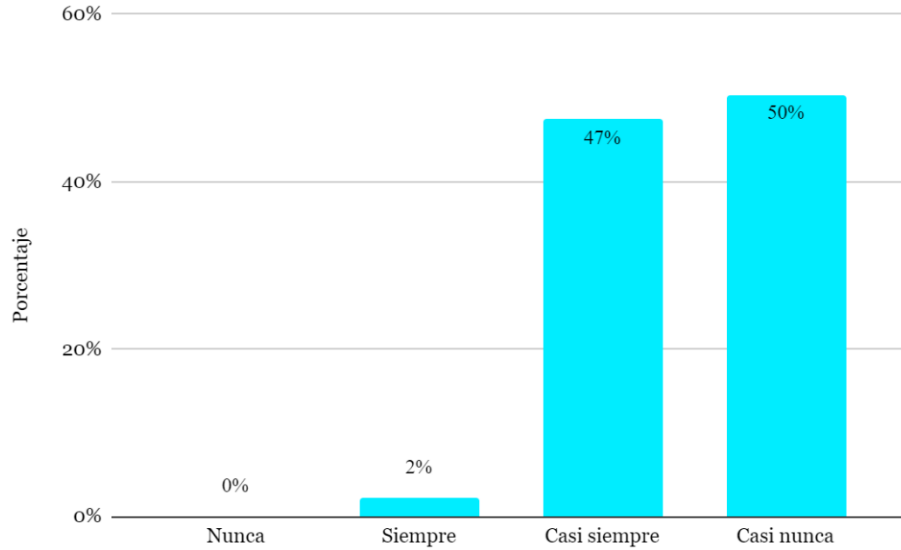
Distribución porcentual, según motivo de consumo en comidas rápidas, de los estudiantes entre las edades de 8 a 11 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023.



Fuente: propia, 2023

Gráfica 13

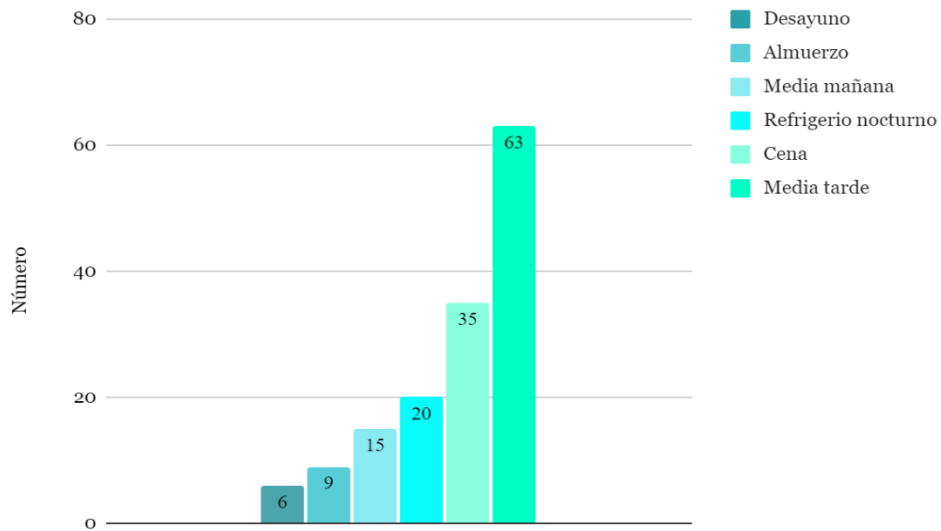
Distribución porcentual, según periodicidad en comidas rápidas, de los estudiantes entre las edades de 8 a 11 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023.



Fuente: propia, 2023

Gráfica 14

Distribución numérica, según tiempo de consumo en comidas rápidas, de los estudiantes entre las edades de 8 a 11 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023.



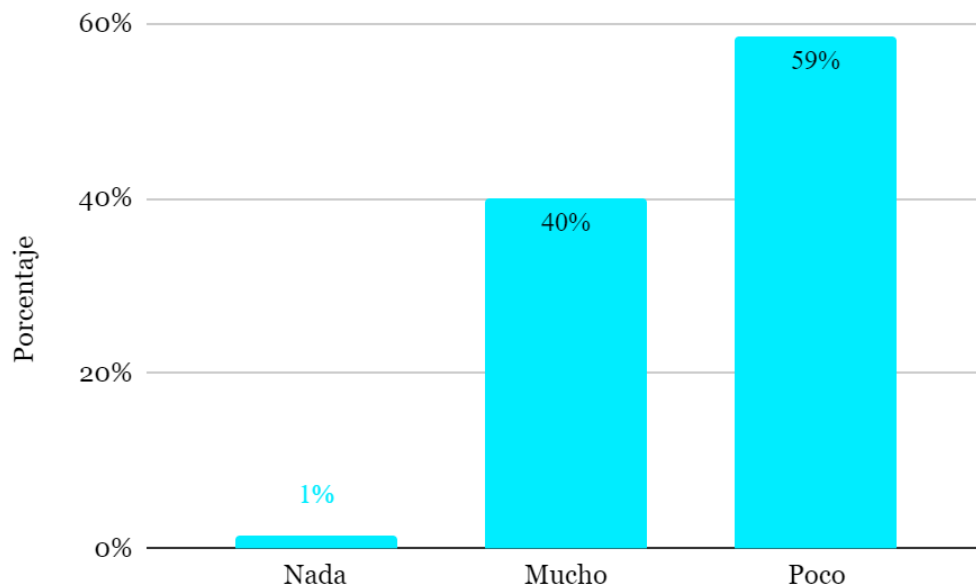
Fuente: propia, 2023

2.1.2.3 Empaquetados

Acorde se observa en las gráficas 15, 16, 17, 18 y 19 es posible analizar que al 40% de la población estudiantil les gustan mucho los productos empaquetados, sin embargo, al indagar en las preferencias de este grupo de alimentos, se identificó que dentro de las opciones presentadas ninguna de estas era de su agrado, por otro lado, los Snaks de papa y plátano son la segunda opción con mayor número de respuestas, principalmente por motivos asociados a su sabor, concretando los estudiantes las consumen de una forma constante en la media tarde.

Gráfica 15

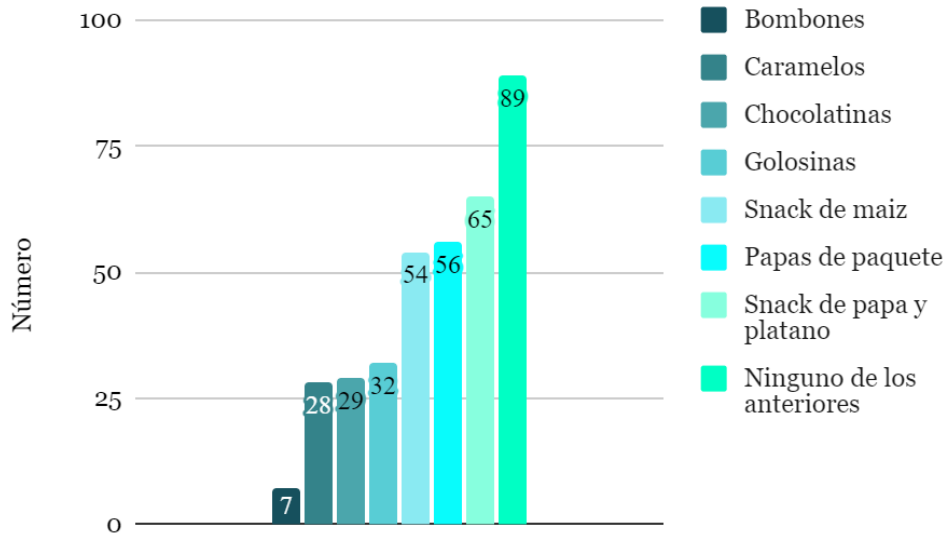
Distribución porcentual, según gusto en empaquetados, de los estudiantes entre las edades de 8 a 11 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023.



Fuente: propia, 2023

Gráfica 16

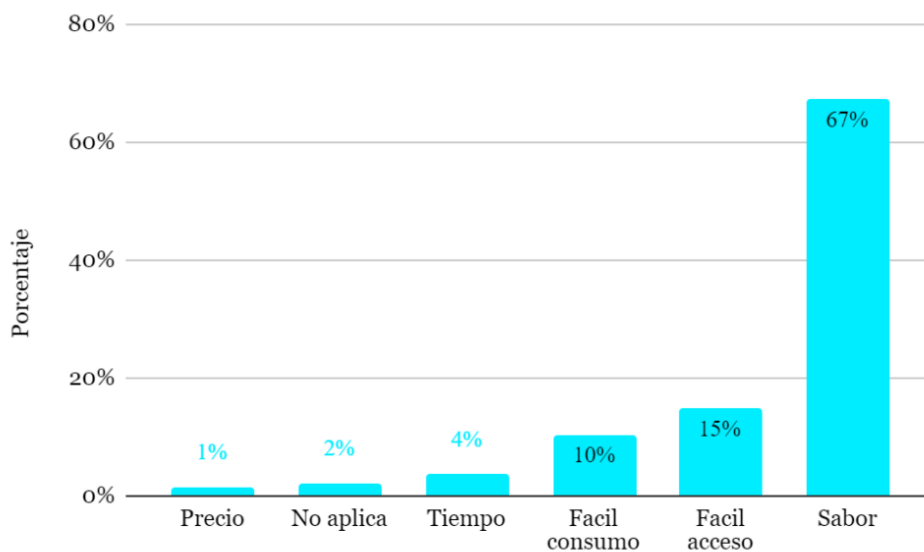
Distribución numérica, según preferencia de consumo en empaquetados, de los estudiantes entre las edades de 8 a 11 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023.



Fuente: propia, 2023

Gráfica 17

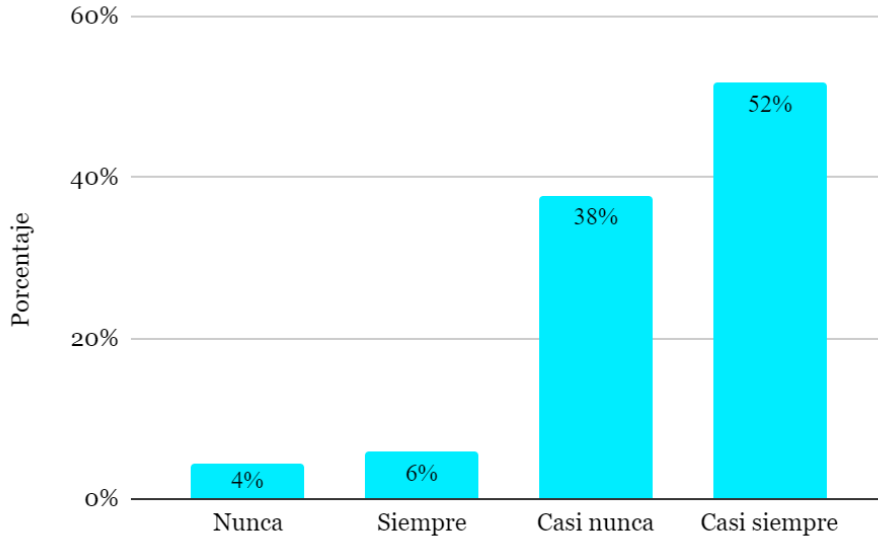
Distribución porcentual, según motivo de consumo en empaquetados, de los estudiantes entre las edades de 8 a 11 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023.



Fuente: propia, 2023

Gráfica 18

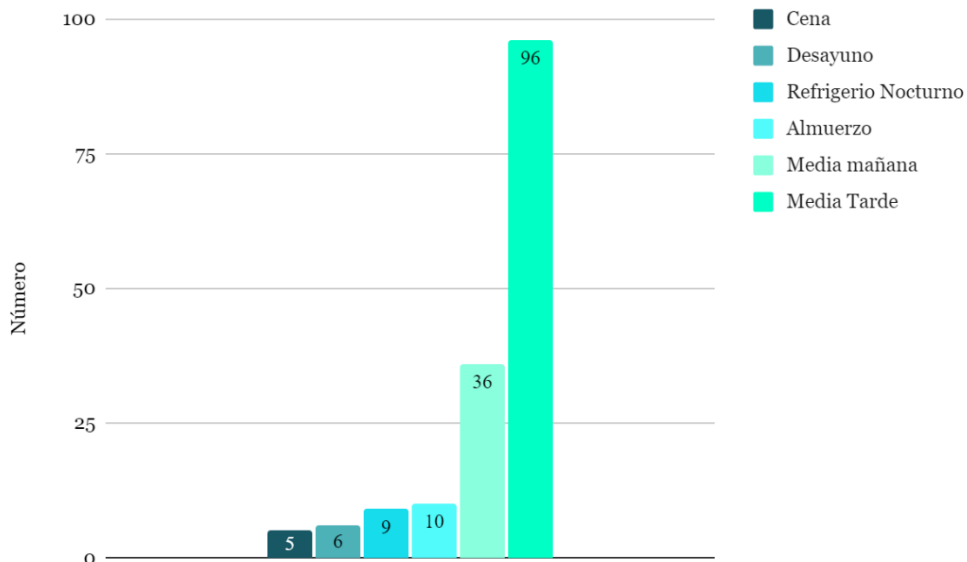
Distribución porcentual, según periodicidad de consumo en empaquetados, de los estudiantes entre las edades de 8 a 11 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023.



Fuente: propia, 2023

Gráfica 19

Distribución numérica, según tiempo de consumo en empaquetados, de los estudiantes entre las edades de 8 a 11 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023.



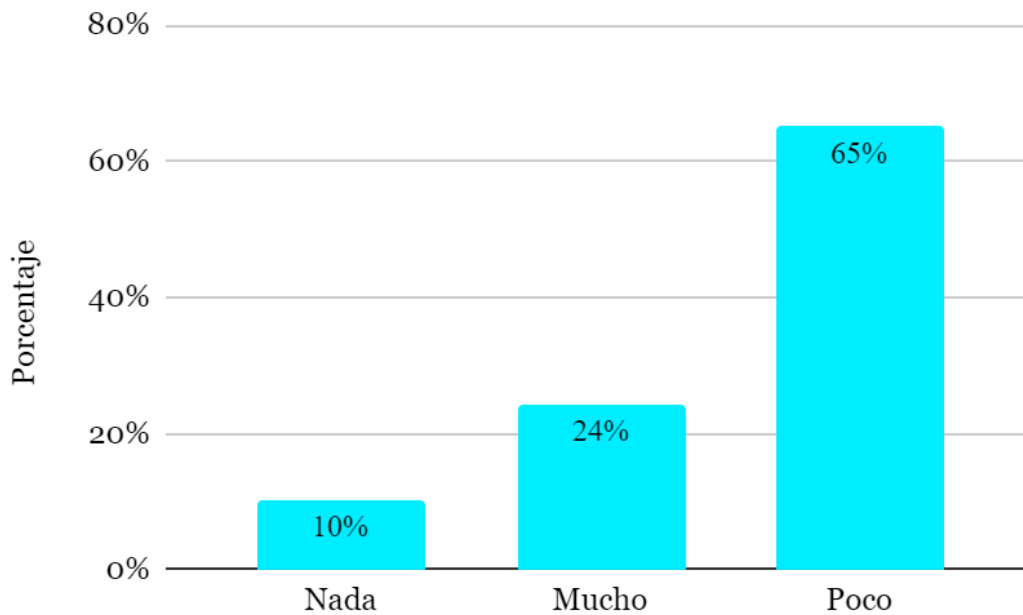
Fuente: propia, 2023

2.1.2.4 Productos de panadería y pastelería

Acorde se observa en las gráficas 20, 21, 22, 23 y 24 es posible analizar que al 24% de la población estudiantil les gustan mucho los productos de panadería y pastelería, dentro de este grupo de alimentos se identifica que prefieren las galletas, el ponqué de chocolate y los postres, principalmente por motivos asociados a su sabor; sin embargo, a pesar de que solo el 24% afirma que le gustan mucho este tipo de productos, el 44% de los estudiantes las consumen de una forma ocasional en la media tarde.

Gráfica 20

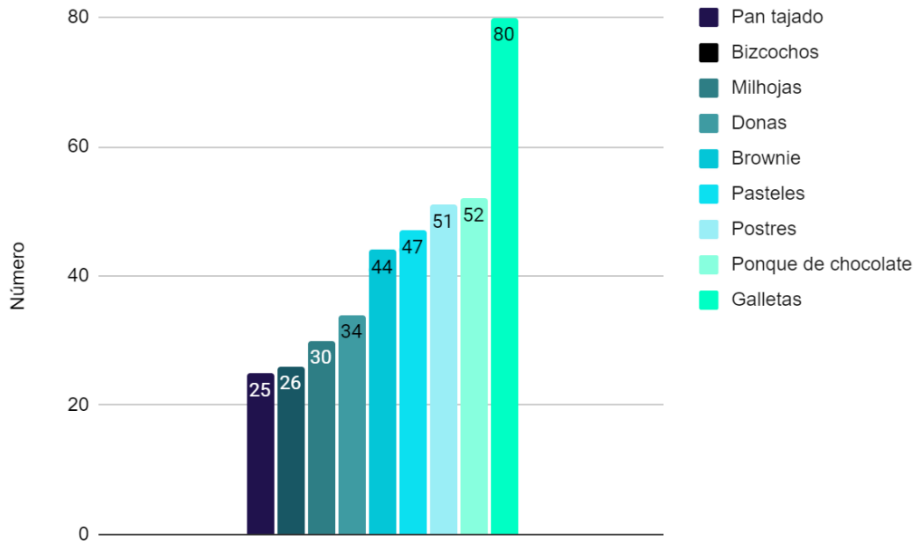
Distribución porcentual, según gustos en productos de panadería y pastelería, de los estudiantes entre las edades de 8 a 11 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023.



Fuente: propia, 2023

Gráfica 21

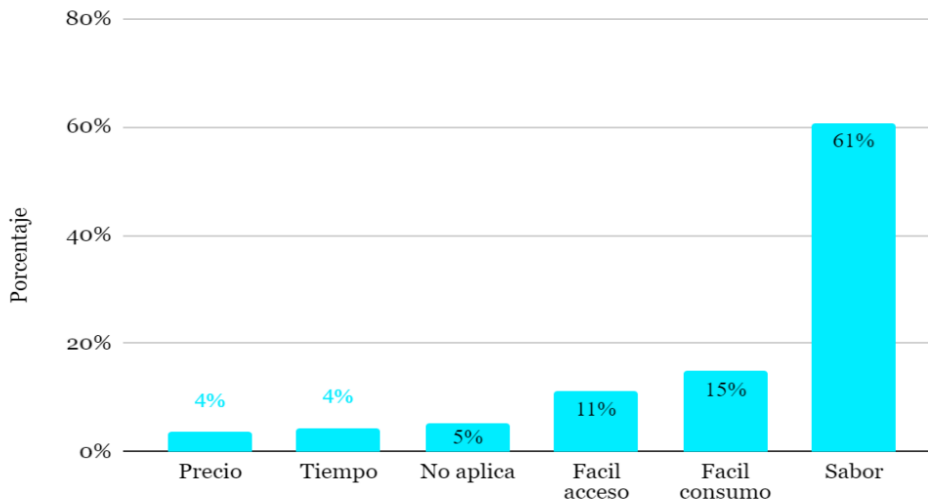
Distribución numérica, según preferencias en productos de panadería y pastelería, de los estudiantes entre las edades de 8 a 11 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023.



Fuente: propia, 2023

Gráfica 22

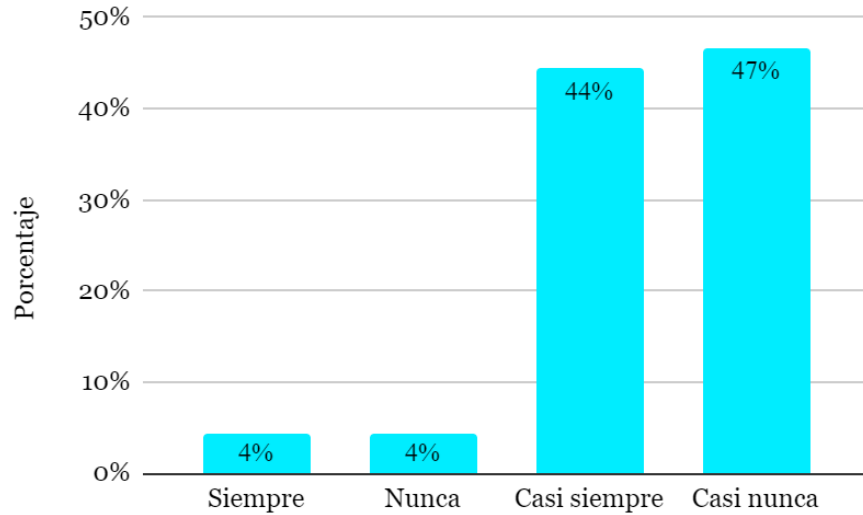
Distribución porcentual, según motivo de consumo en productos de panadería y pastelería, de los estudiantes entre las edades de 8 a 11 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023.



Fuente: propia, 2023

Gráfica 23

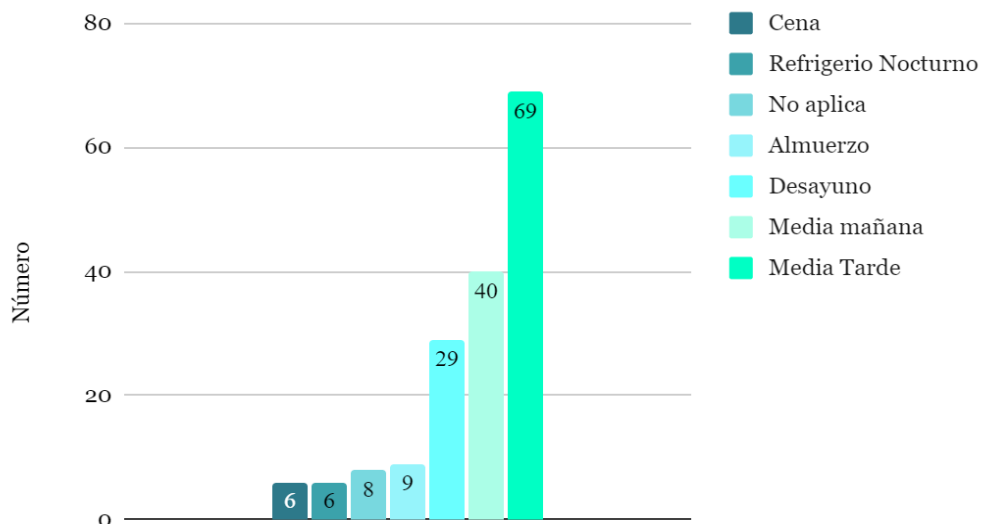
Distribución porcentual, según periodicidad de consumo en productos de panadería y pastelería, de los estudiantes entre las edades de 8 a 11 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023.



Fuente: propia, 2023

Gráfica 24

Distribución numérica, según tiempo de consumo en productos de panadería y pastelería, de los estudiantes entre las edades de 8 a 11 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023.



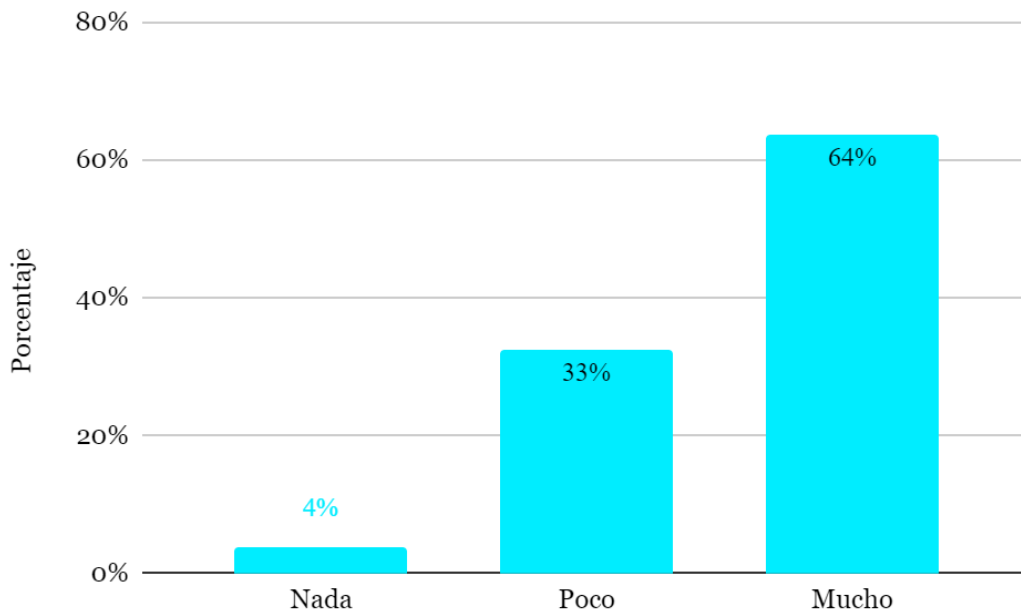
Fuente: propia, 2023

2.1.2.5 Productos lácteos y derivados

Acorde se observa en las gráficas 25, 26, 27, 28 y 29 es posible analizar que al 64% de la población estudiantil les gustan mucho los productos lácteos y derivados, dentro de este grupo de alimentos se identifica que prefieren el yogurt, la leche de vaca en bolsa y los quesos, principalmente por motivos asociados a su sabor. Concretando que la periodicidad de consumo en este tipo de productos es constante, con una participación del 52%, de modo que, el desayuno es el tiempo de comida predilecto por los estudiantes.

Gráfica 25

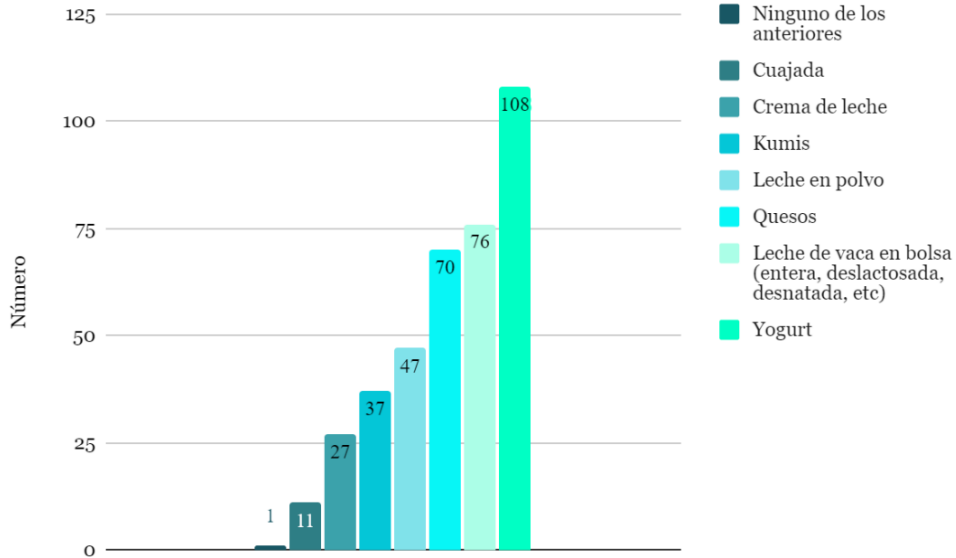
Distribución porcentual, según gustos en productos lácteos y derivados, de los estudiantes entre las edades de 8 a 11 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023.



Fuente: propia, 2023

Gráfica 26

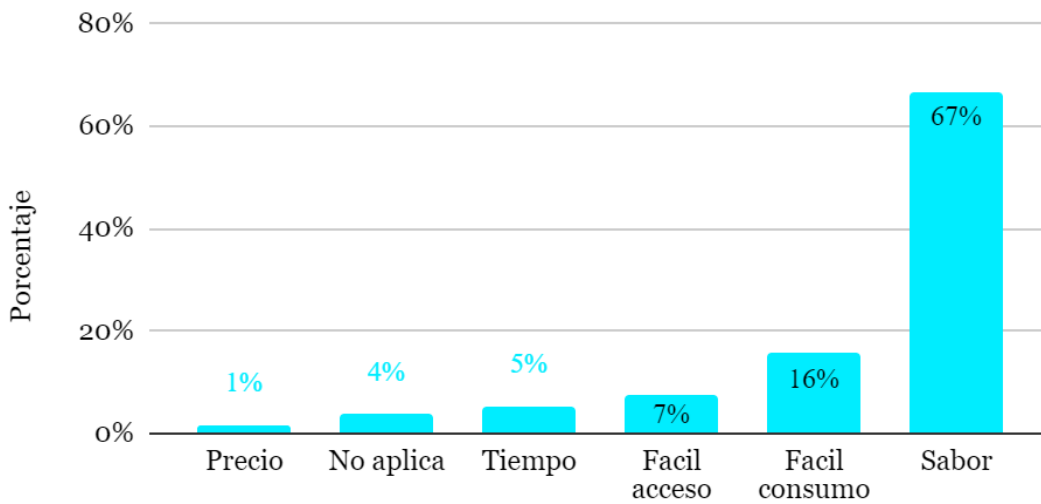
Distribución numérica, según preferencias en productos lácteos y derivados, de los estudiantes entre las edades de 8 a 11 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023.



Fuente: propia, 2023

Gráfica 27.

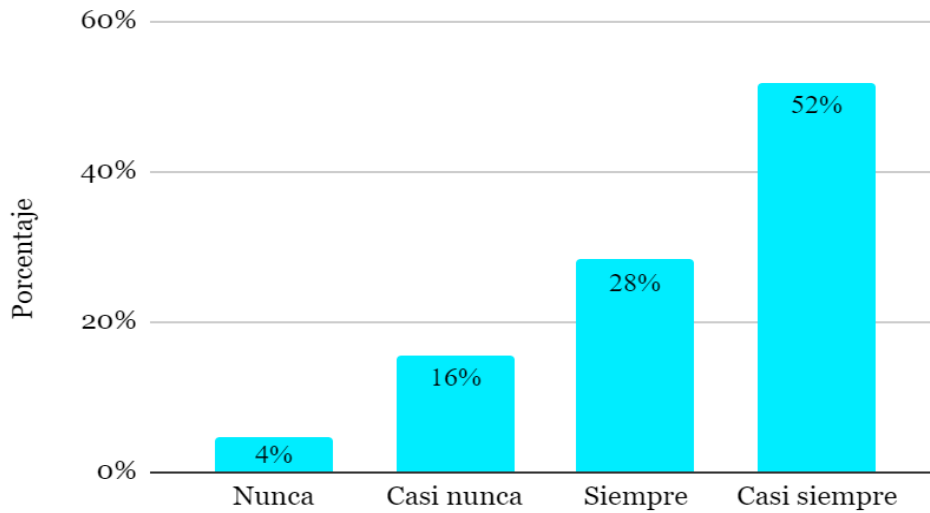
Distribución porcentual, según motivo de consumo en productos lácteos, de los estudiantes entre las edades de 8 a 11 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023.



Fuente: propia, 2023

Gráfica 28.

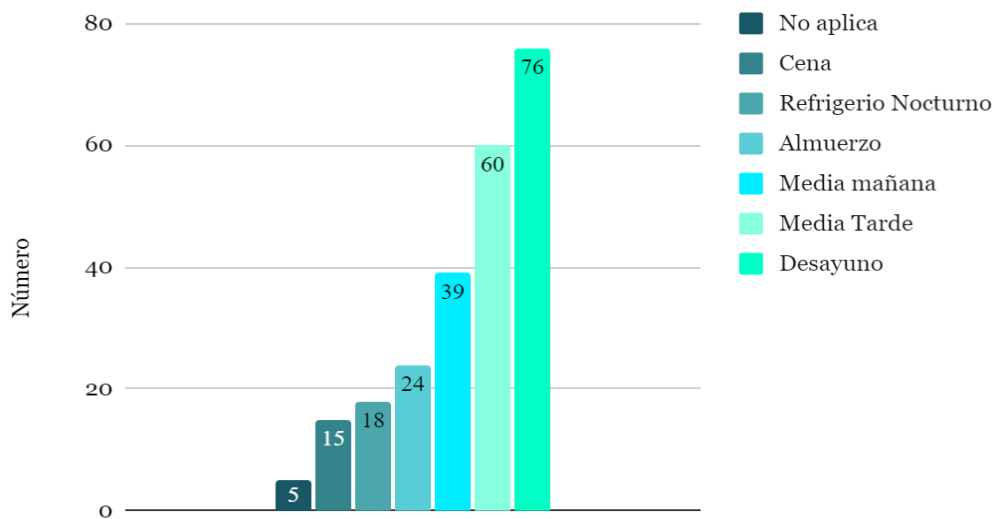
Distribución porcentual, según periodicidad de consumo en productos lácteos y derivados, de los estudiantes entre las edades de 8 a 11 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023.



Fuente: propia, 2023

Gráfica 29.

Distribución numérica, según tiempo de consumo en productos lácteos y derivados, de los estudiantes entre las edades de 8 a 11 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023.



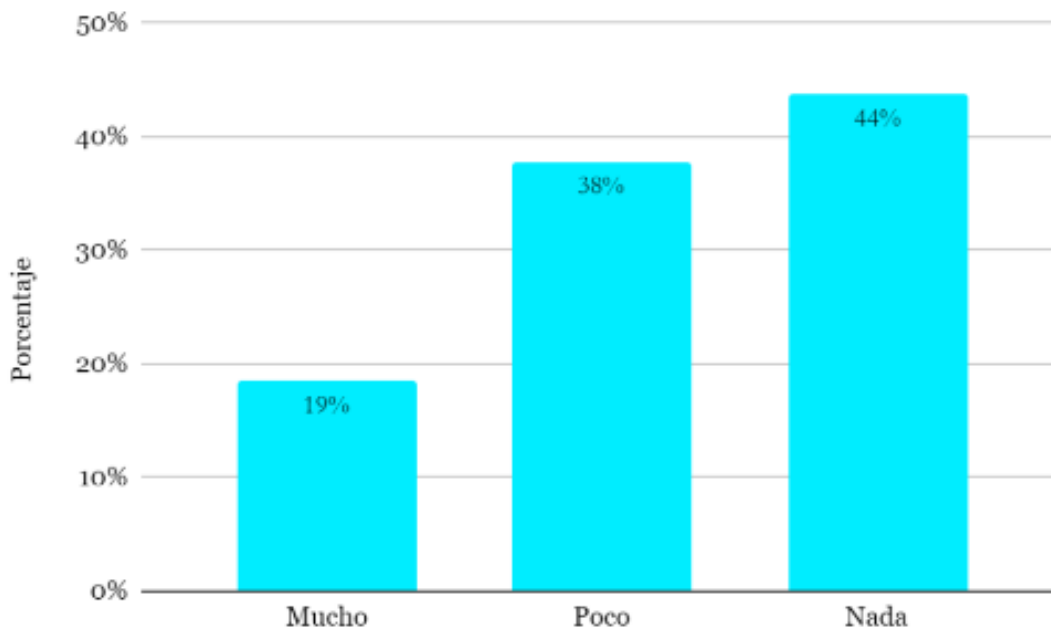
Fuente: propia, 2023

2.1.2.6 Alimentos precocidos

Acorde a lo que se observa en las gráficas 30, 31, 32, 33 y 34 se analiza que al 44% de la población encuestada, no les gustan los alimentos precocidos, sin embargo, el 38% respondió que poco les gustan este tipo de alimentos. Por ende, 78 estudiantes respondieron que ninguna de las opciones presentadas era de su agrado, de acuerdo con ello, el 28% no tiene un motivo de consumo. Concretando que el 41% nunca los consume, aunque, la cena es el tiempo de comida predilecto de los estudiantes.

Gráfica 30

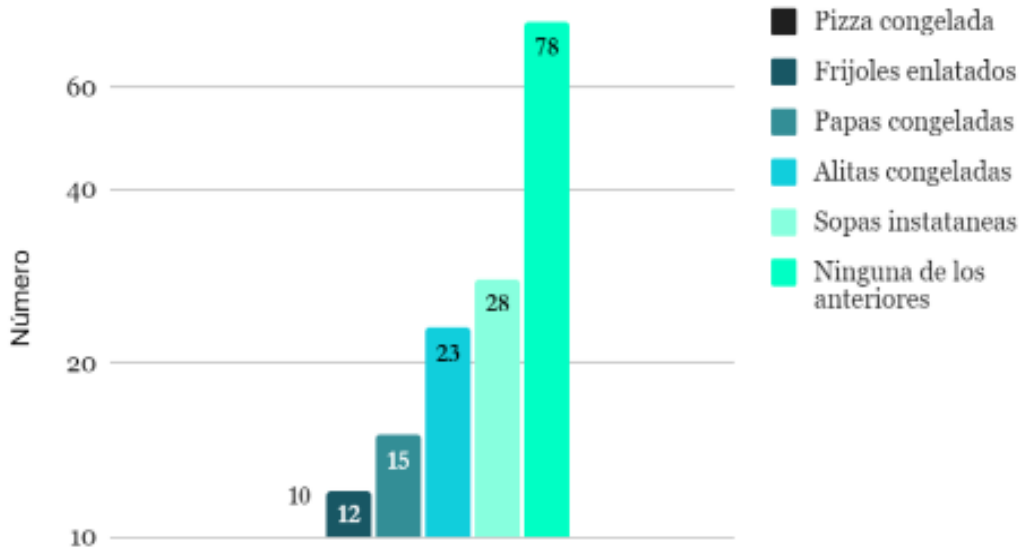
Distribución porcentual, según gusto en alimentos precocidos, de los estudiantes entre las edades de 8 a 11 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023.



Fuente: propia, 2023

Gráfica 31

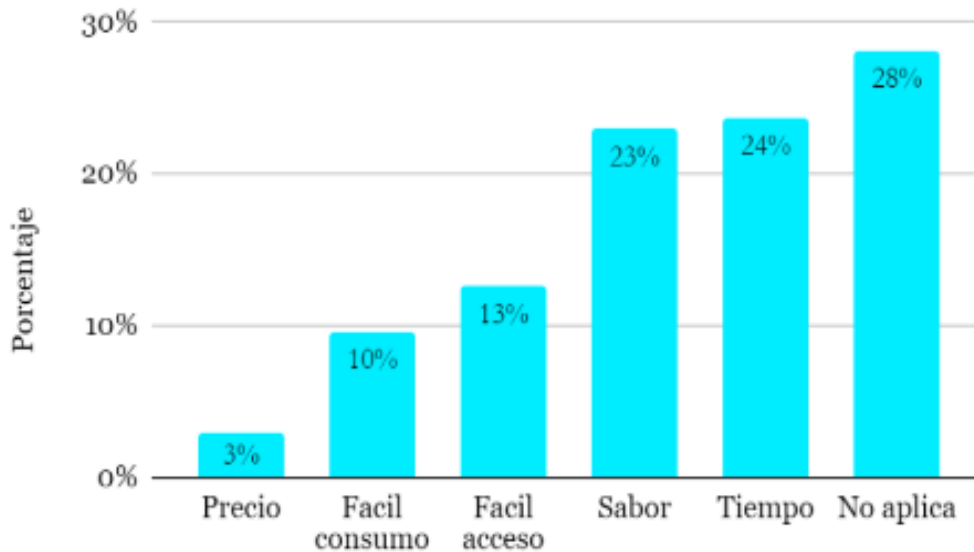
Distribución numérica, según preferencias en productos precocidos, de los estudiantes entre las edades de 8 a 11 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023.



Fuente: propia, 2023

Gráfica 32

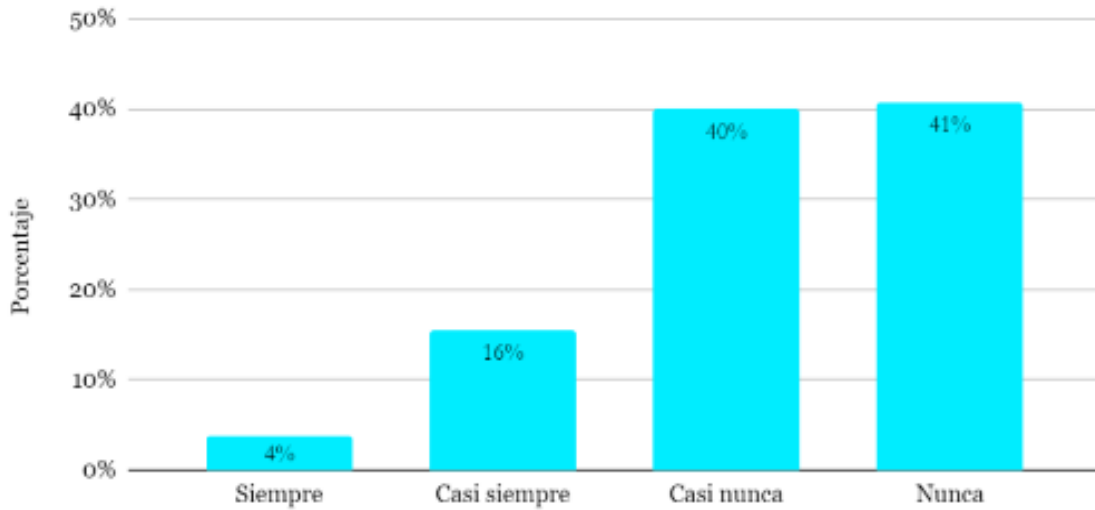
Distribución porcentual, según motivo de consumo en alimentos precocidos, de los estudiantes entre las edades de 8 a 11 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023.



Fuente: propia, 2023

Gráfica 33

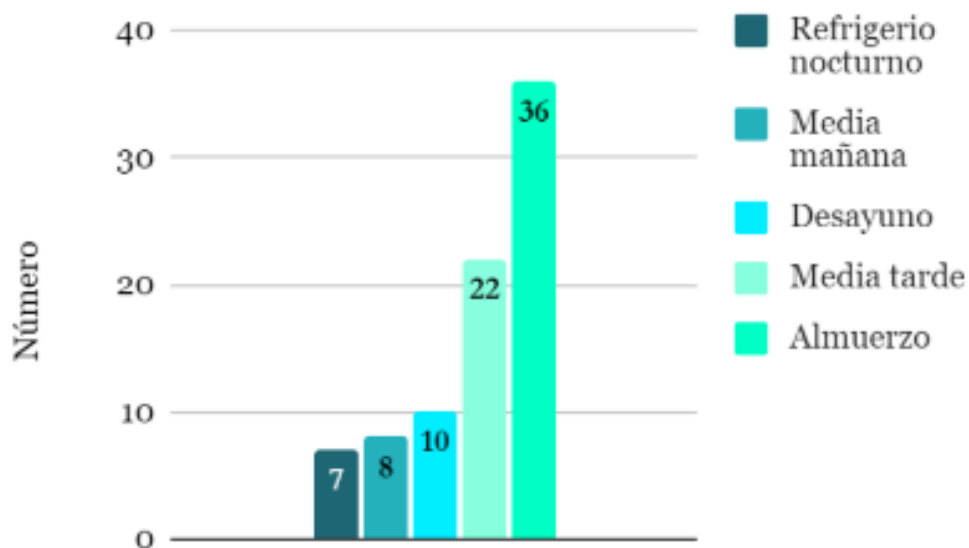
Distribución porcentual, según la periodicidad de consumo en alimentos precocidos, de los estudiantes entre las edades de 8 a 11 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023.



Fuente: propia, 2023

Gráfica 34

Distribución numérica, según el tiempo de consumo en alimentos precocidos, de los estudiantes entre las edades de 8 a 11 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023.



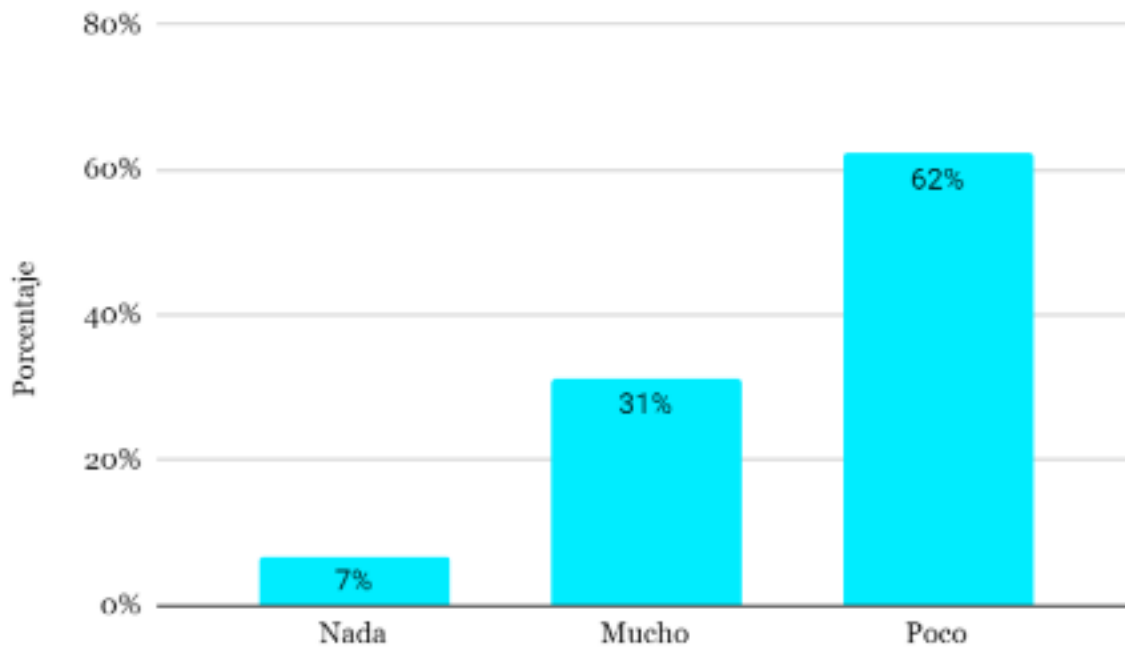
Fuente: propia, 2023

2.1.2.7 Alimentos embutidos

Acorde a lo que se observa en las gráficas 35, 36, 37, 38 y 39 se analizó que al 62% de la población encuestada, poco les gustan los embutidos. Por consiguiente, el embutido con mayor preferencia es la salchicha, ocupando el primer lugar con un total de 105 respuestas, seguido de este se encuentran el chorizo con 62 y por último el jamón con 53 elecciones; donde el motivo de consumo está directamente ligado al sabor obteniendo un porcentaje del 61%. Concretando que la periodicidad de consumo en este tipo de alimentos es casi nunca, con el 49%, a pesar de que, la cena es el tiempo de comida predilecto por los estudiantes.

Gráfica 35

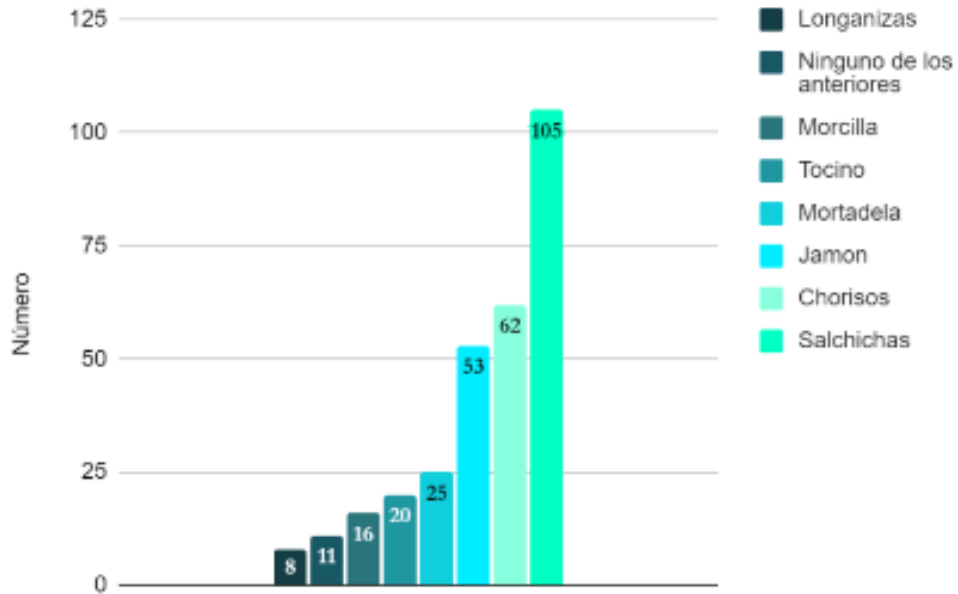
Distribución porcentual, según gusto en embutidos, de los estudiantes entre las edades de 8 a 11 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023.



Fuente: propia, 2023

Gráfica 36

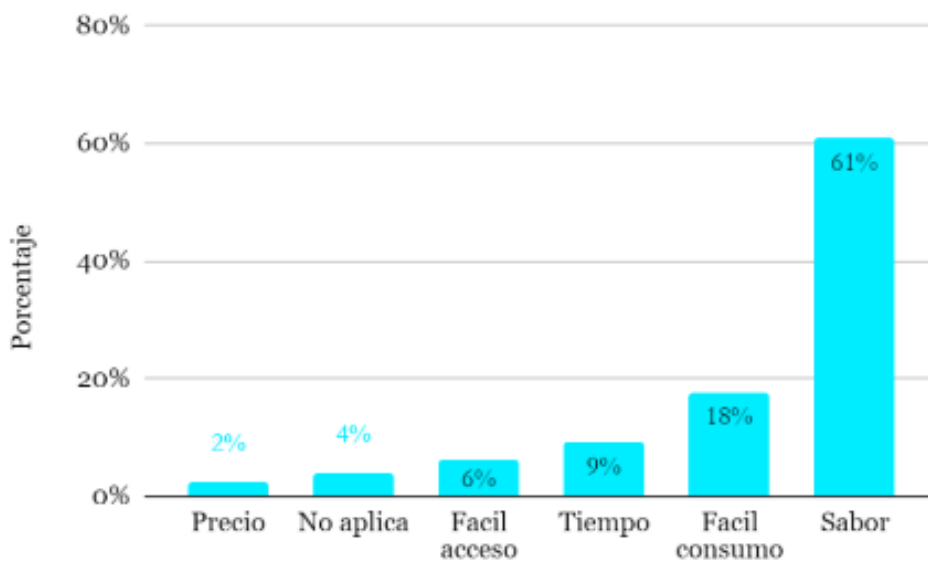
Distribución numérica, según preferencia en embutidos, de los estudiantes entre las edades de 8 a 11 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023.



Fuente: propia, 2023

Gráfica 37

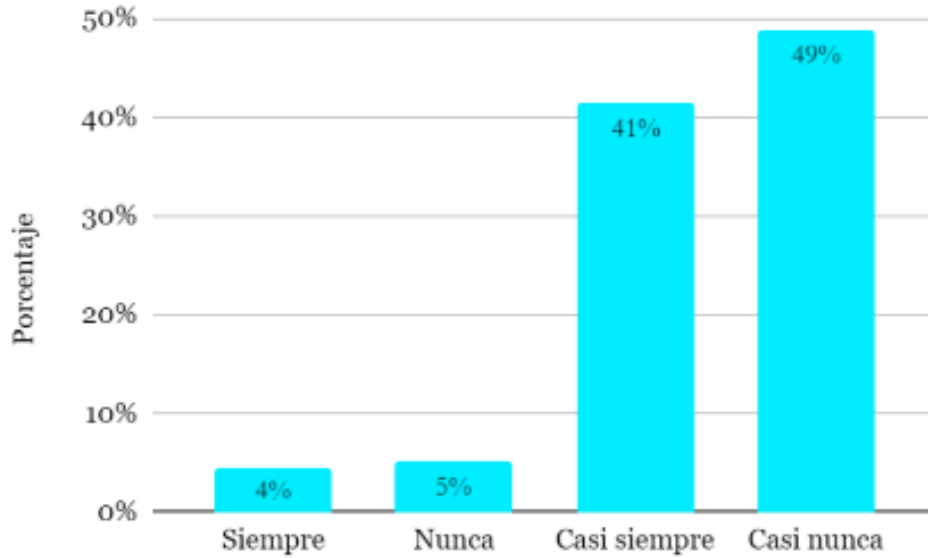
Distribución porcentual, según motivo de consumo en embutidos, de los estudiantes entre las edades de 8 a 11 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023.



Fuente: propia, 2023

Gráfica 38

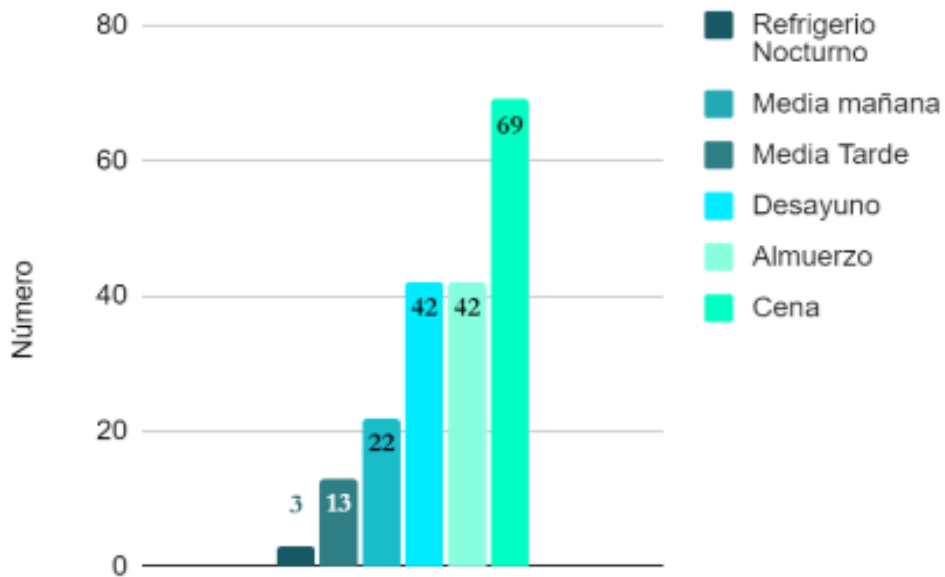
Distribución porcentual, según periodicidad de consumo en embutidos, de los estudiantes entre las edades de 8 a 11 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023.



Fuente: propia, 2023

Gráfica 39

Distribución numérica, según tiempo de consumo en embutidos, de los estudiantes entre las edades de 8 a 11 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023.



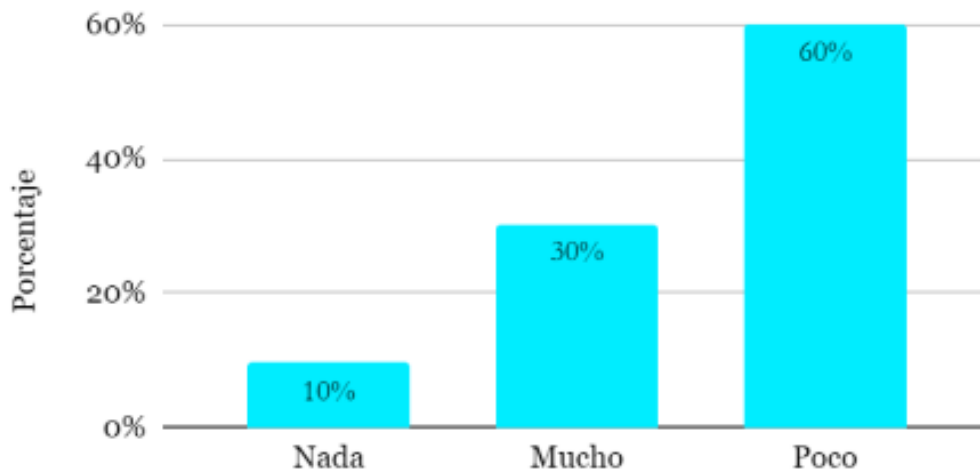
Fuente: propia, 2023

2.1.2.8 Salsas

Acorde a lo que se observa en las gráficas 40, 41, 42, 43 y 44 se analizó que al 60% de la población encuestada, poco les gustan las salsas. Por consiguiente, la salsa con mayor preferencia es la piña, ocupando el primer lugar con un total de 47 respuestas, seguido de este se encuentran la de tomate con 45 y por último la rosada con 38 elecciones; donde el motivo de consumo está directamente ligado al sabor, obteniendo un porcentaje del 75%. Concretando que la periodicidad de consumo en este tipo de salsas es casi nunca, con el 67%, a pesar de que, el almuerzo es el tiempo de comida predilecto de los estudiantes.

Gráfica 40

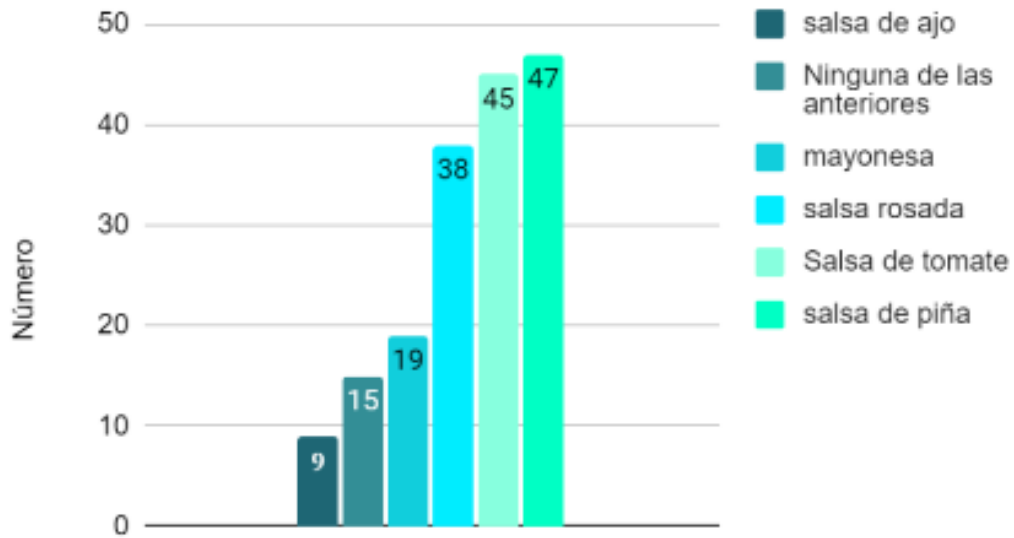
Distribución porcentual, según el gusto en salsas, de los estudiantes entre las edades de 8 a 11 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023.



Fuente: propia, 2023

Gráfica 41

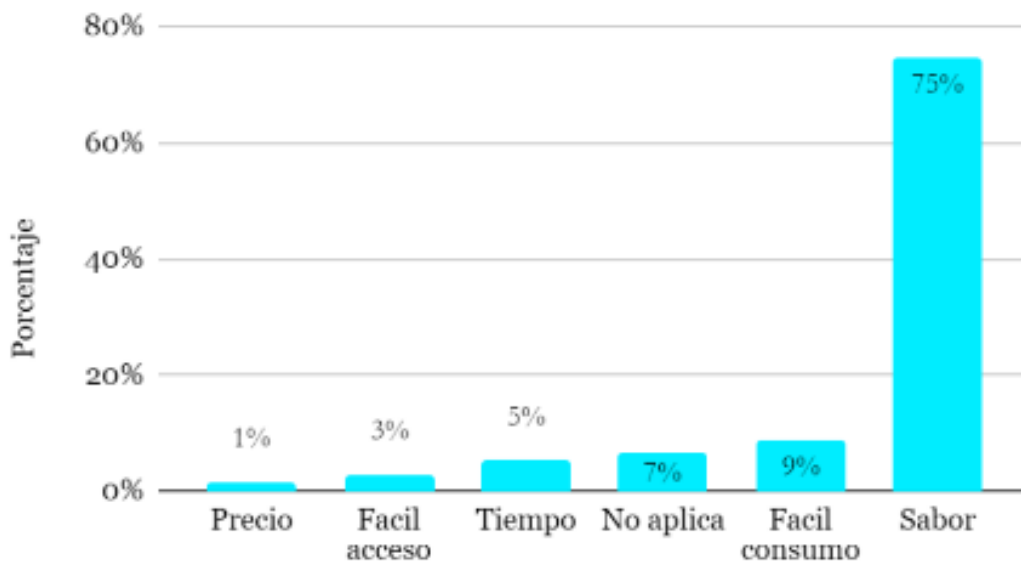
Distribución numérica, según las preferencias en salsas, de los estudiantes entre las edades de 8 a 11 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023.



Fuente: propia, 2023

Gráfica 42.

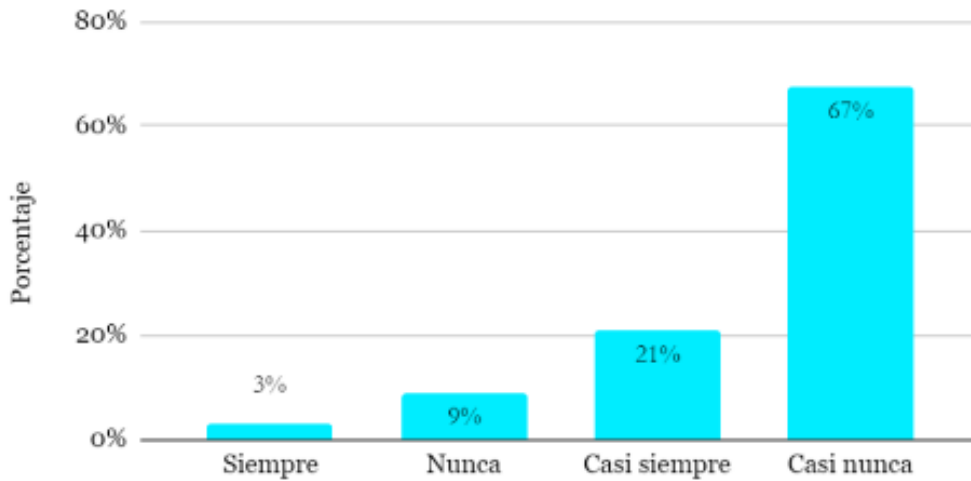
Distribución porcentual, según el motivo de consumo en salsas, de los estudiantes entre las edades de 8 a 11 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023.



Fuente: propia, 2023

Gráfica 43

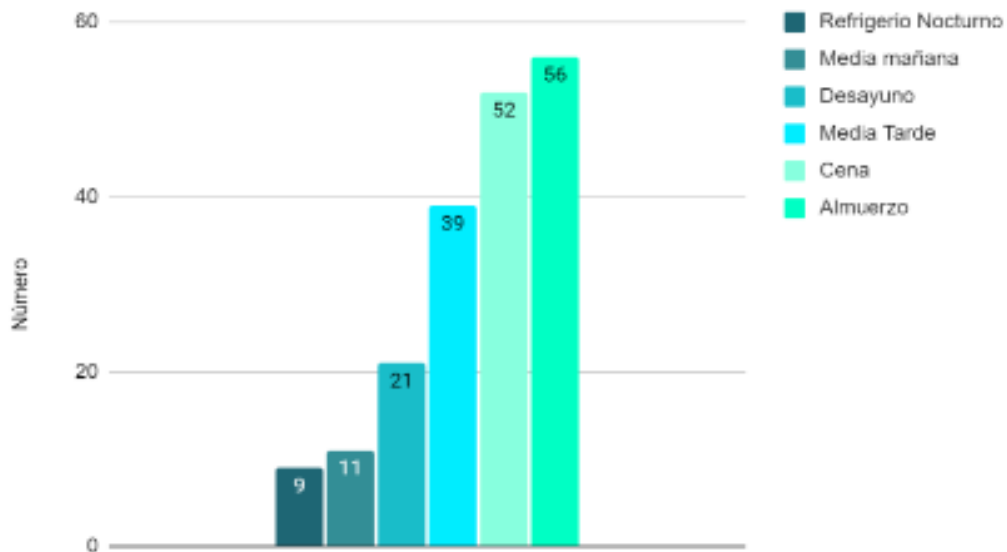
Distribución porcentual, según la periodicidad de consumo en salsas, de los estudiantes entre las edades de 8 a 11 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023.



Fuente: propia, 2023

Gráfica 44

Distribución numérica, según el tiempo de consumo en salsas, de los estudiantes entre las edades de 8 a 11 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023.

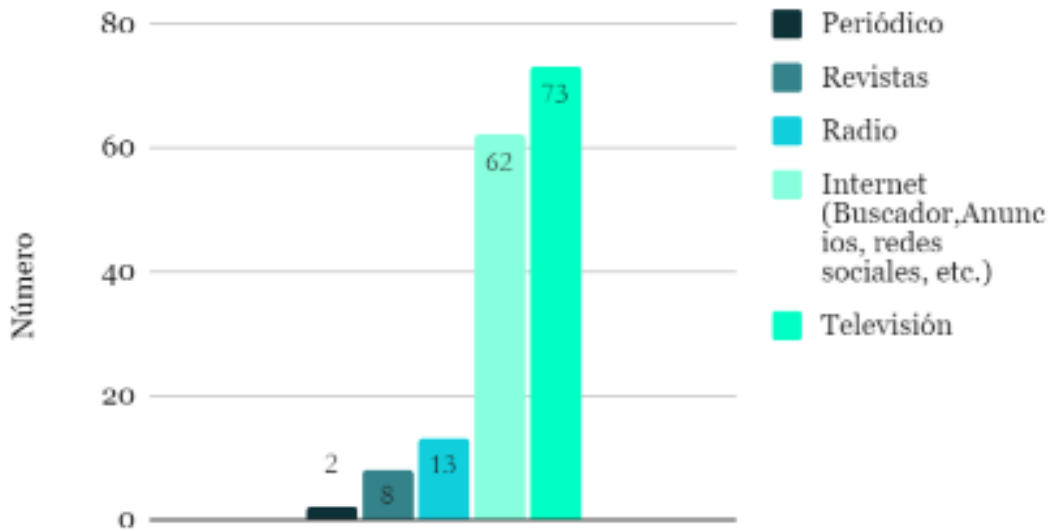


Fuente: propia, 2023

2.1.2.9 Medios de publicidad

Gráfica 45

Distribución numérica, según los medios de publicidad que han influido en el consumo de productos ultraprocesados, en los estudiantes de entre las edades de 8 a 11 años, de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús 2023.



Fuente: propia, 2023

Conforme a la gráfica 45, se puede resaltar que el medio de comunicación al que están mayormente expuestos los estudiantes y padres de familia es la televisión, con un total de 73 respuestas, seguido del internet con 63 opiniones. Concluyendo que son medios en los cuales se ofertan publicidad, que pretende influir en las decisiones de consumo de la población encuestada.

2.2 Discusión

Esta investigación tuvo como propósito identificar y describir aquellos productos ultraprocesados, que son de mayor tendencia de consumo para los estudiantes de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús en el municipio del Tambo; caracterizando sociodemográficamente a la población, obteniendo como resultado una muestra de estudio, caracterizada por estudiantes de ocho años, del género femenino, ubicados en la zona urbana, entre los estratos socioeconómicos uno y dos, así mismo, se destaca que el grado de escolaridad máximo alcanzado por los padres es de secundaria completa.

En torno a lo anterior, se puede identificar que estos factores socioeconómicos pueden influir en la alimentación, como lo evidencia el estudio Argentino de Nutrición y Salud (EANS), mencionando que “las diferencias socioeconómicas condicionan desigualdades alimentarias, porque las dietas con mejor calidad nutricional, suelen ser más costosas, por lo tanto, tienden a ser menos consumidas por la población de nivel socioeconómico más bajo” (Kovalskys et al., 2020); a su vez, un estudio realizado a niños, niñas y adolescentes de 5 a 15 años en España, obtuvo resultados donde se demuestra que “a menor nivel socioeconómico, el consumo de productos ultraprocesados es mayor” (Miqueleiz et al., 2014), con ello se determina que los ingresos monetarios son factores fundamentales en la alimentación.

Asimismo, el nivel socioeconómico influye en el nivel de escolaridad alcanzado por los padres y por ende determina las decisiones de consumo, por tanto, en la encuesta nacional de situación nutricional (ENSIN), se evidencia que “la posición socioeconómica y el nivel educativo de los padres, son los principales determinantes estructurales de la nutrición, ya que permite tener acceso a recursos, monetarios y no monetarios, para conseguir diferentes tipos de alimentos” (Ministerio de Salud y Protección social, 2015); de tal manera, que un factor no monetario, es el conocimiento que poseen los padres sobre una alimentación saludable, resaltando que por factores culturales, las madres son las principales responsables de seleccionar y preparar la comida en el hogar; por ende, un estudio realizado por Díaz (2017) en un centro educativo de Perú, con madres de niños, que cursaban tercero y cuarto grado de primaria, concluyó que “el 47% de ellas tienen un bajo nivel de conocimiento, en cuanto a una alimentación balanceada”, lo que permite inferir que el factor

educacional, cumple un rol muy importante en cuanto a la elección de alimentos, porque a menor nivel educativo, el conocimiento sobre una alimentación adecuada es bajo.

Por otro lado, un componente clave para entender el motivo por el cual hoy en día los estudiantes tienen un alto consumo de productos ultraprocesados, está relacionado con el cambio en los hábitos alimentarios, relacionados con las transformaciones de género, es decir, en la ENSIN se refiere a que “gracias a los procesos de urbanización a los que se ve expuesto el mundo, los nuevos modelos de familia y la incursión de la mujer en el mercado laboral, han cambiado las costumbres de consumo en los hogares” (Ministerio de Salud y Protección social, 2015), con ello se resalta que, las madres eran las encargadas de la crianza de los niños, pero hoy en día su participación por fuera del hogar es mayor, lo que les permite asumir otros roles distintos a la preparación de alimentos, lo que conlleva, que las familias se adapten a nuevas dinámicas en cuanto a la alimentación, como lo son: la participación de los padres en la cocina, el apoyo de la abuela para el cuidado de los niños y la contratación de personas para la preparación de alimentos.

Referente a lo anterior, a pesar de realizar el estudio en la cabecera municipal, la mayoría de estudiantes residen en el área urbana, donde la globalización, el capitalismo e industrialización de los alimentos, se ven reflejados en sus decisiones de consumo, debido a la urbanización de la zona rural, siendo estas decisiones influenciadas por la alta demanda que tienen cierto grupo de ultraprocesados en el mercado, por ejemplo “fenómenos macroeconómicos, como el abaratamiento de los aceites vegetales y su elevada disponibilidad, incitan al consumo de ciertos alimentos de alta densidad energética” (Ministerio de Salud y Protección social, 2015), determinando que los padres e hijos han ido reemplazando poco a poco los alimentos frescos y naturales, por productos ultraprocesados sugeridos por las industrias alimentarias.

De tal manera que, el presente estudio fue ejecutado en la zona Andina, lugar donde es más evidente el cambio de cultura frente a una alimentación saludable, a causa de la urbanización, teniendo en cuenta, que es debido al envejecimiento del campo, es decir que, en vista de las pocas oportunidades que existen en el área rural, “los jóvenes y adultos se han visto obligados a desplazarse a las zonas urbanas en búsqueda de empleo, cambiando sus hábitos para adaptarse, transmitiendo estos nuevos conocimientos a nuevas generaciones” (Ministerio de Salud y

Protección social, 2015), causando que se olviden o se abandonen los conocimientos y prácticas alimentarias tradicionales, proporcionadas por los adultos mayores, en cuanto al cambio del paradigma y estilos de vida de los adultos jóvenes.

Dado que el estudio, arrojó datos sobre un mayor consumo de productos ultraprocesados en escolares, la probabilidad de que se aumente la incidencia a que los niños y niñas adquirían enfermedades crónicas como: hipertensión, diabetes y obesidad, es elevado, como lo evidencia Vernarelli et al (2011), en su estudio donde “la prevalencia de la obesidad y las enfermedades crónicas no transmisibles relacionadas con los alimentos está aumentando rápidamente, con una proporción significativa en la población pediátrica” (p. 5). De igual forma, Monteiro et al (2013) afirma que “durante las últimas décadas, las dietas en varios países se han modificado hacia un incremento drástico en el consumo de productos ultraprocesados dejando atrás la alimentación tradicional”, se sabe que un consumo mayor de productos ultraprocesados “tienen un aporte excesivo de energía, grasas y azúcares añadidos” (Leffa et al., 2020), entendiendo así que el consumo elevado de esta clase de alimentos trae consigo repercusiones graves de salud como el desarrollo de patologías en la vida adulta, siendo este un problema de salud pública debido a que eleva los costos en salud, para enfermedades que pueden prevenirse a temprana edad con buenos hábitos de vida saludable.

En definitiva, la relación que existe entre la calidad de la alimentación, la clase social y como el consumo de estos productos afectan la salud del consumidor a largo plazo, se debe en parte a los factores expuestos en el estudio, como lo son la saciedad, el gusto y el precio bajo en los alimentos nutricionalmente desbalanceados, los cuales son el motivo, por el cual los estudiantes eligen consumir productos ultraprocesados, refiriéndose a que estos son característicos por sus propiedades organolépticas, en cuanto a sabor, textura y olor agradable “a causa de la combinación de aditivos, saborizantes, emulsionantes y colorantes que genera que el producto sea más deseado y fuertemente adictivo, lo que causa deficiencia en patrones dietéticos” (Monteiro et al., 2019), que al ser consumidos modifican químicamente al cuerpo promoviendo una sensación de bienestar, a cambio de precios bajos en su compra, lo que permite que estos productos sean realmente accesibles para poblaciones de menores ingresos, pero son desbalanceados nutricionalmente en

contraposición a aquellos alimentos frescos, naturales y saludables con un aporte nutricional de calidad como son las frutas y verduras.

En concordancia, con las categorías de productos analizados en el presente proyecto, referente a (bebidas azucaradas, comidas rápidas, empaquetados, productos de panadería y pastelería, productos lácteos y derivados, alimentos precocidos, alimentos embutidos y salsas), el estudio arrojó datos sobre gustos, preferencias, frecuencias y motivos de consumo. Como resultado, se identifica que el gusto por las bebidas azucaradas es elevado, donde el jugo de botella, la gaseosa y los refrescos en polvo son las bebidas de su preferencia, motivo por el cual se destaca el sabor, prevaleciendo su consumo en la media tarde; asimismo, un estudio realizado en Bogotá, analizó que los productos con mayor cantidad de azúcar, y los más preferidos por los niños, son las bebidas azucaradas, se describió que “el 78% de la población muestra disponía diariamente de alimentos azucarados en sus loncheras, entre el cual el 53% contaban con más de una porción” (Fuentes, 2014).

Conviene resaltar, que los mencionados resultados son cifras muy semejantes a las reportadas a nivel Colombia en la ENSIN 2015, “la población no perteneciente a una etnia, prefiere el consumo de bebidas carbonatadas como el chocolate, panela y agua de panela, los cuales fueron consumidos en mayor proporción por la población de 5 a 12 años” (Ministerio de Salud y Protección social, 2015), el motivo de esta preferencia en la zona Andina se debe a que, por ser un punto cultural alimentario, es notorio como “se empieza a desestimar el consumo de jugos de fruta “por practicidad” y por el tiempo que toma su preparación” (Ministerio de Salud y Protección social, 2015), por tanto, en este contexto, se empezaron a preferir las bebidas azucaradas.

Continuando con las categorías de productos, como resultado el gusto por las comidas rápidas es alto, donde la salchipapa, la pizza y las empanadas son los preferidos debido a su sabor, de tal manera que su consumo es ocasional en la media tarde; de igual forma, los productos empaquetados son similares a las comidas rápidas, por tener una composición semejante en cuanto a sodio y grasas saturadas, por tanto, el gusto por los productos empaquetados es elevado, en el que los Snaks de papa y plátano, las papas de paquete y el Snack de maíz son los preferidos debido a su sabor, donde su consumo es eventual en la media tarde. Estos hallazgos son también similares a lo reportado

para Colombia en la ENSIN (2015), dado que “por índice de riqueza se observó que la población de 3 a 4 años, clasificada en el cuartil de riqueza más bajo, consumía en menor proporción comidas rápidas, alimentos de paquete y alimentos fritos. Esta diferencia es más evidente para el caso de comidas rápidas con el 26%” (Ministerio de Salud y Protección social, 2015).

Dando continuidad, con los productos de panadería y pastelería, se identifica un alto gusto por las galletas, el ponque de chocolate y los postres, siendo preferidos por su sabor, debido a que su consumo es ocasional en la media tarde. Cabe resaltar, que se consideran a los productos de panadería y pastelería como ultraprocesados debido a los ingredientes que lo conforman, tales como “harina de trigo, la levadura, el agua y la sal, los cuales, incluyen sustancias como grasa vegetal hidrogenada, azúcar, almidón, suero, emulsionantes y otros aditivos” (Monteiro et al., 2018, p. 156). En cuanto a los resultados obtenidos, para Colombia, según la ENSIN “el pan y las galletas se ubican entre los primeros doce alimentos de mayor consumo por los niños y niñas” (Ministerio de Salud y Protección social, 2015); otro aspecto importante, por el cual se consumen estos productos, es evidenciado en una encuesta realizada en la ciudad de Cali, donde “el 56% de las personas, refieren que el aroma es el factor que influye en su consumo y compra, despertando sensaciones olfativas únicas que despiertan el deseo de compra” (Muñoz, 2021).

Por otra parte, el gusto por los productos lácteos y derivados es elevado, debido a que el yogur, la leche de vaca en bolsa y los quesos son los preferidos, por su sabor, por ende, su consumo es constante en el desayuno y la media tarde. En este punto, es valioso destacar que este grupo de alimentos, le ofrecen beneficios a la población, en cuanto a su aporte de probióticos y prebióticos esenciales en la formación de la microbiota intestinal, sin dejar de lado, el contenido de calcio y vitamina B12, que contribuyen al desarrollo y mantenimiento de los huesos; a pesar de ello, en el mercado existen productos similares que para ser comerciales, aportan una gran cantidad de colorantes, endulzantes, conservantes y saborizantes que, a largo plazo su consumo, puede afectar la salud de niños y niñas en etapa de crecimiento, es por esta razón que en la escala Nova se clasifican como un producto ultraprocesado en su forma comercial, que para diferenciarlos se debe de hacer énfasis en la cantidad de aditivos y edulcorantes que los componen.

Teniendo en cuenta lo anterior, los resultados obtenidos para Colombia según la ENSIN, de acuerdo al análisis del recordatorio 24 horas, la leche y los productos lácteos, ocupan el puesto número 40 entre los alimentos con mayor consumo, “entre los cuales se destacan la leche líquida envasada y saborizada, la leche de vaca en polvo y leches fermentadas como los son el kumis y el yogur saborizados, en los puestos 7, 16, 18 y 33” (Ministerio de Salud y Protección social, 2015), resaltando que este tipo de productos mencionados, sí hacen parte de la categoría de ultraprocesados, porque son envasados y saborizados con un alto contenido de azúcares añadidos.

Continuando, con los alimentos precocidos, se evidencia que el gusto por este grupo productos es bajo, pero existe una preferencia mínima por las sopas instantáneas, debido a su sabor, por tanto, su consumo es ocasional, en la cena; de igual forma, los productos embutidos, tienen grandes cantidades de sodio y aditivos, que los hace semejantes, por ende estos productos son de mayor agrado, destacando las salchichas, los chorizos y el jamón, como los preferidos por su sabor, a pesar de que, su consumo sea ocasional en la cena; de tal manera que, en la ENSIN, para el caso de los productos cárnicos no enlatados (embutidos) “su consumo es de un 22%” (Ministerio de Salud y Protección social, 2015), esto se explica porque hoy en día los hogares, actualmente se construyen con cocinas pequeñas con menos ventilación o espacios para preparar los alimentos y permite realizar tareas pequeñas con cortar y pelar; para el caso de los alimentos precocidos, una razón de su preferencia entre las sopas de sobre, caldos de gallina y productos instantáneos “es porque gozan de mayor estatus entre las personas, solo por hecho de estar publicitados en diferentes medios de comunicación” (Ministerio de Salud y Protección social, 2015).

Por otra parte, se resalta que a la población encuestada les gustan las salsas y las usan como aderezo en las comidas, donde la salsa de piña, la salsa de tomate y la salsa rosada, son los preferidos debido a su sabor, donde su consumo es ocasional en el almuerzo, con respecto a lo anterior un estudio efectuado en Medellín demostró que “el 34% población muestra, disponían de un alimento fuente de grasa en su lonchera (crema de leche, mayonesa, salsa rosada o de tomate, mantequilla, margarina)” (Alcaldía de Medellín y secretaría de educación, 2012. p 30).

Es importante explicar que el motivo de consumo de los productos ultraprocesados, se ve estrechamente ligado al sabor, esto es, debido a su composición, como lo explica Muñoz (2018), estos productos, a pesar de que no aportan fibra y vitaminas, tienen grandes cantidades de azúcares, grasas saturadas, colesterol y sodio añadidos, los cuales en conjunto, contienen una gran cantidad de calorías, que como se mencionó con anterioridad, su consumo genera un desequilibrio entre las kilocalorías consumidas y las gastadas, por tanto, su alto consumo llevan a desarrollar obesidad y sobrepeso en pocos meses para los niños, como se evidencia para Colombia, los resultados arrojados por la ENSIN 2015, existe un incremento del 24% con respecto al peso en los niños entre el año 2010 y 2015.

Otro aspecto de su composición es la abundancia de aditivos, como potenciadores del sabor, conservantes y colorantes, que fomentan el consumo de este tipo de alimentos y, a su vez, la adicción, entre ellos cabe destacar que el glutamato monosódico (GMS) “el uso de nitratos y nitritos como conservantes en los productos cárnicos y embutidos, cumplen la función de protección ante las bacterias” (Muñoz, 2018). Además, el estudio de Royo y Rodríguez (2019) “han demostrado que los nitratos pueden provocar malformaciones fetales, urticaria y dolores de cabeza” además en este artículo se menciona que “las estimaciones más recientes del proyecto “Carga global de sobrecarga de enfermedades”, indican que las dietas ricas en carnes procesadas pueden ser las culpables de casi 34.000 muertes por cáncer anualmente en todo el mundo” (Royo y Rodríguez, 2019).

Por tanto, los conservantes son sustancias, ya sean orgánicas o inorgánicas, que se añaden a los alimentos con el fin de mejorar su textura, aspecto, sabor y color. “Una división de la Organización Mundial de la Salud (OMS) que se centra en el cáncer, colocó la carne procesada en el Grupo 1 (junto con el tabaco, el amianto, el arsénico, etc.)” (Organización Mundial de la Salud, 2020), concluyendo que se utilizan colorantes para hacer estos productos más estéticos, sabrosos y apetecibles.

Adicionalmente, la Organización de Consumidores y Usuarios (2008), afirma que los colorantes empleados como ingredientes en los productos ultraprocesados, son cuestionables porque no existen suficientes estudios concluyentes que garanticen su total seguridad, por ejemplo “uno de

ellos es la tartrazina que se emplea desde 1916 en productos de repostería, derivados cárnicos, sopas preparadas, conservas vegetales, salsas, helados, postres, caramelos y otros golosinas; también se utiliza para dar color, revitalizando bebidas de naranja y limón” (Arroyave et al., 2008, p. 21), según algunos expertos, “esta sustancia afecta directamente al cerebro, alterando los espacios sinápticos donde se produce el intercambio de información entre neuronas, con síntomas como déficit de atención, somnolencia e hiperactividad” (Arroyave et al., 2008). Los pediatras del Royal Children's Hospital de Melbourne, Australia, realizaron un estudio “que examinó los cambios de personalidad en niños sanos después de darles alimentos que contienen tartrazina, descubrió que los niños se agitaban, se inquietaban y tenían Trastornos del sueño (pesadillas e insomnio)” (Muñoz, 2018). Finalmente, para Muñoz (2018) los antioxidantes frenan la contaminación y la pérdida de sabor de las grasas y aceites empleados en productos de panadería y otros alimentos, también frenan las frutas frescas peladas como melocotones, plátanos, manzanas, etc., evitando que se decoloren al estar expuesto al aire.

Finalmente, el último aspecto a evaluar durante el presente proyecto de investigación son los medios de comunicación y publicidad, por el cual los niños, niñas y padres de familia, conocen a los productos ultraprocesados y cómo estos influyen directamente en su decisión de consumo, donde se destaca, la televisión como un medio de comunicación tradicional que sigue presente, pero de igual forma, el segundo lugar lo ocupa por el Internet, como un medio de comunicación relativamente moderno, De acuerdo con la ENSIN, el cambio alimentario puede verse modificado por dispositivos como el celular o la televisión en la relación a diferentes edades, de la misma forma se puede decir que es un proceso de modificación social que se da en un entorno económico, ambiental y político, donde las personas transforman su alimentación a partir de la interacción con los nuevos medios de comunicación, las nuevas tecnologías y la industria de alimentos, (Molini, 2007) resalta que uno de los motivos del consumo infantil de comidas rápidas, es la publicidad, (Niño, 2023) de este modo la idea de negocio promociona mediante redes sociales los productos, en el que las personas pueden observar las características y elaboración del mismo.

3. Conclusiones

El presente estudio de investigación tuvo como objetivo analizar el consumo de productos ultraprocesados en estudiantes de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús residentes del municipio del Tambo, de ambos sexos, entre las edades de 8 a 11 años. Según la caracterización de los participantes, el estudio demostró que la mayor parte de la población encuestada es representada por el sexo femenino, el cual pertenece a un estrato socioeconómico bajo, residiendo en la zona urbana; por consiguiente, en el nivel educativo de las madres cabeza de familia, es bajo. Por esta razón, los productos ultraprocesados de mayor agrado y preferencia son: las bebidas azucaradas, las comidas rápidas y los empaquetados, destacando que el motivo por el cual los consumen es por su sabor, dado que, la frecuencia de consumo es ocasional en la media tarde.

Teniendo en cuenta lo anterior, las respuestas obtenidas, sobre gustos y preferencias de los productos ultraprocesados, se puede afirmar que a toda la población encuestada le gusta cada uno de los productos presentados, teniendo mayor preferencia por los productos más comerciales, con mayor publicidad en medios de comunicación tradicionales e incluso actuales y esto es debido al sabor ofrecen estos productos, en cuanto a los ingredientes que los componen como aditivos, conservantes, edulcorantes, colorantes, sodio y azúcares añadidos en cantidades mayores a las recomendadas, los cuales crean reacciones químicas en el cuerpo como la adicción y la saciedad, atribuyéndole a estos productos, efectos negativos en la salud, que lleva a desarrollar problemas de obesidad en niños, ligados a problemas de salud pública; entendiendo así que estos productos ultraprocesados promueven su consumo a través de la publicidad y la modificación en la palatabilidad de los mismos e incluso del cuerpo.

Dicho esto, es importante destacar que durante la investigación se logró identificar que los hábitos alimentarios en los niños y niñas de 8 a 11 años, se ven directamente influenciados por sus padres, debido a que, ellos deciden sobre los alimentos que sus hijos consumen, el cual se define por su estrato socioeconómico, un nivel de escolaridad, la zona en que residen, los nuevos modelos de familia y el cambio de hábitos y costumbres, refiriéndose, al tipo de acceso que tienen, a esta clase de alimentos, más no determina el gusto y la preferencia, es decir, los padres según los recursos monetarios y no monetarios que poseen, eligen qué productos pueden comprar para sus

hijos, siendo influenciados , de igual forma, por la información que poseen sobre una alimentación adecuada durante la etapa de crecimiento y desarrollo en niños y niñas escolares, siendo estas decisiones acogidas por la globalización industrial y los cambios en los estilos de vida.

Por último, se pudo observar que la frecuencia de consumo de alimentos ultraprocesados en la infancia ha aumentado con el tiempo debido a varios factores, entre ellos el tiempo, la accesibilidad y la publicidad, teniendo en cuenta, que causa un impacto social fuerte en la población, debido a la elevada cifra de estudiantes con alto consumo de estos, además, sus preferencias alimentarias influyen en el consumo, lo que podría explicar una elevada ingesta, llegando a formar parte de la alimentación diaria; no obstante la población no está capacitada sobre las consecuencias que puede producir el consumo de estos alimentos, en vista de ello, es importante promover e implementar en el ámbito escolar programas educativos dirigidos a los niños y niñas, en los que participen las familias para fomentar hábitos nutricionales y estilos de vida saludables.

4. Recomendaciones

A futuros investigadores:

Interesarse por el proyecto y realizar investigaciones ampliando la población de estudio, donde se tengan en cuenta agregar al instrumento más opciones de respuesta en cuanto a preferencia y grupo de productos ultraprocesados, al igual que indagar en los motivos de consumo, en cómo estos influyen en sus decisiones, concretando en sus hábitos alimenticios.

Es clara la necesidad de generar estrategias o programas de atención para reducir el consumo de alimentos ultraprocesados en los padres e hijos encaminadas a la prevención de enfermedades crónicas no transmisibles relacionadas con la alimentación diaria.

Fomentar en niños y niñas a comer alimentos nutritivos y disminuir alimentos perjudiciales como son los productos ultraprocesados. La participación de los padres de familia es fundamental para realizar cambios en los hábitos alimentarios de forma progresiva.

Ejecutar más investigaciones sobre el consumo de alimentos ultraprocesados en niños y niñas, dentro como fuera de las instituciones educativas, en donde se analizan factores como el acceso y disponibilidad a esta clase de productos y por ende los efectos adversos del que pueden repercutir en la salud de los consumidores.

Coordinar capacitaciones o charlas educativas donde se fomente la salud nutricional en niños y niñas en edades escolares a cargo de profesionales en el área para disminuir el consumo de alimentos ultraprocesados e incentivar a una vida sana.

En el ámbito de la comunidad, es necesario establecer regulaciones para controlar la comercialización de alimentos altamente procesados y promover la presencia de opciones saludables en los establecimientos escolares, tanto en los puestos de comida como en las tiendas.

Referencias bibliográficas

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

Alcaldía de Medellín y Secretaria de Educación. (2012). Alimentación en las tiendas escolares de Medellín en 2012, disponibilidad y consumo de alimentos. https://www.medellin.gov.co/irj/go/km/docs/pccdesign/SubportaldelCiudadano_2/PlandeDesarrollo_0_19/Publicaciones/Shared%20Content/2014/LIBRO%20TIENDA%20ESCOLAR.pdf

Marti, A, Calvo, C., & 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>

Barrantes, R. (2001). La investigación: un camino al conocimiento. https://www.uned.ac.cr/academica/images/ceced/docs/investigacion_camino_conocimiento.pdf&ved=2ahukewjtie6mjjl7ahv6szabhyihauwqfnoecbuqaq&usq=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/redicean/docs/colombia%3biceanenla%20familia%3bean%20sociocultural%20para%20san%3b2012.pdf

Barrigete, J., Vega, S., León, C., Cervera, S., Nava, I., Moreno, I., Vázquez, A., & 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? researchgate. https://www.researchgate.net/publication/309609989_que_es_la_cultura#:~:text=la%20cultura%20es%20definida%20como

Bericat, E. (2016). ¿qué es la cultura? researchgate; 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.). 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>

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

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

Claro, A., Lopera, C., Rodríguez Ávila, G. I. y Saldarriaga Mesa, I. M. (2018). Oferta de alimentos y productos ultraprocesados en colegios públicos y privados de Colombia. red papaz. <https://www.redpapaz.org/wp-content/uploads/2018/07/Oferta-de-alimentos-y-productos-ultraprocesados-en-colegios-p%C3%BAblicos-y-privados-de-Colombia.pdf>

Comisión, D. C. (2005). Programa Conjunto FAO/OMS sobre Normas Alimentarias. <https://www.fao.org/3/a0369s/a0369s.pdf>

Congreso de Colombia. (2021). Ley 2120 de 2021. Función pública. <https://www.funcionpublica.gov.co/eva/gestornormativo/norma.php?i=168029>

Congreso de Colombia. (2021). Ley 2120 de 2021. <https://www.funcionpublica.gov.co/eva/gestornormativo/norma.php?i=1680>

Congreso de la República. (2009). Ley 1355 de 2009. https://www.icbf.gov.co/cargues/avance/docs/ley_1355_2009.htm

Consejo nacional de política económica social. (2019). Documento conpes social 3975. Por el cual se establece la política nacional para la transformación digital e inteligencia artificial. <https://colaboracion.dnp.gov.co/cdt/conpes/econ%20micos/3843.pdf>

Consejo nacional de política económica social. (2008). Documento conpes social 113 - política nacional de seguridad alimentaria y nutricional. <https://www.minagricultura.gov.co/normatividad/conpes/conpes%20113%20de%202008.pdf>

Contreras, J. y García, M. (2005). Alimentación y cultura: perspectivas antropológicas. https://www.researchgate.net/publication/332190746_Alimentacion_y_cultura_Perspectivas_antropologicas

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/>

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

Food and Drug Administration. (2022). el sodio en su dieta. <https://www.fda.gov/food/nutrition-education-resources-materials/el-sodio-en-su-dieta>

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

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>

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

Herrada, J., Casillas, A., García, D., Ramírez, M., Esparza, I., & Campo, J. (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. <https://www.icbf.gov.co/sites/default/files/nota-politica-ensin-mar11.pdf>

Khandpur, N., Cediel, G., Ayala, D., 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, N., Borbolla, M., & Valenzuela, 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, V., Hermoza, R., Arellano, C., & Hermoza, V. (2019). Relación entre ingesta de alimentos ultra procesados y los parámetros antropométricos en escolares. *Revista médica herediana*, 30(2), 68–75. <https://doi.org/10.20453/rmh.v30i2.3545>

Ministerio de salud y protección social. [MPS]. (2015). Enfoque de curso de vida. Abece. <https://www.minsalud.gov.co>

Ministerio de salud. (1993). Resolución 8430 de 1993. <https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/lists/bibliotecadigital/ride/de/dij/resolucion-8430-de-1993.pdf>

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>

Monteiro, C. y Costa, M. (2018). Ultra-procesamiento de alimentos y enfermedades crónicas: implicaciones para las políticas públicas. http://capacidadeshumanas.org/oichsitev3/wp-content/uploads/2018/10/07_Ultra-procesamiento-de-alimentos.pdf

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

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

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], & 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]. (2020). 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. (2019). Alimentos y bebidas ultraprocesados en América latina. https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/51523/9789275320327_spa.pdf?sequence=1&isallowed=y

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

Pérez, J., & 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). 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>

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%2520sus%2520hijos..pdf%3Fsequence%3D1&ved=2ahUKEwjOqbaVjKH7AhWGHUQIHeiLAnUQFnoECBIQAQ&usg=AOvVaw1uxmkcNkZTwdVTx6ROqVP7>

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>

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

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). Consumo de alimentos en américa latina y el caribe. 27(1). https://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=s0798-07522014000100008

Talens, P. (2021). Alimentos ultraprocesados: impacto sobre las enfermedades crónicas no transmisibles. *Nutrición hospitalaria*, (38)1. https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=s0212-16112021000100003

Valdez, I. (2019). Riesgos dietéticos y alimentos ultraprocesados. *Revista médica herediana*. Scielo.http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=s1018130x2019000200001&script=sci_arttext&lng=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 A. Carta de aprobación



Universidad Mariana

NOE 2000 1917 1985 3

Pasto, 30 de marzo de 2023.
PND- - 2-6-7- 070

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 Macuse Chaves.	1004216779
Gabriela Estefania Mora Valenzuela	1193524381
Jesús Martín Salazar Vega.	1004235970

Agradezco su valiosa atención y colaboración.

Atentamente.

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



*Lucy Cabrera C.
Btbl.*


31-03-23

"Consolidación de la Excelencia Educativa para la Transformación Social"

Calle 18 No. 34 - 104 - PBX (TEL.) 7244460 - SAN JUAN DE PASTO - COLOMBIA
www.umariana.edu.co - informacion@umariana.edu.co - secretaria@umariana.edu.co

Fuente: propia, 2024

Anexo B. Instrumento de creación propia



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 padre de familia lea detenidamente y responda las siguientes preguntas para su hijo (a) y marque con una (X) la respuesta de su elección.

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

Fuente: propia, 2024