



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE NUTRICIÓN HUMANA



**CONSUMO DE ALIMENTOS ULTRAPROCESADOS Y
CONOCIMIENTO DE LAS ADVERTENCIAS PUBLICITARIAS
EN PROFESORES DE LAS INSTITUCIONES EDUCATIVAS
DEL DISTRITO ASILLO, 2024**

TESIS

PRESENTADA POR:

Bach. STEYSI MELANNIE TORRES PAREDES

**PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE:
LICENCIADA EN NUTRICIÓN HUMANA**

PUNO – PERÚ

2024



STEYSI MELANNIE TORRES PAREDES

CONSUMO DE ALIMENTOS ULTRAPROCESADOS Y CONOCIMIENTO DE LAS ADVERTENCIAS PUBLICITARIAS EN...

 Universidad Nacional del Altiplano

Detalles del documento

Identificador de la entrega

trn:oid::8254:416521668

Fecha de entrega

16 dic 2024, 8:47 a.m. GMT-5

Fecha de descarga

16 dic 2024, 8:59 a.m. GMT-5

Nombre de archivo

Steysl.docx

Tamaño de archivo

4.5 MB

100 Páginas

19,175 Palabras

110,553 Caracteres





19% Similitud general

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para ca...

Filtrado desde el informe

- Bibliografía
- Texto citado
- Texto mencionado
- Coincidencias menores (menos de 15 palabras)

Exclusiones

- N.º de coincidencias excluidas

Fuentes principales

- 18% Fuentes de Internet
- 3% Publicaciones
- 8% Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Marcas de integridad

N.º de alertas de integridad para revisión

No se han detectado manipulaciones de texto sospechosas.

Los algoritmos de nuestro sistema analizan un documento en profundidad para buscar inconsistencias que permitirían distinguirlo de una entrega normal. Si advertimos algo extraño, lo marcamos como una alerta para que pueda revisarlo.

Una marca de alerta no es necesariamente un indicador de problemas. Sin embargo, recomendamos que preste atención y la revise.

CNP
Dra. Aurora Zaira Churata
NUTRICIONISTA
C.N.P. N° 2076

M.Sc. Silvia Elizabeth Alejo Huar
SU COORDINADORA DE INVESTIGACIÓN
E.P.A.L.H. UNA





DEDICATORIA

Con todo amor y afecto a Dios por darme la voluntad de seguir adelante y fortaleza día a día.

A mis abuelos Victor y Gregoria quienes desde el cielo siempre están guiando mi camino y dándome fuerzas para continuar.

A mis padres Juan y Denise que, con su amor, paciencia y mucho esfuerzo me ayudaron a cumplir una de mis metas.

A mi hermana Katia por sus sabios consejos, apoyo y alegría que me dio durante este camino.

A mi sobrina Prihaleya quien me impulsa a ser mejor cada día.

Steysi Melannie Torres Paredes



AGRADECIMIENTOS

Agradezco a Dios por cada día vivido para culminar esta etapa de vida.

A la Universidad Nacional del Altiplano mi alma mater, por brindarme la oportunidad de mi formación profesional y a la plana docente de la Facultad de Ciencias de la Salud, Escuela Profesional de Nutrición Humana por cada enseñanza brindada.

A mi director/asesor de tesis Dr. Arturo Zaira Churata, por su orientación, paciencia y apoyo constante durante el proceso de esta investigación.

A la UGEL Azángaro, a los directores de las Instituciones Educativas y a los profesores por su colaboración para la realización de esta investigación.

A los miembros del jurado a la Dra. Delicia Vilma Gonzales Arestegui, Dra. Amalia Felicitas Quispe Romero y al Dr. Sc. Rubén Cesar Flores Ccosi por cada observación constructiva para el mejoramiento de esta investigación.

Steysi Melannie Torres Paredes



ÍNDICE GENERAL

	Pág.
DEDICATORIA	
AGRADECIMIENTOS	
ÍNDICE GENERAL	
ÍNDICE DE TABLAS	
ÍNDICE DE FIGURAS	
ACRÓNIMOS	
RESUMEN	12
ABSTRACT.....	13
CAPÍTULO I	
INTRODUCCIÓN	
1.1 PLANTEAMIENTO DE PROBLEMA	15
1.2 FORMULACIÓN DEL PROBLEMA	18
1.2.1 Pregunta general:.....	18
1.2.2 Pregunta específica:	18
1.3 JUSTIFICACIÓN	18
1.4 HIPÓTESIS	20
1.5 OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN.....	20
1.5.1 Objetivo general	20
1.5.2 Objetivos específicos	20
CAPÍTULO II	
REVISIÓN DE LITERATURA	
2.1 ANTECEDENTES	22
2.1.1 A nivel internacional	22



2.1.2	A nivel nacional	24
2.1.3	A nivel local	28
2.2	MARCO TEÓRICO	28
2.2.1	Consumo de alimentos ultraprocesados	28
2.2.2	Advertencias publicitarias	42
2.2.3	Definición de Términos.....	52
CAPÍTULO III		
MATERIALES Y MÉTODOS		
3.1	TIPO Y DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN.....	54
3.1.1	Tipo de estudio:.....	54
3.1.2	Diseño de estudio:	54
3.2	LUGAR DE ESTUDIO.....	54
3.3	POBLACIÓN Y MUESTRA.....	55
3.3.1	Población:.....	55
3.3.2	Muestra:.....	55
3.4	OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES	57
3.5	DESCRIPCIÓN DETALLADA DE LOS MÉTODOS, TÉCNICA, PROCEDIMIENTOS E INSTRUMENTOS PARA LA RECOLECCIÓN DE DATOS.....	57
3.5.1	Consumo de alimentos ultraprocesados	57
3.5.2	Conocimiento de advertencias publicitarias.....	58
3.6	DESCRIPCIÓN DEL PROCESAMIENTO DE LOS DATOS	59
3.6.1	Consumo de alimentos ultraprocesados	59
3.6.2	Conocimiento de advertencias publicitarias.....	60
3.7	CONSIDERACIONES ÉTICAS	61



3.8 TRATAMIENTO ESTADÍSTICO..... 61

CAPÍTULO IV

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

4.1 CONSUMO DE ALIMENTOS ULTRAPROCESADOS 63

**4.2 NIVEL DE CONOCIMIENTO SOBRE ADVERTENCIAS
PUBLICITARIAS..... 72**

**4.3 CORRELACIÓN DE LA FRECUENCIA DE CONSUMO CON EL NIVEL
DE CONOCIMIENTO 79**

V. CONCLUSIONES 82

VI. RECOMENDACIONES..... 83

VII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS..... 84

ANEXOS..... 93

Área: Promoción de la salud de las personas.

Línea: Consumo de alimentos ultraprocesados y conocimiento de las advertencias publicitarias en profesores de las instituciones educativas del distrito de Asillo, 2024

Fecha de Sustentación: 19 de diciembre del 2024



ÍNDICE DE TABLAS

	Pág.
Tabla 1 Tamaño de las advertencias publicitarias	49
Tabla 2 Operacionalización de variables	57
Tabla 3 Frecuencia de consumo según grupos de alimentos ultraprocesados en los profesores de las instituciones educativas del distrito de Asillo.....	63
Tabla 4 Nivel de conocimiento según pregunta de las advertencias publicitarias en los profesores de las instituciones educativas del distrito de Asillo.....	72
Tabla 5 Correlación de la frecuencia de consumo de alimentos ultraprocesados con el nivel de conocimientos de las advertencias publicitarias en los profesores de las instituciones educativas del distrito de Asillo	79



ÍNDICE DE FIGURAS

	Pág.
Figura 1 Parámetros técnicos y entrada en vigencia	46
Figura 2 Advertencias publicitarias.....	47
Figura 4 Consignación de las advertencias publicitarias.....	49
Figura 5 Publicidad en medios radiales y audiovisuales de las advertencias publicitarias.....	51
Figura 6 Publicidad en audio de las advertencias publicitarias.....	52
Figura 7 Mapa del distrito de Asillo.....	55
Figura 8 Frecuencia de consumo de alimentos ultraprocesados en los profesores de las instituciones educativas del distrito de Asillo.....	67
Figura 9 Nivel de conocimiento de las advertencias publicitarias en los profesores de las instituciones educativas del distrito de Asillo	76



ACRÓNIMOS

INS	: Instituto nacional de salud
MINSA	: Ministerio de salud
OMS	: Organización mundial de la salud
ADH	: Hormona antidiurética
VLDL	: Lipoproteína de muy baja densidad
NADH	: Nicotamida adenina dinucleótico
ECV	: Enfermedades cardiovasculares
AUP	: Consumo de alimentos ultraprocesados
ENF	: Etiquetado nutrimental frontal
UGEL	: Unidad de gestión educativa local
AO	: Advertencia octogonal



RESUMEN

La presente investigación tuvo como objetivo general determinar la relación entre el consumo de alimentos ultraprocesados y el conocimiento de las advertencias publicitarias en los profesores que laboran en el distrito de Asillo; la metodología del estudio fue de tipo básico, nivel correlacional, de enfoque cuantitativo y de diseño no experimental; la muestra fue de 181 profesores el que se determinó mediante el muestreo aleatorio simple; para el consumo de alimentos ultraprocesados se aplicó el método dietético, la técnica de la encuesta mediante la frecuencias de consumo, para el conocimiento de las advertencias publicitarias el método utilizado fue la encuesta, la técnica de aplicación de un cuestionario estructurado de las advertencias publicitarias; para obtener los datos se solicitó el permiso correspondiente a la UGEL Azángaro y posteriormente se coordinó con los directores de las instituciones educativas. Los resultados indican respecto al consumo de alimentos ultraprocesados, el 40.9 % tienen una frecuencia de consumo en riesgo, el 33.1 % tienen una frecuencia de consumo alto y el 26.0 % tienen una frecuencia de consumo bajo de alimentos ultraprocesados. Con referencia al nivel de conocimiento que tienen los profesores de las advertencias publicitarias, el 65.7 % tienen un nivel de conocimiento deficiente y el 32.0 % tienen un nivel de conocimiento regular de las advertencias publicitarias. Respecto a la correlación de las dos variables de investigación, el resultado de la correlación de Spearman es de 0.045 ($< \alpha 0.050$), se rechaza la hipótesis nula y significa que existe relación entre el consumo de alimentos ultraprocesados con el nivel de conocimiento de las advertencias publicitarias.

Palabras clave: Alimentos ultraprocesados, Advertencia publicitaria, Conocimiento nutricional, Etiquetado nutricional, Educación nutricional.



ABSTRACT

The general objective of this research was to determine the relationship between the consumption of ultra-processed foods and the knowledge of advertising warnings in teachers who work in the district of Asillo; The methodology of the study was basic, correlational level, quantitative approach and non-experimental design; The sample was 181 teachers, which was determined through simple random sampling; For the consumption of ultra-processed foods, the dietary method was applied, the survey technique using consumption frequencies, for the knowledge of advertising warnings, the method used was the survey, the technique of applying a structured questionnaire of advertising warnings; To obtain the data, the corresponding permission was requested from the UGEL Azángaro and subsequently coordinated with the directors of the educational institutions. The results indicate that regarding the consumption of ultra-processed foods, 40.9% have a frequency of consumption at risk, 33.1% have a frequency of high consumption and 26.0% have a frequency of low consumption of ultra-processed foods. With reference to the level of knowledge that teachers have of advertising warnings, 65.7% have a poor level of knowledge and 32.0% have a fair level of knowledge of advertising warnings. Regarding the correlation of the two research variables, the result of the Spearman correlation is 0.045 (< 0.050), the null hypothesis is rejected and it means that there is a relationship between the consumption of ultra-processed foods with the level of knowledge of the advertising warnings.

Keywords: Ultra-processed foods, Advertising warning, Nutritional knowledge, Nutritional labeling, Nutritional education.



CAPÍTULO I

INTRODUCCIÓN

Los productos ultraprocesados en los últimos años están desplazando rápidamente a los alimentos no procesados o mínimamente procesados, por lo que la dieta tradicional de personas y familias están siendo cambiadas por los productos listos para el consumo (1), sin embargo el consumo frecuente de los alimentos ultraprocesados incrementan el riesgo de mortalidad y enfermedades crónicas no transmitibles como las enfermedades cardiovasculares, la diabetes mellitus tipo 2, la obesidad y/o el sobrepeso, el síndrome metabólico, la hipertensión y el cáncer (2) a nivel mundial y en el Perú no es ajeno a este problema de salud pública que viene alterando y perjudicando significativamente el contexto nutricional, social, económico y ambiental de la sociedad (1)

Es por ello que existe la ley de la alimentación saludable N° 30021 que promueve una alimentación saludable (3), de igual manera el Ministerio de Salud (MINSa) publicó el manual de advertencias publicitarias para los productos alto en azúcar, alto en sodio, alto en grasas saturadas o contiene grasas trans y estas advertencias publicitarias debe ser consignadas de manera clara, legible y comprensible en la cara frontal de la etiqueta del producto (4), siendo el objetivo de las advertencias el brindar información clara y sencilla a los consumidores al momento de la compra y de esa manera, los compradores tienen información de los alimentos que tienen nutrientes críticos en su composición (5)

En ese entender, la presente investigación está compuesto por capítulos, en el capítulo I se describe el planteamiento y formulación del problema con énfasis al consumo de alimentos ultraprocesados y el conocimiento de las advertencias publicitarias, de igual manera están las hipótesis y objetivos; el capítulo II se describe la revisión de literatura y específicamente los antecedentes que son resultados de



investigaciones a nivel internacional, nacional y local; también está el marco teórico y la definición de términos en base a las variables del consumo de alimentos ultraprocesados y las advertencias publicitarias; en el capítulo III está el tipo y diseño de la investigación, lugar de estudio, población y muestra, criterios de inclusión y exclusión, operacionalización de variables, métodos, técnicas, procedimientos e instrumentos de recolección de datos, tratamiento estadístico y consideraciones éticas; en el capítulo IV se detalla los resultados y discusión del mismo en base a los objetivos planteados; en el capítulo V se describe las conclusiones según los objetivos planteados en la investigación, en el capítulo VI se describen las recomendaciones; en el capítulo VII está la bibliografía en formato Vancouver y finalmente esta los anexos donde están los cuestionarios utilizados, el consentimiento informado y los resultados de la prueba estadística.

1.1 PLANTEAMIENTO DE PROBLEMA

En los tiempos modernos cada año viene incrementándose el consumo de alimentos ultraprocesados y como consecuencia de ello también viene aumentando la prevalencia de las enfermedades no transmisibles, representando como una de las mayores preocupaciones de salud pública a nivel mundial en los diferentes grupos etarios en todos los países (6), estos alimentos a menudo contienen altas cantidades de azúcares, grasas saturadas y sodio, constituyéndose como factor para contraer enfermedades cardiovasculares y otras enfermedades crónicas (7); el alto consumo de estos alimentos se asocia con un mayor riesgo de mortalidad, hipertensión, síndrome metabólico, enfermedades coronarias, sobrepeso y obesidad enfermedades cerebrovasculares, depresión, cáncer en general y otros (8).

Por otra parte, conforme aumentan las ventas de los alimentos ultraprocesados en países de ingresos medios y bajos también aumenta la prevalencia de sobrepeso, obesidad



y malnutrición (9), el aumento del consumo de alimentos ultraprocesados en los últimos 10 años (10) se debe principalmente a las bebidas gaseosas (22 %), jugos, bebidas azucaradas, dulces y panes industriales (22 %), las galletas y bizcochos (18 %) y la mayoría de estos productos alimenticios promocionados son altos en calorías y deficientes en nutrientes (11), lo que representa una transición hacia una dieta global más procesada pero con amplias variaciones entre regiones y países (12),

Las consecuencias del consumo de alimentos ultraprocesados tienen efectos negativos en la salud de las personas, a nivel mundial fueron responsables de 23 % de las muertes en el mundo en el 2004 y de 31 % en América Latina en el mismo año y al 2019 fueron responsables de 44.5 % de las muertes en la región, es decir, cerca de 3,2 millones de muertes (13); entonces de esa fecha a la actualidad han aumentado en 13.5 % las muertes América Latina por lo que constituye un problema de salud pública en la región.

En el Perú, las enfermedades no transmisibles representan el 58.5% de la carga de enfermedad generada cada año, colocándose así este grupo de enfermedades como el mayor causante de discapacidad y muerte prematura en el país (14), también las consecuencias se manifiestan en el aumento del sobrepeso de 36.9 % a 37.5 % del 2017 al 2022 y la obesidad en el mismo periodo de 21.0 % a 25.9 %, la prevalencia de la presión arterial alta que aumento de 13.6 % en el 2017 a 16.2 % en el 2022, aumento de la diabetes de 3.3 % (2017) a 5.1 % (2022) (15).

Teniendo en cuenta este problema de salud pública, en mayo del 2013, el Perú promulgó la Ley de Promoción de la alimentación saludable con el fin de mejorar la salud y evitar las enfermedades no transmisibles (16), impulsando el etiquetado nutricional frontal como herramienta para orientar la elección del consumidor antes de la compra (17), en la actualidad los productos incluyen advertencias publicitarias (octógonos) en un



98.3 % y casi la mitad de los productos importados (45 %) llevan las advertencias impresas de forma indeleble en la etiqueta o en el envase del producto, tres de cada 4 productos evaluados llevan una o más advertencias publicitarias, siendo estas impresas y no mediante adhesivos (18).

Respecto al conocimiento de las advertencias nutricionales, investigaciones indican que el 66.83 % de la población tiene un nivel de conocimiento medio, el 32.41% tiene un nivel de conocimiento bajo (19), esto indica que no tienen un conocimiento adecuado para poder consumir los productos ultraprocesados, por lo que se relaciona con las enfermedades no transmisibles y la alimentación insalubre en las Américas (13), asociándose con un mayor riesgo de mortalidad por cualquier causa y se puede indicar que el consumo de alimentos ultraprocesados puede tener un impacto negativo en la salud de las personas (20), también tiene relación con la salud mental ya que hay personas que se encuentran angustiados con su salud mental por el consumo de alimentos ultraprocesados entre un 20-23 % (21).

Investigaciones indican que el 58.79 % tiene un consumo moderado de alimentos ultraprocesados, el 24.12 % un consumo alto y el 16.33 % un bajo consumo (19), consumos mayores a 4 porciones diarias se asocia de forma independiente con un 62 % de riesgo relativamente mayor de mortalidad (20), por lo que es necesario aplicar nuevas acciones o estrategias de intervención como los recordatorios en las elecciones antes de las compras y promover elecciones saludables de acuerdo con las recomendaciones (22), de igual manera mejorar los sistemas alimentarios, el cambio tecnológico y la globalización, incluido el crecimiento del mercado y las actividades políticas para proteger la nutrición en estos nuevos contextos (12).



Bajo estas perspectivas, la investigación que se realizó en los profesores de las instituciones educativas del distrito de Asillo se debió a que estos deben de tener el conocimiento sobre las advertencias publicitarias y deben de evitar o disminuir el consumo de los alimentos ultraprocesados, es más como educadores de escolares deben ser el ejemplo con los estudiantes del nivel inicial, primario y secundario para formar personas que practiquen un menor consumo de alimentos ultraprocesados en la provincia de Azángaro y en la región de Puno.

1.2 FORMULACIÓN DEL PROBLEMA

1.2.1 Pregunta general:

¿Existe relación entre la frecuencia de consumo de alimentos ultraprocesados con el nivel de conocimiento de las advertencias publicitarias en profesores de instituciones educativas del distrito de Asillo?

1.2.2 Pregunta específica:

¿Cuál es la frecuencia de consumo de alimentos ultraprocesados en los profesores de las instituciones educativas del distrito de Asillo?

¿Cuánto es el nivel de conocimiento de las advertencias publicitarias en los profesores de las instituciones educativas del distrito de Asillo?

1.3 JUSTIFICACIÓN

La presente investigación surge de la creciente preocupación por la salud y el bienestar de la población, particularmente en relación con el consumo de alimentos ultraprocesados; investigaciones previas han identificado la relación significativa de la



publicidad en las decisiones de compra y consumo de alimentos, así como la importancia del conocimiento sobre advertencias publicitarias en la toma de decisiones informadas.

En el contexto específico de los profesores, quienes desempeñan un papel fundamental en la sociedad como educadores y modelos a seguir, es crucial comprender cómo el nivel de conocimiento de las advertencias publicitarias puede afectar en las elecciones y consumo de alimentos ultraprocesados, los profesores a menudo viven con altos niveles de estrés y exigencias laborales que podrían exponer particularmente a hábitos alimenticios poco saludables y consumir alimentos ultraprocesados por la poca disponibilidad de tiempo, la oferta de los kioscos escolares, la facilidad de consumo, la publicidad en los medios de comunicación y otros factores.

Al abordar esta investigación en el ámbito educativo, no solo se contribuirá al conocimiento científico en la materia, sino que también se podrán desarrollar estrategias y recomendaciones específicas para mejorar la salud y promover estilos de vida más saludables entre los educadores en el distrito de Asillo, de igual manera se busca llenar un vacío en la comprensión de la relación entre el nivel de conocimiento de advertencias publicitarias y el consumo de alimentos ultraprocesados en profesores del distrito de Asillo, con el objetivo de proporcionar información valiosa para la formulación de políticas y programas de salud dirigidos a mejorar la calidad de vida de esta población y por extensión, influir positivamente en la sociedad en su conjunto.

Específicamente los resultados van a ser de utilidad para las instituciones educativas del distrito de Asillo y para la Unidad de gestión educativa local (UGEL) Azángaro porque servirá de base teórica para poder implementar programas educativos que fortalezcan el conocimiento sobre las advertencias publicitarias y así contribuir a promover estilos alimentarios más saludables, tanto en los profesores como en los



estudiantes, con ello contribuir a reducir el riesgo de enfermedades asociadas al consumo de alimentos ultraprocesados en el distrito de Asillo. También serán de utilidad para el MINSA y sus establecimientos de salud para poder intervenir mediante actividades educativas nutricionales en los profesores y a nivel de las instituciones educativas para fomentar estilos saludables de alimentación y mejorar la calidad de vida de los profesores, para los futuros investigadores servirá de referencia bibliográfica para que puedan seguir estudiando esta problemática en otras latitudes, así como para los antecedentes y el análisis e interpretación de resultados de investigaciones.

1.4 HIPÓTESIS

Existe relación entre la frecuencia del consumo del alimento ultraprocesados con el nivel de conocimiento de las advertencias publicitarias en profesores de las instituciones educativas del distrito de Asillo.

1.5 OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN

1.5.1 Objetivo general

Determinar la relación entre la frecuencia del consumo de alimentos ultraprocesados con el nivel de conocimiento de las advertencias publicitarias en profesores de las instituciones educativas del distrito de Asillo.

1.5.2 Objetivos específicos

- Identificar la frecuencia de consumo de alimentos ultraprocesados en los profesores de las instituciones Educativas del distrito de Asillo.
- Evaluar el nivel de conocimiento de las advertencias publicitarias en los profesores del distrito de Asillo.



- Relacionar la frecuencia del consumo de alimentos ultraprocesados con el nivel de conocimiento de las advertencias publicitarias en los profesores del distrito de Asillo.



CAPÍTULO II

REVISIÓN DE LITERATURA

2.1 ANTECEDENTES

2.1.1 A nivel internacional

Chen X. et al. (2020), el objetivo fue analizar el consumo de alimentos ultraprocesados y su influencia en la salud, se realizó una búsqueda exhaustiva en PubMed, Embase y Web of Science para identificar todos los estudios relevantes, se analizaron 20 estudios (12 de cohortes y 8 estudios transversales). Los resultados indican que el alto consumo de alimentos ultraprocesados se asocia obviamente con un mayor riesgo de mortalidad por todas las causas, enfermedades cardiovasculares en general, enfermedades coronarias, enfermedades cerebrovasculares, hipertensión, síndrome metabólico, sobrepeso y obesidad, depresión, síndrome del intestino irritable, cáncer en general, cáncer de mama posmenopáusico, obesidad gestacional, asma y sibilancias en adolescentes y fragilidad (8).

Leonie E. et al. (2020), el estudio tiene como objetivo identificar y evaluar los estudios sobre el consumo de Alimentos ultraprocesados (UPF) y los resultados de salud; se analizaron 43 estudios de los cuales en 37 estudios se encontraron exposición dietética a UPF. En los resultados encontrados muestran que la energía procedente de la UPF, en Malasia fue la más baja (23%), se informaron niveles más altos de consumo en España (24.4 %), Líbano (27.1 %), Brasil (20–29.6 %), Francia (29.9–35.9 %), Canadá (45.1–51.9 %) y Reino Unido (53–54.3 %), EE. UU. (55.5–56.1 %); referente a las porciones por día, un estudio



en EE. UU. informó una media de 4 veces al día, en España 1.4 a 5.3 porciones por día (23).

Rico-Campà et al. (2019), el objetivo fue evaluar la asociación entre el consumo de alimentos ultraprocesados y la mortalidad por todas las causas, el estudio fue de cohorte prospectivo, en graduados universitarios de la Universidad de Navarra (SUN), participando 19 899 graduados. Los resultados indican que un mayor consumo de alimentos ultraprocesados (>4 raciones diarias) se asoció de forma independiente con un riesgo relativamente mayor de mortalidad por cualquier causa del 62 %; por cada ración adicional de alimentos ultraprocesados, la mortalidad por cualquier causa aumentó un 18 %. Se produjeron 335 muertes durante 200 432 personas-años de seguimiento. Los participantes en el cuartil más alto (alto consumo) de alimentos ultraprocesados tuvieron un riesgo mayor de mortalidad por todas las causas en comparación con los del cuartil más bajo (20).

Elizabeth et al. (2020), tuvo como objetivo identificar y evaluar los estudios sobre las asociaciones entre los niveles de consumo de alimentos ultraprocesados y los resultados de salud; la información tuvo una búsqueda sistemática de la literatura existente; de 43 estudios revisados, 37 encontraron que la exposición dietética a alimentos ultraprocesados se asocia con al menos un resultado de salud adverso. Entre los adultos, están el sobrepeso, obesidad y riesgos cardiometabólicos; cáncer, diabetes tipo 2 y enfermedades cardiovasculares; síndrome del intestino irritable, depresión y condiciones de fragilidad; y mortalidad por todas las causas. Entre los niños y adolescentes, están riesgos cardiometabólicos y asma. Ningún estudio informó una asociación entre consumo de alimentos ultraprocesados y resultados de salud beneficiosos. Actualmente, existe un conjunto considerable de evidencia que respalda el uso de

los alimentos ultraprocesados como un concepto científico para evaluar la salud de los alimentos en el contexto de los patrones dietéticos (23).

Diaz y Glaves (2020), el objetivo fue realizar una revisión sistemática de la evidencia publicada respecto al consumo de alimentos procesados y ultraprocesados con el desarrollo del cáncer; se realizó una búsqueda sistemática en la base de datos en los últimos 10 años; los estudios fueron de cohorte, caso control o transversales. Los resultados indican que los estudios asocian positivamente la ingesta de alimentos procesados y ultraprocesados con el desarrollo de algunos tipos de cáncer; en futuras investigaciones de cohorte se necesitan evaluar de forma independiente la asociación de los alimentos procesados y ultraprocesados con cáncer incorporando las directrices de clasificación para grupos de alimentos NOVA (24).

2.1.2 A nivel nacional

Cubas V. (2022), el objetivo fue identificar la influencia del sello octogonal frontal en los alimentos y bebidas procesadas, en la decisión de compra del consumidor, el estudio tuvo un tipo de metodología cuantitativa, correlacional descriptivo, con una muestra de 384 personas. Los resultados indican que si influye el nivel de percepción influye un 64.8% y el nivel de conocimiento un 59.6% con la implementación de los sellos octogonales en los alimentos y bebidas procesadas (25).

Trejo L. (2021), el objetivo fue describir la información disponible sobre los efectos en la elección, compra y consumo de alimentos y bebidas procesados, para ello se realizó una revisión sistémica en las bases de datos Medline, Pubmed, NCBI, Crossref, Scielo, Redalyc, búsqueda web y Google Scholar. Los resultados



indican que existe una buena aceptabilidad y comprensión del etiquetado de advertencia, sin embargo, las personas con mayor nivel socioeconómico y educativo tienen mayor predisposición a elegir productos más saludables, también en la elección de un alimento interfieren factores, como como la edad, preferencias y precio del producto (26).

Hernández-Rocha et al. (2021), el objetivo fue evaluar la percepción y comprensión del nuevo etiquetado de advertencia nutricional (EAN), se aplicó una encuesta digital a 713 adultos mexicanos mediante muestreo por bola de nieve en redes sociales. Los resultados muestran que el aumentó la elección de compra de productos más saludables, incluso con una odds ratio de 5.94 (intervalo de confianza del 95 %: 4.63-7.64; $p < 0.001$). Solo el 13.32 % de las personas pudo identificar correctamente los nutrientes críticos contenidos en exceso en un producto que solo tenía un sello con la leyenda junto a su tabla nutricional (27)

Nicho S. (2022), el objetivo fue determinar la relación entre el nivel de conocimiento acerca del etiquetado octogonal y las actitudes de compra de alimentos ultraprocesados, fue una investigación cuantitativa, transversal correlacional; mediante el muestreo no probabilístico por conveniencia y en bola de nieve que fue de 55 padres y cuidadores. Los resultados indican que el 80 % presenta un alto nivel de conocimiento acerca del etiquetado octogonal y más del 70 % tiene una actitud favorable de compra; no se halló relación significativa entre ambos (28).

Pineda y Estrada (2020), el objetivo fue conocer el modelo de etiquetado nutricional frontal que más influye en la identificación de calorías y nutrientes, el estudio fue cuasiexperimental y transversal con la participación de 384 adultos.



Los resultados indican que los mayores puntajes totales fueron para los grupos Guía Diaria de Alimentación-semáforo ($12,1\pm 3,9$) y Guía Diaria de Alimentación ($12,1\pm 3,7$), con diferencias significativas. Hubo diferencias en la identificación de calorías, grasas saturadas y grasa total (17).

Tello R. (2020), tuvo como objetivo determinar como el etiquetado octogonal se relaciona con la promoción de la salud, se aplicó un cuestionario a una muestra de 376 personas. Los resultados indican que el 96 % de los encuestados saben respecto al etiquetado octogonal y el 90.6 % comprende respecto a las advertencias, el 57.26 % manifiesta que ha dejado de consumir el alimento después de haber leído los octógonos, el 93.3 % manifiesta una preocupación por el estado de salud que conlleva y el 92.2 % indica que el etiquetado influye de manera positiva en la prevención de enfermedades (29).

Delgado A. (2022), el objetivo fue determinar la influencia del etiquetado octogonal en la intención de compra, se usó una metodología descriptiva correlacional transversal, con una muestra de 384 personas. Los resultados indican que la presencia del etiquetado octogonal en el producto si influye en la intención de compra en medida que la actitud sea positiva y cuando es negativa sucede lo contrario, el consumidor puede controlar la intención de compra y que la norma subjetiva no es un factor determinante en la elección de productos (30).

Laura E. y Duran G. (2020), el objetivo fue determinar la proporción de productos ultraprocesados que declararían al menos una advertencia octogonal, fue un estudio exploratorio en el que se analizaron 786 fotografías de etiquetas de productos. En los resultados se encontró que 88.1 % de los productos ultraprocesados llevarían al menos una Advertencia Octogonal (AO), el 46.2 %



llevaría una AO, el 38.2 % llevarían dos AO, mientras que el 3.7 % declararía las tres AO. De los productos ultraprocesados que llevarían una AO, el 80.7 % declararía la frase “alto en azúcar”, mientras de los que llevarían dos AO, el 65.6 % declararía las frases “alto en grasas saturadas” y “alto en azúcar” (31).

Porras A. (2021), el objetivo fue evaluar la relación entre el consumo de alimentos ultraprocesados y el nivel de conocimiento sobre advertencias, fue un estudio cuantitativo, de nivel correlacional y de corte transversal, la muestra fue de 132 trabajadores. Los resultados indican que el 49.2 % tiene un consumo en riesgo, el 34.1 % un consumo alto y el 16.7 % presentó un bajo consumo; respecto a las advertencias publicitarias, el 49.2 % tiene un nivel de conocimiento regular, el 32.6 % deficiente y el 18.2 % tiene buen nivel; por lo tanto a mayor nivel de conocimientos sobre advertencias publicitarias el consumo es menor de alimentos ultraprocesados (10).

Alferes M. et al. (2021), el objetivo fue determinar efectos potenciales en la introducción del sistema de advertencias al consumidor basado en octógonos en el consumo de alimentos procesados, fue una investigación de tipo no experimental y transversal. Los resultados indican que productos horneados como los panes son alimentos excesivos en nutrientes y son los que más consumen; la mayor parte de los encuestados desconoce la Ley de Promoción de la Alimentación Saludable y aseguran que su implementación va generar un impacto positivo en la sociedad, estando en total acuerdo, que los productos lleven rótulos octogonales y ello va a contribuir a entender mejor el etiquetado del producto (32).



2.1.3 A nivel local

Carcausto L. (2021), el objetivo fue determinar la relación del conocimiento de advertencias publicitarias y el consumo de productos ultra procesados. El estudio fue descriptivo, correlacional y de corte transversal, con una muestra de 100 escolares. Los resultados para el nivel de conocimiento de las advertencias publicitarias son: el 57 % presentan un nivel deficiente, el 35 % regular y solo el 8% bueno; mientras que para el consumo de alimentos ultra procesados el 68 % tiene un consumo bajo y el 32 % tienen un consumo alto (33).

Encina D. (2021), tuvo como objetivo determinar la asociación entre el nivel de conocimiento y uso del etiquetado nutricional en los alimentos industrializados, fue un estudio analítico y de corte transversal, la población estuvo conformada por 386 personas. Los resultados indican que el nivel de conocimientos que tienen los consumidores es medio que representa el 66.8 %, el 37 % no lee porque no le llama la atención este tipo de esquema; el 95.1 % de los consumidores usa el etiquetado nutricional prefiriendo el etiquetado frontal octogonal en un 53.6 % (34)

2.2 MARCO TEÓRICO

2.2.1 Consumo de alimentos ultraprocesados

- **Alimentos ultraprocesados**

Desde los últimos 60 años se ha desarrollado una verdadera revolución en las ciencias de la alimentación y la manufactura de alimentos, lo que ha generado el aumento de los alimentos procesados, alimentos etiquetados y alimentos ultraprocesados (9), estos alimentos son formulaciones de ingredientes de uso



industrial, que resultan de una serie de procesos industriales (35); los procesos e ingredientes utilizados para fabricar alimentos ultraprocesados están diseñados para crear productos altamente rentables, con larga vida útil, ingredientes de bajo costo, marcas enfáticas, hiper palatables y susceptibles de desplazar platos recién preparados, productos listos para consumir (36)

Los productos ultraprocesados a menudo contienen poco o ningún nutriente esencial; estos diseños industriales se basan principalmente en ingredientes y aditivos alimentarios extraídos o procesados (37), se incluyen a los snacks envasados dulces o salados; cereales de desayuno, chocolate, dulces; helados; salchichas, panes y bollos envasados; margarinas y otras pastas para untar; los refrescos carbonatados, galletas, pasteles y mezclas para pasteles;; tartas preparadas y platos de pasta y pizza; hamburguesas y otros productos cárnicos reconstituidos; sopas, fideos y postres instantáneos en polvo y envasados; y muchos otros productos (35)

- **Clasificación NOVA**

Divide todos los productos alimenticios en grupos según su calidad, amplitud y finalidad del proceso industrial al que son sometidos. Son los procesos físicos, biológicos y químicos que se aplican a los alimentos después de su separación de la naturaleza y antes de su consumo o transformación en platos y alimentos.

Grupo 1: Alimentos no alterados ni modificados mediante procesos como eliminación de componentes volátiles, secado, molienda, pasteurización, cocción, congelación o fermentación no alcohólica. El procesamiento tiene como objetivo mejorar la estabilidad de los alimentos y permitir que se preparen más fácilmente



o más eficazmente. Los ejemplos incluyen a las frutas y verduras frescas o congeladas, harina envasada, frutos secos, carne refrigerada o congelada, leches pasteurizadas (1); las partes comestibles de las plantas como los tallos, hojas, frutos, semillas, raíces; de los animales el musculo, menudencia, huevo, leche; también los hongos, algas y agua (35); granos que incluyen como el arroz, maíz y otros; jugos de frutas recién exprimidos (2)

Grupo 2: Son alimentos que derivan de alimentos del grupo 1 o se generan mediante el proceso de prensado, refinado, molienda y secado; muchas veces se utilizan métodos antiguos para su producción (35), sin embargo con el avance de la ciencia ahora son industrializados y de esa manera facilitar el uso en preparaciones que se realizan en casa, restaurantes y bodegas (35). En este grupo están los aceites vegetales; grasas animales; azúcares y jarabes; almidones y harinas, pastas crudas “crudas” hechas de harina y agua, sal (2), se busca crear productos para la preparación, sazonado y cocción de los alimentos del Grupo 1. Se puede mencionar como ejemplo a la mantequilla, aceites vegetales, miel, azúcar, melaza y sal (1)

Grupo 3: Son los alimentos procesados o productos alimentarios elaborados al agregar sustancias del grupo 2 y 1, utilizando metodologías de conservación como el enlatado o embotellado, la fermentación no alcohólica; con este procedimiento se busca aumentar la durabilidad y estabilidad de los alimentos, hacerlos más agradables para el consumo humano. Se tiene como ejemplo a los panes recién horneados, las verduras enlatadas en salmuera, quesos, embutidos, etc. (1), pescado enlatado y conservado en aceite, fruta entera conservada en almíbar; jamón, tocino y pescado ahumado, quesos simples a los



que se les añade sal (35), frutos secos salados, pescado entero o a trozos conservado en aceite, yogur natural (2)

Grupo 4: Son los alimentos ultraprocesados, en la preparaciones de estos productos están las formulaciones de ingredientes de uso industrial exclusivo, fabricados mediante una serie de técnicas y procesos industriales (35); contienen sustancias comestibles no utilizadas en las cocinas como emulsionantes, saborizantes y colorantes. Para la obtención de estos productos se requiere varios procesos industriales. Como ejemplo se tiene a las golosinas, galletas, bizcochos, meriendas empaquetadas, sopas instantáneas, fideos instantáneos, comidas listas para comer o calentar, dulces, refrescos, etc. (1)

También en este grupo se tiene a los chocolates, caramelos, helados, ciertos panes, galletas, barras “energéticas”, margarina, yogures de “fruta”, hamburguesas, pizzas, nuggets, postres industriales (38), carnes industrializadas, empanadas; cereales de desayuno; salsas; yogures azucarados o edulcorados, cola, bebidas “energéticas”; frutas y bebidas de “néctar”; platos listos para su consumo (2); estos alimentos tienen en su composición grasas, aceites, azúcares, sal y aditivos que vienen de otros alimentos, como proteínas de soja, maltodextrinas, lactosa, caseína, suero y gluten, se utilizan también colorantes, edulcorantes, saborizantes, emulsificantes, agentes antiapelmazantes, humectantes, endurecedores; generalmente se expenden envasados y tienen logotipos muy atractivos hacia el consumidor (38)

- **Perfil de nutrientes en los alimentos ultraprocesados**

Azúcares libres: Los productos ultraprocesados contienen abundantes azúcares libres que se encuentran en las bebidas gaseosas, las mermeladas y



conservas, los helados de agua o los helados a base de leche, las barras de cereales, la goma de mascar, las galletas dulces, el chocolate y los dulces, los cereales y las barras familiares e infantiles para el desayuno, los pasteles y tortas industriales, las bebidas para deportistas y energéticas, la leche condensada con aromatizantes, los concentrados bebibles, los yogures afrutados o con aromatizantes bebibles, los jugos de fruta endulzados y las bebidas de frutas, la crema de cacao, las bebidas en polvo, Worcester para carne, ketchup, los alimentos sólidos para los niños, los postres de almacenamiento prolongado (37)

Grasa total: Entre los productos con exceso de grasa total se encuentran los nachos y tortillas de maíz, extruidos, papas fritas; los helados de agua o de leche, los pasteles y tortas industriales, los dulces de chocolate, las barras para el desayuno, los aceites, la margarina y grasas para untar, las cremas de cacao y los frutos secos, el queso procesado, las galletas dulces, los sustitutos de la crema para el café, diversos aderezos; las comidas enlatadas y congeladas listo para el consumo, salsas y condimentos como la mayonesa, vinagreta, cubitos y polvos de caldo, los postres congelados y los fideos instantáneos (37)

Grasas saturadas: En este grupo están las tortillas industriales, las papas fritas, los snacks extruidos, dulces y salados, los helados a base de leche, los bombones de chocolate, las barras para el desayuno, los pasteles y tortas industriales, diversos snacks en barras (“energéticas”, “nutritivas”, de granola, muesli y de fruta), las galletas dulces y saladas, la margarina y los aceites y grasas para untar, el queso procesado, la leche condensada con aromatizantes, algunos condimentos y salsas, cubitos de caldo, salsas secas, aderezos, mayonesa y mostaza; alimentos elaborados para lactantes, comidas enlatadas preparadas,



pizzas, sopas instantáneas y deshidratadas, postres congelados, fideos instantáneos (37)

Sodio: Según las investigaciones, el 99 % de todos los alimentos ultraprocesados tiene sodio y el 63 % tienen un exceso de este mineral; los productos con exceso de sodio están los snacks dulces y salados, los pasteles y tortas industriales, los panes industriales, galletas dulces y saladas, la margarina, diversas salsas de mesa o para cocinar, aderezos para ensaladas, mostaza, mayonesa y ketchup, grasas para untar, los cereales para el desayuno, quesos procesados, los suplementos alimenticios, los alimentos elaborados para lactantes, las pizzas, comidas congeladas, secas y enlatadas preparadas, sopas enlatadas y deshidratadas, fideos instantáneos y las papas fritas preparadas para el horno (37)

- **Los productos ultraprocesados fuentes de energía alimentaria y nutrientes críticos**

Energía: Las gaseosas aportan el 22 % de la energía total obtenida de los productos ultraprocesados, mientras que 18 % de la energía provenía de las galletas y bizcochos; las bebidas endulzadas, jugos y los dulces contribuyeron con 7 % y 8 % de la energía total. Los snacks dulces y salados, las tortas, pasteles, postres y panes industriales, la margarina y grasas para untar y las salsas y aderezos aportaron entre 5 % y 7 %, las bebidas lácteas, el yogur endulzado, los cereales endulzados para el desayuno y los helados aportan entre 2 % y 4 % de la energía total (37)

Azúcares libres: Se muestra que la mitad de los azúcares libres aportados por los productos ultraprocesados (51 % de la energía total) procede de las bebidas gaseosas y 13 % de la energía total de otros jugos y bebidas endulzados. Los



dulces (11 % de la energía alimentaria), seguidos de las galletas (bizcochos) (7 % de la energía total), las tortas, pasteles y postres (4 %), el yogur endulzado con aromatizantes (3 %), los cereales endulzados para el desayuno (2 %) y los helados (1 %) fueron los otros principales contribuyentes de los azúcares libres (37)

Grasa total: La quinta parte de grasas totales presentes en los productos ultraprocesados procede de las galletas (23 % de la energía total), otra quinta parte corresponde a la margarina y otras grasas y aceites para untar (18 % de la energía total), una octava parte proviene de las salsas y aderezos (13 % de la energía total), los snacks dulces y salados aportan el 10 % de la energía total, las tortas, pasteles y postres aportan el 8 % de la energía, los helados aportan el 4 %, los panes industriales aportan el 3 %, el queso procesado aporta el 2 %, los fideos instantáneos aportan el 2 % (37)

Grasas saturadas: Casi una cuarta parte del total de las grasas saturadas son aportadas por las galletas y bizcochos (24 % de la energía total); la margarina y otras grasas para untar aportan el 14 % de la energía total; los snacks dulces y salados aportan el 9 %; las tortas y pasteles el 9 % de la energía, las salsas y aderezos el 6 %, los helados aportan el 5 %, el yogur endulzado con aromatizantes aportan el 5 %, los panes industriales el 4 %, el queso procesado el 3 %, las bebidas lácteas y en polvo con aromatizantes aportan el 2 % y los fideos instantáneos aportan el 2 % de la energía (37)

- **Alimentos ultraprocesados y efecto en el sobrepeso y obesidad**

Los alimentos listos para comer, calentar y servir, empaquetados y las bebidas que vende en todos los comercios son uno de los factores que favorecen el desarrollo del sobrepeso y la obesidad (9), es más, cuando los niños están con



sobrepeso tienen más probabilidades de seguir siendo obesos hasta la edad adulta y corren el riesgo de sufrir enfermedades crónicas, porque una dieta poco saludable alto en calorías, alto en azúcar libre, grasas no saludables, sal y poca fibra, aumenta el riesgo de padecer obesidad (11)

Las investigaciones demuestran que existe un vínculo entre el sobrepeso y obesidad con los cambios en la dieta, el consumo de alimentos mínimamente procesados a alimentos ultraprocesados; estos alimentos son altos en calorías, tienen aditivos que amplifican los sabores y olores, con altos índices grasas saturadas, azúcares y sales añadidas (9); la hiperpalatabilidad de estos alimentos es una de las características, condicionada por la textura, la composición nutricional, el uso de ingredientes y aditivos cosméticos; son la causa más importante de consumo excesivo de energía, sal, azúcar, grasas y/o xenobióticos (2)

Cuando la ingesta supera a la demanda, en el caso de las altas concentraciones de azúcares simple, estas se almacenan como glucógeno a nivel hepático y muscular y cuando llegan a su límite, se activa la lipogénesis de Novo, dando lugar a reacciones bioquímicas como:

- La fosforilación de la glucosa.
- La beta-reducción.
- A partir del piruvato se produce Acetil CoA.
- La producción de gliceraldehido -3-fosfato y NADH a partir de las vías de las pentosas.
- La esterificación del glicerol fosfato y ácidos grasos para producir



triglicéridos (38)

Actualmente el consumo de estos alimentos viene creciendo en América Latina y el Caribe, por las modificaciones en el sistema alimentario regional y están vinculados al sobrepeso y la obesidad (9), es más, durante los últimos 25 años, la disponibilidad y ventas de los alimentos ultraprocesados ha aumentado exponencialmente en los países de ingresos medios y bajos de todas las regiones del mundo (9)

- **Alimentos ultraprocesados e hipertensión arterial**

Es una enfermedad crónica no transmisible y se da cuando la persona presenta tensión sistólica superior o igual a 140 mmHg y diastólica superior o igual a 90 mmHg (39); una gran proporción de alimentos ultraprocesados contienen altas concentraciones de sodio como aditivo, que permite aumentar el tiempo de conservación por su función antimicrobiana, también para la fermentación y emulsificación. Las investigaciones demuestran que hasta un 72 % del sodio total ingerido en la dieta de las personas proviene de alimentos ultra procesados y solo el 20 % proviene de la sal de cocina (38)

En el cuerpo humano, el exceso de sodio en el líquido extracelular aumenta la osmolaridad, activándose los osmorreceptores en el hipotálamo anterior; lo que provoca el estímulo de la sed y por lo tanto la persona tiene ganas de ingerir agua y cuando toma bastante agua se elevan los niveles de ADH (hormona diurética) desde la neurohipófisis; la ADH llega a los riñones elevando la permeabilidad de las células del tubo distal y colector al agua; provocando la reabsorción del agua y este aumenta el volumen del líquido extracelular; como consecuencia hay un aumento de la presión arterial, como consecuencia habrá un descenso del volumen



urinario; siendo este el mecanismo de cómo se produce la hipertensión arterial en las personas (38), por lo tanto se debe evitar los alimentos procesados y ultraprocesados, ya que suelen tener un alto contenido de sodio y no se recomiendan para personas ya que pueden desencadenar en el futuro presión arterial alta (40)

- **Alimentos ultraprocesados y riesgo cardiometabólico**

El riesgo cardiometabólico se define con el conjunto de anomalías metabólicas, que incluyen disglucemia e hipertensión, dislipidemia; estas anomalías aumentan el riesgo de enfermedades cardio vasculares (ECV); están muy relacionadas con el exceso de tejido adiposo y la resistencia a la insulina, que condicionan los componentes del síndrome metabólico (2)

Una mayor ingesta de productos altamente procesados desde los infantes y edad escolar se asocia con dislipidemia en niños y por lo tanto, mayor riesgo de enfermedad cardiovascular, síndrome metabólico en jóvenes y obesidad en adultos (11)

En investigaciones se ha demostrado que un incremento del 10% en el consumo de alimentos ultraprocesados aumenta en 12% las tasas de enfermedad cardiovascular, en 13% las enfermedades coronarias y el 11% las enfermedades cerebrovasculares (2), en otra investigación se ha demostrado que la mayor ingesta de productos ultraprocesados se asocia significativamente en un 29% mayor de riesgo a enfermedades cardiovasculares y 34% mayor riesgo relativo a enfermedades cerebrovasculares (1)

- **Alimentos ultraprocesados y diabetes mellitus**



La obesidad generada genera dos efectos, hiperplasia e hipertrofia de los adipocitos, conllevando a mecanismos de resistencia a la insulina y dislipidemias porque las células grasas son resistentes a la acción antilipolítica de la insulina, por lo que se aumenta la lipólisis y la concentración de lipoproteína de muy baja densidad (VLDL), ocasionando que se produzcan productos intracelulares como la ceramida y diacilglicerol que causan cambios en la cascada de señalización de la insulina y este produce la resistencia de la insulina. También las células grasas hipertróficas favorecen a la producción de ciertas interleucinas (IL-1, IL-6 y TNF-alfa) que se relaciona con mecanismos de resistencia a la insulina. También hay una disminución de la sensibilidad de la insulina y desregulación en homeostasis de la glucosa secundaria provocando menor síntesis de adiponectina; cuando la resistencia a la insulina se presenta a nivel hepático por el exceso de ácidos grasos, en el citosol de los hepatocitos, se deje de utilizar glucosa hepática y se comience a producir más glucosa a partir de la gluconeogénesis, esto provoca un estado hiperglucémico y aumenta la producción de cuerpos cetónicos por la acción de las hormonas contrainsulínicas (38), entonces el mayor consumo de este grupo de alimentos se asocia con una dieta más calórica, grasas y azúcares y menor ingesta de fibra y un estudio en el Reino Unido, muestra que por cada 10 % de aumento en el consumo de alimentos ultraprocesados, aumenta un 12 % la incidencia de Diabetes Mellitus 2, en España señalan un riesgo del 53 % para desarrollar Diabetes Mellitus 2 con un alto consumo de alimentos ultraprocesados (41), incluso a nivel rural, las poblaciones han occidentalizado su patrón alimentario, caracterizado por un alto consumo alimentos procesados y ultraprocesados, cereales refinados y bebidas azucaradas y también tienen relación con un mayor riesgo de desarrollar diabetes (42)



Por otra parte, la fructosa a nivel hepático altera el metabolismo, contribuyendo al aumento de la resistencia a la insulina, porque la ingesta elevada de este azúcar se asocia con un mayor estrés oxidativo e inflamación, dañando las células beta pancreáticas y reduciendo la secreción de insulina. También el glutamato monosódico aumenta una mayor toxicidad en las células beta pancreáticas; la carragenina se vincula con mayor resistencia insulínica; el edulcorante sucralosa disminuye la sensibilidad de la insulina; en los envases plásticos y de papel térmico viene el bisfenol A y los ftalatos que están relacionados con un mayor riesgo de producir diabetes (43)

- **Alimentos ultraprocesados y cáncer**

Existe mayor riesgo de padecer cáncer por el consumo de alimentos procesados y ultraprocesados, ya que una alimentación desequilibrada alto en calorías, grasas, azúcares, sodio y pobre en micronutrientes y fibra, promueven un desbalance energético contribuyendo al desarrollo de la obesidad, siendo la obesidad un factor de riesgo para desarrollar varios tipos de cáncer; por otra parte las carnes procesadas y conservas contienen compuestos cancerígenos como ácido N-glicolilneuramínico y compuestos N nitrosos, relacionados con un mayor riesgo al cáncer (24).

Los alimentos ultraprocesados al ser sometidos a altas temperaturas durante la cocción generan acrilamidas, aminos heterocíclicas e hidrocarburos aromáticos policíclicos que son compuestos carcinógenos y su formación va a variar de acuerdo al método de cocción utilizado, la temperatura y el tiempo de la cocción. Los alimentos ultraprocesados se caracterizan por la adición de aditivos como el dióxido de titanio, un aditivo que ha mostrado en investigaciones



promover el desarrollo de lesiones neoplásicas en animales, el Bisfenol A asociado a los envases de alimentos ultraprocesados que también promueve el desarrollo del cáncer y enfermedades no transmisibles (24).

En investigaciones se ha demostrado que los varones que consumen productos ultraprocesados tiene un riesgo de 29% mayor de desarrollar cáncer de colon, además están relacionados a los cambios en el microbiota intestinal por la ingesta de endulzantes artificiales, aditivos, acrilamida generada en la cocción, BPA de los packaging (44). En otra investigación se indica que un aumento del 10% en la ingesta de alimentos ultraprocesados se relaciona con un riesgo 12% mayor de desarrollar algún tipo de cáncer y un riesgo de 11% mayor de padecer cáncer de mama (2)

- **Otras enfermedades crónicas**

El consumo de alimentos ultraprocesados (AUP) se relaciona con otras enfermedades crónicas no transmisibles, como son:

- **Depresión:** En adultos se relaciona un aumento del riesgo de depresión por el consumo de AUP, este riesgo es del 19 % y el 76 % con > 33 % del aporte calórico total por AUP frente a personas con un consumo menor del 15 % de calorías.
- **Enfermedades respiratorias:** El consumo de AUP se asocia en el incremento de riesgo de sibilancias.
- **Fragilidad del cuerpo:** Un mayor consumo de AUP se relaciona con un aumento de fragilidad, que se define como la relación de la debilidad muscular, agotamiento, baja actividad física, velocidad



de marcha lenta y pérdida de peso involuntaria, generalmente ocasionada en adultos mayores.

- **Trastornos digestivos funcionales:** Se ha estudiado la relación entre el consumo de AUP y los trastornos funcionales digestivos; no se ha encontrado relación con diarreas o estreñimiento crónico, pero existen divergencias con el síndrome de intestino irritable (41)

- **Alimentos ultraprocesados: múltiples mecanismos implicados**

Aporte nutricional deficiente: Los alimentos ultraprocesados son ricos en lípidos saturados, azúcares, sal y pobres en vitaminas y fibras; carecen de fitoquímicos como el caroteno, licopeno, flavonoides, luteína, etc.

Contaminación durante su proceso o packaging: Durante su procesamiento pueden producirse sustancias muy tóxicas, como la acrilamida, hidrocarburos aromáticos, grasas trans, etc. También en el envasado se pueden contaminar, como el bisfenol A (BPA), ftalatos, micro plásticos, que pueden migrar a los alimentos, cuando están largo tiempo estacionados para su venta, potenciándose más en casa cuando se usa el microondas para cocinarlos, conllevando a carcinogénesis, mayor riesgo de enfermedad cardiovascular, diabetes tipo 2, y obesidad

Ruptura de la matriz alimentaria: En la producción de estos productos se rompe la matriz alimentaria, ocasionando posteriormente en la persona la pérdida de saciedad, absorción rápida y consumo de mayores cantidades de estos alimentos.



Agregados de aditivos: las investigaciones han demostrado que se relacionan con enfermedades crónicas no transmisibles.

Endulzantes artificiales: El consumo de aspartamo, sucralosa, sacarina, producen intolerancia a la glucosa por el cambio de la microbiota.

Jarabe de maíz de alta fructosa: Muy utilizado por la industria por su bajo costo, se relaciona con investigaciones preclínicos y clínicos con el cáncer de colon, diabetes, obesidad, etc.

Colorantes y emulsionantes: Muy utiliza por la industria para mejorar las propiedades organolépticas, aspecto y aumentar la fecha de vencimiento del producto. La lecitina, gomas, carboxymetilcelulosa, la carboxymetilcelulosa se relacionan con el desarrollo de enfermedad inflamatoria intestinal por el cambio en la microbiota y el metaboloma.

Nanopartículas: Presentes en muchos productos ultraprocesados como suplemento o aditivo. El dióxido de titanio presente en muchos ultraprocesados, afecta la liberación de metabolitos por la microbiota, generando biofilms y ello provoca el cambio en la composición de la microbiota y hay estudios que indican un rol importante en el inicio del cáncer de colon (44)

2.2.2 Advertencias publicitarias

- **Ley de promoción y alimentación saludable**

La Ley de promoción de la alimentación saludable de niños, niñas y jóvenes tiene por objeto promover y proteger eficazmente los derechos de las personas a la salud pública, el crecimiento y el adecuado desarrollo a través de la educación, el fortalecimiento y la promoción de la actividad física. Monitorear la



publicidad y otras prácticas relacionadas con alimentos y bebidas no alcohólicas para niños y adolescentes para reducir el sobrepeso, la obesidad y las condiciones relacionadas conocidas como enfermedades crónicas, incluidos los quioscos y cafeterías de las instituciones educativas (3). La Ley N° 30021 en el Perú, busca promover una alimentación saludable, siendo esta ley un paso importante para resguardar la calidad de vida y la esperanza de vida de la población porque impulsa la difusión de información al consumidor respecto a los nutrientes críticos y así los consumidores lean y tome una decisión adecuada e idónea al momento de comprar alimentos ultraprocesados (45)

- **Advertencias publicitarias**

Las empresas productoras de alimentos procesados y cuya concentración de sodio, azúcar y grasa saturada y trans exceda los máximos establecidos deben implementar en el etiquetado de los productos octógonos de color negro y blanco; estas advertencias deben ponerse en la parte superior derecha de la cara frontal del del producto; si el producto necesita llevar más de una advertencia debe ir de derecha a izquierda de la etiqueta e indicar alto en sodio, alto en azúcar, alto en grasas saturadas y contiene grasas trans (5). El consumo excesivo de los productos ultraprocesados no son buenos para la salud humana es por ello que las advertencias mediante octógonos ayudan al consumidor a informarse para tomar una decisión correcta sobre su consumo (46)

- **Información al consumidor**

Es la información que se proporciona al consumidor sobre ciertos nutrientes críticos y dañinos para la salud, cuyo consumo excesivo aumenta el riesgo de contraer obesidad y otras enfermedades no transmisibles; esta

información es sobre las calorías, grasas, grasas saturadas, grasas trans, sodio y azúcares (2); los productos que contienen estos nutrientes críticos son los alimentos procesados y ultraprocesados, cuyo marketing es inmensa en los medios de comunicación y resaltan una felicidad enlatada de diabetes y enfermedades cardiovasculares, promocionando nutrientes indulgentes que carecen de sustento científico para determinar la calidad nutricional del alimento. Muchas veces la sociedad no manifiesta un consumo informado con respecto a sus hábitos alimenticios en tanto no tienen suficientes elementos de juicio para distinguir los alimentos en saludables o dañinos según la información proporcionada en la etiqueta (47)

- **Etiquetado frontal**

El etiquetado frontal de los productos mejoran la capacidad compra porque permite distinguir a los consumidores entre alimentos más y menos saludables (2); el etiquetado frontal advierte o alerta al consumidor del contenido de altas cantidades de uno o más nutrientes críticos (azúcares, grasas totales, grasas trans, sodio), contenidos en el empaque o envoltura del producto, siendo una estrategia para advertir de los riesgos a la salud que ha sido ampliamente acogida por diversos países (48)

- **Reglamentación peruana respecto a las advertencias publicitarias**

La reglamentación peruana respecto a las advertencias publicitarias sigue a la reglamentación chilena, la ley peruana adoptó en 2013 mediante la ley de Promoción de la Alimentación Saludable para Niños, Niñas y Adolescentes, en adelante, que tiene un mecanismo de información sobre valores de “Alto en” y sigue la misma representación, utilizando un símbolo octogonal o modelo



iconográfico octogonal. A diferencia del modelo chileno, se aumenta la capacidad informativa mediante la frase “Evitar consumo excesivo” o “Evitar consumo”, el cual debe constar en la parte inferior del octógono y en el interior de la forma geométrica del rectángulo.

Por otra parte, en la reglamentación peruana no se decide informar sobre las calorías, manteniéndose solo la información sobre azúcares, grasas saturadas y sodio, sin embargo, a diferencia del legislador chileno, se amplía el contenido informativo mediante la información sobre las “grasas trans” con la introducción de otro octógono, que debe ser acompañado por la información “Contiene grasas trans”, “Evitar su consumo”, entonces el ordenamiento peruano toma una decisión clara de evolucionar respecto a la normativa chilena (49)

- **Parámetros técnicos**

Los parámetros técnicos se consideran de acuerdo a la Ley N° 30021, Ley de Promoción de la Alimentación Saludable para Niños, Niñas y Adolescente, siendo esta.

Figura 1

Parámetros técnicos y entrada en vigencia

Parámetros técnicos	Plazo de entrada en vigencia	
	A los 6 meses de aprobación del Manual de Advertencias Publicitarias	A los 39 meses de aprobación del Manual de Advertencias Publicitarias
Sodio en alimentos sólidos	Mayor o igual a 800 mg / 100g	Mayor o igual a 400 mg / 100g
Sodio en bebidas	Mayor o igual a 100 mg / 100ml	Mayor o igual a 100 mg / 100ml
Azúcar Total en alimentos sólidos	Mayor o igual a 22.5g / 100g	Mayor o igual a 10g / 100g
Azúcar Total en bebidas	Mayor o igual a 6g / 100ml	Mayor o igual a 5g / 100ml
Grasas Saturadas en alimentos sólidos	Mayor o igual a 6g / 100g	Mayor o igual a 4g / 100g
Grasas Saturadas en bebidas	Mayor o igual a 3g / 100ml	Mayor o igual a 3g / 100ml
Grasas Trans	Según la normatividad vigente	Según la normatividad vigente

Fuente: Manual de advertencias publicitarias en el marco de los establecido en la ley 30021 (4)

- **Contenido de las advertencias publicitarias**

Son para los alimentos procesados cuyo contenido de sodio, azúcar y grasas saturadas excedan los parámetros técnicos establecidos según la “ley de promoción de la alimentación saludable”. Las advertencias publicitarias para las grasas trans están dadas por el por Decreto Supremo N° 0332016-SA donde indica el proceso de reducción gradual hasta la eliminación de las grasas trans aprobado.

Figura 2

Advertencias publicitarias



Nota: Manual de advertencias publicitarias en el marco de los establecido en la ley 30021 (4)

- **Formato de las advertencias publicitarias**

Según la normativa deben ser consignadas de manera legible, clara, comprensible y destacada en la cara frontal de la etiqueta del producto, según las especificaciones siguientes:

- **Forma, color y tipo:**

- Color: negro y blanco.
- Forma geométrica: Octógono.
- Tipografía: Helvética LT Std-Bold

Al interior del octógono: Para los productos procesados y ultraprocesados que superen los parámetros establecidos de azúcar, sodio y grasas saturadas, deberán indicar en el texto de la etiqueta: “alto en”, seguido de: “sodio”, “azúcar”, “grasas saturadas”, según corresponda.

Para los productos procesados y ultraprocesados que superen los parámetros establecidos de grasas trans, deberá ponerse el texto “contiene grasas trans”.



Debajo del octógono, enmarcado con línea negra y fondo color blanco, se pondrá el siguiente texto: Para los productos procesados y ultraprocesados que superen los rangos establecidos de sodio, azúcar y grasas saturadas se pondrá el texto: “evitar su consumo excesivo”.

Para los productos procesados que superen los parámetros establecidos de grasas trans se pondrá el texto: “evitar su consumo”, si el producto contiene 2 o 3 advertencias, se considerará una sola leyenda “Evitar su consumo excesivo” (4)

- **Ubicación de las advertencias publicitarias**

Deben estar ubicadas en la zona superior derecha de la cara frontal de la etiqueta; esta ubicación debe ser mantenido en todos los tamaños de las etiquetas. Cuando el producto procesado tiene las advertencias “alto en sodio, alto en azúcar y alto en grasas saturadas”, debe seguir el siguiente orden de derecha a izquierda de la etiqueta frontal: “Alto en sodio, alto en azúcar, alto en grasas saturadas”.

En el caso de “alto en grasas trans”, esta se ubica debajo de la primera línea al lado derecho. En caso que el diseño de la etiqueta no permita seguir lo antes señalado el productor debe asegurar que la ubicación de las advertencias esté claramente visibles y legibles (4)

- **Tamaño de las advertencias publicitarias**

Para las advertencias publicitarias se establecen cuatro tamaños, los mismos que se determinan en función de rangos del área total de la cara frontal o cara principal de la etiqueta.

Tabla 1

Tamaño de las advertencias publicitarias

Área de la cara frontal o principal de la etiqueta	Tamaño de las advertencias publicitarias
Menor a 50 cm ²	3,0 cm de ancho x 3,0 cm de alto (en la etiqueta del envase que contenga a los productos)
De 50 a menor 100 cm ² de área	2,0 cm de ancho x 2,0 cm de alto
De 100 a menor 200 cm ² de área	2,5 cm de ancho x 2,5 cm de alto
De 200 cm ² a más área	3,0 cm de ancho x 3,0 cm de alto

Nota: Manual de advertencias publicitarias en el marco de los establecido en la ley 30021 (4)

Cuando la etiqueta tiene un área menor de 50 cm² se exceptuarán de rotular el o los símbolos con las advertencias “alto en”, en cuyo caso este o estos símbolos deberán rotularse en la etiqueta del envase mayor que los contenga (4)

- **Formas de consignar las advertencias en los medios de comunicación**

Los mensajes publicitarios de alimentos procesados sujetos a advertencias publicitarias, deberán considerar los siguientes contenidos según corresponda:

Figura 3

Consignación de las advertencias publicitarias



Nota: Manual de advertencias publicitarias en el marco de los establecido en la ley 30021 (4)



En la publicidad las imágenes fijas y en movimiento de las advertencias publicitarias deben mostrarse de manera clara ante la cámara, de manera que el espectador pueda verla o verlas y saber que se trata de un producto con advertencia.

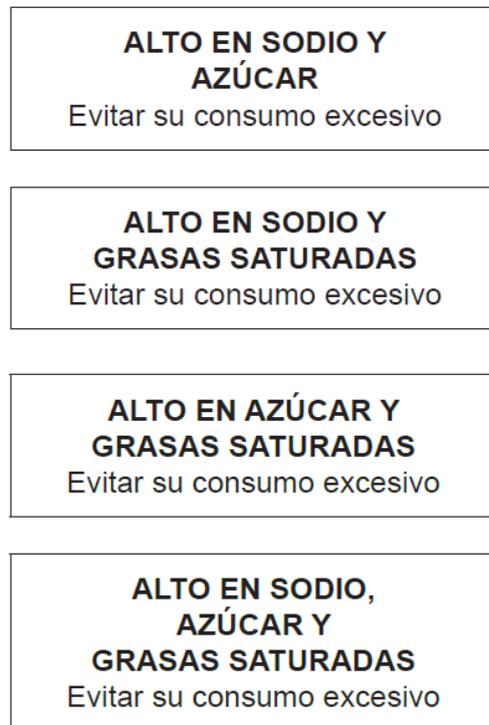
La publicidad en medios impresos e internet: Indica que los anuncios difundidos en la vía pública y en Internet, debe consignar las advertencias publicitarias de manera legible en un área que debe cubrir hasta el 15% del tamaño del anuncio (4).

De la publicidad en medios radiales y audiovisuales: Las advertencias publicitarias en televisión, cine, video deben ser consignadas en forma destacada, clara y comprensible. El audio de la advertencia en la radio debe reproducirse a velocidad y volumen igual al tiempo de grabación. En medios audiovisuales, la advertencia comprenderá la leyenda que debe tener una duración proporcional al tiempo que dura la publicidad (4).

Si hubiera más de una advertencia publicitaria referida a sodio o azúcar o grasas saturadas, el audio tendrá las siguientes variaciones:

Figura 4

Publicidad en medios radiales y audiovisuales de las advertencias publicitarias



Nota: Manual de advertencias publicitarias en el marco de los establecido en la ley 30021 (4)

Si la advertencia tiene grasas trans, el audio tendrá las siguientes variaciones:

Figura 5

Publicidad en audio de las advertencias publicitarias



Nota: Manual de advertencias publicitarias en el marco de los establecido en la ley 30021 (4)

2.2.3 Definición de Términos

Alimento ultraprocesado: Son productos industriales elaboradas a partir de sustancias derivadas de otros alimentos que contienen poco o ningún alimento entero y fresco, tiene en su composición una gran variedad de aditivos industriales (50).



Advertencia publicitaria: Son un conjunto de normas establecidas que indican si un alimento tiene un alto contenido de sodio, azúcar, grasas saturadas y grasas trans, el cual debe estar impreso en la etiqueta del alimento (16).

Frecuencia de consumo: Son metodologías que permiten evaluar el consumo de alimentos en una persona en un periodo determinado, permite conocer el consumo de grupos de alimentos, clasificar a los individuos por su patrón dietético de una forma más rápida y a menor costo (51).

Nivel de conocimiento: Es el grado de comprensión, información que tiene la persona o varias personas respecto a una temática, se puede evaluar a través de la capacidad de comprender, recordar, aplicar dichos conocimientos (52).

Consumo de alimentos: Se refiere a la ingesta de alimentos que contienen macro y micronutrientes, así como también aportan calorías necesarias para la vida humana (53).

Etiquetado nutricional: Es un área del producto donde se transmite información sobre el producto alimentario, también puede utilizarse para llamar la atención del cliente ya que presenta figuras e información atractiva del mismo (53).



CAPÍTULO III

MATERIALES Y MÉTODOS

3.1 TIPO Y DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN

3.1.1 Tipo de estudio:

El presente estudio fue de tipo básico, de enfoque cuantitativo, nivel correlacional y de corte transversal.

3.1.2 Diseño de estudio:

La presente investigación se llevó a cabo bajo un diseño no experimental, porque a las variables de consumo de alimentos ultraprocesados y conocimiento de advertencias publicitarias no se manipularon directamente, ni se establecieron grupos de control y experimental; el enfoque adoptado consistió en que el investigador recopiló datos a través de la encuesta, sin intervenir ni modificar las condiciones existentes.

3.2 LUGAR DE ESTUDIO

La investigación se realizó en:

Región : Puno.

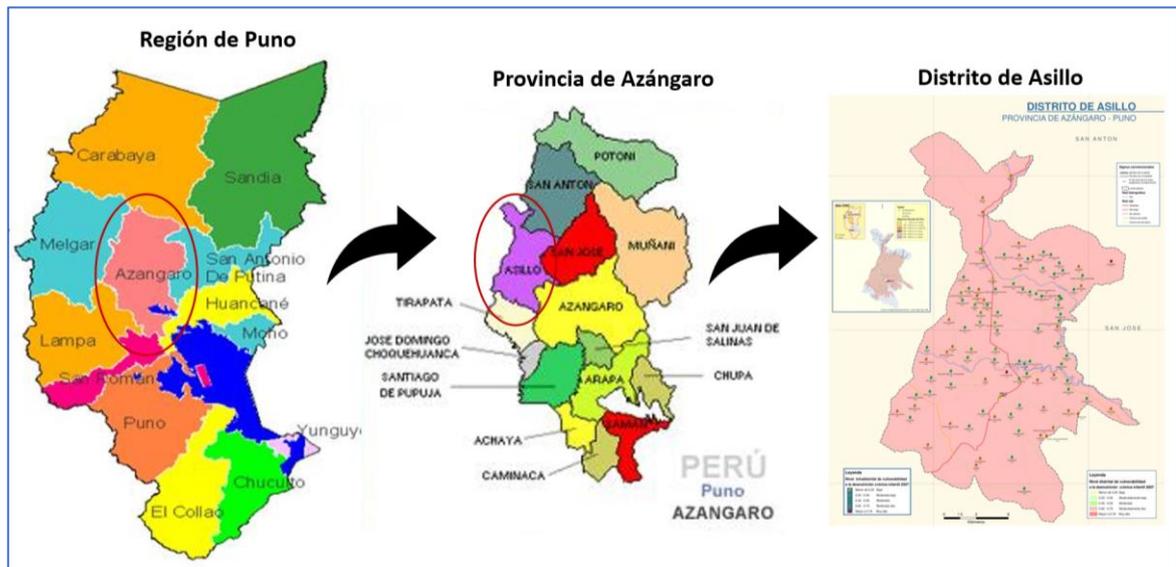
Provincia : Azángaro

Distrito : Asillo

Lugar : Instituciones educativas

Figura 6

Mapa del distrito de Asillo



3.3 POBLACIÓN Y MUESTRA

3.3.1 Población:

La población estuvo constituida por los profesores que laboran en las diferentes instituciones educativas del distrito de Asillo, según el reporte de la UGEL Azángaro al 2023 indicaron un total de 412 profesores entre nombrados y contratados.

3.3.2 Muestra:

Para determinar la muestra se utilizó el muestreo aleatorio simple, siendo:

$$n = \frac{Z^2 \cdot p \cdot q \cdot N}{(e^2 (N - 1)) + Z^2 \cdot p \cdot q}$$

$$n = \frac{(1.96)^2 \cdot 0.7 \cdot 0.3 \cdot 412}{((0.05)^2 \cdot (412 - 1)) + (1.96)^2 \cdot 0.7 \cdot 0.3}$$

$$n = \frac{3.8416 \cdot 86.52}{(0.025 \cdot 411) + 3.8416 \cdot 0.21}$$



$$n = \frac{332.375}{1.028 + 0.807}$$

$$n = 181 \text{ profesores}$$

- **Criterios de inclusión**

- Profesores que acepten ser parte de la investigación y firmen el consentimiento informado.
- Profesores que se encuentren en actividad laboral durante el periodo de recolección de datos.
- Profesores que laboren en instituciones educativas ubicadas dentro del distrito de Asillo.
- Profesores que se encuentren disponibles para completar los instrumentos de recolección de datos de forma presencial.

- **Criterios de exclusión**

- Profesores que se encuentren de licencia por motivos de salud, estudios u otras razones durante la recolección de datos
- Profesores que no acepten participar en la investigación o no firmen el consentimiento informado.
- Profesores que trabajen en instituciones educativas ubicadas fuera del ámbito geográfico de la investigación
- Profesores que tengan alguna enfermedad crónica no transmisible o tenga indicaciones médicas de hacer dieta alimentaria.

3.4 OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

Tabla 2

Operacionalización de variables

VARIABLES	DIMENSIÓN	INDICADOR	ESCALA
Consumo de alimentos ultraprocesados	Frecuencia de consumo de alimentos ultraprocesados	Número de veces de consumo de alimentos ultraprocesados por día/semana/mes	Bajo: < 1.0 Riesgo: 1-2.5 Alto: ≥ 2.5
Conocimiento de las advertencias publicitarias	Nivel de conocimientos	Escala de conocimientos sobre las advertencias publicitarias	Deficiente: > 11.0 Regular: 11.0 a 15.0 Bueno: > 16.0

3.5 DESCRIPCIÓN DETALLADA DE LOS MÉTODOS, TÉCNICA, PROCEDIMIENTOS E INSTRUMENTOS PARA LA RECOLECCIÓN DE DATOS.

- Primeramente, se presentó una solicitud a la UGEL Azángaro solicitando el permiso para realizar el trabajo de investigación
- Una vez obtenido el permiso correspondiente se procedió a visitar las instituciones educativas para realizar coordinaciones para el desarrollo de la investigación.

3.5.1 Consumo de alimentos ultraprocesados

Método: Se utilizó el método dietético, que consiste en la interpretación del consumo de alimentos en una persona, independiente del grupo etario o condición de salud



Técnica: Se utilizó la técnica de la entrevista a través de la aplicación de un cuestionario de frecuencias de consumo de alimentos ultraprocesados, siendo el informante el profesor que trabaja en las instituciones educativas, el cuestionario que se utilizó fue el propuesto por Velásquez V. en la tesis titulada “Consumo de alimentos y bebidas ultra procesados en adultos durante el periodo de cuarentena por la Pandemia de COVID -19, Lima – 2020”.

Procedimiento: Fue el siguiente:

- En fechas coordinadas se les explico a cada docente sobre el motivo de la investigación y luego de ello procedieron a firmar el consentimiento informado.
- Luego de ellos se aplicó el cuestionario de frecuencias de consumo de alimentos ultraprocesados, donde se les encuestó a cada profesor sobre el consumo de alimentos ultraprocesados, si el consumo es diario, 2 ó 3 veces por semana, semanal, 2 a 3 veces por mes ó nunca consume.

Instrumento: Se utilizó el cuestionario de frecuencia de consumo de alimentos ultraprocesados (Anexo 1).

3.5.2 Conocimiento de advertencias publicitarias

Método: Mediante el método de la encuesta, porque se evaluó el nivel de conocimiento respecto a las advertencias publicitarias.

Técnica: Mediante la aplicación de un cuestionario estructurado, que permitió medir el nivel de conocimiento de las advertencias publicitarias, técnica utilizada por Porras A. en la tesis titulada: “Consumo de alimentos ultraprocesados



y nivel de conocimiento sobre advertencias publicitarias en trabajadores del Centro Comercial Malvinas, San Juan de Lurigancho – Lima, 2021”.

Procedimiento: La aplicación del cuestionario fue de manera presencial, el instrumento constaba de 16 preguntas de alternativa múltiple y todas referidos a las advertencias publicitarias, cada pregunta tuvo solo una respuesta correcta.

Instrumento: Cuestionario del nivel de conocimiento de las advertencias publicitarias (Anexo 2).

3.6 DESCRIPCIÓN DEL PROCESAMIENTO DE LOS DATOS

3.6.1 Consumo de alimentos ultraprocesados

- Cada cuestionario aplicado fue enumerado por institución y por cada profesor en orden correlativo.
- Luego se realizó la calificación en base a la siguiente puntuación:
 - No consume: 0 puntos
 - 1 a 3 veces al mes: 0.067 puntos
 - 1 vez por semana: 0.14 puntos
 - a 3 veces por semana: 0.36 puntos
 - Diario: 1 punto
- Luego se realizó la sumatoria del puntaje final y en base a la siguiente tabla se realizó la clasificación:
 - Bajo: < 1.0 punto
 - Riesgo: 1-2.5 puntos
 - Alto: ≥ 2.5 puntos



- Posterior a ello se elaboró una base de datos en el programa Microsoft Excel versión 2016.
- Se introdujo las notas de cada cuestionario en la base de datos.
- Luego se exportó al programa SPSS versión. 26 donde se procesó para presentar los resultados en tablas y también se realizó la prueba estadística.

3.6.2 Conocimiento de advertencias publicitarias

- De igual manera que con la variable anterior se procedió a enumerar cada cuestionario por institución y docente en orden correlativo.
- Luego se calificó cada una de las respuestas del cuestionario, cada respuesta correcta tuvo el valor de 1 y cada respuesta incorrecta tuvo el valor de 0, la puntuación pudo ir de 0 a 20 puntos, siendo clasificado el nivel de conocimiento sobre advertencias publicitarias en:
 - Deficiente: 0 - 10 puntos.
 - Regular: 11 – 15 puntos.
 - Bueno: 16 – 20 puntos.
- Posterior a ello se realizó una base de datos en el programa Microsoft Excel versión 2016.
- Se vaciaron las notas de cada cuestionario en la base de datos.
- Luego se exportó al programa SPSS versión. 26 donde se procesó para presentar los resultados en tablas y se realizar la prueba estadística.



3.7 CONSIDERACIONES ÉTICAS

La presente investigación tuvo la autorización de la UGEL Azángaro y con el consentimiento informado correspondiente para cada uno de los profesores que laboran en las diferentes instituciones educativas. Se han seguido los lineamientos éticos y metodológicos pertinentes para asegurar la integridad de la investigación y el respeto a los principios éticos y a la no utilización de los datos proporcionados para otros fines, siendo utilizados exclusivamente para la realización de la presente investigación (Anexo 3).

3.8 TRATAMIENTO ESTADÍSTICO

En la investigación se planteó las siguientes hipótesis estadísticas:

Ho : No existe relación entre el consumo de alimentos ultraprocesados con el conocimiento de las advertencias publicitarias en profesores de las Instituciones Educativas del distrito de Asillo.

Ha : Existe relación entre el consumo de alimentos ultraprocesados con el conocimiento de las advertencias publicitarias en profesores de las instituciones educativas del distrito de Asillo.

Para la comprobación de la hipótesis planteada se utilizó la prueba estadística Correlación de Spearman, siendo:

$$r_R = 1 - \frac{6\sum_i d_i^2}{n(n^2 - 1)}$$

Donde:

n= número de puntos de datos de las dos variables



d_i = diferencia de rango del elemento «n»

Siendo la regla de decisión:

Sig. < 0.05 : Se rechaza la hipótesis nula.

Sig. > 0.05 : Se acepta la hipótesis nula.

CAPÍTULO IV

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

4.1 CONSUMO DE ALIMENTOS ULTRAPROCESADOS

Tabla 3

Frecuencia de consumo según grupos de alimentos ultraprocesados en los profesores de las instituciones educativas del distrito de Asillo

Frecuencia de consumo:	Diario		2 a 3 veces por		1 vez por semana		1 a 3 veces al mes		No consume		Total	
	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%
De snack (papas fritas, chips, nachos, galletas saladas)	0.0	0.0	4.4	2.4	16.8	9.3	49.2	27.2	110.6	61.1	181.0	100.0
De barras energéticas (cereal bar, fitness o life)	0.0	0.0	9.0	5.0	21.5	11.9	38.5	21.3	112.0	61.9	181.0	100.0
De helados (de crema y de hielo)	0.0	0.0	8.5	4.7	34.5	19.1	68.5	37.8	69.5	38.4	181.0	100.0
De dulces (chocolates, caramelos, toffees, goma de mascar, chupetines, turrón, De tortas, pasteles, bollería industrial y postres	1.0	0.6	8.0	4.4	20.8	11.5	71.0	39.2	80.3	44.3	181.0	100.0
De galletas y bizcochos (con relleno y sin relleno)	0.0	0.0	10.3	5.7	39.0	21.5	71.0	39.2	60.7	33.5	181.0	100.0
De cereales azucarados	0.0	0.0	6.0	3.3	22.0	12.2	42.0	23.2	111.0	61.3	181.0	100.0
De margarina y grasas para untar	0.0	0.0	15.0	8.3	24.0	13.3	58.0	32.0	84.0	46.4	181.0	100.0
De productos dulces para untar	0.0	0.0	4.0	2.2	28.0	15.5	55.0	30.4	94.0	51.9	181.0	100.0
De quesos procesados	0.0	0.0	27.0	14.9	33.0	18.2	56.0	30.9	65.0	35.9	181.0	100.0
De platos y comidas listas para calentar (puré, comida en conserva o congelados, sucedáneos de la carne)	5.7	3.1	13.7	7.6	28.7	15.8	60.3	33.3	72.7	40.1	181.0	100.0
De salsas y aderezos instantáneos	0.0	0.0	6.0	3.3	32.0	17.7	83.0	45.9	60.0	33.1	181.0	100.0
Frecuencia de consumo de gaseosas	7.0	3.9	15.0	8.3	28.0	15.5	99.0	54.7	32.0	17.7	181.0	100.0
De consumo de bebidas para deportistas y energéticas	0.0	0.0	11.0	6.1	20.5	11.3	45.5	25.1	104.0	57.5	181.0	100.0
De consumo de leche endulzada y bebidas lácteas	3.5	1.9	7.0	3.9	27.0	14.9	78.0	43.1	65.5	36.2	181.0	100.0
De concentrado de jugo y jugos	0.0	0.0	3.0	1.7	22.0	12.2	100.0	55.2	56.0	30.9	181.0	100.0

En la presente tabla se muestra los resultados de la frecuencia de consumo de los alimentos ultraprocesados en los profesores de las instituciones educativas del distrito de Asillo; se puede mencionar que los productos ultraprocesados que se consumen de manera diaria son las gaseosas con el 3.9 % y las comidas listas para calentar con el 3.1 %. Respecto a los productos que se consumen de 2 a 3 veces por semana, el 14.9 % consume queso procesado, el 8.3 % consume gaseosas y margarinas y grasas para untar



de 2 a 3 veces por semana, el 7.6 % de los profesores consumen comidas listas para calentar, el 5.7 % consume galletas y bizcochos, el 5.0 % consumen barras energéticas de 2 a 3 veces por semana. Los productos que se consumen una vez por semana son las galletas y bizcochos (21.5 %), los helados (19.1 %), quesos procesados (18.2 %), salsas y aderezos instantáneos (17.7 %), gaseosas (15.5 %), leches endulzadas y bebidas lácteas (14.9 %). Con respecto a los alimentos que se consumen de 1 a 3 veces al mes están las gaseosas (54.7 %), tortas, pasteles, bollería industrial y postres (55.8 %), salsas y aderezos instantáneos (45.9 %), bebidas endulzadas y bebidas lácteas (43.1 %), concentrados de jugos y jugos endulzados (55.2 %), galletas y bizcochos (39.2 %), dulces en general (39.2 %), helados (37.8 %) y comidas listas para calentar.

Un gran porcentaje de los profesores no consumen alimentos ultraprocesados, dentro de ellos destacan los snacks (61.1 %), barras energéticas (61.9 %), cereales azucarados (61.3 %), bebidas para deportistas y bebidas energéticas (57.5 %), productos para untar (51.9 %), dulces (44.3 %), margarina y grasas para untar (46.4 %), quesos procesados (35.9 %), galletas y bizcochos (33.5 %).

Los alimentos ultraprocesados son formulaciones de ingredientes, en su mayoría de uso industrial exclusivo, creados típicamente mediante una serie de técnicas y procesos industriales (35), estos productos suelen contener pocos o ningún alimento entero a base de sustancias extraídas o derivadas de alimentos y además de aditivos (37), entre ellos se destaca los helados, chocolates, caramelos, ciertos panes, galletas, tartas, barras “energéticas”, margarinas, yogures de “fruta”, pizzas, hamburguesas, perritos calientes, nuggets, postres industriales y otros (38)

Chen et al (2020), indican que el alto consumo de alimentos ultraprocesados se asocia obviamente con un mayor riesgo de mortalidad por todas las causas, enfermedades



cardiovasculares, enfermedades coronarias, enfermedades cerebrovasculares, hipertensión, síndrome metabólico, sobrepeso y obesidad, depresión, síndrome del intestino irritable, cáncer, obesidad gestacional, asma y sibilancias en adolescentes y fragilidad (8).

En la actualidad el aumento del consumo de alimentos ultraprocesados, junto con las prácticas no saludables de alimentación, el aumento del sedentarismo, el deficiente conocimiento en educación alimentaria y la influencia de las publicidad afectan de manera negativa en el estado nutricional de las personas (54), por lo que el estado debe intervenir con políticas públicas más efectivas para dar mayor accesibilidad a los productos frescos, poco procesados y saludable; evitar en los posible el consumo de alimentos ultraprocesados. Sin lugar a dudas a nivel mundial todas las personas, familias y comunidades necesitan de alimentos, pero estas deben ser saludables y no alimentos ultraprocesados (44); entonces es importante desarrollar intervenciones educativas en alimentación y nutrición para prevenir el sobrepeso y obesidad y sobre las consecuencias en la salud lo cual puede desencadenar enfermedades crónicas transmisibles al consumir los productos ultraprocesados (54)

El consumo de alimentos ultraprocesados reduce el aporte nutricional por ser hipercalóricos y por el aporte alto de azúcares, sodio, grasas saturadas y trans que no son saludables, así como carbohidratos altamente refinados (1), a su vez estos productos promueven el consumo excesivo en las personas debido a su conveniencia, hiperpalatabilidad, alteración de las señales de saciedad, el tipo de mercadeo y ventas (1), también contienen sustancias químicas perjudiciales, por los contaminantes formados en la cocción, presencia de aditivos industriales asociados a la inflamación y disbiosis intestinal, los compuestos químicos que poseen provocan trastornos hormonales, por lo plásticos que se tiene en el empaque (1); en base a estas consideraciones varios países en

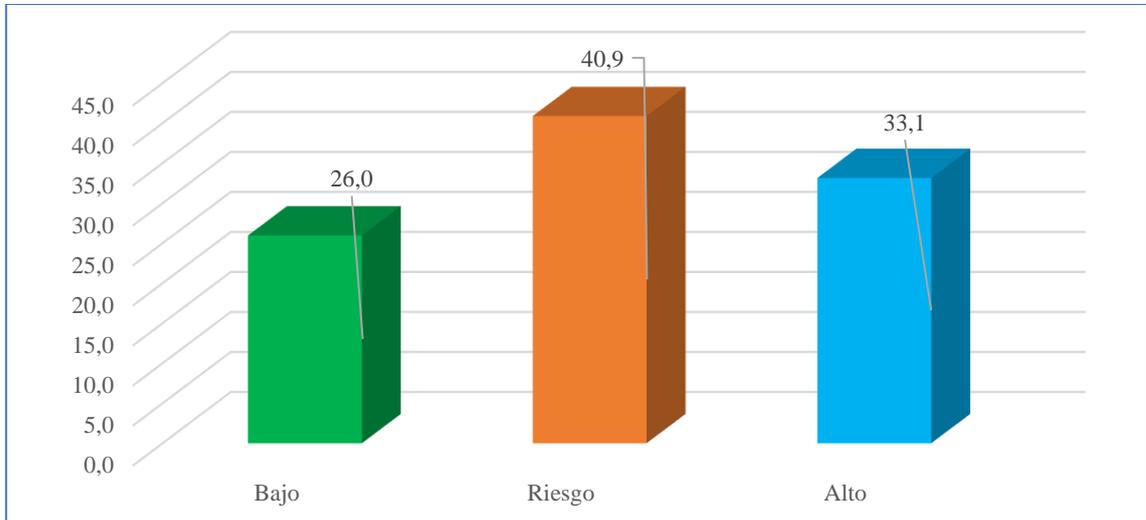


el mundo ya comenzaron a promulgar e intervenir con políticas destinadas a mejorar la calidad alimentaria y la salud de la población mediante la reducción del consumo, la disminución de la compra de alimentos y bebidas no saludables (1).

En base a los resultados encontrados se puede mencionar que varios profesores en el distrito de Asillo cuando viajan a las instituciones educativas compran alimentos ultraprocesados en los paraderos como bebidas gaseosas, jugos industrializados, galletas, tortas, caramelos y otros productos ultraprocesados que ofrecen los vendedores, esta compra también se realiza de igual manera en los quioscos escolares en cada Institución Educativa; en razón de ello el consumo de algunos alimentos ultraprocesados es de 1 vez por semana, 2 a 3 veces por semana o 1 a 3 veces por mes; sin embargo hay un alto porcentaje de profesores que indican que no consumen alimentos ultraprocesados porque no tienen el hábito alimentario, ya viene comidos de su hogar o porque hay poca disponibilidad económica para poder adquirir estos alimentos. Finalmente se puede indicar que los docentes que consumen de manera frecuente alimentos ultraprocesados en el futuro corren el riesgo de padecer enfermedades no transmisibles como el sobre peso y obesidad, la diabetes, hipertensión arterial y otros que pueden conllevar a la muerte de los profesores.

Figura 7

Frecuencia de consumo de alimentos ultraprocesados en los profesores de las instituciones educativas del distrito de Asillo



En el presente gráfico se describe los resultados de la calificación de la frecuencia de consumo de alimentos en los profesores del distrito de Asillo; el 40.9 % de los profesores tienen una frecuencia de consumo en riesgo respecto a de los alimentos ultraprocesados, el 33.1 % de los profesores tienen una frecuencia de consumo alto respecto a los alimentos ultraprocesados y el 26.0 % de los profesores tienen una frecuencia de consumo bajo de los alimentos ultraprocesados.

Según la teoría, los alimentos ultraprocesados son preparaciones industriales comestibles que son elaborados a partir de sustancias derivadas de otros alimentos que contienen poco o ningún alimento fresco, además incluyen dentro de su composición una gran variedad de aditivos industriales (50).

En la investigación realizada por Porras (2021) indica el 49.2 % tenía un consumo en riesgo de alimentos ultraprocesados, el 34.1 % un consumo alto y el 16.7 % presentó un bajo consumo de alimentos ultraprocesados (10), Huerta et al (2024) indica que el 63.2 % de los adultos evidencian un consumo regular de alimentos ultraprocesados, mientras



que la mayoría de los adultos de 30 a 49 años tienen un consumo bajo y los adultos de 50 a 59 años tienen un consumo bajo de los productos ultraprocesados (54); por lo que una dieta poco saludable alto en calorías, alto en azúcar libre, alto en grasas no saludables, sal y poca fibra, aumenta el riesgo de padecer sobrepeso y obesidad (11); de igual manera en los docente, un consumo alto o de riesgo de alimentos ultraprocesados puede conllevar a desarrollo sobrepeso y obesidad por el alto aporte calórico que hay en estos productos alimentarios.

Las investigaciones demuestran que existe un vínculo entre el sobrepeso y obesidad con los cambios en la dieta, es decir, el paso del consumo de alimentos mínimamente procesados a alimentos ultraprocesados (9); cuando la ingesta supera al requerimiento, en el caso de las altas concentraciones de azúcares simples, estas se almacenan como glucógeno a nivel hepático y muscular y cuando llegan a su límite, se activa la lipogénesis de Novo, dando lugar a reacciones bioquímicas para formar triglicéridos los que se almacenan en los adipocitos (38). Actualmente el consumo de estos alimentos viene creciendo en América Latina y el Caribe, por las modificaciones en el sistema alimentario regional y están vinculados al sobrepeso y la obesidad (9), es más, durante los últimos 25 años, la disponibilidad y ventas de los alimentos ultraprocesados ha aumentado exponencialmente en los países de ingresos medios y bajos de todas las regiones del mundo (9)

Una de las causas del alto consumo de alimentos ultraprocesados es la hipertensión arterial, enfermedad crónica no transmisible y se da cuando la persona presenta tensión sistólica superior o igual a 140 mmHg y diastólica superior o igual a 90 mmHg (39). Una gran proporción de alimentos ultraprocesados contienen altas concentraciones de sodio como aditivo y las investigaciones demuestran que hasta un 72 % del sodio total ingerido en la alimentación de las personas proviene de alimentos ultra



procesados y solo el 28 % proviene de la sal de cocina (38). En el organismo, el exceso de sal en el líquido extracelular aumenta la osmolaridad y por lo tanto se activan osmorreceptores en el hipotálamo anterior que incrementan el estímulo de la sed, provocando el aumento de consumo de agua y si hay agua en grandes cantidades se eleva los niveles de ADH desde la neurohipófisis; la ADH provoca a nivel de los riñones la permeabilidad de las células del tubo distal y colector al agua; luego la reabsorción de agua aumenta el volumen del líquido extracelular, aumentando la presión arterial, siendo este el mecanismo de cómo se produce la hipertensión arterial en las personas (38), por lo que se debe evitar los alimentos procesados y ultraprocesados, ya que suelen tener un alto contenido de sodio y no se recomiendan para personas ya que pueden desencadenar en el futuro presión arterial alta (40)

Otro problema por el consumo de alimentos ultraprocesados es el riesgo cardiometabólico, que se define con el conjunto de anomalías metabólicas, que incluyen disglucemia e hipertensión, dislipidemia; estas anomalías aumentan el riesgo de enfermedades cardio vasculares (ECV); están muy relacionadas con el exceso de tejido adiposo y la resistencia a la insulina, que condicionan los componentes del síndrome metabólico (2); una mayor ingesta de productos altamente procesados desde la niñez se asocia con dislipidemia en niños y por lo tanto mayor riesgo de enfermedad cardiovascular, síndrome metabólico en jóvenes y obesidad en adultos (11). En investigaciones se ha demostrado que el incremento del 10 % del consumo de alimentos ultraprocesados se relaciona con un aumento del 12 % en las tasas de enfermedad cardiovascular, 13% de enfermedad coronaria y 11% en enfermedad cerebrovascular, respectivamente (2). En estudios comparativos entre participantes con mayor y menor consumo de productos ultraprocesados, se asocia significativamente a un 29 % de mayor



riesgo relativo de enfermedad cardiovascular y/o mortalidad y 34 % mayor riesgo relativo de enfermedad cerebrovascular y/o mortalidad (1)

Otro problema como consecuencia del consumo de alimentos ultraprocesados es la diabetes mellitus, la obesidad genera hiperplasia e hipertrofia de los adipocitos, conllevando a mecanismos de resistencia a la insulina y dislipidemias porque las células grasas son resistentes a la acción antilipolítica de la insulina, por lo que aumenta la lipólisis y las VLDL, ocasionando la producción de ceramida y diacilglicerol a nivel celular y estos causan cambios en la cascada de señalización de la insulina y por ende resistencia de la insulina; también las células grasas hipertróficas favorecen a la producción de ciertas interleucinas (IL-1, IL-6 y TNF-alfa) que se relaciona con la resistencia a la insulina; cuando la resistencia a la insulina se presenta a nivel hepático por el exceso de ácidos grasos, en el citosol de los hepatocitos, se deje de utilizar glucosa hepática y se comience a producir más glucosa a partir de la gluconeogénesis, esto provoca un estado hiperglucémico y aumenta la producción de cuerpos cetónicos por la acción de las hormonas contrainsulínicas (38), entonces el mayor consumo de este grupo de alimentos se asocia con una dieta más calórica, grasas y azúcares y menor ingesta de fibra y un estudio en el Reino Unido muestra que por cada 10 % de aumento en el consumo de alimentos ultraprocesados, aumenta un 12 % la incidencia de Diabetes Mellitus 2, en España señalan un riesgo del 53 % para desarrollar Diabetes Mellitus 2 con un alto consumo de alimentos ultraprocesados (41)

Se sabe que la fructosa altera el metabolismo hepático, porque la ingesta elevada de fructosa se relaciona con una mayor probabilidad de estrés oxidativo e inflamación de las células beta pancreáticas y por tanto hay menor secreción de insulina; por otra parte, el glutamato monosódico provoca una mayor toxicidad en las células beta pancreáticas, así como la carragenina se asocia con una mayor resistencia a la insulina; el edulcorante



sucralosa disminuye la sensibilidad a la insulina. En los envases suelen tener bisfenol en la parte del plástico y papeles térmicos que también relación con un mayor riesgo de producir diabetes (43)

Otro problema que puede ocasionar el consumo de alimentos ultraprocesados es mayor riesgo de padecer cáncer, porque una alimentación alto en calorías, azúcares, grasas, sodio y baja en fibra y micronutrientes, contribuyen al desarrollo de obesidad, siendo este un factor de riesgo de varios tipos de cáncer; alimentos procesados como carne procesada y conservas contienen ácido N-glicolilneuramínico y compuestos N nitrosos que aumentan mayor riesgo de cáncer; de igual manera los alimentos ultraprocesados al ser sometidos a temperaturas altas de cocción pueden generar acrilamidas, aminos heterocíclicos e hidrocarburos aromáticos policíclicos, siendo estos compuesto cancerígenos. Los aditivos como el dióxido de titanio también promueven el desarrollo de lesiones neoplásicas; el Bisfenol A asociado a los envases de alimentos también promueve el desarrollo del cáncer y enfermedades no transmisibles (24)

Investigaciones han demostrado que en varones con el mayor consumo de ultraprocesados aumenta en 29 % probabilidades de desarrollar cáncer de colon (44), un aumento del 10 % en la proporción de alimentos ultraprocesados en la dieta se asoció con un riesgo 12 % mayor de padecer algún tipo de cáncer y un riesgo 11% mayor de cáncer de mama (2). En base a los resultados, considero que los profesores de las instituciones educativas del distrito de Asillo al tener un consumo de alimentos ultraprocesados en situación de riesgo y consumo alto, en el futuro los profesores podrían desarrollar enfermedades no transmisibles como la diabetes, hipertensión, sobrepeso y obesidad, algún tipo de cancer; ya que los profesores y en la realidad en la que viven consumen de manera regular alimentos ultraprocesados porque están disponibles en todo lado como paraderos, tiendas, bodegas, mercados, quiscos escolares y otros lugares donde son

exhibidos y estimulan a los consumidores a poder comprar, de igual manera, cuando un profesor compra un alimento ultraprocesado también induce o motivan de manera involuntaria a la compra de estos alimentos a otros profesores, pese a que algunos docentes conocen los efectos negativos del consumo de alimentos ultraprocesados en la salud de las personas.

4.2 NIVEL DE CONOCIMIENTO SOBRE ADVERTENCIAS PUBLICITARIAS

Tabla 4

Nivel de conocimiento según pregunta de las advertencias publicitarias en los profesores de las instituciones educativas del distrito de Asillo

N°	Nivel de conocimiento de las advertencias publicitarias	Incorrecto		Correcto		Total	
		N°	%	N°	%	N°	%
1	¿Qué son las advertencias publicitarias - octógonos?	72.0	39.8	109.0	60.2	181.0	100.0
2	¿Qué función cumple la información nutricional mediante las advertencias publicitarias - octógonos?	51.0	28.2	130.0	71.8	181.0	100.0
3	¿Cuántos nutrientes se consideran en una información clara que se da sobre un producto en las advertencias publicitarias - octógonos?	151.0	83.4	30.0	16.6	181.0	100.0
4	¿Qué nutrientes se consideran en una información nutricional sobre un producto en las advertencias publicitarias - octógonos?	106.0	58.6	75.0	41.4	181.0	100.0
5	Están normados de presentar etiqueta nutricional de tipo advertencias publicitarias - octógonos los siguientes productos:	75.0	41.4	106.0	58.6	181.0	100.0
6	Identifique usted qué alimentos podrían llevar en el empaque el sello de octógonos	122.0	67.4	59.0	32.6	181.0	100.0
7	¿En qué parte del producto se encuentra la información nutricional del producto de tipo advertencias publicitarias - octógonos?	118.0	65.2	63.0	34.8	181.0	100.0
8	¿Cuál es el color de la información nutricional mediante advertencias publicitarias - octógonos?	96.0	53.0	85.0	47.0	181.0	100.0
9	¿Desde qué año rige la normativa de información nutricional de tipo advertencias publicitarias - octógonos?	157.0	86.7	24.0	13.3	181.0	100.0
10	¿Qué entiende por sodio?	131.0	72.4	50.0	27.6	181.0	100.0
11	¿Qué produce el exceso de sodio?	102.0	56.4	79.0	43.6	181.0	100.0
12	¿Cuál es el rango máximo de sodio en alimentos sólidos procesado para que no aparezca el rótulo de "ALTO EN SODIO"?	161.0	89.0	20.0	11.0	181.0	100.0
13	¿En que alimentos encontramos mayor contenido de azúcar?	57.0	31.5	124.0	68.5	181.0	100.0
14	¿Qué produce el exceso de azúcar?	78.0	43.1	103.0	56.9	181.0	100.0
15	¿Cuál es el límite para que un alimento sólido procesado no presente el rótulo de "ALTO EN AZÚCAR"?	148.0	81.8	33.0	18.2	181.0	100.0
16	¿Qué produce el exceso de grasas saturadas?	83.0	45.9	98.0	54.1	181.0	100.0
17	¿Qué son las grasas trans o grasas sólidas?	132.0	72.9	49.0	27.1	181.0	100.0
18	¿Qué beneficios aportan las grasas trans en nuestro organismo?	105.0	58.0	76.0	42.0	181.0	100.0
19	¿Qué significa que un producto presente información nutricional mediante advertencias publicitarias - octógonos?	123.0	68.0	58.0	32.0	181.0	100.0
20	A mayor cantidad de información nutricional mediante octógonos, el producto será:	118.0	65.2	63.0	34.8	181.0	100.0



En la presente tabla se menciona el nivel de conocimiento de los profesores respecto a las advertencias publicitarias. El 68.5 % de los profesores respondieron de manera correcta sobre a los alimentos con alto contenido de azúcar, el 60.2 % conoce sobre las advertencias publicitarias – octógonos, el 71.8 % de los profesores conocen respecto a la información nutricional mediante las advertencias publicitarias, el 58.6 % conocen respecto a la etiqueta nutricional de las advertencias publicitarias – octógonos.

El 83.4 % de los profesores no respondieron de manera correcta sobre cuantos nutrientes se consideran en una información sobre un producto en las advertencias publicitarias – octógonos, el 86.7 % no sabe desde que año rige la normativa de información nutricional del producto de tipo de advertencias publicitarias – octógonos, el 89.0 % no conoce sobre el rango máximo de sodio en alimentos sólidos procesados, el 81.8 % desconoce sobre el límite máximo de un alimento sólido procesado de alto en azúcar, el 72.4 % no precisa sobre que es el sodio, el 71.9 % no sabe sobre que es una grasa trans o grasas sólidas, el 68.0 % no respondió de manera correcta sobre que significa que un producto presente información nutricional mediante advertencias publicitarias – octógonos, el 65.2 % de los profesores desconocen en que parte del producto se encuentra la información nutricional del producto de tipo advertencias publicitarias – octógonos.

Teniendo en cuenta como problema de salud el incremento del consumo de alimentos procesados y ultraprocesados, el Perú promulgó la Ley de Promoción de la alimentación saludable con el fin de mejorar la salud y evitar las enfermedades no transmisibles (16), por lo que las empresas que producen alimentos procesados y bebidas procesadas con altos concentraciones de sodio, azúcar y grasas saturadas y trans deben colocar en el etiquetado de los productos los octógonos que son advertencias publicitarias (46); estas advertencias deben ser colocadas en la zona superior derecha de la cara frontal



del empaque del producto (5); siendo así las advertencias como una herramienta para orientar la elección del consumidor antes de la compra (17).

En la actualidad los productos incluyen advertencias publicitarias (octógonos) en un 98.3 % y casi la mitad de los productos importados (45 %) llevan las advertencias en el envase del producto (18). Respecto al conocimiento de las advertencias nutricionales, investigaciones indican que el 66.83 % de la población tiene un nivel de conocimiento medio, el 32.41 % tiene un nivel de conocimiento bajo (19), esto indica que no tienen un conocimiento adecuado para poder consumir los productos ultraprocesados, por lo que se relaciona con las enfermedades no transmisibles y la alimentación insalubre en las Américas (13), siendo similar al encontrado en la investigación porque más del 50 % de los profesores desconocen muchos aspectos referente al consumo de los alimentos ultraprocesados.

En investigaciones realizadas por Porras (2021), respecto a las advertencias publicitarias, indica que el 49.2 % tuvo un nivel de conocimiento regular, el 32.6 % deficiente y el 18.2 % buen nivel; según estos resultados se podría indicar que a mayor nivel de conocimientos sobre advertencias publicitarias el consumo de alimentos ultraprocesados es menor (10); comparando con los resultados encontrados en la investigación, se puede mencionar que en muchas de las preguntas los profesores desconocen respecto a la advertencias publicitarias como aspectos de donde deben estar ubicadas las advertencias publicitarias, respecto a las cantidades máximas permitidas de los nutrientes o elementos que deben tener los productos ultraprocesados, sobre las grasas saturadas y otros aspectos respecto al etiquetado de octógonos que deben tener estos alimentos.



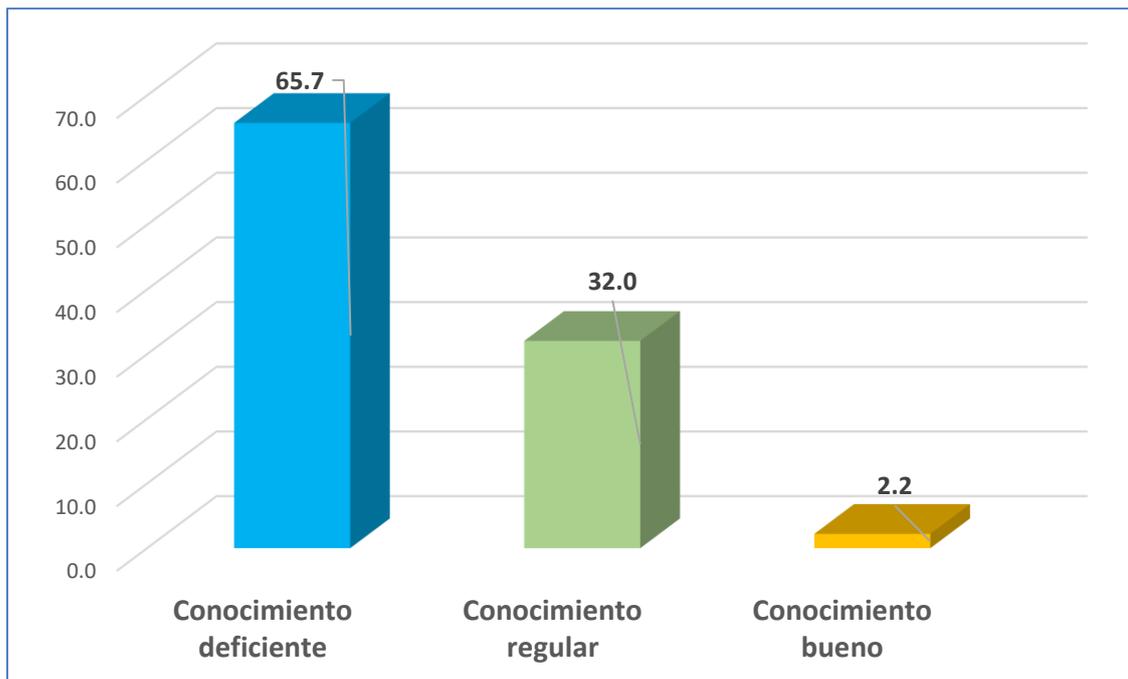
Los alimentos ultraprocesados a menudo contienen altas cantidades de azúcares, grasas saturadas y sodio, lo que puede contribuir a enfermedades cardiovasculares y otras enfermedades crónicas (7), Chen et al (2020) indican que el alto consumo de estos alimentos se asocia con un mayor riesgo de mortalidad, enfermedades cardiovasculares, hipertensión, síndrome metabólico, enfermedades coronarias, sobrepeso y obesidad enfermedades cerebrovasculares, depresión, cáncer en general y otros (8). Mejia et al. (2019), señalan que la mitad de los encuestados mencionaron que los octógonos influyen en su decisión, siendo aún el precio el que influye un poco más en la compra, así como, uno de cada cuatro no tiene tiempo, conocimiento u orientación para interpretarlos; también influye el género, y la edad del consumidor al momento de la lectura y la presencia de octógonos en el producto y posterior decisión de comprar por la persona, viendo que los hombres y las personas mayores eran las que tenían más dificultad, por lo que aún falta trabajar bastante sobre la educación nutricional (55).

Finalmente se puede indicar que los profesores en muchos aspectos no tienen un conocimiento correcto respecto a las advertencias publicitarias que están en los alimentos ultraprocesados debido a que no recibieron capacitaciones o intervenciones educativas o también porque no tienen el interés ni la motivación para conocer aspectos sobre las advertencias publicitarias, sin embargo, otro grupo de profesores si tienen conocimiento sobre las advertencias publicitarias y ellos refieren que fueron aprendidos principalmente por medio radiales donde se entrevistan a expertos quienes señalan que deben leerse el contenido nutricional y los octógonos presentes en los alimentos ultraprocesados antes de comprarse y que el consumo excesivo de estos alimentos pueden ocasionar sobrepeso y obesidad, diabetes mellitus, hipertensión arterial y los diferentes tipos de cáncer en la población; también estos profesores indican que recibieron capacitaciones sobre el

consumo de los alimentos ultraprocesados por el personal de salud que labora en el distrito de Asillo.

Figura 8

Nivel de conocimiento de las advertencias publicitarias en los profesores de las instituciones educativas del distrito de Asillo



En el presente gráfico se muestra los resultados respecto al nivel de conocimiento que tienen los profesores de las advertencias publicitarias, el 65.7 % de los profesores tienen un nivel de conocimiento deficiente, el 32.0 % de los profesores tienen un nivel de conocimiento regular y el 2.2 % de los profesores tienen un nivel de conocimiento bueno de las advertencias publicitarias.

En investigaciones se ha demostrado que los productos ultraprocesados proporcionan altos porcentajes de calorías, principalmente las bebidas gaseosas (22%), jugos y las bebidas azucaradas, dulces y panes industriales (22%), las galletas y bizcochos (18%), la mayoría de estos productos alimenticios promocionados son altos en calorías y



deficientes en nutrientes como aminoácidos, grasas insaturadas, fibra, hierro, vitamina A y otros nutrientes muy esenciales para el organismo humano (11).

Las consecuencias del alto consumo de estos productos son negativas para la salud de las personas, a nivel mundial el alto consumo de alimentos ultraprocesados son causante del 44.5 % de las muertes (13); a nivel de Perú, como consecuencia del consumo de alimentos ultraprocesados ocasionan enfermedades no transmisibles y estas representan el 58.5% de la carga de enfermedad generada cada año (14), también las consecuencias se manifiestan en el aumento del sobrepeso a 37.5 %, la obesidad en 25.9 %, presión arterial en 16,2 %, diabetes en 5,1 % en el 2022 (15).

Cubas (2022) en la investigación realizada indica que si influye el nivel de percepción en un 64.8 % y el nivel de conocimiento en un 59.6 % en la elección del alimento ultraprocesados cuando hay la presencia de los sellos octogonales en los alimentos y bebidas procesadas (25); por otra parte, Trejo (2021) indica que existe una buena aceptabilidad y comprensión del etiquetado de advertencia, sin embargo, las personas con mayor nivel socioeconómico y educativo tienen mayor predisposición a elegir productos más saludables, también en la elección de un alimento interfieren factores, como como la edad, preferencias y precio del producto (26); Nicho (2022) muestra que el 80 % presenta un alto nivel de conocimiento acerca del etiquetado octogonal y más del 70% tiene una actitud favorable de compra (28). Comparando con los resultados encontrados se puede mencionar que estos resultados son contrarios al nivel de conocimientos de los profesores del distrito de Asillo y los factores que pueden influenciar pueden ser el trabajo que realizan y en su mayoría son en el medio rural, muchos de ellos viven en comunidades o la capital del distrito, desinterés por aprender respecto a las advertencias publicitarias, el limitado acceso a los medios de comunicación, la utilización de las redes sociales para otros aspectos y no para la nutrición y salud, los



creencias y aspectos culturales que influyen para no tener conocimientos adecuados sobre las advertencias publicitarias.

Por otra parte, Hernandez-Rocha et al. (2022), en la investigación realizada señala que solo el 13.32 % de las personas pudieron identificar correctamente los nutrientes críticos contenidos en exceso en un producto que solo tenía un sello con la leyenda junto a su tabla nutricional (27); Carcausto (2021), respecto al conocimiento de las advertencias publicitarias indica que el 57 % tienen un nivel deficiente, el 35% regular y solo el 8% bueno; mientras que para el consumo de alimentos ultra procesados el 68 % tiene un consumo bajo y el 32 % alto (33); resultados que son similares a los encontrados en la investigación y las razones pueden ser el contexto en el que viven los profesores del distrito de Asillo, es decir que podrían estar influenciados por los medios publicitarios para el consumo de alimentos ultraprocesados, podría indicarse que desconocen respecto a la alimentación saludable, las advertencias publicitarias, sus efectos en la salud por el consumo alto de azúcares, grasas saturadas, sodio y sobre todo por el alto aporte de calorías que hay en los productos ultraprocesados.

Considero en base a los resultados encontrados y la revisión de la literatura que un buen porcentaje de docente tienen un conocimiento deficiente de las advertencias publicitarias, esto podría deberse a que hay desinterés por parte de los profesores en educarse respecto a las advertencia publicitarias y las capacitaciones que reciben son en su mayoría respecto a aspectos pedagógicos y académicos de enseñanza y aprendizaje del estudiante en las instituciones educativas, otro aspecto negativo podría ser por la presencia de las redes sociales que absorben tiempo y evitan aprender aspectos positivos en favor del cuidado de la salud y aprender sobre las advertencias publicitarias.

4.3 CORRELACIÓN DE LA FRECUENCIA DE CONSUMO CON EL NIVEL DE CONOCIMIENTO

Tabla 5

Correlación de la frecuencia de consumo de alimentos ultraprocesados con el nivel de conocimientos de las advertencias publicitarias en los profesores de las instituciones educativas del distrito de Asillo

Nivel de conocimiento de las advertencias publicitarias	Frecuencia de consumo de alimentos						Total	
	Bajo		Riesgo		Alto			
	Nº	%	Nº	%	Nº	%	Nº	%
Conocimiento deficiente	39.0	21.5	43.0	23.8	37.0	20.4	119.0	65.7
Conocimiento regular	8.0	4.4	27.0	14.9	23.0	12.7	58.0	32.0
Conocimiento bueno	0.0	0.0	4.0	2.2	0.0	0.0	4.0	2.2
Total	47.0	26.0	74.0	40.9	60.0	33.1	181.0	100.0

En la presente tabla se describe la correlación de las variables de investigación, el 23.8 % de los profesores tienen una frecuencia de consumo de alimentos ultraprocesados en riesgo y un conocimiento deficiente respecto a las advertencias publicitarias; el 21.5 % tienen una frecuencia de consumo bajo de alimentos ultraprocesados y un conocimiento deficiente de las advertencias publicitarias; el 20.4 % de los profesores tienen una frecuencia de consumo alto de los alimentos ultraprocesados y un conocimiento deficiente de las advertencias publicitarias; el 14.9 % tiene una frecuencia de consumo de riesgo de los alimentos ultraprocesados y un conocimiento regular de las advertencias publicitarias.

Respecto a la prueba estadística, mediante la correlación de Spearman salió una significancia del 0.045, siendo menor a 0.050, por lo que se rechaza la hipótesis nula, indicando que existe relación entre el consumo de alimentos ultraprocesados con el nivel de conocimiento de las advertencias publicitarias en profesores de las instituciones educativas del distrito de Asillo, este resultado indica que los profesores tienen una frecuencia de consumo de alimentos ultraprocesados entre riesgo y alto pero el nivel de



conocimiento es deficiente respecto a las advertencias publicitarias de los alimentos ultraprocesados.

En la investigación realizada por Tello (2021) señala que un 96 % de los encuestados conoce el etiquetado octogonal y el 90.6 % conoce las advertencias publicitarias, el 57.26 % ha dejado de consumir el producto luego de haber leído el octógono y el 92.2 % manifiesta que el etiquetado influye de manera positiva en la prevención de enfermedades (29); Delgado (2022) indica que la presencia del etiquetado octogonal en el producto influye en la decisión de compra, el consumidor puede controlar la intención de compra (30); comparando con los resultados se puede mencionar que los profesores del distrito de Asillo tienen un conocimiento deficiente respecto a las advertencias publicitarias de los octógonos y la frecuencia de consumo de los alimentos ultraprocesados es de riesgo y alto, siendo contrario al encontrado por Tello y Delgado, es decir, que un bajo conocimiento respecto a las advertencias publicitarias se asocia con un mayor consumo de alimentos ultraprocesados.

En otro estudio realizado por Laura y Duran (2020), encontró que el 88.1 % de los productos ultraprocesados llevarían al menos una advertencia octogonal (AO); de los productos ultraprocesados que llevarían una AO, el 80,7% declararía la frase “alto en azúcar”, mientras de los que llevarían dos AO, el 65,6% declararía las frases “alto en grasas saturadas” y “alto en azúcar” (31), eso significa que gran parte de los productos ultraprocesados si llevan las advertencias publicitarias, pero que los consumidores a pesar de las advertencias de los octógono en los productos no analizan y compran estos productos para el consumo, porque la mayoría los reconoce y no lo valoran, aunque algunos solo tienen conocimientos generales sobre los elementos nutricionales; también puede influir el marketing y publicidad sobre la percepción previa a la compra,



donde la marca sigue siendo un factor determinante, de igual manera las actividades sociales repercuten en el consumo de alimentos ultraprocesados (56).

En la investigación realizada por Alferez et al. (2020), indican que los productos de panadería son alimentos excesivos en nutrientes y son los que más se consumen; un buen porcentaje desconoce la Ley de Promoción de la Alimentación Saludable (32); en otra investigación Encinas (2021) indican que el nivel de conocimientos que tienen los consumidores es medio que representa el 66.8 %, el 37% no lee porque no le llama la atención este tipo de esquema; el 95.1 % de los consumidores usa el etiquetado nutricional prefiriendo el etiquetado frontal octogonal en un 53.6 % (34); por lo que es necesario seguir realizando más investigaciones que consideren estas diferencias contextuales para comprender mejor cómo mejorar la efectividad del etiquetado nutricional en promover una alimentación más saludable a nivel global y también se debe abordar factores individuales como la edad, el sexo y el estilo de vida en futuras investigaciones (56).

Finalmente se puede indicar que si hay relación entre el consumo de alimentos ultraprocesados y conocimiento de las advertencias publicitarias porque los profesores al tener un deficiente conocimiento de las advertencias publicitarias de los alimentos tienen mayores probabilidades de consumir alimentos ultraprocesados y en los profesores que tienen adecuados conocimientos sus probabilidades de consumo disminuyen; también puede haber la influencia de otros factores como las costumbres, los estilos de vida, la disponibilidad económica, la influencia de los medios de comunicación, las redes sociales y otros que pueden afectar el conocimiento de las advertencias publicitarias y el consumo de alimentos ultraprocesados y que estos factores deben ser estudiados en futuras investigaciones.



V. CONCLUSIONES

Con respecto al consumo de alimentos ultraprocesados, los profesores tienen una frecuencia de consumo de riesgo y consumo alto de los productos ultraprocesados, de seguir con esta frecuencia de consumo podría en el futuro ser un factor para desarrollar enfermedades no transmisibles.

Con referencia al conocimiento de las advertencias publicitarias, los profesores tienen un nivel de conocimiento de deficiente y regular, lo que conllevaría a la compra y consumo de alimentos ultraprocesados de manera frecuente.

En referencia a la correlación de las variables de investigación, el consumo de alimentos ultraprocesados si tiene relación con el nivel de conocimientos de las advertencias publicitarias, ya que la significancia es de 0.045 inferior a 0.05, por lo que se rechaza la hipótesis nula.



VI. RECOMENDACIONES

A la UGEL Azángaro, se recomienda implementar programas de educación alimentaria en favor de los profesores y directivos de las instituciones educativas para poder formar docentes que conozcan sobre los alimentos ultraprocesados, la clasificación, las consecuencias en la salud humana; ya que los profesores son los que transmiten a los estudiantes conocimientos teórico-prácticos y con ello contribuir a formar futuros ciudadanos con conocimiento y prácticas de alimentación saludable.

A las autoridades de salud y educación, promover la articulación intersectorial para promover la colaboración con centros de salud, instituciones educativas, nutricionistas y profesionales especializados para diseñar e implementar intervenciones educativas sobre alimentación saludable y la reducción del consumo de alimentos ultraprocesados.

En las instituciones educativas impulsar el fortalecimiento de la normativa sobre la publicidad de alimentos, exhortar a las autoridades de educación y salud a reforzar la fiscalización del cumplimiento de la Ley de Promoción de la Alimentación Saludable, especialmente en lo que respecta a la colocación de advertencias publicitarias en los alimentos ultraprocesados.

Para futuras investigaciones realizar estudios longitudinales que permitan evaluar la evolución del consumo de alimentos ultraprocesados en profesores a lo largo del tiempo como producto de intervenciones educativas, análisis de factores sociales, culturales y económicos que influyen en el consumo de alimentos ultraprocesados por parte de los profesores para poder diseñar estrategias de intervención.



VII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Global Food Research Program. Productos comestibles ultraprocesados: Una amenaza global a la salud pública [Internet]. 2021. Available from: https://www.globalfoodresearchprogram.org/wp-content/uploads/2021/04/UPF_ultra-processed_food_fact_sheet_Spanish_espanol.pdf
2. Babio N, Casas Agustench P, Salas Salvado J. Alimentos Ultraprocesados. Revisión crítica, limitaciones del concepto y posible uso en salud pública [Internet]. Unidad de Nutrición Humana. Universitat Rovira i Virgili. 2020. 1–413 p. Available from: http://www.nutricio.urv.cat/media/upload/domain_1498/imatges/lIibres/ULTRAPROCESADOS 21-06.pdf
3. Congreso de la República. Ley N° 30021, ley de promoción de la alimentación saludable para niños, niñas y adolescentes [Internet]. El Peruano. Lima - Perú; 2013. Available from: <https://cdn.www.gob.pe/uploads/document/file/2182647/PDF de la Ley de promoción de la alimentación saludable para niños%2C niñas y adolescentes..pdf?v=1631731718>
4. El peruano. Manual de Advertencias Publicitarias Ley N° 30021, Ley de promoción de la alimentación saludable para niños, niñas y adolescentes y su Reglamento aprobado por Decreto Supremo N° 017-2017-SA [Internet]. Lima - Perú; 2018. Available from: <https://busquedas.elperuano.pe/dispositivo/NL/1660606-1>
5. Laboratorios SGS. Ley de la alimentación saludable, conoce más sobre el manual de advertencias publicitarias [Internet]. Lima - Perú; 2019. Available from: <https://www.sgs.com/es-es/-/media/sgscorp/documents/corporate/brochures/informativo-advertencias-publicitarias-es.cdn.es-es.pdf>
6. Landrove-Rodríguez O, Morejón-Giraldoni A, Venero-Fernández S, Suárez-



- Medina R, Almaguer-López M, Pallarols-Mariño E, et al. Enfermedades no transmisibles: Factores de riesgo y acciones para su prevención y control en Cuba. *Rev Panam Salud Pública* [Internet]. 2018;1–8. Available from: <http://iris.paho.org/xmlui/handle/123456789/34897>
7. Hall KD, Ayuketah A, Brychta R, Cai H, Cassimatis T, Chen KY, et al. Ultra-Processed Diets Cause Excess Calorie Intake and Weight Gain: An Inpatient Randomized Controlled Trial of Ad Libitum Food Intake. *Cell Metab* [Internet]. 2019;30(1):67-77.e3. Available from: <https://doi.org/10.1016/j.cmet.2019.05.008>
 8. Chen X, Zhang Z, Yang H, Qiu P, Wang H, Wang F, et al. Consumption of ultra-processed foods and health outcomes: A systematic review of epidemiological studies (Consumo de alimentos ultraprocesados e resultados para a saúde: uma revisão sistemática de estudos epidemiológicos). *Nutr J* [Internet]. 2020;19(1):1–10. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32819372/>
 9. Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura. El impacto de los alimentos ultraprocesados en la salud [Internet]. Vol. 34, programa Mundial de Investigación en Alimentos. Santiago de Chile; 2020. Available from: <https://openknowledge.fao.org/server/api/core/bitstreams/c363cb5d-a2d2-40ea-abf3-1c10988bd540/content>
 10. Porras A. Consumo de alimentos ultraprocesados y nivel de conocimiento sobre advertencias publicitarias en trabajadores del centro comercial Malvinas, San Juan de Lurigancho - Lima, 2021 [Internet]. Universidad Cesar Vallejo; 2021. Available from: <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/85891>
 11. Organización Mundial de la Salud, Salud OP de la. Alimentos y bebidas ultraprocesados en América Latina: tendencias, efecto sobre la obesidad e implicaciones para las políticas públicas [Internet]. Departamento de Enfermedades no Transmisibles y Salud Mental. 2015. 61 p. Available from: http://iris.paho.org/xmlui/bitstream/handle/123456789/7698/9789275318645_esp.pdf?sequence=5
 12. Baker P, Machado P, Santos T, Sievert K, Backholer K, Hadjikakou M, et al. Ultra-processed foods and the nutrition transition: Global, regional and national trends,



- food systems transformations and political economy drivers. *Obes Rev.* 2020;21(12):1–22.
13. Organización mundial de la salud (OMS), Organización Panamericana de la Salud (OPS). Consumo de productos alimentarios ultraprocesados y procesados con exceso de nutrientes asociados a las enfermedades crónicas no transmisibles y a la alimentación insalubre en las Américas. PAHO [Internet]. 2021;1–10. Available from:
https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/55547/OPSNMHRF210036_spa.pdf
 14. Ministerio de Salud. Programa presupuestal 0018 Enfermedades no transmisibles [Internet]. Lima - Perú; 2021. Available from:
<https://www.minsa.gob.pe/presupuestales/>
 15. Instituto Nacional de Estadística e Informática. Perú: Enfermedades no transmisibles y transmisibles 2022 [Internet]. Lima - Perú; 2023. Available from:
https://proyectos.inei.gob.pe/endes/2022/SALUD/ENFERMEDADES_ENDES_2022.pdf
 16. Ministerio de Salud. Manual de advertencias publicitarias en el marco de lo establecido en la ley N° 30021, ley de promoción de la alimentación saludable para niños, niñas y adolescentes y su reglamento aprobado por Decreto Supremo N° 017-2017-SA. Lima - Perú; 2017. Report No.:
<https://busquedas.elperuano.pe/dispositivo/NL/2191835-1>.
 17. Pineda Soto VI, Del Socorro Estrada Oré EL. Comparación de tres modelos de etiquetado nutricional frontal de productos industrializados en Perú, 2019. *Perspect en Nutr Humana* [Internet]. 2020;22(1):35–45. Available from:
http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0124-41082020000100035
 18. OPS, OMS, MINSA. Cumplimiento de la normativa de inclusión de advertencias publicitarias en envases de productos alimenticios en el Perú. 2021;1–7. Available from:
https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/54421/OPSNMHRF210011_spa.p



df?sequence=5&isAllowed=y

19. Mogollon A. Nivel de conocimiento sobre las advertencias publicitarias (octogonos) y su influencia en el consumo de alimentos ultraprocesados en el distrito de Cayma 2021 [Internet]. Universidad Nacional de San Agustín; 2023. Available from: <https://repositorio.unsa.edu.pe/items/c4c44460-be80-4b9f-885b-6b35beb9ac61>
20. Rico-Campà A, Martínez-González MA, Alvarez-Alvarez I, De Deus Mendonça R, De La Fuente-Arrillaga C, Gómez-Donoso C, et al. Association between consumption of ultra-processed foods and all cause mortality: SUN prospective cohort study. *BMJ* [Internet]. 2019;365. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/31142450/>
21. Tara T. Consumo de alimentos ultraprocesados y efectos en el bienestar mental [Internet]. 2023. Available from: <https://acervomais.com.br/index.php/saude/article/view/1574/889>
22. Botelho AM, Camargo AM d., Dean M, Fiates GMR. Effect of a health reminder on consumers' selection of ultra-processed foods in a supermarket. *Food Qual Prefer* [Internet]. 2019;71:431–7. Available from: <https://doi.org/10.1016/j.foodqual.2018.08.017>
23. Elizabeth L, Machado P, Zinöcker M, Baker P, Lawrence M. Ultra-processed foods and health outcomes: A narrative review. *Nutrients* [Internet]. 2020;12(7):1–36. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32630022/>
24. Diaz M, Glaves A. Relación entre consumo de alimentos procesados, ultraprocesados y riesgo de cáncer: una revisión sistemática. *Rev Chil Nutr* [Internet]. 2020;47((5)):1–14. Available from: https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-75182020000500808
25. Cubas V. Influencia del sello octogonal frontal de los alimentos y bebidas precesadas en la decisión de compra de los consumidores centennials del distrito de Comas, Lima 2022 [Internet]. Universidad Privada del Norte; 2022. Available from: <https://repositorio.upn.edu.pe/handle/11537/33444>



26. Trejo Osti LE, Ramírez Moreno E, Ruvalcaba Ledezma JC. Efecto del etiquetado frontal de advertencia de alimentos y bebidas. La experiencia de otros países de América Latina. *J Negat No Posit Results* [Internet]. 2021;6(7):977–90. Available from: https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2529-850X2021000700977&lng=es&nrm=iso&tlng=es
27. Hernández-Rocha RA, Murguía-Vázquez M, Castillo-Vaca MF, Sánchez-Hernández ÓI, Pierdant-Pérez M. Evaluación de la percepción y comprensión del nuevo etiquetado de advertencia nutricional mexicano en adultos mediante una encuesta en línea [Internet]. Vol. 9, *Revista Mexicana de Endocrinología, Metabolismo y Nutrición*. 2022. Available from: <https://www.sgs.com/es-es/-/media/sgscorp/documents/corporate/brochures/informativo-advertencias-publicitarias-es.cdn.es-es.pdf>
28. Nicho Luna SS. Conocimiento del etiquetado octogonal y actitudes de compra de alimentos por parte de padres y cuidadores de escolares Lima-2020 [Internet]. Universidad Nacional Mayor de San Marcos; 2022. Available from: <https://cybertesis.unmsm.edu.pe/handle/20.500.12672/17957>
29. Tello R. El etiquetado octogonal de los alimentos sobre la promoción de la salud, en residentes del distrito de “MI PERU”, 2020, Lima [Internet]. Universidad Norbert Wiener; 2021. Available from: <https://repositorio.uwiener.edu.pe/handle/20.500.13053/6257?locale-attribute=es>
30. Delgado A. La influencia del etiquetado octogonal en la intención de compra [Internet]. Universidad San Ignacio de Loyola; 2022. Available from: <https://repositorio.usil.edu.pe/entities/publication/1ba70c69-4497-4fa3-a84b-ec994a6a2492>
31. Laura E, Durand G. Proyección de advertencias octogonales en productos ultra-procesados: un estudio exploratorio en Lima, Perú [Internet]. Universidad de Ciencias Aplicadas; 2020. Available from: <https://repositorioacademico.upc.edu.pe/handle/10757/652000?show=full>
32. Alférez M, Alférez S, Cartagena R. Introducción del sistema de advertencias al consumidor basado en octógonos y el consumo de alimentos procesados excesivos



- en nutrientes. Ing Investig [Internet]. 2020;2(1). Available from: <https://revistas.upt.edu.pe/ojs/index.php/ingenieria/article/view/293>
33. Carcausto Quispe LM. Conocimiento de advertencias publicitarias y consumo de productos ultraprocesados en relación al sobrepeso y obesidad de escolares adolescentes de la Institución Educativa Secundaria “San Antonio de Padua” del Distrito de Putina – Puno 2021 [Internet]. Repositorio Insitucional UNAP. Universidad Nacional del Altiplano; 2023. Available from: http://repositorio.unap.edu.pe/bitstream/handle/UNAP/7104/Molleapaza_Mamani_Joel_Neftali.pdf?sequence=1&isAllowed=y
34. Encinas D. Conocimiento y uso del etiquetado nutricional de alimentos industrializados por parte de consumidores de la ciudad de Puno 2021. [Internet]. Universidad Nacional del Altiplano; 2021. Available from: <http://repositorio.unap.edu.pe/handle/20.500.14082/16701>
35. Monteiro CA, Cannon G, Levy RB, Moubarac JC, Louzada MLC, Rauber F, et al. Ultra-processed foods: What they are and how to identify them. *Public Health Nutr.* 2019;22(5):936–41.
36. Monteiro CA, Cannon G, Lawrence M, Costa Louzada ML, Machado PP. Ultra-processed foods, diet quality and health using the NOVA classification system [Internet]. Food and Agriculture Organization United Nations. 2019. Available from: <http://www.wipo.int/amc/en/mediation/rules>
37. Organización Panamericana de la Salud OM de la S. Alimentos y bebidas ultraprocesados en América Latina: ventas, fuentes, perfiles de nutrientes e implicancias noramtivas [Internet]. Departamento de Enfermedades no Transmisibles y Salud Mental. 2019. 1–72 p. Available from: http://iris.paho.org/xmlui/bitstream/handle/123456789/7698/9789275318645_esp.pdf?sequence=5
38. Insignares I, Badel Davila A, Brito Fragozo A, Castro Leones M, De Ávila E. Alteraciones cardiometabólicas asociadas al consumo de alimentos ultraprocesados y estrategias de prevención. *Rev Ciencias Biomédicas* [Internet]. 2023;12(2):78–92. Available from:



<https://revistas.unicartagena.edu.co/index.php/cbiomedicas/article/view/4514>

39. Ruiz A, Carrillo R. PREVALENCIA E INCIDENCIA DE HIPERTENSIÓN ARTERIAL EN PERÚ: REVISIÓN SISTEMÁTICA Y METAANÁLISIS PREVALENCE AND INCIDENCE OF ARTERIAL HYPERTENSION IN PERU: A SYSTEMATIC REVIEW AND. 2021;38(4):521–9.
40. Ruiz-Alejos A, Carrillo-Larco RM, Bernabé-Ortiz A. Prevalencia e incidencia de hipertensión arterial en Perú: Revisión sistemática y metaanálisis. Rev Peru Med Exp Salud Publica [Internet]. 2021;38(4):521–9. Available from: http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1726-46342021000400521
41. Carrillo Fernández L. Alimentos procesados en la prevención y tratamiento de la diabetes mellitus. Diabetes práctica [Internet]. 2023;14(1):14–20. Available from: <https://diabetespractica.com/files/108/art3.pdf>
42. Robles F del CA, Sombra FGB, Morales MH, Becerril MA, Jaime LER. Patrón de alimentación y riesgo de diabetes tipo 2 en adultos indígenas: revisión sistemática. Rev Conjeturas Sociológicas [Internet]. 2024;1–23. Available from: <https://revistas.ues.edu.sv/index.php/conjsociologicas/article/view/3000>
43. Berná G, Franz Martín C. Qué deberíamos saber sobre los alimentos ultra-procesados y como afectan a la diabetes. Rev Diabetes [Internet]. 2023;2–5. Available from: <https://www.revistadiabetes.org/investigacion/que-deberiamos-saber-sobre-los-alimentos-ultra-procesados-y-como-afectan-a-la-diabetes/>
44. Laudanno OM. Cambios en la microbiota por ultraprocesados: Obesidad, cáncer y muerte prematura. Med (Buenos Aires) [Internet]. 2023;83:278–82. Available from: https://www.scielo.org.ar/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0025-76802023000400278
45. Gonzales A. Exploración de la ley de promoción de alimentación saludable para niños, niñas y adolescentes: Una reforma necesaria. Sapere [Internet]. 2023;25:1–10. Available from: <https://www.sgs.com/es-es/-/media/sgscorp/documents/corporate/brochures/informativo-advertencias-publicitarias-es.cdn.es-es.pdf><https://www.sgs.com/es-es/>



- /media/sgscorp/documents/corporate/brochures/informativo-advertencias-publicitarias-es.cdn.es-es.pdf
46. Ministerio de Educación. Conociendo mas sobre los octógonos de advertencias en los alimentos Cartilla para docentes [Internet]. Lima - Perú; Available from: <https://repositorio.minedu.gob.pe/handle/20.500.12799/7714?show=full>
 47. Colomer A, Aldebarán de Villasante I. Factores que inciden en un consumo desinformado y una escasa percepción del riesgo a la salud durante el consumo alimenticio en la población de piura. *Rev científica la Univ Cienfuegos*. 2022;267–74.
 48. López-Torres LP, López-Alcaraz F. Los productos ultra-procesados: Implicancias sobre su consumo, avances y retos en América Latina para la salud pública en adultos. *Rev Chil Nutr* [Internet]. 2022;49(5):637–43. Available from: https://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S0717-75182022000600637&script=sci_arttext&tIng=pt
 49. Ferrante A. El etiquetado frontal en los alimentos y la iconografía jurídica: un ejemplo para la comprensión del transplante y del nuevo paradigma latinoamericano. *Derecho PUCP* [Internet]. 2021;(87):141–81. Available from: <https://revistas.pucp.edu.pe/index.php/derechopucp/article/view/24467>
 50. Royo-Bordonada MÁ, Bes-Rastrollo M. El valor del concepto de «alimento ultraprocesado» en salud pública. *Gac Sanit* [Internet]. 2023;37:102270. Available from: <https://www.gacetasanitaria.org/es-el-valor-del-concepto-alimento-articulo-S0213911122001662>
 51. Terán YAM, Manzano AS, Ortiz SB, Ulloa VA, Sandoval V, Fajardo ACE, et al. Development of Food Frequency Questionnaire for Ecuadorian Adults, cross-sectional study. *Rev Esp Nutr Humana y Diet* [Internet]. 2021;25(4):394–402. Available from: <https://www.renhyd.org/index.php/renhyd/article/view/1340>
 52. Benade L. Knowledge and educational research in the context of twenty-first century learning. *Eur Educ Res J* [Internet]. 2014;1–17. Available from: <https://journals.sagepub.com/doi/10.2304/eerj.2014.13.3.338>



53. Carbajal Á. Manual de nutrición y dietética [Internet]. Tercera ed. Madrid; 2022. Available from: <file:///C:/Users/XPS-i7/Downloads/458-2022-01-10-cap-14-alimentos-2022.pdf>
54. Alexander R, Alvarez H, Raquel S, Vivanco V, Gabriela F, Huamán V, et al. Estado nutricional y consumo de alimentos ultraprocesados en adultos de Lima – Perú. Nutr Clin Y Diet Hosp [Internet]. 2024;442(2):1–8. Available from: <https://revista.nutricion.org/index.php/ncdh/article/view/554>
55. Mejia CR, Aguilar-Pantaleón C, Alfaro S, Carranza B, Eulogio P, Gálvez-N A, et al. Factores que influyen en el uso del octógono como marcador de información nutricional en los consumidores en la población de Lima - Perú. Nutr Clin y Diet Hosp [Internet]. 2020;39(4):65–71. Available from: <https://revista.nutricion.org/PDF/MEJIA.pdf>
56. Mendoza Arocutipa EE. Evaluación del consumo de alimentos ultraprocesados bajo el enfoque del sistema de advertencias con octógonos. Ing Investig [Internet]. 2024;6. Available from: <http://161.132.207.136/ojs/index.php/ingenieria/article/view/925>



ANEXOS

Anexo 1. Frecuencia de consumo de alimentos ultraprocesados en profesores de las Instituciones Educativas del distrito de Asillo – Azángaro.

Institución educativa: a) Inicial () b) Primaria () c) Secundaria () d) Otro ()

Nombre de la I.E.: Fecha:

Con que frecuencia consume los siguientes alimentos ultraprocesados:

Frecuencia de consumo	Diario	2 a 3 veces por semana	1 vez por semana	1 a 3 veces al mes	No consume
Frecuencia de consumo de Snacks (Papas fritas, Chips, Nachos, Galletas saladas)					
¿Cuántas veces consume Chizitos, Cheetos o Cheese tris?					
¿Cuántas veces consume Chifles o Camote Natuchip?					
¿Cuántas veces consume Papitas (Lays, Lays al hilo, Ondas, Pringles)?					
¿Cuántas veces consume chips (Doritos, cuates, nachos, tortees o piqueo snack)?					
¿Cuántas veces consume galletas saladas (Ritz, club social o soda)?					
Frecuencia de consumo de Barras energéticas (Cereal bar, Fitness o Life)					
¿Cuántas veces consume Cereal bar?					
¿Cuántas veces consume barras Fitness o Life?					
Frecuencia de consumo de Helados (De crema y de hielo)					
¿Cuántas veces consume helados de crema (bombones, vasito, sándwich o en cono)?					
¿Cuántas veces consume helados de hielo o paletas (BB, Alaska o Turbo)?					
Frecuencia de consumo de dulces (chocolates, caramelos, toffees, goma de mascar, chupetines, turrón, masmelos)					
¿Cuántas veces consume chocolates (Sublime, Bonobon, Sapito, Princesa, D'onofrio, Chocopunch, Hershey's, Fochis, Vizzio o La Ibérica)?					
¿Cuántas veces consume masmelos y gomitas (Ole Ole, Millows, Trulukú, Mogúl, Frugelé o Calyptus)?					
¿Cuántas veces consume caramelos y chupetines (Bonbonbum, globopop, picolines, Arcor, Ambrosoli, de limón, de chicha morada, Mentitas, Full, Tic Tac o Halls)?					
¿Cuántas veces consume chicles y caramelos masticables (Toffee, fruna, mentos, trident, adams o bubaloo)?					
Frecuencia de consumo de tortas, pasteles, bollería industrial y postres.					
¿Cuántas veces consume tortas y pasteles (selva negra, de vainilla, tres leches, helada, con chantillí o merengue)?					
¿Cuántas veces consume postres (pie de manzana, de limón, suspiro, cheesecake, pudín, tartaletas, queque, empanada, milhojas, alfajores, budín, crema volteada o flan)?					
¿Cuántas veces consume bollería industrial (donas, cachitos, pan relleno de manjar o chocolate o pionono)?					
Frecuencia de consumo de galletas y bizcochos (con relleno, sin relleno)					
¿Cuántas veces consume galletas con relleno dulces (Oreo, casino, coronita, charada, gretel o frac)?					
¿Cuántas veces consume galletas dulces sin relleno (Vainilla, margarita, picaras, chomp, integrakers, chocosoda, chodonuts, glacitas, tentación, chocochip o caritas)?					
¿Cuántas veces consume bizcochos y queques (Chocman, pingüinos, bimboletes, cancún o negrito)?					
Frecuencia de consumo de cereales azucarados					
¿Cuántas veces consume cereales azucarados (Copix, Almohaditas, Chocapic o Trigo atómico)?					
Frecuencia de consumo de margarina y grasas para untar					
¿Cuántas veces consume margarina o mantequilla (de leche o de maní)?					
Frecuencia de consumo de productos para untar					
¿Cuántas veces consume mermelada o Nutella?					



Frecuencia de consumo de queso procesado					
¿Cuántas veces consume queso crema, parmesano, mozzarella, azul, fundido, edam o cheddar?					
Frecuencia de consumo de platos y comidas listas para calentar (Puré, comida en conserva o congeladas, sucedáneos de la carne)					
¿Cuántas veces consume purés o cremas de espárragos, papa o choclo?					
¿Cuántas veces consume alimentos listos, en conserva o congelados (choclo dulce, menestras, papas congeladas para freír o pizza)?					
¿Cuántas veces consume hamburguesa, nuggets, chorizo, hot dog o jamonada?					
Frecuencia de salsas y aderezos instantáneos					
¿Cuántas veces consume salsas (vinagreta, mayonesa, mostaza, ketchup, salsa golf, aji criollo, tarí, uchucuta, aceitunosa o huancaína alacena)?					
Frecuencia de consumo de gaseosas					
¿Cuántas veces consume gaseosas (Inca Kola, Coca cola, KR, Sprite, Crush, Guaraná, Big cola o Fanta)?					
Frecuencia de consumo de bebidas para deportistas y energéticas					
¿Cuántas veces consume bebidas para deportistas (Gatorade, Sporade, Powerade o Electrolight)?					
¿Cuántas veces consume bebidas energéticas (Volt, Redbull, Monster, V220 o Burn)?					
Frecuencia de consumo de leche endulzada y bebidas lácteas					
¿Cuántas veces consume yogurt Yopi, Batimix, Yomost Laive biodefensa, Yogurt bebible Gloria o Pura Vida?					
¿Cuántas veces consume leche chocolatada, condensada o Actiavena?					
Frecuencia de consumo de concentrado de jugo y jugos endulzados					
¿Cuántas veces consume jugos endulzados (Frugos, Jugos Valle, Pulp, Tampico, Watts, Cifrut o Free tea)?					



Anexo 2. Nivel de conocimiento de las advertencias publicitarias en profesores de las Instituciones educativas del distrito de Asillo – Azangaro.

Institución educativa: a) Inicial () b) Primaria () c) Secundaria () d) Otro ()

Nombre de la I.E.: Fecha:

Preguntas sobre el nivel de conocimiento de las advertencias publicitarias:

1. ¿Qué son las advertencias publicitarias - octógonos? a. Una técnica de marketing b. Un sistema de advertencia c. Una estrategia de ventas d. No tengo conocimiento acerca de ello	2. ¿Qué función cumple la información nutricional mediante las advertencias a. Desprestigiar un producto b. Informar al consumidor c. Mejorar la presentación del empaque d. No tengo conocimiento acerca de ello
3. ¿Cuántos nutrientes se consideran en una información clara que se da sobre un producto en las advertencias publicitarias - octógonos? a. 2 b. 4 c. 5 d. No tengo conocimiento acerca de ello	4. ¿Qué nutrientes se consideran en una información nutricional sobre un producto en las advertencias publicitarias – octógonos? a. Sodio, azúcar, proteínas, grasas saturadas b. Sodio, grasas saturadas, hierro, azúcar c. Sodio, azúcar, grasas saturadas, grasas trans d. No tengo conocimiento acerca de ello
5. Están normados de presentar etiqueta nutricional de tipo advertencias publicitarias - octógonos los siguientes productos: a. Alimentos procesados b. Bebidas alcohólicas c. Alimentos sin procesar d. No tengo conocimiento acerca de ello	6. Identifique usted qué alimentos podrían llevar en el empaque el sello de octógonos: a. Sopa instantánea, galleta, helado b. Cerveza, galleta, chocolate c. Galleta, caramelo, vino d. No tengo conocimiento acerca de ello
7. ¿En qué parte del producto se encuentra la información nutricional del producto de tipo advertencias publicitarias - octógonos? a. Delante b. Detrás c. En ambos lados d. No tengo conocimiento acerca de ello	8. ¿Cuál es el color de la información nutricional mediante advertencias publicitarias - octógonos? a. Verde y blanco b. Blanco y rojo c. Negro y blanco d. No tengo conocimiento acerca de ello
9. ¿Desde qué año rige la normativa de información nutricional de tipo advertencias publicitarias - octógonos? a. 2017 b. 2018 c. 2019 d. No tengo conocimiento acerca de ello	10. ¿Qué entiende por sodio? a. Sustancia presente solo en pescados y demás alimentos marinos. b. Mineral presente de forma natural en alimentos de origen animal y vegetal. c. Sustancia presente solo en alimentos procesados. d. No tengo conocimiento acerca de ello
11. ¿Qué produce el exceso de sodio? a. Anemia, diabetes b. Diabetes, hipertensión c. Hipertensión, enfermedades cardiovasculares d. No tengo conocimiento acerca de ello	12. ¿En qué alimentos encontramos mayor contenido de azúcar? a. Galletas, frutos secos, helados. b. Golosinas, gaseosas, néctares bebibles. c. Frutos secos, sopa instantánea, galletas. d. No tengo conocimiento acerca de ello
13. ¿Qué produce el exceso de azúcar? a. Anemia, desnutrición. b. Resistencia a la insulina, diabetes c. Hepatitis A, obesidad d. No tengo conocimiento acerca de ello	14. ¿Cuál es el rango máximo de sodio en alimentos sólidos procesado para que no aparezca el rótulo de “ALTO EN SODIO”? a. 300 miligramos en 100 gramos de producto b. 250 miligramos en 100 gramos de producto c. 400 miligramos en 100 gramos de producto d. No tengo conocimiento acerca de ello
15. ¿Qué produce el exceso de grasas saturadas? a. Aumenta el colesterol total y el riesgo a enfermedades cardiovasculares b. Produce anemia y ser propenso a enfermedad crónica renal. c. Reduce los triglicéridos y eleva el colesterol total. d. No tengo conocimiento acerca de ello	16. ¿Cuál es el límite para que un alimento sólido procesado no presente el rótulo de “ALTO EN AZÚCAR”? a. 15 gramos en 100 gramos de producto b. 10 gramos en 100 gramos de producto c. 5 gramos en 100 gramos de producto d. No tengo conocimiento acerca de ello



<p>17. ¿Qué son las grasas trans o grasas sólidas?</p> <p>a. Grasa que se encuentra en pescados oscuros.</p> <p>b. Tipo de grasa de origen animal que ha sido sometida mediante procesamiento y cambia a textura líquida.</p> <p>c. Tipo de grasa de origen vegetal que ha sido sometida mediante procesamiento y cambia a textura sólida.</p> <p>d. No tengo conocimiento acerca de ello.</p>	<p>18. ¿Qué beneficios aportan las grasas trans en nuestro organismo?</p> <p>a. Mejorar el sistema inmunológico</p> <p>b. Mejorar la salud cardiovascular</p> <p>c. No se le han asociado beneficios en el organismo</p> <p>d. No tengo conocimiento acerca de ello</p>
<p>19. ¿Qué significa que un producto presente información nutricional mediante advertencias publicitarias - octógonos?</p> <p>a. Supera el límite máximo para esos nutrientes</p> <p>b. Es de bajo contenido en esos nutrientes</p> <p>c. Es de mejor calidad nutricional</p> <p>d. No tengo conocimiento acerca de ello</p>	<p>20. A mayor cantidad de información nutricional mediante octógonos, el producto será:</p> <p>a. Más saludable</p> <p>b. Menos saludable</p> <p>c. De mayor contenido</p> <p>d. No tengo conocimiento acerca de ello</p>



Anexo 3. Consentimiento Informado

Por medio de la presente doy mi consentimiento para participar en la investigación titulada **“CONSUMO DE ALIMENTOS ULTRAPROCESADOS Y CONOCIMIENTO DE LAS ADVERTENCIAS PUBLICITARIAS EN PROFESORES DE LAS INSTITUCIONES EDUCATIVAS DEL DISTRITO ASILLO, 2024”**, provincia de Azángaro y región de Puno.

He sido informado(a) del objetivo, riesgos y beneficios de este estudio, así mismo reconozco que la información que yo provea en el curso de esta investigación es estrictamente confidencial y no será usada para ningún otro propósito fuera de los de este estudio sin mi consentimiento. Puedo hacer preguntas sobre el proyecto en cualquier momento y que puedo retirarme del mismo cuando así lo decida, sin que esto perjudique a mi persona. De tener preguntas sobre mi participación en este estudio, puedo contactar a la investigadora; Bach. ~~Stevsi~~ Melannie Torres Paredes con celular N° 981347834.

Entiendo que una copia de esta ficha de consentimiento me será entregada y que puedo pedir información sobre los resultados de este estudio cuando este haya concluido. Debo indicar que me aplicaran el cuestionario de frecuencia de consumo de alimentos ultraprocesados y otro cuestionario sobre el nivel de conocimiento de las advertencias publicitarias.

En señal de haber sido explicado y leído el documento, acepto voluntariamente participar en dicho estudio.

Puno, del 2024.

Firma del participante
Nombres y apellidos:
DNI:



Huella digital



Anexo 4. Prueba estadística

Correlaciones

			Frecuencia de consumo de alimentos ultraprocesados	Nivel de conocimiento de las advertencias publicitarias
Rho de Spearman	Frecuencia de consumo de alimentos ultraprocesados	Coeficiente de correlación	1,000	,149*
		Sig. (bilateral)	.	,045
		N	181	181
	Nivel de conocimiento de las advertencias publicitarias	Coeficiente de correlación	,149*	1,000
		Sig. (bilateral)	,045	.
		N	181	181

*. La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral).



Anexo 5. Declaración jurada de autenticidad de tesis



Universidad Nacional
del Altiplano Puno



Vicerrectorado
de Investigación



Repositorio
Institucional

DECLARACIÓN JURADA DE AUTENTICIDAD DE TESIS

Por el presente documento, Yo STEYSI MELANNIE TORRES PAREDES,
identificado con DNI 75411299 en mi condición de egresado de:

Escuela Profesional, Programa de Segunda Especialidad, Programa de Maestría o Doctorado

NUTRICION HUMANA

informo que he elaborado el/la Tesis o Trabajo de Investigación denominada:

"CONSUMO DE ALIMENTOS ULTRAPROCESADOS Y CONOCIMIENTO
DE LAS ADVERTENCIAS PUBLICITARIAS EN PROFESORES DE LAS
INSTITUCIONES EDUCATIVAS DEL DISTRITO ASILLO, 2024"

Es un tema original.

Declaro que el presente trabajo de tesis es elaborado por mi persona y no existe plagio/copia de ninguna naturaleza, en especial de otro documento de investigación (tesis, revista, texto, congreso, o similar) presentado por persona natural o jurídica alguna ante instituciones académicas, profesionales, de investigación o similares, en el país o en el extranjero.

Dejo constancia que las citas de otros autores han sido debidamente identificadas en el trabajo de investigación, por lo que no asumiré como tuyas las opiniones vertidas por terceros, ya sea de fuentes encontradas en medios escritos, digitales o Internet.

Asimismo, ratifico que soy plenamente consciente de todo el contenido de la tesis y asumo la responsabilidad de cualquier error u omisión en el documento, así como de las connotaciones éticas y legales involucradas.

En caso de incumplimiento de esta declaración, me someto a las disposiciones legales vigentes y a las sanciones correspondientes de igual forma me someto a las sanciones establecidas en las Directivas y otras normas internas, así como las que me alcancen del Código Civil y Normas Legales conexas por el incumplimiento del presente compromiso

Puno 12 de DICIEMBRE del 2024


FIRMA (obligatoria)



Huella



Anexo 6. Autorización para el depósito de tesis o trabajo de investigación en el Repositorio Institucional



Universidad Nacional
del Altiplano Puno



Vicerrectorado
de Investigación



Repositorio
Institucional

AUTORIZACIÓN PARA EL DEPÓSITO DE TESIS O TRABAJO DE INVESTIGACIÓN EN EL REPOSITORIO INSTITUCIONAL

Por el presente documento, Yo STEYSI MELANNIE TORRES PAREDES,
identificado con DNI 75411299 en mi condición de egresado de:

Escuela Profesional, Programa de Segunda Especialidad, Programa de Maestría o Doctorado

NUTRICION HUMANA
informo que he elaborado el/la Tesis o Trabajo de Investigación denominada:

"CONSUMO DE ALIMENTOS ULTRAPROCESADOS Y CONOCIMIENTO
DE LAS ADVERTENCIAS PUBLICITARIAS EN PROFESORES DE LAS
INSTITUCIONES EDUCATIVAS DEL DISTRITO ASILLO, 2024"

para la obtención de Grado, Título Profesional o Segunda Especialidad.

Por medio del presente documento, afirmo y garantizo ser el legítimo, único y exclusivo titular de todos los derechos de propiedad intelectual sobre los documentos arriba mencionados, las obras, los contenidos, los productos y/o las creaciones en general (en adelante, los "Contenidos") que serán incluidos en el repositorio institucional de la Universidad Nacional del Altiplano de Puno.

También, doy seguridad de que los contenidos entregados se encuentran libres de toda contraseña, restricción o medida tecnológica de protección, con la finalidad de permitir que se puedan leer, descargar, reproducir, distribuir, imprimir, buscar y enlazar los textos completos, sin limitación alguna.

Autorizo a la Universidad Nacional del Altiplano de Puno a publicar los Contenidos en el Repositorio Institucional y, en consecuencia, en el Repositorio Nacional Digital de Ciencia, Tecnología e Innovación de Acceso Abierto, sobre la base de lo establecido en la Ley N° 30035, sus normas reglamentarias, modificatorias, sustitutorias y conexas, y de acuerdo con las políticas de acceso abierto que la Universidad aplique en relación con sus Repositorios Institucionales. Autorizo expresamente toda consulta y uso de los Contenidos, por parte de cualquier persona, por el tiempo de duración de los derechos patrimoniales de autor y derechos conexos, a título gratuito y a nivel mundial.

En consecuencia, la Universidad tendrá la posibilidad de divulgar y difundir los Contenidos, de manera total o parcial, sin limitación alguna y sin derecho a pago de contraprestación, remuneración ni regalía alguna a favor mío; en los medios, canales y plataformas que la Universidad y/o el Estado de la República del Perú determinen, a nivel mundial, sin restricción geográfica alguna y de manera indefinida, pudiendo crear y/o extraer los metadatos sobre los Contenidos, e incluir los Contenidos en los índices y buscadores que estimen necesarios para promover su difusión.

Autorizo que los Contenidos sean puestos a disposición del público a través de la siguiente licencia:

Creative Commons Reconocimiento-NoComercial-CompartirIgual 4.0 Internacional. Para ver una copia de esta licencia, visita: <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>

En señal de conformidad, suscribo el presente documento.

Puno 12 de DICIEMBRE del 2024


FIRMA (obligatoria)

