



**REPÚBLICA DEL ECUADOR**

**UNIVERSIDAD ESTATAL DE MILAGRO**

**VICERRECTORADO DE INVESTIGACIÓN Y POSGRADO**

**PROYECTO DE INVESTIGACIÓN Y DESARROLLO PREVIO A LA OBTENCIÓN  
DEL TÍTULO DE:**

**MAGÍSTER EN NUTRICIÓN Y DIETÉTICA CON MENCIÓN EN  
NUTRICIÓN COMUNITARIA**

**TEMA:** CONOCIMIENTOS, ACTITUDES, PRACTICAS DEL ETIQUETADO NUTRICIONAL EN LA SELECCIÓN DE COMPRA DE ALIMENTOS PROCESADOS EN ADULTOS DE LA COMUNIDAD MATA DE PLÁTANO – SIMÓN BOLIVAR AÑO 2022.

**AUTOR:** SUSANA ISABEL REINOSO BRITO

**DIRECTOR:**

**MSc. EMILY GABRIELA BURGOS GARCÍA**

*Milagro, 2022*

Ecuador

## Derechos de autor

**Sr. Dr.  
Fabricio Guevara Viejo**  
Rector de la Universidad Estatal de Milagro  
Presente.

Yo, **SUSANA ISABEL REINOSO BRITO** en calidad de autor y titular de los derechos morales y patrimoniales de este informe de investigación, mediante el presente documento, libre y voluntariamente cedo los derechos de Autor de este proyecto de desarrollo, que fue realizada como requisito previo para la obtención de mi Grado, de **Magister en Nutrición y Dietética con mención en Nutrición Comunitaria**, como aporte a la Línea de Investigación **Salud Pública y bienestar humano integral** de conformidad con el Art. 114 del Código Orgánico de la Economía Social de los Conocimientos, Creatividad e Innovación, concedo a favor de la Universidad Estatal de Milagro una licencia gratuita, intransferible y no exclusiva para el uso no comercial de la obra, con fines estrictamente académicos. Conservo a mi favor todos los derechos de autor sobre la obra, establecidos en la normativa citada.

Así mismo, autorizo a la Universidad Estatal de Milagro para que realice la digitalización y publicación de este Proyecto de Investigación en el repositorio virtual, de conformidad a lo dispuesto en el Art. 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior.

El autor declara que la obra objeto de la presente autorización es original en su forma de expresión y no infringe el derecho de autor de terceros, asumiendo la responsabilidad por cualquier reclamación que pudiera presentarse por esta causa y liberando a la Universidad de toda responsabilidad.

Milagro, 25 diciembre 2022



Lic. Susana Isabel Reinoso Brito

C.I.: 120632319-6

## Aprobación del Director del Trabajo de Titulación

Yo, **Emily Gabriela Burgos García** en mi calidad de director del trabajo de titulación, elaborado por **Susana Isabel Reinoso Brito**, cuyo tema es “Conocimientos, actitudes, prácticas del etiquetado nutricional en la selección de compra de alimentos procesados en adultos de la comunidad Mata de Plátano del Cantón Simón Bolívar año 2022”, que aporta a la Línea de Investigación **Salud Pública y Bienestar Humano Integral**, previo a la obtención del Grado **Magister en Nutrición y Dietética con Mención en Nutrición Comunitaria**. Trabajo de titulación que consiste en una propuesta innovadora que contiene, como mínimo, una investigación exploratoria y diagnóstica, base conceptual, conclusiones y fuentes de consulta, considero que el mismo reúne los requisitos y méritos necesarios para ser sometido a la evaluación por parte del tribunal calificador que se designe, por lo que lo **APRUEBO**, a fin de que el trabajo sea habilitado para continuar con el proceso de titulación de la alternativa de Informe de Investigación de la Universidad Estatal de Milagro.

Milagro, 25 diciembre 2022



Firmado electrónicamente por:  
**EMILY GABRIELA  
BURGOS GARCIA**

.....  
Msc. Emily Gabriela Burgos García  
C.I.: 092898636-3

## VICERRECTORADO DE INVESTIGACIÓN Y POSGRADO

### DIRECCIÓN DE POSGRADO

### CERTIFICACIÓN DE LA DEFENSA

El TRIBUNAL CALIFICADOR previo a la obtención del título de **MAGISTER EN NUTRICIÓN Y DIETÉTICA CON MENCIÓN EN NUTRICIÓN COMUNITARIA**, presentado por **LCDA REINOSO BRITO SUSANA ISABEL**, otorga al presente proyecto de investigación denominado "CONOCIMIENTOS, ACTITUDES, PRACTICAS DEL ETIQUETADO NUTRICIONAL EN LA SELECCIÓN DE COMPRA DE ALIMENTOS PROCESADOS EN ADULTOS DE LA COMUNIDAD MATA DE PLÁTANO – SIMÓN BOLIVAR AÑO 2022.", las siguientes calificaciones:

TRABAJO DE TITULACION	57.00
DEFENSA ORAL	39.33
<b>PROMEDIO</b>	<b>96.33</b>
<b>EQUIVALENTE</b>	<b>Excelente</b>



Firmado electrónicamente por:  
MERCEDES ANNABELLE  
CABADIANA CEVALLOS

Mgs CABADIANA CEVALLOS MERCEDES ANNABELLE  
**PRESIDENTE/A DEL TRIBUNAL**



Firmado electrónicamente por:  
**STEFANY  
DENISE GOMEZ  
OLAYA**

GOMEZ OLAYA STEFANY DENISE  
**VOCAL**



Firmado electrónicamente por:  
**LORENA DANIELA  
DOMINGUEZ BRITO**

Mgs. DOMINGUEZ BRITO LORENA DANIELA  
**SECRETARIO/A DEL TRIBUNAL**

## DEDICATORIA

Dedico de manera especial a mis padres, quienes han creído en mí y han sido mi sustento desde el inicio de mi carrera profesional me han brindado su apoyo y consejos para hacer de mí una mejor persona, a mis hermanos y sobrinos por sus palabras y su compañía cuando eh sentido que no puedo más, a mi hermano mayor Misael que, aunque no este físicamente con nosotros sé que desde el cielo estará feliz por cada uno de mis logros. A mi esposo por su paciencia, su apoyo incondicional y sobre todo por brindarme el tiempo necesario para realizarme profesionalmente y así cumplir con cada uno de mis objetivos.

## Resumen

El presente estudio abarca la problemática relacionada a los conocimientos, actitudes, prácticas del etiquetado nutricional, en el que se planteó como objetivo de investigación determinar los conocimientos, actitudes y prácticas (CAP) del etiquetado nutricional en la selección de compra de alimentos procesados en adultos de la comunidad Mata de Plátano del Cantón Simón Bolívar durante el año 2022; para ello se aplicó una metodología de enfoque cualitativo descriptivo, correlacional de tipo transversal no experimental; donde se consideró una población conformada por 285 adultos entre 18 a 65 años quienes se encargaban de la compra de los alimentos en su hogar. Se aplicó una encuesta CAP, creada bajo los criterios de la Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y Alimentación (FAO). Obteniendo como resultado del análisis estadístico correlacional, que los conocimientos y actitudes se relacionan positivamente (valor de  $p=0.00$ ), lo que demuestra que estas variables no se asocian con las prácticas del etiquetado nutricional. De esta forma se comprende que estas dos variables en conjunto están directamente relacionadas con la selección de compra de alimentos procesados; por lo que se concluye que la mayoría de la población estudiada, desconoce acerca de la finalidad y utilidad del etiquetado nutricional, lo que evidencia que no hay un conjunto de prácticas o actitudes que giren alrededor de esta característica al momento de adquirir o consumir un alimento.

**Palabras clave:** *etiquetado, Conocimiento, actitudes, practicas alimenticias.*

## Abstract

The present study covers the problems related to knowledge, attitudes and practices of nutritional labeling, in which the research objective was to determine the knowledge, attitudes and practices (KAP) of nutritional labeling in the selection of processed food purchases among adults in the community of Mata de Plátano, Cantón Simón Bolívar, during the year 2022; For this purpose, a descriptive qualitative, descriptive, correlational, non-experimental, cross-sectional approach methodology was applied; where a population of 285 adults between 18 and 65 years old, who were responsible for the purchase of food at home, was considered. A CAP survey was applied, created under the criteria of the Food and Agriculture Organization of the United Nations (FAO). As a result of the correlational statistical analysis, knowledge and attitudes are positively related ( $p$  value=0.00), which shows that these variables are not associated with nutrition labeling practices. Thus, it is understood that these two variables together are directly related to the purchase selection of processed foods; therefore, it is concluded that the majority of the population studied does not know about the purpose and usefulness of nutrition labeling, which shows that there is no set of practices or attitudes that revolve around this characteristic when acquiring or consuming a food.

**Key words:** *labeling, Knowledge, attitudes, nutritional practices.*

## Lista de Figuras

<b>Figura 1.</b> <i>Distribución porcentual según la edad, comunidad Mata de Plátano – Simón Bolívar año 2022</i> .....	36
<b>Figura 2.</b> <i>Distribución porcentual según el género, comunidad Mata de Plátano – Simón Bolívar año 2022</i> .....	37
<b>Figura 3.</b> <i>Distribución porcentual según el estado civil, comunidad Mata de Plátano – Simón Bolívar año 2022</i> .....	38
<b>Figura 4.</b> <i>Distribución porcentual según el nivel de educación, comunidad Mata de Plátano – Simón Bolívar año 2022</i> .....	39
<b>Figura 5.</b> <i>Distribución porcentual según el conocimiento u observación del semáforo nutricional en empaques de los productos, comunidad Mata de Plátano – Simón Bolívar año 2022</i> .....	40
<b>Figura 6.</b> <i>Distribución porcentual según el entendimiento de la información que tienen los productos con semáforo nutricional, comunidad Mata de Plátano – Simón Bolívar año 2022</i> .....	41
<b>Figura 7.</b> <i>Distribución porcentual según el conocimiento u observación en los empaques de los productos, recuadro de información nutricional, comunidad Mata de Plátano – Simón Bolívar año 2022</i> .....	42
<b>Figura 8.</b> <i>Distribución porcentual según el conocimiento u observación en los empaques de los productos, los ingredientes, comunidad Mata de Plátano – Simón Bolívar año 2022</i> .....	43
<b>Figura 9.</b> <i>Distribución porcentual según el entendimiento que poseen respecto al recuadro de ingredientes que tienen los productos en el empaque, comunidad Mata de Plátano – Simón Bolívar año 2022</i> .....	44
<b>Figura 10.</b> <i>Distribución porcentual según la suficiencia de la información del semáforo nutricional, comunidad Mata de Plátano – Simón Bolívar año 2022</i> .....	45
<b>Figura 11.</b> <i>Distribución porcentual según la frecuencia con la que elige un producto basado en la información del semáforo nutricional, comunidad Mata de Plátano – Simón Bolívar año 2022</i> .....	46
<b>Figura 12.</b> <i>Distribución porcentual según la frecuencia en la que se compara de acuerdo al uso del semáforo nutricional entre productos, comunidad Mata de Plátano – Simón Bolívar año 2022</i> .....	47



<b>Figura 13.</b> <i>Distribución porcentual según la percepción que tienen frente a la confiabilidad de la información del semáforo nutricional de alimentos y bebidas procesados, comunidad Mata de Plátano – Simón Bolívar año 2022.....</i>	48
<b>Figura 14.</b> <i>Distribución porcentual según los conocimientos que tienen sobre las consecuencias en la salud por el consumo frecuente de alimentos altos en azúcar, grasas y sal, comunidad Mata de Plátano – Simón Bolívar año 2022 .....</i>	49
<b>Figura 15.</b> <i>Distribución porcentual según la elección de compra de acuerdo a la información del semáforo nutricional de alimentos y bebidas procesados, comunidad Mata de Plátano – Simón Bolívar año 2022 .....</i>	50
<b>Figura 16.</b> <i>Distribución porcentual según la importancia que le dan a que el producto sea de buen precio, económico o barato, comunidad Mata de Plátano – Simón Bolívar año 2022.....</i>	51
<b>Figura 17.</b> <i>Distribución porcentual según la decisión de compra de alimentos de acuerdo a la influencia del semáforo nutricional, comunidad Mata de Plátano – Simón Bolívar año 2022 .....</i>	52
<b>Figura 18.</b> <i>Distribución porcentual según las acciones que tienen frente a los alimentos que presentan etiqueta roja, comunidad Mata de Plátano – Simón Bolívar año 2022.....</i>	53
<b>Figura 19.</b> <i>Distribución porcentual según la percepción en cuanto a la necesidad del semáforo nutricional para mejorar la salud de la población, comunidad Mata de Plátano – Simón Bolívar año 2022.....</i>	54

## Lista de Tablas

<b>Tabla 1.</b> <i>Tomas de referencia (IR)</i> .....	28
<b>Tabla 2.</b> <i>Distribución de la muestra según la edad, comunidad Mata de Plátano – Simón Bolívar año 2022</i> .....	36
<b>Tabla 3.</b> <i>Distribución de la muestra según el género, comunidad Mata de Plátano – Simón Bolívar año 2022</i> .....	37
<b>Tabla 4.</b> <i>Distribución de la muestra según el estado civil, comunidad Mata de Plátano – Simón Bolívar año 2022</i> .....	38
<b>Tabla 5.</b> <i>Distribución de la muestra según el nivel de educación, comunidad Mata de Plátano – Simón Bolívar año 2022</i> .....	39
<b>Tabla 6.</b> <i>Distribución de la muestra según el conocimiento u observación del semáforo nutricional en empaques de los productos, comunidad Mata de Plátano – Simón Bolívar año 2022</i> .....	40
<b>Tabla 7.</b> <i>Distribución de la muestra según el entendimiento de la información que tienen los productos con semáforo nutricional, comunidad Mata de Plátano – Simón Bolívar año 2022</i> .....	41
<b>Tabla 8.</b> <i>Distribución de la muestra según el conocimiento u observación en los empaques de los productos, recuadro de información nutricional, comunidad Mata de Plátano – Simón Bolívar año 2022</i> .....	42
<b>Tabla 9.</b> <i>Distribución de la muestra según el conocimiento u observación en los empaques de los productos, los ingredientes, comunidad Mata de Plátano – Simón Bolívar año 2022</i> .....	43
<b>Tabla 10.</b> <i>Distribución de la muestra según el entendimiento que poseen respecto al recuadro de ingredientes que tienen los productos en el empaque, comunidad Mata de Plátano – Simón Bolívar año 2022</i> .....	44
<b>Tabla 11.</b> <i>Distribución de la muestra según la suficiencia de la información del semáforo nutricional, comunidad Mata de Plátano – Simón Bolívar año 2022</i> .....	45
<b>Tabla 12.</b> <i>Distribución de la muestra según la frecuencia con la que elige un producto basado en la información del semáforo nutricional, comunidad Mata de Plátano – Simón Bolívar año 2022</i> .....	46
<b>Tabla 13.</b> <i>Distribución de la muestra según la frecuencia en la que se compara de acuerdo al uso del semáforo nutricional entre productos, comunidad Mata de Plátano – Simón Bolívar año 2022</i> .....	47

<b>Tabla 14.</b> <i>Distribución de la muestra según la percepción que tienen frente a la confiabilidad de la información del semáforo nutricional de alimentos y bebidas procesados, comunidad Mata de Plátano – Simón Bolívar año 2022.....</i>	48
<b>Tabla 15.</b> <i>Distribución de la muestra según los conocimientos que tienen sobre las consecuencias en la salud por el consumo frecuente de alimentos altos en azúcar, grasas y sal, comunidad Mata de Plátano – Simón Bolívar año 2022 .....</i>	49
<b>Tabla 16.</b> <i>Distribución de la muestra según la elección de compra de acuerdo a la información del semáforo nutricional de alimentos y bebidas procesados, comunidad Mata de Plátano – Simón Bolívar año 2022 .....</i>	50
<b>Tabla 17.</b> <i>Distribución de la muestra según la importancia que le dan a que el producto sea de buen precio, económico o barato, comunidad Mata de Plátano – Simón Bolívar año 2022.....</i>	51
<b>Tabla 18.</b> <i>Distribución de la muestra según la decisión de compra de alimentos de acuerdo a la influencia del semáforo nutricional, comunidad Mata de Plátano – Simón Bolívar año 2022 .....</i>	52
<b>Tabla 19.</b> <i>Distribución de la muestra según las acciones que tienen frente a los alimentos que presentan etiqueta roja, comunidad Mata de Plátano – Simón Bolívar año 2022.....</i>	53
<b>Tabla 20.</b> <i>Distribución de la muestra según la percepción en cuanto a la necesidad del semáforo nutricional para mejorar la salud de la población, comunidad Mata de Plátano – Simón Bolívar año 2022.....</i>	54
<b>Tabla 21.</b> <i>Tabla cruzada entre las actitudes y conocimientos, comunidad Mata de Plátano – Simón Bolívar año 2022.....</i>	55
<b>Tabla 22.</b> <i>Tabla correlacional entre las actitudes y conocimientos, comunidad Mata de Plátano – Simón Bolívar año 2022 .....</i>	55
<b>Tabla 23.</b> <i>Tabla correlacional entre las actitudes y conocimientos, comunidad Mata de Plátano – Simón Bolívar año 2022 .....</i>	56
<b>Tabla 24.</b> <i>Tabla cruzada entre las actitudes y prácticas, comunidad Mata de Plátano – Simón Bolívar año 2022.....</i>	57
<b>Tabla 25.</b> <i>Tabla correlacional entre las actitudes y prácticas, comunidad Mata de Plátano – Simón Bolívar año 2022.....</i>	57
<b>Tabla 26.</b> <i>Tabla correlacional entre las actitudes y prácticas, comunidad Mata de Plátano – Simón Bolívar año 2022.....</i>	57

<b>Tabla 27.</b> <i>Tabla cruzada entre los conocimientos y prácticas, comunidad Mata de Plátano – Simón Bolívar año 2022</i> .....	59
<b>Tabla 28.</b> <i>Tabla correlacional entre los conocimientos y prácticas, comunidad Mata de Plátano – Simón Bolívar año 2022</i> .....	59
<b>Tabla 29.</b> <i>Tabla correlacional entre los conocimientos y prácticas, comunidad Mata de Plátano – Simón Bolívar año 2022</i> .....	59

## Índice / Sumario

Introducción.....	1
EL PROBLEMA DE LA INVESTIGACIÓN .....	4
1.1 Planteamiento del problema .....	4
<b>1.1.1 Problematización</b> .....	4
1.2 Delimitación del problema .....	6
1.3 Formulación del problema.....	6
1.4 Preguntas de investigación.....	6
1.5 Determinación del tema.....	7
1.6 Objetivo general.....	7
1.7 Objetivos específicos .....	7
1.8 Hipótesis .....	7
1.9 Declaración de las variables (operacionalización) .....	8
1.10 Justificación.....	10
1.11 Alcance y limitaciones .....	11
MARCO TEÓRICO REFERENCIAL .....	13
2.1 Antecedentes .....	13
<b>2.1.1 Antecedentes históricos</b> .....	13
<b>2.1.2 Antecedentes referenciales</b> .....	15
2.2 Contenido teórico que fundamenta la investigación.....	17
<b>2.2.1 Nutrición</b> .....	17
<b>2.2.1.1 Dieta</b> .....	17
<b>2.2.1.2 Déficit Nutricional</b> .....	18
<b>2.2.1.3 Factores influyentes en la alimentación</b> .....	18
<b>2.2.1.4 Determinantes socioculturales</b> .....	19
<b>2.2.1.5 Determinantes ambientales y económicos</b> .....	19

<b>2.2.1.6 Los determinantes “intrínsecos”</b> .....	20
<b>2.2.2 Etiquetado Nutricional</b> .....	23
<b>2.2.2.1 Herramientas regulatorias nutricionales</b> .....	25
<b>2.2.2.2. Importancia de las etiquetas nutricionales</b> .....	26
<b>DISEÑO METODOLÓGICO</b> .....	32
3.1 Tipo y diseño de investigación .....	32
3.2 La población y la muestra .....	32
<b>3.2.1 Características de la población</b> .....	32
<b>3.2.2 Delimitación de la población</b> .....	33
<b>3.2.3 Tipo de muestra</b> .....	33
<b>3.2.4 Tamaño de la muestra</b> .....	33
<b>3.2.5 Proceso de selección de la muestra</b> .....	34
3.3 Los métodos y las técnicas .....	34
<b>3.3.1 Métodos Empíricos</b> .....	34
<b>3.3.2 Técnicas en Instrumentos</b> .....	34
3.4 Procesamiento estadístico de la información. ....	35
3.5 Consideraciones Éticas .....	35
<b>ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS</b> .....	36
4.1 Análisis de la situación actual .....	36
<b>4.1.1. Análisis univariado</b> .....	36
<b>4.1.2. Análisis bivariado</b> .....	55
4.2. Análisis Comparativo .....	61
4.3. Verificación de las Hipótesis .....	64
<b>CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES</b> .....	65
5.1 Conclusiones .....	65
5.2. Recomendaciones .....	67
Bibliografía .....	68

## Introducción

En América Latina, la obesidad se ha convertido en un problema de salud pública de suma relevancia; tanto que para el año 2020, la Organización Mundial de la Salud (OMS) afirmó que seis de los países con mayor obesidad en el mundo se encuentran en América Latina, teniendo como resultado que la obesidad mayor fue en México con 32,1%; en Venezuela 30,3%; Argentina 29,7%; en Chile de 29,4% mientras que Uruguay reportó 24,8%; Costa Rica 23,7%, y en Brasil fue de 18,8% (Chavez , Pedraza , & Montiel , 2019). En Ecuador la Encuesta Nacional de Nutrición y Salud (ENSANUT), establece que el 62,8% de la población ecuatoriana padece de sobrepeso u obesidad, y dichos resultados muestran que afectan de manera diferente a cada género, los hombres presentan una tasa de sobrepeso del 43,4%, y mujeres con una tasa de obesidad del 26,7%. (Celi Mero , 2020).

Frente a esta problemática el gobierno de Ecuador junto con el Ministerio de Salud Pública (MSP), ha implementado un nuevo reglamento sanitario de etiquetado de alimentos ultra procesados para consumo humano, que deben cumplir las industrias procesadoras de alimentos y que entró en vigencia el 15 de mayo del 2014. Para esto, se estableció un nuevo modelo de etiquetado nutricional, basado en la semaforización de los productos consumibles, que se diferencian por colores rojos, amarillos y verdes, según niveles; altos, medios y bajos, en contenido de: azúcar, grasa y sal. (Hoyos, Jacome, & Rendón, 2015).

A nivel nutricional, gran parte de la población ecuatoriana ha mostrado desconocimiento sobre este tipo de temáticas, y de la misma manera, a pesar de la implementación de un nuevo modelo de etiquetado nutricional empleado por el gobierno nacional, muchas personas desconocen la utilidad y la finalidad del instrumento, y en repetidas ocasiones se ha evidenciado que este último no ha sido considerado al momento de consumir alimentos; por lo que ante a esta problemática el presente trabajo tiene relevancia tanto teórica como práctica ya que permite aportar evidencia científica sobre el etiquetado nutricional y su relación con los conocimientos actitudes y prácticas en la selección de compra de alimentos procesados que será beneficiosa para futuras investigaciones y a la vez se logrará implementar estrategias con enfoque de educación nutricional y alimentaria para la población de estudio.

En cuanto a los objetivos, para la presente investigación se planteó como objetivo general, determinar los conocimientos, actitudes y prácticas del etiquetado nutricional en la selección de compra de alimentos procesados en adultos de la comunidad Mata de Plátano del Cantón Simón Bolívar en el año 2022; mientras que para los objetivos específicos, el primero se centra en identificar las principales características demográficas y económicas de las personas residentes en la comunidad Mata de Plátano, el segundo se enfoca en conocer el nivel de conocimiento, actitudes y prácticas del etiquetado nutricional a través de una encuesta en la compra de alimentos procesados, que por consiguiente permitirá relacionar los conocimientos, actitudes y prácticas del etiquetado nutricional con la selección de compra de alimentos procesados.

A nivel práctico, este estudio recurrirá de un instrumento propio explicado en la parte metodológica, que permite medir los conocimientos, actitudes y prácticas del etiquetado nutricional en la selección de compra de alimentos procesados, siendo la encuesta desarrollada bajo los criterios propuestos por la Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y Alimentación (FAO, por sus siglas en inglés).

Por último, se abarca la metodología empleada para la realización del estudio, que mantuvo un enfoque de investigación cualitativa, descriptiva, correlacional de tipo transversal no experimental; para ésta, se consideró una población conformada por adultos de 18 a 65 años quienes se encargaban de la compra de los alimentos en su hogar. A partir de esta población, se delimitó una muestra de tipo probabilístico, aleatorio simple.

Para el desarrollo del trabajo de investigación se utilizaron los métodos Analítico Sintético, que permitió llegar a la veracidad de la situación planteada discerniendo los elementos que presentan razón lógica entre sí, para acercarse a la problematización planteada y el método Hipotético deductivo, que sirvió de modelo del método científico, para plantear hipótesis y comprobarla en el enunciado.

Por otra parte, el instrumento aplicado fue el de la Encuesta creada bajo los criterios propuestos por la organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y Alimentación (FAO). Que se enfocó en determinar conocimientos, actitudes y prácticas sobre alimentación saludable y etiquetado nutricional que ayudan a



identificar su relación al momento de comprar los alimentos y a su vez el nivel de conocimiento de dicha población ante esta problemática expuesta y cómo puede afectar en su salud;

# CAPÍTULO I:

## EL PROBLEMA DE LA INVESTIGACIÓN

### 1.1 Planteamiento del problema

#### 1.1.1 Problematicación

Los cambios en los sistemas alimentarios de los países desarrollados y en vías de desarrollo han permitido que los patrones de alimentación se modifiquen pasando de una alimentación más natural o mínimamente procesada a un mayor consumo de productos ultra procesados como bebidas azucaradas, producto de panadería, helados, chocolates, conservas, edulcorantes, cremas o salsas fáciles de preparar (OPS, OMS., 2015); lo que influye en el desarrollo de Enfermedades Crónicas no Transmisibles (ENT), como la obesidad y las enfermedades cardiovasculares.

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), las ENT son las principales causas de muerte en el mundo y responsables de 38 millones (68%) de defunciones registradas en 2012, de las cuales, 16 millones (40%) se producen antes de los 70 años de edad. Un dato alentador es que en la última década se ha registrado una disminución constante (12%) de la tasa de mortalidad por ENT estandarizada por edad. En el mismo período, la probabilidad de muerte prematura por ENT se ha reducido 15% en el mundo, siendo los países de altos ingresos los que exhiben los mayores progresos gracias a la reducción de la mortalidad por enfermedades cardiovasculares (ECV) asociada a la disminución de la tasa de hipertensión arterial, el menor consumo de tabaco y los avances en el tratamiento médico de los trastornos hipertensivos. (Adrián Alberto Díaz, 2015).

La escala de obesidad en América Latina se ha convertido en un problema de salud pública en todos los países. Para el año 2020, las perspectivas de la OMS apuntaron a que seis de los países con mayor obesidad en el mundo, entre la población mayor de quince años, serían latinoamericanos: Venezuela, Guatemala, Uruguay, Costa Rica, República Dominicana y México; teniendo como resultado que la obesidad mayor fue en México con 32,1%; en Venezuela 30,3%; Argentina 29,7%; en Chile de 29,4% mientras que Uruguay reportó 24,8%; Costa Rica 23,7%, y en Brasil fue de 18,8%, representando la más baja de los 7 países, donde las mujeres mostraron

mayor prevalencia en todos los países estudiados (Chavez , Pedraza , & Montiel , 2019). En Ecuador la Encuesta Nacional de Nutrición y Salud (ENSANUT), establece que a nivel nacional el 62,8% de la población tenía sobrepeso u obesidad, y dichos resultados muestran que afectan de manera diferente, los hombres presentan una tasa de sobrepeso del 43,4%, y mujeres con una tasa de obesidad del 26,7%. (Celi Mero , 2020).

La Organización Panamericana de la Salud (OPS) y la OMS, ha recomendado el etiquetado nutricional como una política pública para la protección del derecho a la salud, argumentando que facilita el acceso a la información nutricional respecto a los paneles tradicionales y ayuda al consumidor a elegir alimentos calificados como saludables de acuerdo con un sistema de perfil de nutrientes, planteándose como una de las líneas de acción para la prevención de la obesidad en la niñez y adolescencia; y a su vez como apoyo en la educación al consumidor, para que tanto adultos como niños tengan conocimientos básicos en materia de nutrición. (Sierra Tobón, 2021).

En América Latina hace falta más información sobre la fabricación, la venta y el consumo de productos ultra procesados en cada país en particular, que pueda compararse a nivel internacional. Así, los gobiernos podrán entonces formular, acordar, adoptar y vigilar las políticas y los programas para fomentar pautas alimentarias saludables cuya calidad esté respaldada firmemente por la evidencia y que sean relevantes para el contexto local. (OPS, OMS., 2015).

Frente a esta problemática el actual gobierno de Ecuador junto con el Ministerio de Salud Pública (MSP), ha implementado un nuevo reglamento sanitario de etiquetado de alimentos ultra procesados para consumo humano, que deben cumplir las industrias procesadoras de alimentos y que entró en vigencia el 15 de mayo del 2014. Para esto, se estableció un nuevo modelo de etiquetado nutricional, basado en la semaforización de los productos consumibles, que se diferencian por colores rojos, amarillos y verdes, según niveles; altos, medios, bajos, en contenido de; azúcar, grasa y sal. (Hoyos, Jacome, & Rendón, 2015)

Como parte de este problema se cree conveniente imponer una restricción a las campañas publicitarias dirigidas a niños menores de 12 años y una prohibición de emisión durante los programas de televisión infantiles, sin embargo; esto tiene poco

impacto ya que los jóvenes permanecen frente a dispositivos electrónicos gran parte del tiempo, donde se ha observado que los alimentos considerados como chatarra son publicitados con mayor frecuencia en estos medios.

Estas publicaciones motivaron a investigar la eficacia del etiquetado como estrategia de educación alimentaria, determinando los conocimientos, actitudes y prácticas frente al etiquetado nutricional en la selección de compra de productos procesados por adultos de la comunidad de Simón Bolívar, Ecuador y así evidenciar como influye en su alimentación.

## **1.2 Delimitación del problema**

El presente estudio se realizará en adultos de la Comunidad Mata de Plátano del Cantón Simón Bolívar en el año 2022 sobre los conocimientos, actitudes y prácticas del etiquetado nutricional en la selección de compra de alimentos procesados.

**Línea de Investigación:** Salud Pública y bienestar humano integral.

**Sub línea de investigación:** Alimentación y Nutrición.

**Eje de programa de Maestría:** Atención primaria en Salud.

**Objeto de estudio:** Conocimientos, actitudes y prácticas frente al etiquetado nutricional.

**Unidad de Observación:** Adultos mayores de 18 años.

**Tiempo:** año 2022.

**Espacio:** Comunidad del Recinto Mata de Plátano del Cantón Simón Bolívar.

## **1.3 Formulación del problema**

¿Cómo los conocimientos, actitudes y prácticas del etiquetado nutricional influyen en la selección de compra de alimentos procesados en adultos de la comunidad Mata de Plátano?

## **1.4 Preguntas de investigación**

- 1 ¿Cuáles son las principales características demográficas de las personas residentes en la comunidad Mata de Plátano?

- 2 ¿Existe relación entre el etiquetado nutricional y las enfermedades crónicas no transmisibles?
- 3 ¿El nivel de conocimiento, actitudes y prácticas del etiquetado nutricional influyen en la selección de compra de alimentos procesados?
- 4 ¿Existe relación entre el nivel de conocimiento, actitudes y prácticas del etiquetado nutricional en la selección de compra de alimentos procesados?

### **1.5 Determinación del tema**

Conocimiento, actitudes, prácticas del etiquetado nutricional en la selección de compra de alimentos procesados en adultos de la comunidad Mata de Plátano del Cantón Simón Bolívar en el año 2022.

### **1.6 Objetivo general**

Determinar los conocimientos, actitudes y prácticas del etiquetado nutricional en la selección de compra de alimentos procesados en adultos de la comunidad Mata de Plátano del Cantón Simón Bolívar en el año 2022.

### **1.7 Objetivos específicos**

- Identificar las principales características demográficas de las personas residentes en la comunidad Mata de Plátano.
- Definir el nivel de conocimiento, actitudes y prácticas del etiquetado nutricional a través de una encuesta en la compra de alimentos procesados.
- Relacionar los conocimientos, actitudes y prácticas del etiquetado nutricional con la selección de compra de alimentos procesados.

### **1.8 Hipótesis**

La selección de compra de alimentos procesados está directamente relacionada con los conocimientos, actitudes y prácticas del etiquetado nutricional en los adultos de la comunidad Mata de Plátano del Cantón Simón Bolívar -Ecuador.

### 1.9 Declaración de las variables (operacionalización)

VARIABLES	DEFINICION	TIPO	INDICADOR	CRITERIO DE MEDICION	TECNICA	INSTRUMENTO
Edad	Tiempo que existe una persona desde su nacimiento.	Cuantitativa continua	Años Cumplidos	Años cumplidos	Aplicación de Encuesta	Encuesta CAP
Sexo	Características biológicas que definen a un ser humano como hombre o mujer.	Cualitativa nominal	Masculino Femenino	Género		
Nivel de Educación	Es el nivel educativo más alto que una persona ha terminado.	Cualitativa nominal	Primaria Secundaria Tercer Nivel Cuarto Ninguno	Escolaridad (Nivel)		
Conocimiento s del etiquetado nutricional	Es la percepción que tiene el individuo al momento de realizar la compra de alimentos.	Cualitativa nominal	Si No	¿Conoce o ha visto en el empaque de los productos, el semáforo nutricional de alimentos? ¿Entiende la información que tienen los productos con semáforo nutricional? ¿Conoce o ha visto en el empaque de los productos, el recuadro de información nutricional? ¿Conoce o ha visto en el empaque de los productos, los ingredientes? ¿Entiende el recuadro de ingredientes que tienen los productos en el empaque?		

Actitudes del etiquetado nutricional	Es el comportamiento que tiene el individuo para evaluar determinado modo, hacia la orientación de la selección de los productos alimenticios.	Cualitativa nominal	Si No Nunca Casi nunca Siempre Casi siempre Ns/nr	¿Cree usted que la información del semáforo nutricional es suficiente? ¿Cuándo compra alimentos y bebidas procesadas, ¿con que frecuencia elige un producto basado en la información del semáforo nutricional? ¿Con que frecuencia utiliza el semáforo nutricional para comparar entre productos? ¿Considera usted que la información del semáforo nutricional de alimentos y bebidas procesados, es confiable? ¿Ha escuchado sobre las consecuencias en la salud por el consumo frecuente de alimentos altos en azúcar, grasa y sal?	Aplicación de Encuesta	Encuesta CAP
Prácticas del etiquetado nutricional	Es el conjunto de actividades ya sean adecuadas e inadecuadas que realiza el ser humano al momento de realizar la compra donde analiza la información y los beneficios que brinda dicho alimento.	Cualitativa nominal	Mucho Algo Poco Nada Ns/nr Nada importante Poco importante Importante Muy importante Si No Consume más Consume menos Consume igual No los consume	¿Considera usted que la información del semáforo nutricional de alimentos y bebidas procesados, le ayuda en la elección de la compra? ¿Al momento de que elige un alimento o bebida procesada, ¿qué tan importante es para usted que sea de buen precio, económico o barato? ¿El semáforo nutricional influye en su decisión de compra de alimentos? Frente a los alimentos que tienen etiqueta roja, ¿usted los? ¿Considera que la implementación del semáforo nutricional es adecuada para mejorar la salud de la población?		

Elaborado por: Susana Reinoso

## 1.10 Justificación

Los alimentos procesados cada vez están más presentes en la dieta, la presencia de azúcar procesada, sal y grasas trans tienen un gran efecto sobre la salud de las personas. Existen varios elementos que influyen en la ingesta de los alimentos procesados, entre ellos los más relevantes; el desconocimiento de información del consumidor, el fácil acceso, el precio y la publicidad de mercadeo. (FAO, 2019, p. 39)

La ingesta excesiva de azúcares, grasas y sodio es un problema de salud pública, que se asocia directamente a las enfermedades crónicas no transmisibles entre ellas; sobrepeso u obesidad, enfermedades coronarias, diabetes y renales. Además, el desconocimiento de la información por parte del consumidor juega un papel importante en los factores denominados “nutrientes críticos” que es de preocupación para la salud pública. Ya que el etiquetado es una herramienta de advertencia en el frente de los empaques siendo simple, práctica y eficaz para informar al público sobre qué productos pueden dañar la salud y a su vez ayudan a orientar las decisiones de compra. (OPS, 2022)

Frente a esta problemática el presente trabajo tiene relevancia por su parte teórica ya que permite aportar en la parte de evidencia científica sobre el etiquetado nutricional y su relación con los conocimientos, actitudes y prácticas en la selección de compra de alimentos procesados que será muy beneficioso para futuras investigaciones y a la vez se logrará implementar estrategias con enfoque respectivo de educación nutricional y alimentaria para la población de estudio.

A la vez será un aporte de relevancia social que permitirá mejorar las técnicas de compra de la población objetivo con estrategias de educación alimentaria, para prevenir y evitar el consumo excesivo de alimentos procesados con alto contenido de azúcar, sal y grasas, y así disminuir la incidencia de enfermedades crónicas no transmisibles (ENT) que son causadas por una ingesta alimentaria excesiva.

Este estudio finalmente se llevará a cabo a través de una encuesta utilizada como instrumento en la parte metodológica ya que permite medir los conocimientos, actitudes y prácticas del etiquetado nutricional en la selección de compra de alimentos



procesados, siendo la encuesta desarrollada bajo los criterios propuestos por la Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y Alimentación (FAO, por sus siglas en inglés).

Se pretende trabajar con la comunidad Mata de Plátano debido a la necesidad de plantear estrategias que ayuden en la selección de alimentos saludables ya que se ha logrado observar en la población adulta el nivel de desconocimiento al momento de elegir los productos para su consumo.

Finalmente se generarán nuevas técnicas de intervención frente al etiquetado nutricional, ya que se elaborará una guía de compra de alimentos saludables en beneficio de la población de estudio.

### **1.11 Alcance y limitaciones**

El alcance de la investigación planteada es la pauta que se genera para las demás comunidades de las zonas rurales de las diferentes localidades en la población adulta, ya que se implementa para dar continuidad y seguimiento a mejorar las prácticas alimentarias, los conocimientos y actitudes al momento de seleccionar alimentos procesados en sus compras diarias, además de proponer nuevas estrategias en beneficio de la salud.

Asimismo, el involucrar a profesionales competentes de las instituciones de educación superior debido a la necesidad de requerir información o alguna colaboración que ayude teóricamente en práctica para las estrategias publicitarias nutricionales que sean empleadas de manera adecuada.

Por otra parte, considerando que los conocimientos, actitudes y prácticas alimentarias son factores influyentes en aspectos de alimentación y nutrición, y estos a la vez son importantes en el desarrollo del individuo, así como la adquisición de mejoras en temas de selección de alimentos saludables para generar buenos hábitos alimentarios. Sin embargo, cabe mencionar que estos condicionantes especialmente el desconocimiento influye de manera directa en la alimentación de las personas al no saber elegir alimentos saludables para un óptimo estado de salud.

Se pretende lograr identificar de qué manera los conocimientos, actitudes y practicas se relacionan entre sí a la hora de elegir los productos alimentarios y a su vez logren identificar que alimentos son más beneficiosos por medio del etiquetado nutricional debido a sus colores rojo, amarillo y verde que hace hincapié para que los individuos logren observar que tipo de productos son más saludables y accesibles para su consumo.

Otro de los alcances es el poder cubrir la población de estudio en un 100% ya que es enfocada en adultos que realicen compras de alimentos para su hogar que pertenezcan a la comunidad, facilitando la información necesaria para la obtención de los resultados de estudio en un determinado tiempo.

Añadido a este trabajo de investigación se implementará de manera integral la población de estudio, facilitando la aplicación de la herramienta necesaria como una encuesta CAP para el levantamiento de la información. En las limitaciones seria la falta de información actualizada ya que sería de gran ayuda para lograr crear nuevas pautas y estrategias en beneficio de la salud integral de las personas.

Por otra parte, se tiene la participación por parte de la población objetiva ya que tiene que ser libre y voluntaria y todo aquel que no desee participar debido a su nivel de conocimiento, limitaciones físicas y mentales al no poder responder las preguntas que se realizaran será un factor predisponente en cuanto a la investigación al no tener la debida acogida, predisposición y así la intervención sería aún más limitante.

## CAPÍTULO II

### MARCO TEÓRICO REFERENCIAL

#### 2.1 Antecedentes

##### 2.1.1 Antecedentes históricos

La investigación, en esta sección propone recorrer la historia del uso y supervisión de la información relativa a la calidad nutricional de los productos alimenticios que circulan en los mercados a través de su etiquetado. Se inscribe así en el marco de la sociología económica al centrarse más particularmente y desde una perspectiva histórica en la aparición de dispositivos destinados a “equipar” la elección nutricional de los consumidores.

Entre estos dispositivos, el etiquetado nutricional y las declaraciones nutricionales y de salud, correspondientes, para el primero, a la manifestación bíblica y normativa de la calidad nutricional de los productos agroalimentarios y, para el segundo, a su uso comercial, están en el centro del estudio. Después de rastrear los respectivos inicios del uso comercial dimensional de salud de los alimentos por medio de las campañas publicitarias a finales del siglo XIX, un ejemplo tenemos la marca estadounidense de avena para el desayuno Quaker Oats, lo que se pretende resaltar aquí, es la evolución de las regulaciones que enmarcan tanto el etiquetado nutricional como el marketing (Rodríguez, 2016).

Se tomó como punto de partida, la América de los años 40 para llegar finalmente a la situación europea actual y, por tanto, se opera un movimiento tanto cronológico como geográfico entre América y Europa, pasando por Inglaterra. Este desplazamiento permite medir las dificultades propias de la medición nutricional de los alimentos, su expresión y su movilización en el marco de estrategias públicas y privadas que tienen como objetivo orientar, persuadir y equipar a los individuos en sus elecciones de estilo de vida y de consumo. (Rinke, 2021).

Esta retrospectiva regulatoria se inicia en un momento en el que se cuenta con todos los instrumentos necesarios para el desarrollo futuro de la información nutricional. Fue en 1957 cuando se firmó el Tratado de Roma, el primer tratado fundacional de la

unificación del mercado europeo. En base a este tratado, toda una serie de reglas y normas regirán los cada vez más numerosos intercambios comerciales a escala europea. En este contexto, la información que se da a los consumidores, como ocurría en 1905, se sustenta en una concepción cartesiana de un consumidor racional, normalmente informado y que toma decisiones informadas. Cabe señalar que en esta configuración la protección del consumidor era más una consecuencia que una causa directa de la introducción de sistemas de etiquetado armonizados. (Greenfield, 2012).

El estudio también muestra que, a nivel europeo, las nociones de salud y buena alimentación, más allá de los avances científicos y las controversias en este ámbito, también presentan distintas variaciones según el país y el sector de actividad. Así, en cuanto a la regulación de la información nutricional comercial, países del norte como Reino Unido o los países nórdicos llevan al menos veinte años integrando esta regulación en el marco de políticas de salud pública más globales, a diferencia de países del sur como Francia o Italia. Estas diferencias se encuentran pues a nivel europeo, como lo demuestra el reglamento europeo n°1169/2011, votado en 2011. Este reglamento, si bien ha hecho obligatorio el etiquetado nutricional (Diario Oficial UE, 2011).

Si se puede tratar del surgimiento de la normativa sobre el etiquetado general, directamente ligada a la constitución y armonización del mercado europeo durante la década de 1970. Esta iniciativa continuó en 1975 con la creación de un comité asesor sobre productos alimenticios con el objetivo de involucrar a los actores privados, así como a los consumidores, en las decisiones que afectan al sector alimentario. (SPENELC, 2011).

Seguidamente, la aparición del tema nutricional durante la década del año 1980, marcada en un lado por los temores alimentarios vinculado a las crisis de salud y, por otro lado, en un creciente enfoque social sobre la cuestión del aumento de enfermedades crónicas como el cáncer, la obesidad y las enfermedades cardiovasculares. (Fernandez, 2017)

Más allá de los riesgos para la salud vinculados a los alimentos, fuertemente publicitados por sucesivas crisis sanitarias como la EEB o las dioxinas, la cuestión alimentaria también está fuertemente marcada por las preocupaciones sobre la

calidad de los productos. Sin embargo, esta noción de calidad debe tomarse más bien en un sentido plural (Cruz et al., 2010).

Los productos alimenticios tienen varias cualidades: cualidades intrínsecas y cualidades vinculadas a su método de fabricación, a los lugares y condiciones de producción. Estas diferentes cualidades no son datos de partida que siempre habrían estado allí. Para existir y constituir dimensiones concretas y objetivas de los productos, han sido objeto de procesos de definición, construcción, estabilización y en ocasiones institucionalización que tuvo lugar durante varias décadas. (Caballero, 2019).

Así, se trata de seguir la evolución de este tema nutricional por medio del análisis de las leyes europeas relativas, se tiene en primer lugar, el etiquetado general de los productos alimenticios y, en segundo lugar, al etiquetado nutricional. También se verifica que este tema se ha desarrollado mayor en el contexto de las políticas de lucha contra el cáncer y luego contra la obesidad. (Díaz, 2017)

### **2.1.2 Antecedentes referenciales**

Según Damián et al. (2016) expresan que, el ejemplo de los nutrientes es elocuente en este sentido. Cuando se consume un alimento se ve el producto como un todo, no se puede ver a simple vista los nutrientes que lo componen. En comparación a la presente investigación, para poder elegir los productos en función de su aporte nutricional, es necesario poder hacerlo visible y accesible a las personas sin instrumentos de análisis fiables. Este es el papel que juegan las etiquetas y las normas que las rigen.

Ravelli. et al. (2021) manifiestan que, sin envases ni etiquetas, no es posible conocer el valor y la composición nutricional de un producto y adoptar un comportamiento “nutricionalmente responsable”. Cuando se quiere entender la calidad nutricional se debe tener en cuenta la construcción del soporte material sobre el que se registra.

Por lo cual, en esta investigación, los envases no son solo el lugar donde se expresan los marcos normativos, también son el espacio de comunicación preferido por los fabricantes. Las cualidades que sustentan son también el resultado de estrategias de diferenciación por parte de los fabricantes, encaminadas a captar consumidores en lo

que se puede calificar como un verdadero “trabajo de mercado” de singularización de productos (Ravelli. et al., 2021).

En su análisis Jaimovich. et al. (2010) indica que, en un mercado competitivo en el que los productos están estandarizados, la calidad también entra en juego como un factor en las elecciones de producción y consumo. Efectivamente, y así se sostiene en la investigación, los productos de consumo, más allá de su valor estrictamente de mercado, son objeto de procesos de calificación que conducen tanto a su estandarización como a su singularización y que hacen que estos bienes sean heterogéneos entre sí, planteando así con agudeza la cuestión de la elección.

Damián et al. (2016) manifiesta que, las etiquetas de los alimentos son útiles para conocer la composición de los productos alimenticios envasados. Por ley, las etiquetas deben indicar, entre otras cosas, el contenido de kilocalorías (kcal) y kilojulios (kJ), grasa, grasa saturada, carbohidratos, azúcar, proteína y sal por 100 gramos (g) o 100 mililitros (ml).

En comparación al punto de vista personal, esta información debe exhibirse en el mismo lugar y generalmente se encuentra en la parte posterior del empaque. Cierta información también se encuentra a menudo en el frente de los paquetes. La información nutricional también se puede expresar en porciones e incluir el contenido de fibra. Si aparece una declaración de propiedades nutricionales en la etiqueta, también se debe incluir el contenido relevante, como vitaminas y minerales. (Sanitario, 2014)

En sus investigaciones Fornasini et al. (2018) manifiesta que, una declaración de propiedades saludables, comunica, sugiere o da a entender que existe un vínculo entre un alimento o un ingrediente y un efecto sobre la salud, como la siguiente declaración: *“contiene calcio necesario para el crecimiento óseo”*.

Esto confirma la línea de pensamiento en el análisis en la que se asegura que, los fabricantes pueden presentar pruebas para respaldar las afirmaciones, que luego son revisadas por las autoridades competentes. Las declaraciones autorizadas se agregan a un registro que contiene las condiciones de consumo (por ejemplo, la cantidad de ingredientes necesaria para obtener el beneficio para la salud esperada). (Ortega, 2020).

## 2.2 Contenido teórico que fundamenta la investigación

### 2.2.1 Nutrición

La nutrición se ocupa de las funciones de los nutrientes en el cuerpo humano y sus interacciones, así como de las necesidades nutricionales de los individuos y las poblaciones. También tiene en cuenta los elementos que influyen en la elección de alimentos, como los comportamientos y el entorno alimentario formado por factores socioeconómicos, tecnológicos u otros. (Carbajal, 2013).

Los profesionales formados en nutrición contribuyen a través de sus intervenciones a promover y restaurar la salud de las personas y las poblaciones a través de la alimentación saludable y el placer de comer. Hay varias definiciones de nutrición, pero todas establecen que:

- Es una ciencia encrucijada de varias disciplinas científicas, ya sea:
  - Ciencias biológicas como fisiología, bioquímica y microbiología;
  - Ciencias de la educación, la comunicación y el comportamiento, incluidas la psicología y la antropología;
  - Ciencias de la tierra, incluida la tecnología de los alimentos y la composición de los alimentos, y la reología;
  - Ciencias sociales y administrativas (economía, sociología, gestión). (RCAN, 2019).

#### 2.2.1.1 Dieta

La dieta es la ingestión de alimentos para suplir a todos los organismos con sus necesidades nutricionales o medicinales, para sus funciones vitales, incluido el crecimiento, el movimiento, la reproducción y el mantenimiento de la temperatura corporal (Lozano, 2011).

La dieta es el consumo de alimentos por parte de los organismos para satisfacer sus necesidades dietéticas, principalmente para la energía y el crecimiento. La alimentación puede ser autótrofa o heterótrofa, y no debe confundirse con la nutrición, ya que esta última se da a nivel celular y la primera es la acción de ingerir alimentos. (Vercruzana, 2017).

La Primera regla a seguir, y no menos importante: comer al menos un alimento de cada familia todos los días, es decir:

- Una porción de almidones;
- Una porción de frutas y verduras,
- Carne – pescado – huevos;
- Productos lácteos;
- Grasas (buenas), en pequeñas cantidades.

Cada uno cubre, a la vez que se complementa, el aporte nutricional diario que el cuerpo necesita para estar en buena forma; otro elemento imprescindible que no se debe olvidar en el día a día es el agua (FAO, 2017).

### **2.2.1.2 Déficit Nutricional**

Se usa el término déficit nutricional cuando el organismo no recibe todos los macronutrientes (proteínas, lípidos y carbohidratos) y micronutrientes (vitaminas, sales minerales y oligoelementos) necesarios para su correcto funcionamiento. Esto puede ocurrir cuando estos elementos están ausentes en la dieta o cuando el organismo tiene ciertas dificultades para absorberlos o asimilarlos. (Bilbao, 2020)

En caso de carencia puede haber desnutrición, y en caso de exceso puede haber sobrenutrición como sobrepeso u obesidad. En fisiología, la comida es distinta de la nutrición, un concepto considerado más amplio, que involucra los procesos metabólicos de un organismo para utilizar los nutrientes que ha ingerido a través de los alimentos. A pesar de las distinciones disciplinarias, los términos: dieta y nutrición a menudo se han utilizado como sinónimos en algunas ramas de la medicina y en el lenguaje común. (Fernández, 2020).

### **2.2.1.3 Factores influyentes en la alimentación**

Las elecciones de alimentos son complejas y están influenciadas por una combinación de varios factores que interactúan entre sí. Estos factores influyentes incluyen determinantes biológicos/fisiológicos (p. ej., hambre, apetito), determinantes psicológicos (p. ej., estrés), determinantes socioculturales (p. ej., cultura, familia, compañeros), determinantes ambientales y económicos (p. ej., costo, disponibilidad,



marketing y medios). También hay factores “más intrínsecos” como preferencias personales, actitudes, creencias, conocimientos, consideraciones de salud, etc. (Jiménez, 2016).

#### **2.2.1.4 Determinantes socioculturales**

##### **La familia**

La familia juega un papel importante en la elección de alimentos. Se ha demostrado que la elección de los alimentos por parte de los adolescentes fue similar a la de sus padres, quienes fueron influenciados por su consumo. Las investigaciones muestran que comer con miembros de la familia también tienen beneficios, y un menor riesgo de abuso de sustancias en los adolescentes. El ejemplo de los padres, la disponibilidad de alimentos en el hogar, la exposición a la diversificación alimentaria, la composición de las comidas y las comidas en familia contribuyen al consumo de alimentos saludables, especialmente frutas y verduras y lácteos. (Vásquez, 2015).

##### **Pares**

Los compañeros (p. ej., amigos) desempeñan un papel en la elección de alimentos. Así, en su estudio, Lytle y Coll (2003) muestran que el consumo de frutas y verduras podría aumentar en los adolescentes (13 años), si sus amigos valoraran este tipo de consumo alimentario. La mirada de los compañeros puede ser percibida, especialmente por los jóvenes adolescentes, como aprobación, una especie de "apoyo social" que conducirá a la elección de productos saludables y a la reducción del consumo de productos no saludables como refrescos o catering rápido.

#### **2.2.1.5 Determinantes ambientales y económicos**

##### **Disponibilidad de comida**

Es un factor importante en la elección de productos alimenticios saludables, por lo que una mayor disponibilidad de frutas y verduras, particularmente dentro del hogar, incrementaría su consumo. Obviamente, es lo mismo para todos los lugares donde hay comida disponible (por ejemplo, la escuela) (EUFIC, 2006).

## **Ingreso, costo y categoría socio-profesional**

Cada uno de estos desempeña un papel en la elección de alimentos. Sin embargo, el factor más importante es probablemente el costo de los mismos. Este costo generalmente conduce a alimentos ricos en azúcares y grasas debido a su contenido energético. En su revisión de la literatura, French y Coll (2003) mostraron que la reducción del precio de los alimentos saludables aumentaba su consumo. Así, cuanto mayor era la reducción, más aumentaba el consumo de este tipo de alimentos y las ventas pueden incluso multiplicarse por cuatro.

## **Las instituciones**

Al igual que la escuela, contribuir al consumo de alimentos saludables; de hecho, dependiendo de lo que se sirva en el “autoservicio”, afectará las elecciones de consumo (Álvarez, 2018). Una mayor elección de alimentos saludables, como la reducción del número de días de disponibilidad de patatas fritas, no solo conducirá a una mejor alimentación, sino también a un mayor cumplimiento de las recomendaciones nutricionales. Así, una mayor disponibilidad y accesibilidad de alimentos saludables, como frutas y verduras, dentro de las instituciones aumentaría su consumo.

### **2.2.1.6 Los determinantes “intrínsecos”**

#### **Preferencias personales**

Es decir, la apreciación de ciertos alimentos, y en particular el sabor de los mismos, sería predictivo del consumo de alimentos saludables. De hecho, cuanto más se aprecie la comida, más se consumirá. (FAO, 2018).

#### **El conocimiento personal en nutrición**

La información nutricional del envase influiría en la elección de alimentos, la cual llevaría a elegir alimentos saludables, en particular por consideraciones de salud. Sin embargo, esto no siempre es cierto ya que, según ciertos estudios realizados en una población de adolescentes, no fue la falta de conocimientos lo que los llevó a consumir “comida chatarra”, en detrimento de una alimentación saludable, sino el hecho de que no transpusieron su conocimiento a su práctica. (FAO, 2018)

## **Consideraciones de salud**

Las consideraciones de salud pueden tener un impacto significativo en las elecciones de alimentos, lo que conlleva a consumir un alimento sobre otro. Esto ha sido demostrado por Wongprawmas et al. (2021). En su estudio realizado en una población italiana, los participantes, interrogados sobre sus hábitos alimentarios, declararon que hicieron su elección según criterios de “salud”; incluso prefiriendo, para ello, leer las etiquetas por sí mismos que fiarse de las campañas de marketing. (Pérez, 2020).

Era importante para ellos comer alimentos que los mantuvieran saludables respetando la disponibilidad estacional. El predominio del factor salud también se destacó en una población libanesa en donde, las “afirmaciones de salud” también son importantes, los estudios realizados sobre el tema han demostrado que la reducción del contenido de sodio, azúcar y grasa aumentaría la aceptación del consumidor del “producto mejorado en términos de salud”. (FAO, 2017, p. 37)

## **Creencias personales**

En las creencias personales sobre un alimento tendrán un impacto en las respectivas elecciones de alimentos. De hecho, influirán en la actitud hacia él, llevando a consumir un alimento en lugar de otro. Según Haerens et al. (2008), una actitud favorable hacia el consumo de frutas y alimentos “bajos en grasas” conducirá a la adopción de una dieta saludable como recomiendan los investigadores.

## **Las costumbres**

Los hábitos de consumo influyen en las elecciones. La elección frecuente de un alimento en particular contribuirá a su consumo; cuanto más frecuentemente se come un alimento saludable, más fácil será repetirlo. Esto es particularmente importante en los adolescentes. Así, “es el hábito y no la intención el que se convierte en factor de influencia” (Duarte et al., 2015).

## **Las prácticas, conocimientos y creencias alimentarias**

El ejemplo del marketing nutricional, lejos de haber sido un obstáculo para los actores del mercado, en donde el desarrollo de una moralidad nutricional también ha representado una verdadera fuente de inspiración y renovación para los productores, ha dado una imagen que en muchos casos se cree más a la publicidad que a las fuentes científicas (Castañeda & Ramos, 2020).

Todos los seres humanos tienen diferentes necesidades nutricionales, que varían según el estado de salud, la edad, el sexo y los requerimientos energéticos. El etiquetado nutricional es útil para elegir productos que cumplan con los objetivos y necesidades de salud. (Hernández, 2004). Por ejemplo, puede ser beneficioso para un adulto, mirar y comprender la información de las etiquetas de los alimentos si su objetivo es reducir su consumo de sal a menos de 5 a 6 gramos por día (el límite recomendado para un adulto) (OMS, 2016).

En general, para alcanzar las metas de salud, es importante considerar el tamaño de las porciones, preguntar qué porción del producto se requiere para consumir dada la información nutricional relacionada con el mismo. Se tiene en cuenta que la cantidad de alimentos que se consumen puede ser diferente de lo que se indica como tamaño de porción en las etiquetas (NIH, 2018).

## **Comer sano es demasiado caro**

Varios alimentos saludables ayudan a ahorrar en el carrito de compras. El tofu y las legumbres contribuyen a una dieta sana y nutritiva y son muy asequibles. El arroz integral y los panes integrales normalmente tienen el mismo precio que sus contrapartes refinadas. Las frutas y verduras frescas de temporada son muy asequibles, sin mencionar las verduras congeladas que están a la venta todo el año y, a menudo, son incluso más nutritivas que las verduras frescas importadas (GIC, 2013).

## **La sal marina preferible ante la sal de mesa**

No hay diferencia en cómo el cuerpo procesa la sal de mesa y la sal marina, estos tipos de sal contienen la misma cantidad de sodio por cucharadita, 5 mg de sal (una

cucharadita) contiene 2300 mg de sodio. Los adultos saludables solo necesitan 1500 mg de sodio por día (GFW, 2015).

### **El uso de aceite de oliva en grandes cantidades**

Aunque el aceite de oliva es un aceite saludable que tiene la propiedad de reducir el colesterol en sangre y por tanto reducir el riesgo de enfermedades cardiovasculares, consumido en grandes cantidades puede aumentar el riesgo de sobrepeso y obesidad (Nutrición, 2020). El aceite de oliva tiene muchas mejores grasas que la mantequilla, pero ambas opciones contienen la misma cantidad de calorías por volumen. Se recomienda un máximo de 2-3 cucharadas (30-45 ml) por día de cualquier grasa añadida combinada, incluido el aceite de oliva. Tomar una cucharada (15 ml) de más por día en términos de calorías puede aumentar el peso corporal en 10 libras por año (Vásquez, 2021).

### **Eliminar gluten en la Dieta**

No hay razón para eliminar el gluten en la población sana. La enfermedad celíaca, o alergia al gluten, solo está presente en el 0,5 al 1% de la población. Esto se ha convertido en una práctica mayor ya que en un tratamiento para obtener resultados precisos de anticuerpos, los pacientes deben completar un "desafío con gluten", en el que solo deben de consumir una cantidad específica de alimentos que contienen gluten durante algún tiempo (Jones, 2017).

### **2.2.2 Etiquetado Nutricional**

La cuestión nutricional permaneció ausente hasta finales de la década de 1980, cuando la lucha contra el cáncer apareció en la agenda política europea. La cuestión nutricional no es un asunto reciente que habría sido introducido por los problemas relacionados con la obesidad. Fue principalmente con la implementación de los planes de control del cáncer a fines de la década de 1980 y a lo largo de la década de 1990, que este tema nutricional se introdujo y generalizó para finalmente convertirse en un tema integral de las políticas de prevención en salud (Salas & Peiró, 2013).

El primer plan data de 1986, en su resolución el Consejo Europeo evoca la posibilidad de actuación en materia de “Nutrición y alcohol” para prevenir los riesgos de cáncer. “Mejorar la nutrición” se convirtió en objetivo oficial dos años más tarde con la implementación de las acciones previstas en el plan de cáncer definido en 1986. Esto dio lugar a la redacción de un proyecto de ley que trató más específicamente del etiquetado nutricional de los alimentos (Carbajal, 2021).

Esta directiva hace obligatorio el etiquetado nutricional si aparece una afirmación nutricional o de salud en el empaque o en los medios publicitarios asociados con el producto. Así, la tabla de valores nutricionales encuentra su origen en la política de lucha contra el cáncer y no en el marco de la lucha más actual contra la epidemia de obesidad (López, 2014).

A principios de la década de 1990, la información nutricional se convirtió así, no solo en un elemento de armonización del mercado común, sino también en un elemento central de las políticas, en el proceso de empoderamiento, de prevención de la salud pública y de protección del consumidor (Galarza et al., 2019).

En una resolución sobre salud y nutrición, el Consejo expresó su preocupación por las consecuencias del aumento de la obesidad y el sobrepeso, en particular entre los niños y adolescentes; el Consejo también justificó su acción al enfatizar que la mala nutrición conduce a mayores costos sociales y de salud para los estados miembros (Cruz, 2013).

Esta resolución respaldó el deseo del Consejo de colocar la nutrición en el centro de las políticas de salud pública. La solución que se plantea entonces, se basa enteramente en la prevención y la educación del consumidor, como lo demuestra la primera propuesta de esta resolución: Desarrollar la capacidad de la población, desde la primera infancia y en todas las etapas de la vida, para realizar elecciones informadas de consumo, mediante la promoción de actitudes y hábitos alimentarios favorables a la salud, así como mediante la provisión de información sobre este tema (Díaz et al., 2017).

El etiquetado es un objetivo más específico ya que esta resolución invita al comité a desarrollar el uso del etiquetado nutricional adaptándolo a las necesidades de los consumidores, así como otros medios de información nutricional (ONU, 2017).

Es así que, el Consejo recuerda que los estilos de vida poco saludables contribuyen significativamente cada vez más a la carga que representan las enfermedades crónicas y por ello propone desarrollar iniciativas que permitan a los ciudadanos elegir alimentos saludables, asegurando que las dietas saludables sean disponibles y accesibles (OMS, 2020).

En primer lugar, se tiene claro que la persona, es responsable de su estilo de vida y la de sus hijos, sin negar la importancia e influencia de su entorno en su debido comportamiento. En segundo lugar, solo un consumidor informado puede tomar decisiones informada, por lo que se palpa las cuestiones de importancia del etiquetado y su centralidad en tal concepción de la prevención (Barrio, 2017).

### **2.2.2.1 Herramientas regulatorias nutricionales**

Dos programas anuncian los inicios de una política europea de protección de los consumidores, el primero de 1975 y el segundo, más detallado, de 1981. Estos programas debían ser desarrollados, mejorados y equipados con varias herramientas regulatorias y normativas a lo largo de la década de 1980. Sin embargo, durante las siguientes dos décadas, la acción de Europa se basaría más en incentivos que en una verdadera prescripción (Parrondo, 2001).

Por tanto, fue necesario esperar hasta finales de la década de 1990 para que el derecho a la salud se convirtiera en un proyecto político real e independiente, aunque estuviera legitimado en el Tratado de Maastricht firmado en 1992, en donde toda persona tiene derecho a un nivel de vida adecuado, así como a su familia, la salud y el bienestar, incluidos la alimentación, vestimenta, la vivienda, la atención médica y los servicios sociales necesarios, etc. (Elmendorf, 2017).

En este contexto, la ciencia de la nutrición se ha convertido en un eslabón fundamental en las políticas públicas puestas en marcha para prevenir y combatir la obesidad. Pero también, la nutrición es hoy un concepto ampliamente movilizad por los productores para innovar y promocionar sus productos. Las industrias alimentarias y agrícolas han formado organismos internacionales. A través de ellos, las autoridades nacionales y extranjeras pueden mantener un diálogo con los sectores de producción y venta de alimentos (Díaz, 2013).

Esta cuestión nutricional, que hoy parece tan evidente, debe su existencia únicamente a la puesta en marcha de mecanismos de coordinación que, basados en la medición y el cálculo, tienen como objetivo proporcionar información nutricional que el consumidor considere utilizable y que también se supone que influye en las elecciones de producción. El sector privado es probablemente el principal determinante del suministro de alimentos; por lo tanto, es en interés de ese sector a participar en el desarrollo e implementación de políticas que promuevan la salud. (Region, 2004, p. 19).

Esta “coordinación nutricional” de oferta y demanda en el mercado alimentario pasa esencialmente por un etiquetado nutricional, construido y codificado a nivel europeo y que se traduce en una tabla de valores nutricionales presente en la gran mayoría de los envases. Por lo tanto, el etiquetado es un dispositivo que juega un papel importante en el consumo de alimentos, representa la interfaz entre toda una serie de actores que van desde los productores hasta los consumidores, pasando por los distribuidores y las personas jurídicas nacionales o supranacionales. (Carranza, 2011).

Sin embargo, el etiquetado de los productos también plantea la cuestión de la armonización del mercado europeo. Es, por tanto, en la legislación europea como latinoamericana, en particular de Ecuador y en su evolución donde se quiere centrar toda la atención para rastrear la aparición, construcción y estabilización del estándar nutricional como operador de coordinación de acciones en el mercado alimentario (López & Restrepo, 2014).

#### **2.2.2.2. Importancia de las etiquetas nutricionales**

Es útil comprender la información nutricional en los envases de los alimentos. Las etiquetas de información nutricional informan sobre la nutrición de un producto en particular. Esta información incluye el tamaño de la porción, la cantidad de porciones en el paquete, las calorías por porción y la cantidad de diversos nutrientes que contiene el producto. Una vez que se comprenda las etiquetas, se puede seguir una dieta saludable y hacer mucho más fácil la elección de los alimentos más nutritivos (Sánchez, 2018).



El etiquetado de los alimentos es vital, no solo es un requisito legal si es un productor de alimentos, sino que también ayuda a los consumidores a tomar decisiones informadas al comprar alimentos, además que les permite almacenar y utilizar los alimentos que compraron de manera segura. Ya sea que suministre restaurantes o supermercados, los requisitos son los mismos, por lo tanto, es importante comprender sus responsabilidades e importancia. (FAO, 2020).

Desde el año 2016, es un requisito legal que las empresas de producción de alimentos muestren información nutricional en la parte posterior de todos los alimentos pre envasados. Además de garantizar que cumpla con sus responsabilidades legales, la información nutricional puede ayudar a los consumidores a llevar vidas más largas y saludables. (Díaz, 2017, p. 5) Pues los clientes están más interesados que nunca en la información nutricional, especialmente porque la cantidad de enfermedades y problemas de salud relacionados con los alimentos va en aumento. Por lo tanto, muchas personas optan por alternativas más nutritivas y deben conocer la información nutricional y dietética de todos los alimentos que compran. (Murillo, 2018).

El etiquetado nutricional, representa la tarjeta de identidad de los productos alimenticios; informa sobre la composición, los ingredientes y sus cantidades relativas, además de la calidad, el origen, el procesamiento y la conservación. Esta información le da al consumidor la oportunidad de elegir conscientemente qué comprar, podría ayudar concretamente a proteger y mejorar la salud, si las elecciones están respaldadas por unos conocimientos básicos de alimentación sana, basados en una dieta equilibrada y variada. (López, 2014)

La información nutricional proporcionada en los empaques suele ser seleccionada sobre la base de la coherencia con las recomendaciones dietéticas. La selección de los nutrientes o componentes alimentarios específicos que se enumerarán debe tener en cuenta además el espacio de la etiqueta, la viabilidad analítica de medir el componente nutricional particular dentro de la matriz alimentaria y los costos relativos de tales análisis. (Consejería de Sanidad, 2018)

En Latinoamérica, el etiquetado fue implementado como una estrategia respectiva de la salud pública, para establecer evaluaciones y monitoreo del adecuado etiquetado, por el Instituto Nacional de Salud Pública. (Cárdenas, 2020) En los últimos años, se

muestra gran interés por la respectiva información dentro de la etiqueta que aparece en los productos; y entre varias etiquetas o modelos de la misma, las personas buscan más la etiqueta denominada “semáforo alimenticio” debido a que muestra la cantidad de glucosa, grasa y sales de una manera más especificada. (Rodríguez, 2016, p. 130)

### Ingestas de Referencia

Las “Ingestas de Referencia” (IR) orientan sobre la cantidad de nutrientes y energía que se necesita para llevar una dieta equilibrada y saludable a diario (Blanco et al., 2018).

**Tabla 1:** Tomas de referencia (IR)

	Para 2.000 kcal/8.400 kj
CONTENIDO TOTAL DE GRASA	70 g
Incluyendo grasas saturadas	20 g
CARBOHIDRATOS	260 g
De los cuales azúcares	90 g
PROTEÍNAS	50 g
SAL	6g

*Nota de la tabla. Tomas de referencia para una mujer de perfil de 2.000 kcal.*

Una etiqueta también puede indicar el contenido nutricional de un producto como un porcentaje de la IR. Por ejemplo, si un producto contiene 4,9 g de grasa, esto representa el 7% de la ingesta diaria total de grasa de referencia, que son 70 gramos. Las IR se muestran en la parte posterior de los productos y algunos fabricantes también los presentan en el frente del empaque. Como los productos pueden ser de diferentes tamaños, también puede ser útil compararlos observando su contenido de energía y nutrientes por cada 100 gramos. La información por porción también puede ser útil para comparar artículos envueltos individualmente que están destinados a una persona (Cuervo, 2009).

Además de la información nutricional obligatoria en las etiquetas, en algunos países se utilizan otras formas de presentación de la información, como los códigos de colores (FAO, 2007).

Por otro lado, las declaraciones de propiedades saludables y nutricionales sugieren que un producto tiene una propiedad beneficiosa basada en la presencia de uno o más ingredientes. Estas afirmaciones deben cumplir con las normativas, que protegen de la publicidad engañosa y permite comparar productos de forma justa (Consumo, 2020).

### **Logotipos nutricionales**

Los logotipos y símbolos de salud tienen como objetivo interpretar la información nutricional, atraer la atención de los consumidores y aumentar el uso de las etiquetas, especialmente cuando el tiempo es limitado. No son obligatorios según algunas legislaciones, pero están regulados en algunos países (OPS, 2017).

### **La consagración del etiquetado nutricional**

Junto al establecimiento de una política general en materia de salud pública y de los consumidores, Ecuador se enfrenta al problema que plantea el uso cada vez más generalizado de argumentos de marketing basados en las propiedades supuestamente beneficiosas de los productos en términos de salud y bienestar en general (Fernández, 2020).

### **El espinoso problema de las declaraciones nutricionales y el marketing de salud**

A partir de la década de 1990, comenzó a desarrollarse el mercado de “alimentos saludables”. Los nuevos productos se lanzaron a través de grandes campañas de promoción bajo una retórica de bienestar y cuidado. Por ejemplo, en 1994, Chambourcy lanza al mercado un yogur lc1 enriquecido con una bacteria que pretende reforzar el eslogan de lanzamiento de este nuevo producto “refuerza tus defensas naturales” y así otros muchos productos en mercado ecuatoriano. La innovación y la tecnología se desarrolla cada vez más en este ámbito, al tiempo que se multiplicaron las declaraciones nutricionales que ensalzan las cualidades nutritivas de los productos (Castillo et al., 2019).

El etiquetado nutricional, sigue siendo muy heterogéneo y, sobre todo, difícil de utilizar para juzgar la veracidad científica de las declaraciones y afirmaciones realizadas sobre los productos. Esta situación ha tenido el efecto de ir en contra de los objetivos

de información y prevención definidos en el contexto de la lucha contra el cáncer y luego contra la obesidad (López, 2014). Pero esta “cacofonía nutricional” también socavó el buen funcionamiento de la competencia y dentro del mercado.

### **Propuesta de Reglamento sobre información alimentaria al consumidor**

Además, a partir de la década del 2000, varias empresas agroalimentarias también comenzaron a desarrollar, en paralelo a las declaraciones, sus propios sistemas de etiquetado nutricional. En consecuencia, esta información se encuentra hoy en día en una gran mayoría de envases, pero en formas muy diversas, que van desde simples tablas hasta diagramas más complejos y basados en referencias no armonizadas (ONU, 2017).

El principal cambio introducido es hacer que el etiquetado nutricional no solo sea obligatorio sino también estandarizado y hacerlo visible en el frente del empaque. Este cambio es importante ya que hasta ahora y por su carácter facultativo, las cualidades nutricionales no formaban parte de las características esenciales de los alimentos (Ruíz, 2016).

Sin embargo, aquí se trata de considerar el valor nutritivo como una dimensión esencial de los alimentos, al igual que los ingredientes, y que puede influir en las elecciones de consumo y producción. En consecuencia, la propuesta es muy precisa y establece una serie de normas técnicas relativas al tamaño de los caracteres utilizados, el orden de presentación de la información, el método de cálculo, el tamaño de una porción normal, la información de ubicación en el embalaje, así como su forma (ONU, 2003).

Estas observaciones también son válidas si se tiene en cuenta la diversidad de productores en el mercado alimentario ecuatoriano. De hecho, esto reúne a las PYME o pequeñas y medianas empresas produciendo productos tradicionales a escala limitada o restaurantes y vendedores de productos frescos, pero también grandes multinacionales que suministran productos estandarizados a escala global y que en su mayoría ya han establecido su propio sistema de etiquetado nutricional también conocido como semáforo nutricional (Ramos et al., 2017).

En consecuencia, las empresas, deseosas de no debilitar sus propias producciones y sus especificidades alimentarias, solo pueden tener dificultades para ponerse de acuerdo sobre un reglamento que sea aceptado por todos los productores (OPS, 2018).

El ejemplo de la construcción de la calidad nutricional y su actual imposición como norma y mandato moral de una alimentación equilibrada, muestra que muchas veces es difícil distinguir las medidas tomadas en nombre de la protección de la competencia de las que se toman en nombre de la salud pública, que sin embargo participan juntos en el establecimiento de normas y referentes de actuación en el mercado de alimentos (Barrial, 2011).

Estos estándares y estos acuerdos se basan en dispositivos materiales, intermediarios, que los hacen realidad y los hacen tangibles, como es el caso de la tabla de valores nutricionales o de la lista de ingredientes. Pero de todos los “dispositivos de mediación” que intervienen en el campo de la alimentación, uno de los más fundamentales sigue siendo el packaging. Es este objeto, el que sirve de hecho y en última instancia como “pantalla de proyección” de los alimentos que contiene, pero sobre todo que oculta y oscurece (Vannucchi et al., 2011).

## CAPÍTULO III

### DISEÑO METODOLÓGICO

#### 3.1 Tipo y diseño de investigación

El trabajo de investigación es cuantitativo, descriptivo, correlacional de tipo transversal no experimental.

**Según su finalidad:** Fundamental ya que permite conocer que tanto afecta en la salud de la población.

**Según su objetivo:** Es descriptivo y correlacional ya que permite relacionar los conocimientos, actitudes y prácticas del etiquetado nutricional en la selección de compra de alimentos.

**Según su contexto:** De campo ya que se aplicará una encuesta de conocimientos, actitudes y prácticas en la comunidad Mata de Plátano del Cantón Simón Bolívar.

**Según el control de las variables:** No Experimental ya que no se manipularán las variables.

- **Variable Independiente:** Conocimientos, actitudes y prácticas del etiquetado nutricional.
- **Variable dependiente:** Selección d compra de alimentos.

**Según la orientación temporal:** Tipo transversal porque el levantamiento de información es en el período 2022, en la comunidad Mata de Plátano del Cantón Simón Bolívar.

**El Diseño de la investigación es declarado como:** Cualicuantitativo.

#### 3.2 La población y la muestra

##### 3.2.1 Características de la población

La población estudiada son adultos mayores de 18 a 65 años quienes se encarguen de la compra de los alimentos en su hogar.

### 3.2.2 Delimitación de la población

#### Criterios de inclusión.

- Personas entre los 18 a 65 años que vivan en la Comunidad Mata de Plátano del Cantón Simón Bolívar.
- Personas que se encuentren bajo la responsabilidad de realizar las compras de alimentos para sus hogares.
- Todos aquellos que deseen participar de forma voluntaria previo a la firma del consentimiento informado.

#### Criterios de exclusión.

- Menores de edad.
- Personas que se encuentren con discapacidad intelectual para responder la encuesta CAP.
- Todos aquellos que no deseen participar de forma voluntaria.

### 3.2.3 Tipo de muestra

La muestra es de tipo probabilística, aleatorio simple, donde todos los participantes tienen las mismas posibilidades de formar parte del estudio.

### 3.2.4 Tamaño de la muestra

**Fórmula 2:** Cuando la población es finita y se conoce con certeza su tamaño:

$$n = \frac{N pq}{(N-1) E^2 + pq} \cdot Z^2$$

$$n = \frac{1,96(2) \times 0,05(2)}{0,05(2)} = 384,16$$

**n = 385 Personas**

donde:

n: tamaño de la muestra.

N: tamaño de la población

p: posibilidad de que ocurra un evento,  $p = 0,5$

q: posibilidad de no ocurrencia de un evento,  $q = 0,5$

E: error, se considera el 5%;  $E = 0,05$

Z: nivel de confianza, que para el 95%,  $Z = 1,96$

### **3.2.5 Proceso de selección de la muestra**

La selección de los individuos y sujetos se realiza a través de la fórmula empleada para conocer la cantidad a trabajar.

## **3.3 Los métodos y las técnicas**

Para el desarrollo del trabajo de investigación se utilizaron los siguientes métodos:

### **3.3.1 Métodos Empíricos**

**La Encuesta:** Se aplicó una encuesta de Conocimientos, actitudes y prácticas sobre alimentación saludable y etiquetado nutricional bajo los criterios propuestos por la organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y Alimentación (FAO).

### **3.3.2 Técnicas en Instrumentos**

La técnica aplicada es la encuesta que consistió en evaluar los datos en el registro estipulado sobre los conocimientos, actitudes y prácticas alimentarias frente al etiquetado nutricional, que ayudan a identificar su relación al momento de comprar los alimentos y a su vez el nivel de conocimiento de dicha población ante esta problemática expuesta y como puede afectar en su salud.

El instrumento para los conocimientos, actitudes y prácticas se utilizó un cuestionario adaptado bajo los criterios de alimentación saludable propuestos por la organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y Alimentación (FAO), debido que no existe aún un cuestionario validado. En el que se estableció 5 preguntas en cada ítem; conocimientos, actitudes y prácticas siendo 15 en total para la evaluación pertinente.



### **3.4 Procesamiento estadístico de la información.**

Para la tabulación de la información se elaboró una base de datos mediante el programa Microsoft Excel, el cual permitió ordenar la información referente a las interrogantes planteadas en el levantamiento de la misma, permitiendo un análisis claro, sencillo práctico y objetivo.

Siguiente se procede analizar la información y cruce de variables por medio del programa estadístico SPSS, donde se creó un análisis bivariado para establecer las diferencias entre las variables y si son estadísticamente significativas entre los conocimientos, actitudes y prácticas. Donde también es importante mencionar que también se utilizó el programa estadístico inferencial para correlacionar las variables de estudio.

### **3.5 Consideraciones Éticas**

Las consideraciones éticas del presente trabajo de investigación se establecen en los siguientes aspectos:

- Consentimiento informado dirigido a las personas de estudio, cuyo instrumento es absolutamente confidencial con el objetivo que participen voluntariamente en el proceso de investigación.
- La información obtenida es utilizada únicamente por los profesionales de salud como se considere pertinente, además de estudios posteriores con fines investigativos y no de manera particular que atente contra los derechos de los sujetos de estudio.
- El desarrollo de la presente investigación se caracteriza por el cumplimiento de los siguientes principios: Ética, respeto y responsabilidad.

## CAPÍTULO IV:

### ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

#### 4.1 Análisis de la situación actual

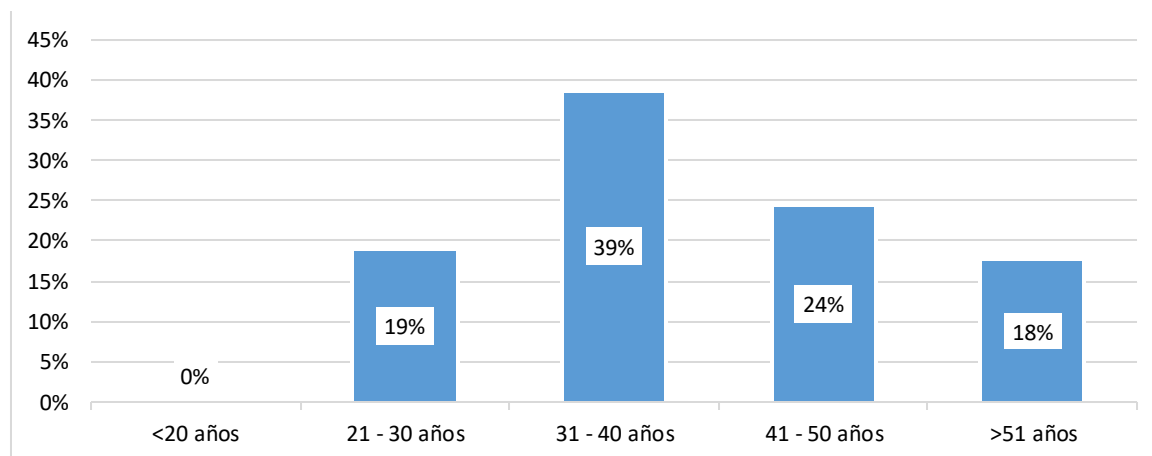
##### 4.1.1. Análisis univariado

Considerando la estadística descriptiva se presentan los siguientes resultados, los cuales corresponden a la etapa de diagnóstico en la población de adultos de la comunidad Mata de Plátano – Simón Bolívar año 2022.

**Tabla 2.** Distribución de la muestra según la edad, comunidad Mata de Plátano – Simón Bolívar año 2022

Edad	N	%
<20 años	1	0,3%
21 – 30 años	73	19,0%
31 – 40 años	149	38,7%
41 – 50 años	94	24,4%
>51 años	68	17,7%
<b>Total</b>	<b>385</b>	<b>100,0%</b>

**Figura 1.** Distribución porcentual según la edad, comunidad Mata de Plátano – Simón Bolívar año 2022

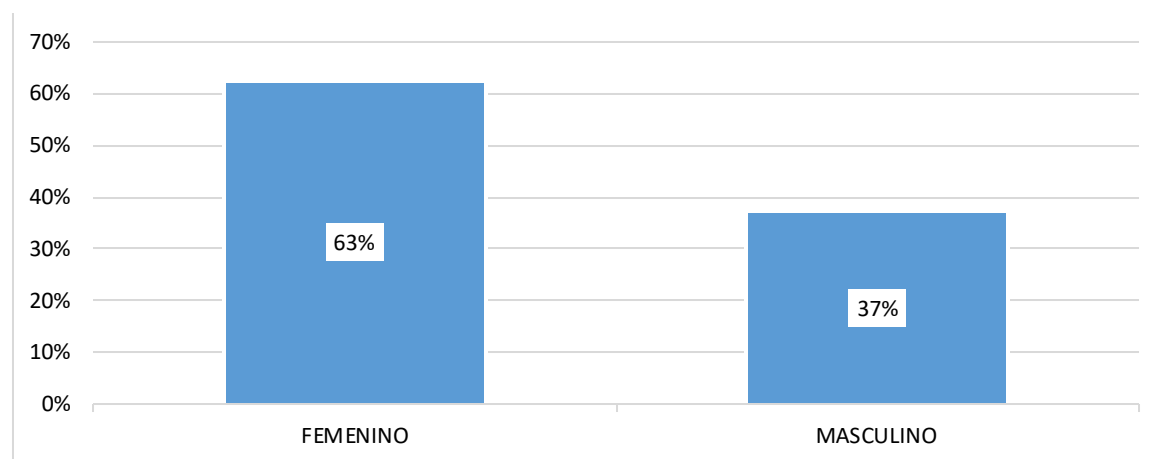


**Interpretación:** Los hallazgos muestran que la mayoría de los participantes del cuestionario tenían entre los 31 y 40 años, siendo un porcentaje del 39% (n= 149), seguido se tuvo el 24% (n= 94) de personas que estaban en el grupo etario entre los 41 y 50 años, así también, el 19% (n= 73) tenía entre 21 y 30 años, por su parte, el 18% (n= 68) eran mayores a los 51 años y una minoría que fue del 0,3% (n= 1) fueron menores a los 20 años.

**Tabla 3.** Distribución de la muestra según el género, comunidad Mata de Plátano – Simón Bolívar año 2022

Género	N	%
Femenino	241	62,6%
Masculino	144	37,4%
<b>Total</b>	<b>385</b>	<b>100,0%</b>

**Figura 2.** Distribución porcentual según el género, comunidad Mata de Plátano – Simón Bolívar año 2022

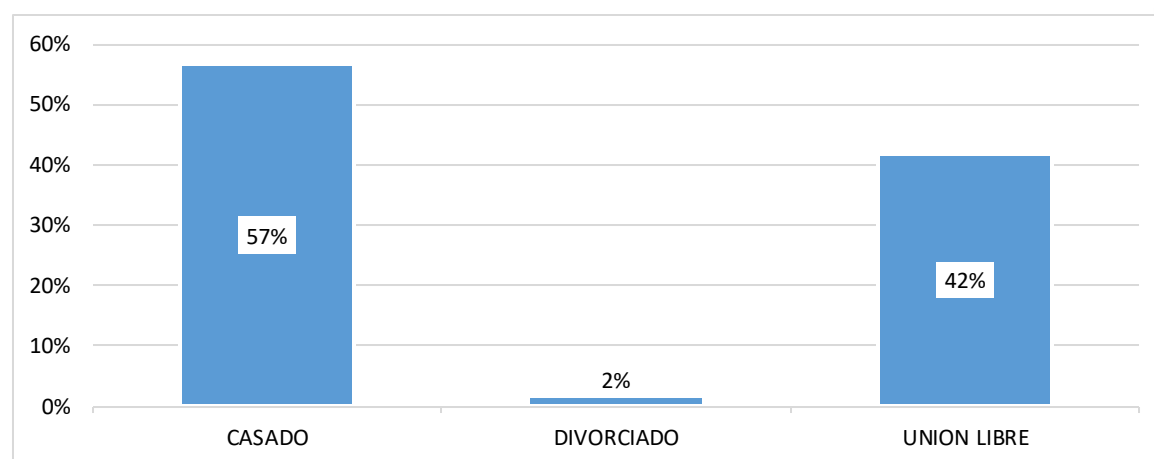


**Interpretación:** Las evidencias mostraron que el 63% (n= 241) de los participantes pertenecían al género femenino, mientras que el 37% (n= 144) eran del género masculino.

**Tabla 4.** Distribución de la muestra según el estado civil, comunidad Mata de Plátano – Simón Bolívar año 2022

Estado civil	N	%
Casado	218	56,6%
Unión libre	6	1,4%
Divorciado	161	41,8%
<b>Total</b>	<b>385</b>	<b>100,0%</b>

**Figura 3.** Distribución porcentual según el estado civil, comunidad Mata de Plátano – Simón Bolívar año 2022

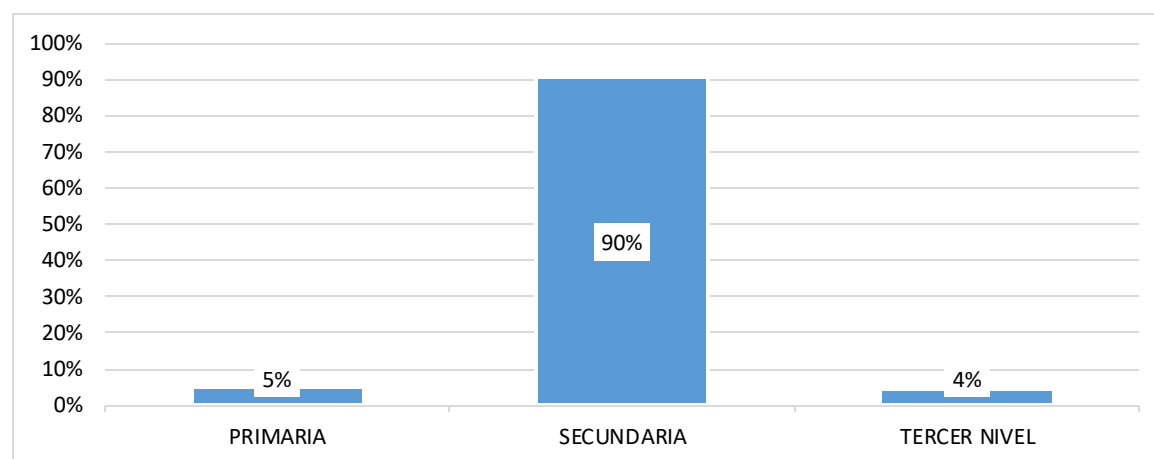


**Interpretación:** Respecto al estado civil se observó que el 57% (n= 218) de los encuestados eran casados, por su parte, el 42% (n= 161) estaban en unión libre y la minoría que correspondía al 1% (n= 6) estaban divorciados.

**Tabla 5.** Distribución de la muestra según el nivel de educación, comunidad Mata de Plátano – Simón Bolívar año 2022

Nivel de educación	N	%
Primaria	20	5,2%
Secundaria	348	90,4%
Tercer nivel	17	4,6%
<b>Total</b>	<b>385</b>	<b>100,0%</b>

**Figura 4.** Distribución porcentual según el nivel de educación, comunidad Mata de Plátano – Simón Bolívar año 2022



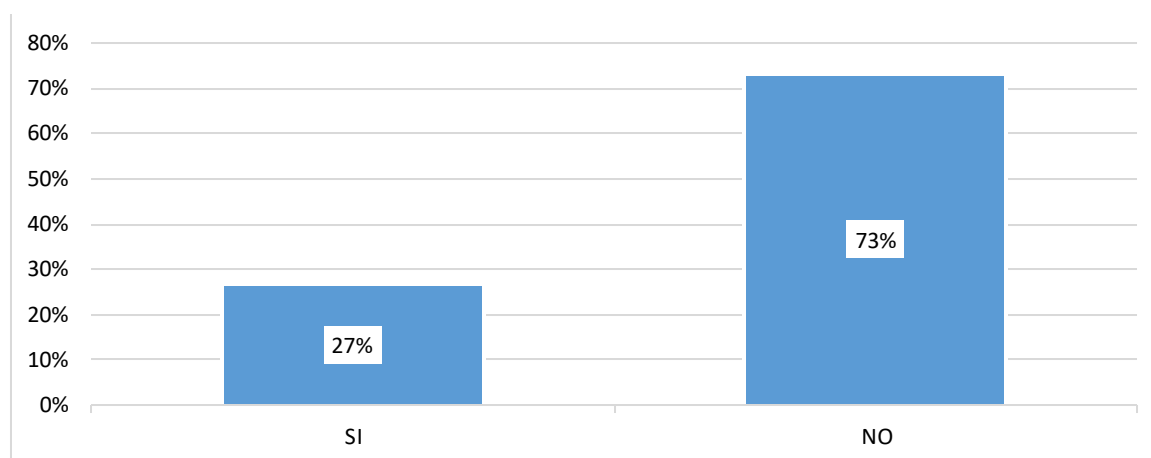
**Interpretación:** La mayoría de los participantes ha culminado el nivel secundario de educación con un porcentaje de 90% (n= 348), seguido por las personas que han terminado la primaria siendo un porcentaje del 5% (n= 20) y finalmente se tiene el 4,6% (n= 17) que corresponde a los encuestados que lograron el tercer nivel.

## Conocimientos del etiquetado nutricional

**Tabla 6.** Distribución de la muestra según el conocimiento u observación del semáforo nutricional en empaques de los productos, comunidad Mata de Plátano – Simón Bolívar año 2022

Respuestas	N	%
Si	103	26,8%
No	282	73,2%
<b>Total</b>	<b>385</b>	<b>100,0%</b>

**Figura 5.** Distribución porcentual según el conocimiento u observación del semáforo nutricional en empaques de los productos, comunidad Mata de Plátano – Simón Bolívar año 2022

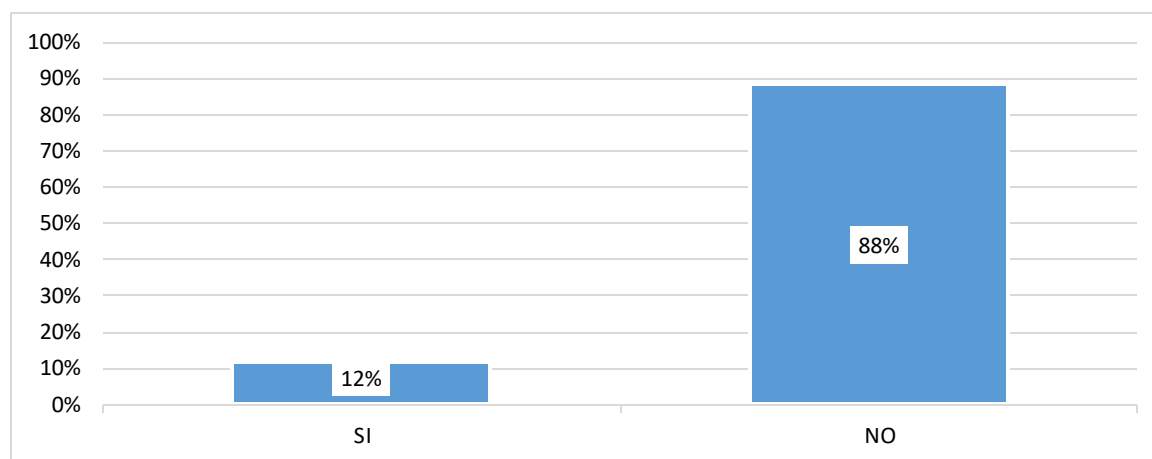


**Interpretación:** El 73% (n= 282) de los participantes mencionaron que no conocen o han observado el semáforo nutricional de alimentos, mientras que el 27% restante señalaron que sí tienen noción sobre el tema. Lo que evidencia que una gran cantidad de personas desconoce la composición de lo que consume.

**Tabla 7.** Distribución de la muestra según el entendimiento de la información que tienen los productos con semáforo nutricional, comunidad Mata de Plátano – Simón Bolívar año 2022

Respuestas	N	%
Si	45	11,7%
No	340	88,3%
<b>Total</b>	<b>622</b>	<b>100,0%</b>

**Figura 6.** Distribución porcentual según el entendimiento de la información que tienen los productos con semáforo nutricional, comunidad Mata de Plátano – Simón Bolívar año 2022

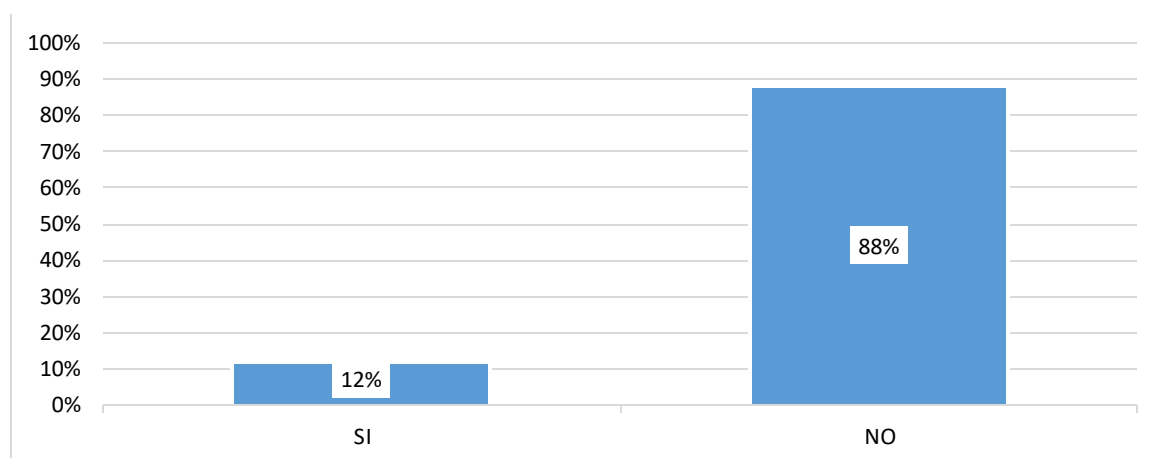


**Interpretación:** El 88% (n= 340) de encuestados indicaron que no entienden la información que tienen los productos con semáforo nutricional, por su parte, tan solo el 12% (n= 45) ha logrado interpretar los datos que se proporcionan en los empaques. Los resultados muestran que existe gran desconocimiento respecto a la manera de interpretar la información que tienen los empaques de alimentos.

**Tabla 8.** Distribución de la muestra según el conocimiento u observación en los empaques de los productos, recuadro de información nutricional, comunidad Mata de Plátano – Simón Bolívar año 2022

Respuestas	N	%
Si	45	11,7%
No	340	88,3%
<b>Total</b>	<b>622</b>	<b>100,0%</b>

**Figura 7.** Distribución porcentual según el conocimiento u observación en los empaques de los productos, recuadro de información nutricional, comunidad Mata de Plátano – Simón Bolívar año 2022



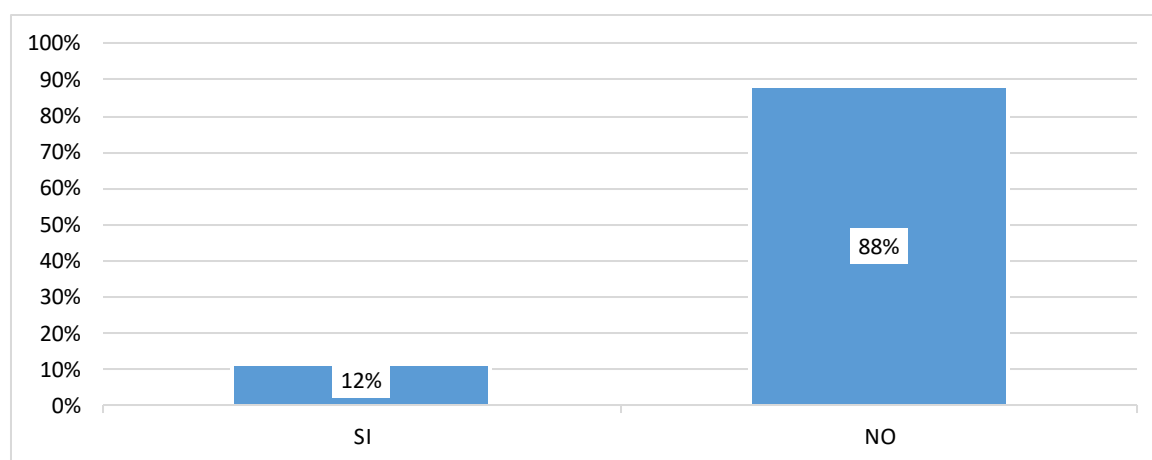
**Interpretación:** Al igual que en el caso anterior, el 88% (n= 340) de los participantes señalaron que no tienen conocimientos o han observado en los empaques de los productos los recuadros de información nutricional, mientras que el 12% (n= 45) expresó que sí ha visto ese contenido al comprar sus alimentos. Lo anterior muestra que un alto porcentaje de personas no lee lo que se menciona en el empaque de los productos y por ende desconoce lo que consume.



**Tabla 9.** Distribución de la muestra según el conocimiento u observación en los empaques de los productos, los ingredientes, comunidad Mata de Plátano – Simón Bolívar año 2022

Respuestas	N	%
Si	45	11,7%
No	340	88,3%
<b>Total</b>	<b>622</b>	<b>100,0%</b>

**Figura 8.** Distribución porcentual según el conocimiento u observación en los empaques de los productos, los ingredientes, comunidad Mata de Plátano – Simón Bolívar año 2022

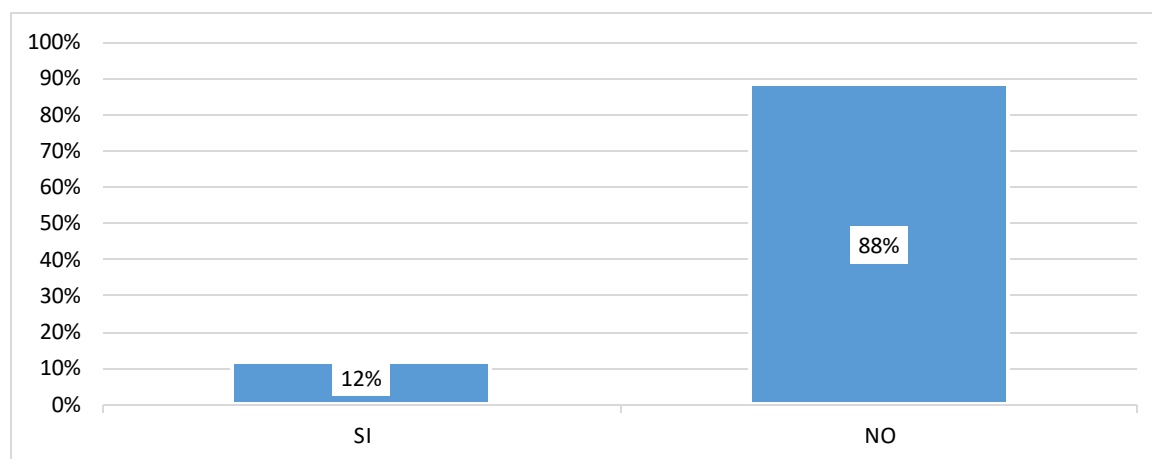


**Interpretación:** Así también, se encontró que el 88% (n= 340) de las personas no conocen o han observado en los empaques de los productos los ingredientes, solo el 12% (n= 45) se ha mantenido informado al respecto. Lo que permite evidenciar que una alta proporción de personas no presta atención a los datos que se mencionan en los empaques de los alimentos que consumen cotidianamente.

**Tabla 10.** Distribución de la muestra según el entendimiento que poseen respecto al recuadro de ingredientes que tienen los productos en el empaque, comunidad Mata de Plátano – Simón Bolívar año 2022

Respuestas	N	%
Si	45	11,7%
No	340	88,3%
<b>Total</b>	<b>622</b>	<b>100,0%</b>

**Figura 9.** Distribución porcentual según el entendimiento que poseen respecto al recuadro de ingredientes que tienen los productos en el empaque, comunidad Mata de Plátano – Simón Bolívar año 2022



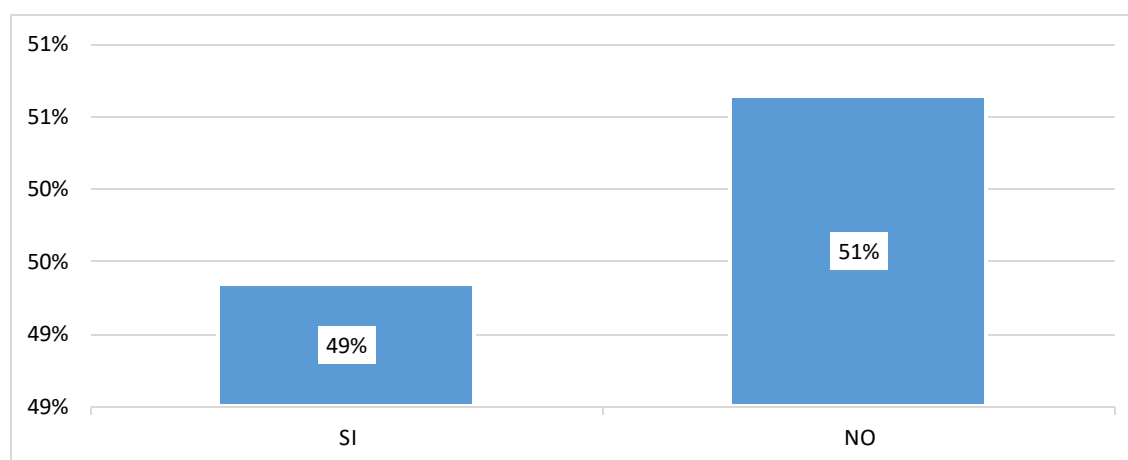
**Interpretación:** El 88% (n= 340) de los encuestados no entienden el recuadro de ingredientes que tienen los productos en el empaque, del total de participantes solo el 12% (n= 45) han logrado comprender esta información. Lo mencionado muestra que la mayoría de personas objeto de estudio desconocen lo que significan los datos que están en los empaques de los alimentos que consumen, lo que quiere decir que no saben que contenido tiene lo que consumen.

## Actitudes del etiquetado nutricional

**Tabla 11.** Distribución de la muestra según la suficiencia de la información del semáforo nutricional, comunidad Mata de Plátano – Simón Bolívar año 2022

Respuestas	N	%
Si	190	49,4%
No	195	50,6%
<b>Total</b>	<b>385</b>	<b>100,0%</b>

**Figura 10.** Distribución porcentual según la suficiencia de la información del semáforo nutricional, comunidad Mata de Plátano – Simón Bolívar año 2022

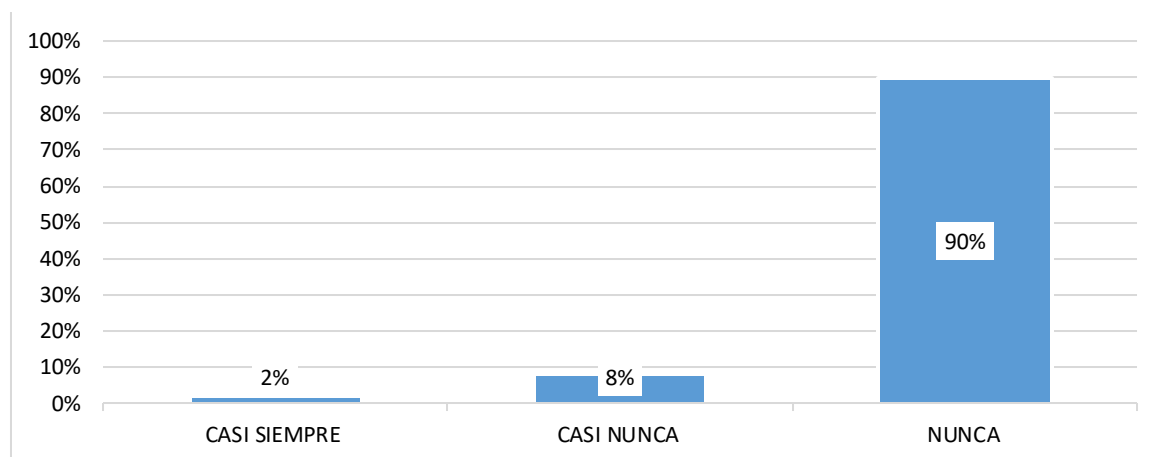


**Interpretación:** Los resultados muestran que el 51% (n= 195) de los participantes indicaron que la información del semáforo nutricional no es suficiente, mientras que el 49% (n= 190) considera que los datos que se proporcionan son los adecuados. En este caso la diferencia no es alarmante, mostrando que existen personas que están satisfechas con la información y otros no.

**Tabla 12.** Distribución de la muestra según la frecuencia con la que elige un producto basado en la información del semáforo nutricional, comunidad Mata de Plátano – Simón Bolívar año 2022

Respuestas	N	%
Casi siempre	7	1,8%
Casi nunca	32	8,3%
Nunca	346	89,9%
<b>Total</b>	<b>385</b>	<b>100,0%</b>

**Figura 11.** Distribución porcentual según la frecuencia con la que elige un producto basado en la información del semáforo nutricional, comunidad Mata de Plátano – Simón Bolívar año 2022

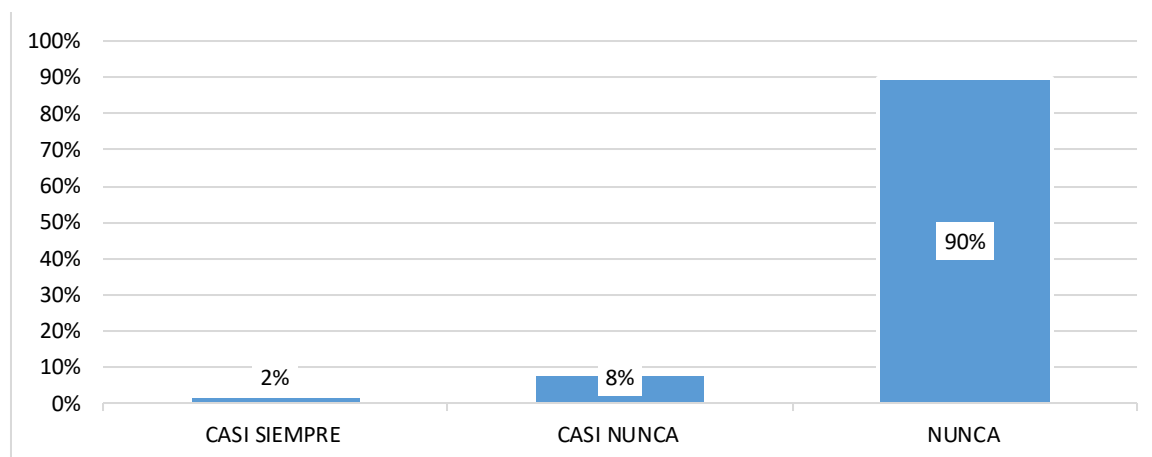


**Interpretación:** La mayoría de los encuestados mencionaron que nunca eligen un producto basado en la información del semáforo nutricional, siendo un porcentaje de 90% (n= 346), seguido por el 8% (n= 32) que señalaron que esto sucedía casi nunca, mientras que el 2% (n=7) manifestaron que casi siempre han seleccionado lo que consumen considerando los datos que proporciona el empaque. Por lo tanto, la mayor parte de las personas no reflejan su decisión de compra de acuerdo a la semaforización nutricional de los empaques de los productos.

**Tabla 13.** Distribución de la muestra según la frecuencia en la que se compara de acuerdo al uso del semáforo nutricional entre productos, comunidad Mata de Plátano – Simón Bolívar año 2022

Resultados	N	%
Casi siempre	7	1,8%
Casi nunca	32	8,3%
Nunca	346	89,9%
<b>Total</b>	<b>385</b>	<b>100,0%</b>

**Figura 12.** Distribución porcentual según la frecuencia en la que se compara de acuerdo al uso del semáforo nutricional entre productos, comunidad Mata de Plátano – Simón Bolívar año 2022

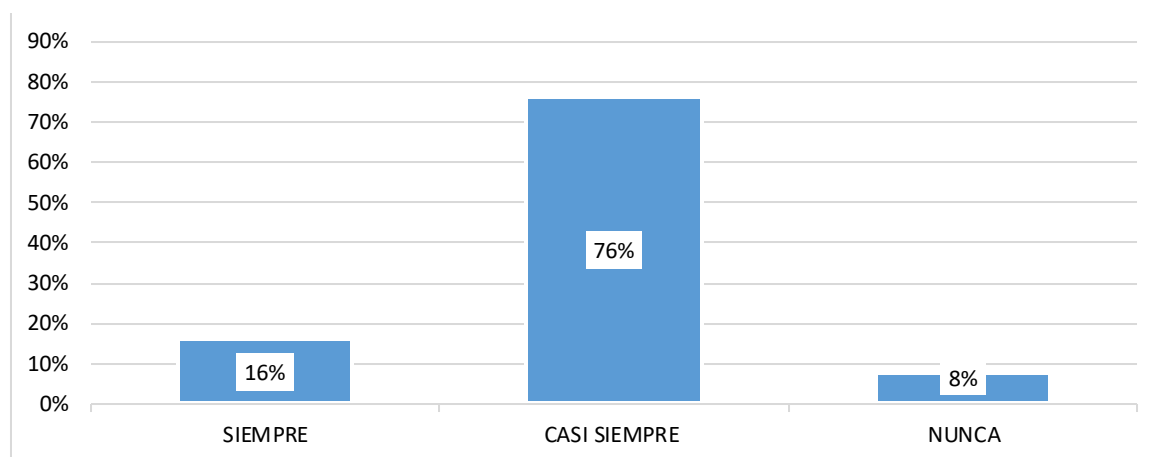


**Interpretación:** El 90% (n= 346) de las personas encuestadas han manifestado que nunca han realizado una comparación mediante el uso del semáforo nutricional entre productos, seguido se tiene al 8% (n= 32) que manifestaron que casi nunca han realizado lo mencionado y el 2% (n= 7) señalaron que casi siempre tienen esta práctica. Esto evidencia que una gran proporción no hace uso del semáforo nutricional para comparar entre productos ya sean alimentos o bebidas.

**Tabla 14.** Distribución de la muestra según la percepción que tienen frente a la confiabilidad de la información del semáforo nutricional de alimentos y bebidas procesados, comunidad Mata de Plátano – Simón Bolívar año 2022

Respuestas	N	%
Siempre	61	15,8%
Casi siempre	294	76,4%
Nunca	30	7,8%
<b>Total</b>	<b>385</b>	<b>100,0%</b>

**Figura 13.** Distribución porcentual según la percepción que tienen frente a la confiabilidad de la información del semáforo nutricional de alimentos y bebidas procesados, comunidad Mata de Plátano – Simón Bolívar año 2022

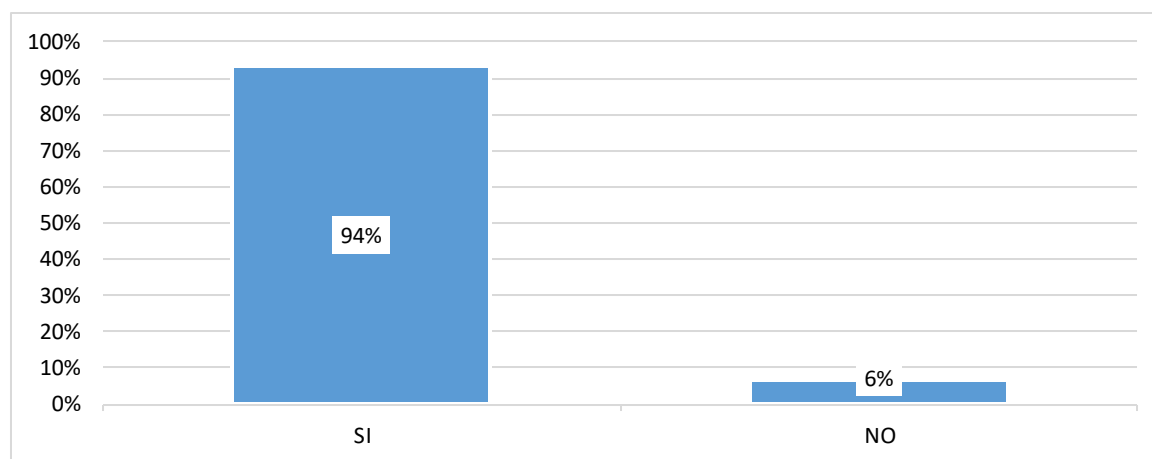


**Interpretación:** El 76% (n= 294) de las personas que intervinieron en el estudio señalaron que casi siempre confían en la información del semáforo nutricional de alimentos y bebidas procesadas, seguido se tuvo al 16% (n= 61) que indicó que siempre han percibido lo mencionado anteriormente, en cambio, el 8% (n= 30) nunca ha tenido confianza en estos datos. Lo indicado evidencia que una gran proporción está de acuerdo con el contenido que se muestra en los empaques de los alimentos y bebidas.

**Tabla 15.** Distribución de la muestra según los conocimientos que tienen sobre las consecuencias en la salud por el consumo frecuente de alimentos altos en azúcar, grasas y sal, comunidad Mata de Plátano – Simón Bolívar año 2022

Resultados	N	%
Si	360	93,5%
No	25	6,5%
<b>Total</b>	<b>385</b>	<b>100,0%</b>

**Figura 14.** Distribución porcentual según los conocimientos que tienen sobre las consecuencias en la salud por el consumo frecuente de alimentos altos en azúcar, grasas y sal, comunidad Mata de Plátano – Simón Bolívar año 2022



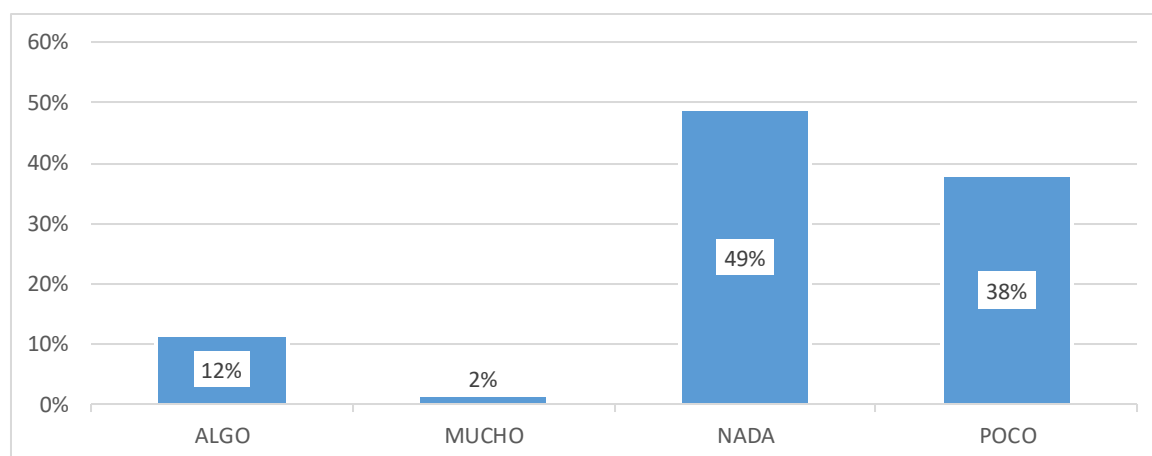
**Interpretación:** Una gran proporción de participantes indicaron que, si han escuchado sobre las consecuencias en la salud por el consumo frecuente de alimentos altos en azúcar, grasas y sal, siendo un porcentaje de 94% (n= 360), solo el 6% (n= 25) manifestó que no tenían conocimiento sobre esto. Por lo tanto, los participantes tienen cierta noción sobre la importancia del cuidado de la salud frente a la composición de los alimentos.

## Prácticas del etiquetado nutricional

**Tabla 16.** Distribución de la muestra según la elección de compra de acuerdo a la información del semáforo nutricional de alimentos y bebidas procesados, comunidad Mata de Plátano – Simón Bolívar año 2022

Resultados	N	%
Algo	45	11,7%
Mucho	6	1,6%
Nada	188	48,8%
Poco	146	37,9%
<b>Total</b>	<b>385</b>	<b>100,0%</b>

**Figura 15.** Distribución porcentual según la elección de compra de acuerdo a la información del semáforo nutricional de alimentos y bebidas procesados, comunidad Mata de Plátano – Simón Bolívar año 2022



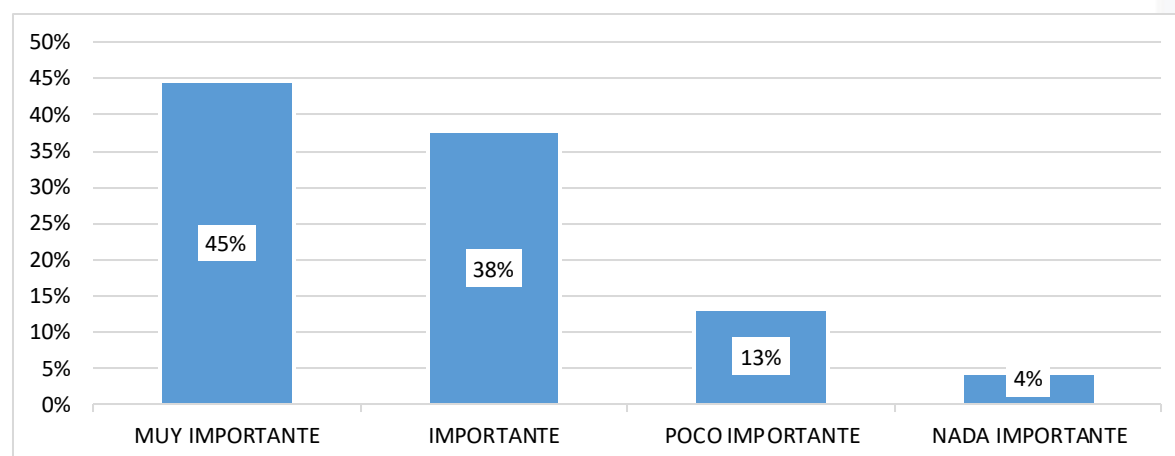
**Interpretación:** El 49% (n= 188) de los participantes señalaron que en nada les ayuda la información del semáforo nutricional de alimentos y bebidas procesados, seguido se tiene al 38% (n= 146) que indicaron que en poco les ha ayudado, mientras que para el 12% (n= 45) sí les ha ayudado en algo y finalmente para el 1% (n= 6) les ha ayudado mucho. Entonces la compra no se relaciona con información que refleja el semáforo nutricional de los empaques.



**Tabla 17.** Distribución de la muestra según la importancia que le dan a que el producto sea de buen precio, económico o barato, comunidad Mata de Plátano – Simón Bolívar año 2022

Resultados	N	%
Muy importante	172	44,7%
Importante	145	37,7%
Poco importante	51	13,2%
Nada importante	17	4,4%
<b>Total</b>	<b>385</b>	<b>100,0%</b>

**Figura 16.** Distribución porcentual según la importancia que le dan a que el producto sea de buen precio, económico o barato, comunidad Mata de Plátano – Simón Bolívar año 2022

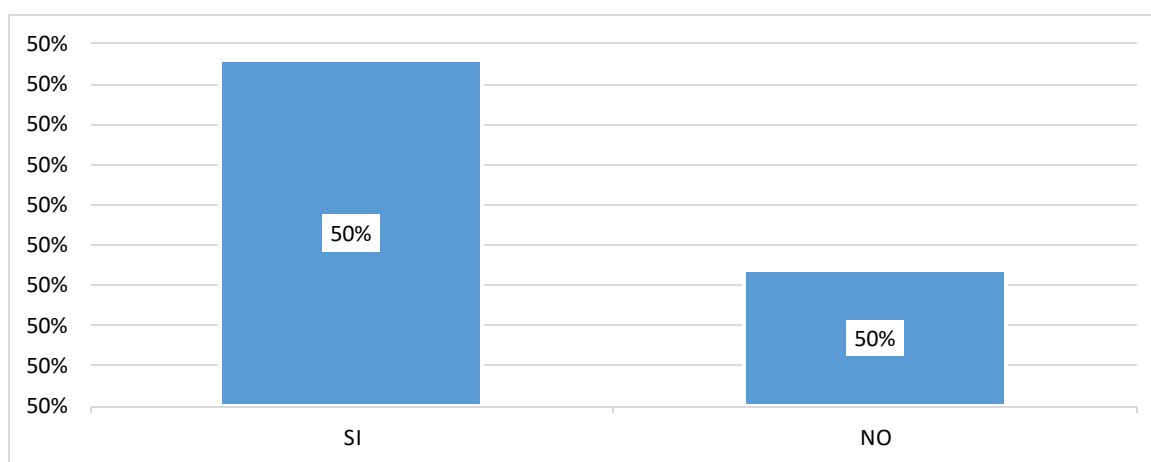


**Interpretación:** Para el 45% (n= 172) de los encuestados es muy importante que los productos sean de buen precio, económicos y baratos, por su parte, para el 38% (n= 145) es importante, en el caso del 13% (n= 51) es poco importante y para el 4% (n= 17) no es nada importante. De acuerdo a esto, la mayoría de las personas realiza su compra según el costo que tienen.

**Tabla 18.** Distribución de la muestra según la decisión de compra de alimentos de acuerdo a la influencia del semáforo nutricional, comunidad Mata de Plátano – Simón Bolívar año 2022

Respuesta	N	%
Si	193	50,1%
No	192	49,9%
<b>Total</b>	<b>385</b>	<b>100,0%</b>

**Figura 17.** Distribución porcentual según la decisión de compra de alimentos de acuerdo a la influencia del semáforo nutricional, comunidad Mata de Plátano – Simón Bolívar año 2022

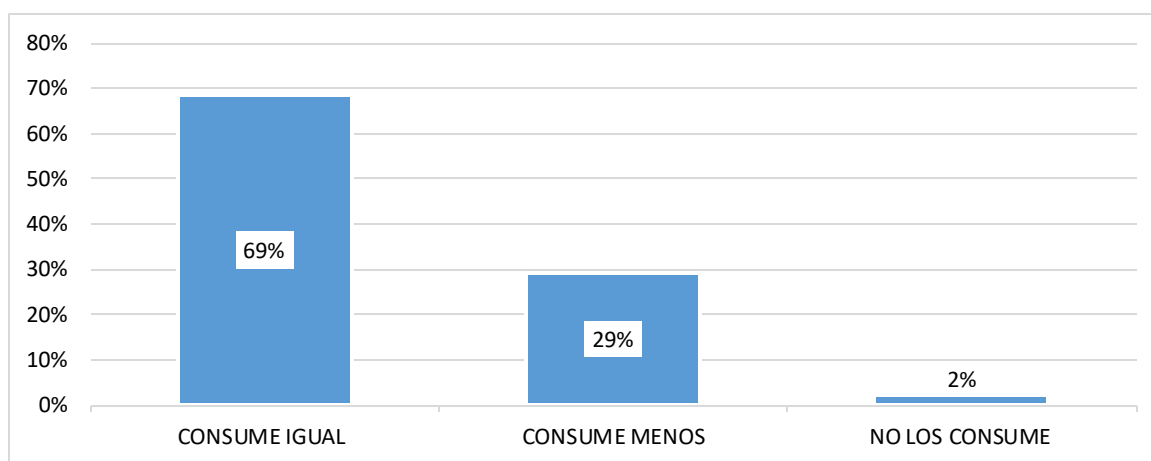


**Interpretación:** En una proporción del 50.1% (n= 193) sí decide su compra de alimentos de acuerdo a la influencia del semáforo nutricional, mientras que el 49.9% (n= 192) no contempla esta información para adquirir productos. Aproximadamente la mitad de los encuestados se muestra influenciado por el semáforo al momento de consumir los alimentos.

**Tabla 19.** Distribución de la muestra según las acciones que tienen frente a los alimentos que presentan etiqueta roja, comunidad Mata de Plátano – Simón Bolívar año 2022

Resultados	N	%
Consume igual	264	68,6%
Consume menos	113	29,4%
No los consume	8	2,1%
<b>Total</b>	<b>385</b>	<b>100,0%</b>

**Figura 18.** Distribución porcentual según las acciones que tienen frente a los alimentos que presentan etiqueta roja, comunidad Mata de Plátano – Simón Bolívar año 2022

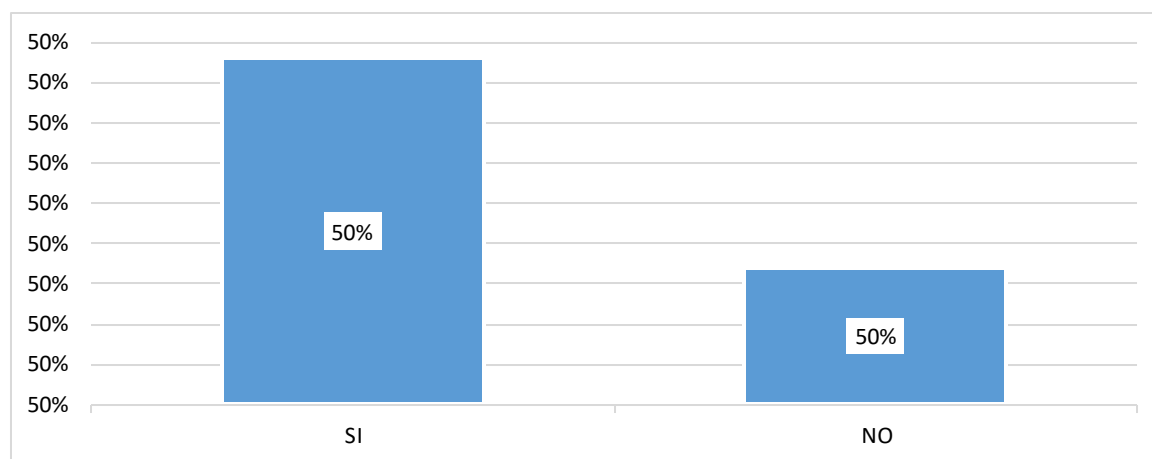


**Interpretación:** La mayoría de los participantes indicaron que consumen igual los alimentos que tienen etiqueta roja, siendo un porcentaje del 69% (n= 264), por su parte, el 29% (n= 113) consume menos los productos etiquetados de esta forma y el 2% (n= 8) restante no los consume. Lo mencionado evidencia que gran parte de la población no toma en consideración las recomendaciones relacionadas a temas de salud.

**Tabla 20.** Distribución de la muestra según la percepción en cuanto a la necesidad del semáforo nutricional para mejorar la salud de la población, comunidad Mata de Plátano – Simón Bolívar año 2022

Respuesta	N	%
Si	193	50,1%
No	192	49,9%
<b>Total</b>	<b>385</b>	<b>100,0%</b>

**Figura 19.** Distribución porcentual según la percepción en cuanto a la necesidad del semáforo nutricional para mejorar la salud de la población, comunidad Mata de Plátano – Simón Bolívar año 2022



**Interpretación:** El 50.1% (n= 193) indicó que consideraban que la implementación del semáforo nutricional es adecuada para mejorar la salud de la población, mientras que para el 49.9% (n= 192) no tienen estos fines. En este caso se observa que por una parte los encuestados están de acuerdo en que el semáforo nutricional es algo positivo, pero para el resto no tiene importancia.

#### 4.1.2. Análisis bivariado

Considerando la estadística correlacional se evidencia a continuación los resultados que muestran la relación entre las variables que han sido objeto de estudio, tomando en cuenta las perspectivas de la población de adultos de la comunidad Mata de Plátano – Simón Bolívar año 2022.

**Tabla 21.** *Tabla cruzada entre las actitudes y conocimientos, comunidad Mata de Plátano – Simón Bolívar año 2022*

		Actitudes		Total
		Alto Recuento	Bajo Recuento	
Conocimientos	Alto	7	38	45
	Bajo	0	340	340

**Tabla 22.** *Tabla correlacional entre las actitudes y conocimientos, comunidad Mata de Plátano – Simón Bolívar año 2022*

		Correlaciones	
		Conocimientos	Actitudes
Conocimientos	Correlación de Pearson	1	,374**
	Sig. (bilateral)		,000
	N	385	385
Actitudes	Correlación de Pearson	,374**	1
	Sig. (bilateral)	,000	
	N	385	385

\*\* . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

**Tabla 23.** *Tabla correlacional entre las actitudes y conocimientos, comunidad Mata de Plátano – Simón Bolívar año 2022*

Pruebas de chi-cuadrado					
	Valor	df	Significación asintótica (bilateral)	Significación exacta (bilateral)	Significación exacta (unilateral)
Chi-cuadrado de Pearson	53,868 <sup>a</sup>	1	,000		
Corrección de continuidad <sup>b</sup>	45,507	1	,000		
Razón de verosimilitud	31,074	1	,000		
Prueba exacta de Fisher				,000	,000
Asociación lineal por lineal	53,728	1	,000		
N de casos válidos	385				

a. 1 casillas (25,0%) han esperado un recuento menor que 5. El recuento mínimo esperado es ,82.

b. Sólo se ha calculado para una tabla 2x2

**Interpretación:** En la tabla cruzada en cuanto a las variables de actitudes y conocimientos se evidencia que la mayoría de los participantes que tienen conocimientos bajos en relación a la información nutricional de los empaques de productos, también muestran actitudes inadecuadas siendo un total de 340 personas, solo 7 participantes cuentan con conocimientos altos y buenas actitudes. Mientras que la correlación de Pearson indica que existe relación estadísticamente significativa, puesto que se cumple la regla de decisión que indica que si  $p < 0.5$  es posible aceptar la hipótesis alternativa y se rechaza la nula, además se tuvo una medida simétrica de 0.374. Con la finalidad de comprobar lo mencionado se realizó un análisis de Chi Cuadrado donde la significancia sintónica fue de 0.00 siendo similar en la razón verosimilitudes, lo indicado establece el cumplimiento de la regla de decisión. Por otro lado, como el 25% de casillas tuvo una frecuencia inferior a 5 se descarta el estadístico de Fisher evidenciando que las variables tienen relación.

**Tabla 24.** Tabla cruzada entre las actitudes y prácticas, comunidad Mata de Plátano – Simón Bolívar año 2022

Prácticas	Alto Bajo	Actitudes		
		Alto	Bajo	Total
		2	53	55
5	325	330		

**Tabla 25.** Tabla correlacional entre las actitudes y prácticas, comunidad Mata de Plátano – Simón Bolívar año 2022

Correlaciones			
		Actitudes	Prácticas
Actitudes	Correlación de Pearson	1	,056
	Sig. (bilateral)		,277
	N	385	385
Prácticas	Correlación de Pearson	,056	1
	Sig. (bilateral)	,277	
	N	385	385

**Tabla 26.** Tabla correlacional entre las actitudes y prácticas, comunidad Mata de Plátano – Simón Bolívar año 2022

Pruebas de chi-cuadrado					
	Valor	df	Significación asintótica (bilateral)	Significación exacta (bilateral)	Significación exacta (unilateral)
Chi-cuadrado de Pearson	1,188 <sup>a</sup>	1	,276		
Corrección de continuidad <sup>b</sup>	,297	1	,586		
Razón de verosimilitud	,971	1	,324		
Prueba exacta de Fisher				,263	,263
Asociación lineal por lineal	1,185	1	,276		
N de casos válidos	385				

a. 1 casillas (25,0%) han esperado un recuento menor que 5. El recuento mínimo esperado es 1,00.

b. Sólo se ha calculado para una tabla 2x2

**Interpretación:** En la tabla cruzada en cuanto a las variables de actitudes y prácticas se observó que la mayoría de los participantes que tienen bajas prácticas positivas en relación a la información nutricional de los empaques de productos, también muestran actitudes inadecuadas siendo un total de 325 personas, solo 2 participantes cuentan con prácticas favorables y buenas actitudes. Por su parte, la correlación de Pearson indica que no existe relación estadísticamente significativa, puesto que se cumple la regla de decisión que indica que si  $p > 0.5$  es posible aceptar la hipótesis nula y se rechaza la alternativa, además se tuvo una medida simétrica de 0.056. Para comprobar lo mencionado se realizó un análisis de Chi Cuadrado donde la significancia sintónica fue de 0.276, mientras que la razón verosimilitudes fue de 0.324, lo indicado establece el cumplimiento de la regla de decisión. Por otro lado, como el 25% de casillas tuvo una frecuencia inferior a 5 se descarta el estadístico de Fisher evidenciando que las variables no tienen asociación.



**Tabla 27.** Tabla cruzada entre los conocimientos y prácticas, comunidad Mata de Plátano – Simón Bolívar año 2022

Prácticas	Alto Bajo	Conocimientos		Total
		Alto	Bajo	
		8	47	55
		37	293	330

**Tabla 28.** Tabla correlacional entre los conocimientos y prácticas, comunidad Mata de Plátano – Simón Bolívar año 2022

Correlaciones			
		Prácticas	Conocimientos
Prácticas	Correlación de Pearson	1	,036
	Sig. (bilateral)		,478
	N	385	385
Conocimientos	Correlación de Pearson	,036	1
	Sig. (bilateral)	,478	
	N	385	385

**Tabla 29.** Tabla correlacional entre los conocimientos y prácticas, comunidad Mata de Plátano – Simón Bolívar año 2022

Pruebas de chi-cuadrado					
	Valor	df	Significación asintótica (bilateral)	Significación exacta (bilateral)	Significación exacta (unilateral)
Chi-cuadrado de Pearson	,507 <sup>a</sup>	1	,476		
Corrección de continuidad <sup>b</sup>	,236	1	,627		
Razón de verosimilitud	,481	1	,488		
Prueba exacta de Fisher				,496	,303
Asociación lineal por lineal	,506	1	,477		
N de casos válidos	385				

a. 0 casillas (0,0%) han esperado un recuento menor que 5. El recuento mínimo esperado es 6,43.

b. Sólo se ha calculado para una tabla 2x2

**Interpretación:** En la tabla cruzada en cuanto a las variables de conocimientos y prácticas se observó que la mayoría de los participantes que tienen bajas prácticas positivas en relación a la información nutricional de los empaques de productos, también muestran un nivel bajo de conocimientos siendo un total de 293 personas, solo 8 participantes cuentan con prácticas favorables y buenos conocimientos. Por su parte, la correlación de Pearson indica que no existe relación estadísticamente significativa, puesto que se cumple la regla de decisión que indica que si  $p > 0.5$  es posible aceptar la hipótesis nula y se rechaza la alternativa, además se tuvo una medida simétrica de 0.036. Para comprobar lo mencionado se realizó un análisis de Chi Cuadrado donde la significancia sintónica fue de 0.476, mientras que la razón verosimilitudes fue de 0.488, lo indicado establece el cumplimiento de la regla de decisión. Por otro lado, como el 25% de casillas tuvo una frecuencia inferior a 5 se descarta el estadístico de Fisher evidenciando que las variables no tienen asociación.

## 4.2. Análisis Comparativo

El consumo de los diferentes alimentos y bebidas que son procesados, se trata de una actividad que comúnmente tiende a relacionarse con los hábitos y los comportamientos alimentarios que presenta el consumidor, los conocimientos nutricionales y de alimentación balanceada, así como las actitudes asociadas al autocuidado cuando se hace la ingesta alimentaria. Dentro de este punto de vista las etiquetas nutricionales generan datos e información que es valiosa para los consumidores considerando el contenido nutricional que tienen los alimentos y bebidas procesados, por lo cual obtiene actitudes que les conllevan a tomar una decisión para la compra y selección de productos.

Así también, existe evidencia de que la falta de conocimientos sobre el significado de las etiquetas nutricionales como recurso informativo, tiene influencia en relación al tiempo que le toma al consumidor leer las etiquetas, costumbre y también los hábitos respecto a la alimentación, por lo cual, se observa que Ecuador ha establecido un programa como parte para fomentar la educación nutricional, donde se implementó la semaforización para incrementar tres factores fundamentales como son los conocimientos, actitudes y las prácticas que los usuarios tienen al momento de seleccionar sus productos. De este modo, los hallazgos de la investigación mostraron estos tres aspectos en asociación sobre la selección de compra de alimentos y bebidas procesadas considerando el etiquetado nutricional en adultos de la comunidad Mata del Plátano.

De acuerdo con el nivel de conocimientos, se encontró que una gran proporción de participantes desconoce o no comprende la información que se proporciona en el semáforo nutricional o en el recuadro de ingredientes que se muestran en el empaque. De igual manera sucedió con los resultados encontrados en el estudio de Ravelli et al. (2021) se evidenció que el 77% de los participantes no se dedica a leer las etiquetas nutricionales debido a que no las comprende, así también, en la investigación de Jaimovich et al. (2010) la población tuvo un nivel de conocimientos bajo en relación a la revisión del contenido nutricional de los empaques de los productos. Sin embargo, en la propuesta investigativa de Damián et al. (2016) se observó que el 82% de los pobladores encuestados presentaron conocimientos altos sobre el tema, a causa de las charlas que generaba por las universidades.

Así también, se encontró en la presente investigación que la mayoría de los habitantes de la comunidad fueron personas que han finalizado el nivel educativo de secundaria, sin embargo, los conocimientos sobre el etiquetado nutricional han sido deficientes. Mientras que en la investigación de Ravelli et al. (2021) el 59% de los encuestados tenía un nivel de educación baja, además en este caso se demostró que los conocimientos sobre el etiquetado nutricional no tenían relación estadísticamente significativa con el nivel educativo. De esta forma se observó que, aunque los individuos tengan instrucción en un nivel alto, es posible que desconozcan el contenido nutricional de los productos que consumen a pesar que la información se encuentre en los empaques.

Referente a las actitudes que presentan los pobladores se encontró que la mitad de ellos consideran que no existe información suficiente en el semáforo nutricional de los empaques, mientras que la otra mitad estima lo contrario. Por su parte, la mayoría no utiliza esta información para la elección de un producto, ni para hacer comparaciones entre alimentos y bebidas. A pesar de ello una gran proporción manifestó que casi siempre confiaban en los datos que se encuentran en los empaques. Estos resultados fueron similares a los de Fornasini et al. (2018) donde el 85% de los consumidores presentaron actitudes desfavorables tomando en cuenta el etiquetado nutricional, así también en el caso de Damián et al. (2016) los pobladores evidenciaron actitudes inadecuadas sobre su uso observándose que no prestan atención al contenido informativo de los empaques, puesto que se dejan llevar por los gustos y hábitos alimenticios. En cambio, en el estudio de Ravelli et al. (2021) más del 67% de los encuestados mostraron actitudes favorables en especial porque se preocupan por su salud.

Aunque las actitudes de los participantes no fueron totalmente positivas, se evidenció que gran parte de ellos conoce las consecuencias del consumo frecuente de alimentos altos en azúcar, grasas y sal. De hecho, varios estudios coinciden con lo mencionado como es el caso de Jaimovich et al. (2010) donde es notable el interés de los encuestados en relación a verificar si los alimentos tienden a hacer daños a su salud, en especial porque el 23% eran personas que tenían diabetes y el 12% tenían sobrepeso, siendo indicadores de actitudes favorables.

Estos hallazgos muestran que el uso del etiquetado, recuadros nutricionales y semaforización no solo dependen del nivel de conocimientos, sino que a su vez tiene relación con los diferentes factores internos y externos de cada individuo, lo que demuestra que las personas que padecen ciertas enfermedades llegan a ser más conscientes de lo que consumen, en comparación con las personas sanas. Cabe destacar que en el estudio de Damián et al. (2016) se evidenció que varios participantes que tenían actitudes positivas eran aquellos que presentaban enfermedades como la hipertensión, enfermedades cardíacas y gástricas.

Considerando las prácticas de los pobladores en cuanto al etiquetado nutricional se obtuvo que la mayor proporción de encuestados no realiza su elección de compra según la información del semáforo nutricional de los alimentos y bebidas procesadas, además mencionaron que es muy importante que un producto se encuentre accesible en cuanto a un buen precio. Estos datos son similares a los determinados en el estudio de Jaimovich et al. (2010) donde el 80% de personas mencionaron que sus prácticas sobre el etiquetado nutricional no influyen en su decisión de compra, del mismo modo en la investigación de Ravelli et al. (2021) se evidencian que las prácticas son inadecuadas en el momento de hacer uso de las etiquetas, sin dejar de lado que su decisión de compra está más ligada al costo que tienen los productos y no necesariamente al contenido que presentan.

Sin embargo, la mitad de los habitantes no toma en cuenta el semáforo nutricional sobre su decisión de compra y la otra mitad indicaron lo contrario. Mientras que varios participantes consumen igual los productos que contienen etiqueta roja. Estos hallazgos se contraponen con los resultados obtenidos por Fornasini et al. (2018) donde el 68% de los participantes tuvieron prácticas adecuadas sobre el etiquetado nutricional de acuerdo a la semaforización donde se reflejaba que las personas no seleccionaban los productos que tenían etiqueta roja. De esta forma, los encuestados tienden a elegir sus alimentos y bebidas de acuerdo a los gustos que tienen u al costo que presentan, más no si se trata de productos saludables.

Al realizar las correlaciones entre los conocimientos, actitudes y prácticas en los pobladores considerando el etiquetado nutricional y la semaforización se evidenció que existió asociación estadísticamente significativa entre los conocimientos y actitudes, donde el valor de  $p$  fue inferior a 0.05. Esto también sucedió en el estudio

de Ravelli et al. (2021) donde se encontró relación estadísticamente significativa entre las variables mencionadas, mientras que en la investigación de Jaimovich et al. (2010) no se encontró asociación entre estos tres factores. En estos estudios se utilizaron estrategias para mejorar la perspectiva de los encuestados como la implementación de etiquetas generales, sin embargo, estas medidas no fueron eficientes y no mejoraron la situación a causa de que no se contempló el componente educativo, es decir, no se consideró las verdaderas necesidades de las personas.

A diferencia de lo anterior, en el estudio de Fornasini et al. (2018) se tomó como medida la intervención educativa, en especial en estudiantes universitarios, donde hubo capacitaciones y talleres con lo cual se incrementó el conocimiento y se generaron nuevas actitudes y prácticas en relación a la temática. Finalmente, se observa que es conveniente generar educación nutricional en las personas, pues resulta un componente clave para mejorar los hábitos alimenticios y el estado nutricional que actualmente es inadecuado.

#### **4.3. Verificación de las Hipótesis**

En el presente apartado, se verifican las hipótesis que se relacionan con el estudio con la finalidad de aceptar o rechazarlas:

- **Hipótesis general 1:** La selección de compra de alimentos procesados está directamente relacionada con los conocimientos, actitudes y prácticas del etiquetado nutricional en los adultos de la comunidad Mata de Plátano del Cantón Simón Bolívar - Ecuador.

El análisis estadístico correlacional refleja que los conocimientos y actitudes se relacionan positivamente, donde el valor de  $p$  fue de 0.00 cumpliéndose la regla de decisión que menciona que si  $p < 0.05$  se acepta la  $H_1$ , mientras que estas variables no se asocian con las prácticas del etiquetado nutricional. De esta forma se comprende que estas dos variables en conjunto están directamente relacionadas con la selección de compra de alimentos procesados, pero como en su mayoría los participantes tuvieron un nivel de conocimiento bajo y actitudes inadecuadas se evidencia que la selección de compra es ineficiente.

## CAPÍTULO V:

### CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

#### 5.1 Conclusiones

Al llevar a cabo la investigación y analizar los resultados obtenidos, se presentan las siguientes conclusiones enunciadas en base a los objetivos de investigación planteados:

- El objetivo principal del estudio planteó determinar los conocimientos, actitudes y prácticas del etiquetado nutricional en la selección de compra de alimentos procesados en adultos de la comunidad Mata de Plátano del Cantón Simón Bolívar en el año 2022; lo cual se puede considerar logrado gracias a que al análisis de los resultados obtenidos por las encuestas, la mayoría de la población de la comunidad bajo estudio, desconoce acerca de la finalidad y utilidad del etiquetado nutricional, por lo que consecuentemente, no hay un conjunto de prácticas o actitudes que giren alrededor de esta característica al momento de adquirir o consumir un alimento.
- En cuanto a los objetivos específicos, el primero planteó identificar las principales características demográficas de las personas residentes en la comunidad Mata de Plátano, lo cual resultó en que la población se conforma principalmente por mujeres adultas entre 31 y 40 años con una educación de nivel secundario.
- Por otra parte, el segundo objetivo específico se centró en conocer el nivel de conocimiento, actitudes y prácticas del etiquetado nutricional a través de una encuesta en la compra de alimentos procesados, el cual resultó en que la gran mayoría de la población bajo estudio no tiene conocimientos acerca del etiquetado nutricional y solo una muy pequeña parte lo considera al momento de adquirir o consumir productos alimenticios; lo cual da también respuesta al tercer objetivo específico que fue relacionar los conocimientos, actitudes y prácticas del etiquetado nutricional con la selección de compra de alimentos procesados.

- Para el tercer objetivo específico, como mencionado previamente, se planteó relacionar los conocimientos, actitudes y prácticas del etiquetado nutricional con la selección de compra de alimentos procesados; lo cual dio como resultado que hay una dependencia entre las costumbres y los factores comportamentales mencionados y la selección y consumo de alimentos cuando se considera el conocimiento del etiquetado nutricional; por lo que debido a la escasez de este último, una mínima parte de la población lo considera al momento de adquirir o consumir productos alimenticios enfatizando en el aporte nutricional de cada alimento adquirido y sus efectos sobre la salud del consumidor.
- Dicho esto, al haber cumplido con los objetivos planteados y el respectivo análisis, se acepta la hipótesis general en la que se enuncia que la selección de compra de alimentos procesados está directamente relacionada con los conocimientos, actitudes y prácticas del etiquetado nutricional en los adultos de la comunidad Mata de Plátano del Cantón Simón Bolívar – Ecuador.



## 5.2. Recomendaciones

En base a las conclusiones enunciadas, se mencionan las siguientes recomendaciones:

- Se hace evidente la necesidad de la aplicación de planes y propuestas informativas enfocadas en la comunidad, de manera que se pueda socializar la utilidad del etiquetado nutricional presente en los alimentos regulados a nivel nacional y por consecuente incrementar el consumo consciente de alimentos según los indicadores propuestos en el etiquetado.
- A más de la aplicación de planes y propuestas, es importante fomentar el consumo consciente de alimentos, siguiendo una serie de criterios propios basados en la salud de cada individuo.
- Capacitar a los habitantes de la comunidad mediante talleres nutricionales con temas referentes al etiquetado nutricional para que conozcan la utilidad del mismo al momento de realizar la compra de los alimentos y así evitar el consumo de alimentos altos en grasas saturadas, grasas trans, altos en azúcar, altos en sal.
- Es importante también profundizar acerca del tema y fomentar al desarrollo de ulteriores investigaciones centradas en variables más específicas de la temática del etiquetado nutricional y sus efectos sobre la sociedad y su salud.
- Realizar un continuo monitoreo que permita observar mejoras en los resultados al momento de elegir los productos procesados sobre el etiquetado nutricional por semaforización.

## Bibliografía

- Adrián Alberto Díaz, P. M.-M. (15 de Mayo de 2015). *Rev. Panam salud pública*. doi:10.26633/RPSP.2017.54
- Álvarez. (2018). *Nutrición y alimentación en el ambito escolar*. Obtenido de ACISE: <http://acise.cat/wp-content/uploads/2018/08/Nutricion-ambito-escolar-FINALprot.pdf>
- Barrial. (2011). *LA EDUCACIÓN ALIMENTARIA Y NUTRICIONAL DESDE UNA DIMENSIÓN SOCIOCULTURAL COMO CONTRIBUCIÓN A LA SEGURIDAD ALIMENTARIA Y NUTRICIONAL*. Obtenido de FAO: [https://www.fao.org/fileadmin/user\\_upload/red-icean/docs/Colombia%3Blceanenla%20familia%3BEAN%20sociocultural%20para%20SAN%3B2012.pdf](https://www.fao.org/fileadmin/user_upload/red-icean/docs/Colombia%3Blceanenla%20familia%3BEAN%20sociocultural%20para%20SAN%3B2012.pdf)
- Barrio. (2017). *La influencia de los medios sociales digitales en el*. Obtenido de Universidad Complutense de Madrid: <https://eprints.ucm.es/id/eprint/42339/1/T38702.pdf>
- Bilbao. (2020). *Macronutrientes: ¿para qué sirven y qué beneficios tienen para tu salud?* Obtenido de Cuida tu Vida: <https://www.cuidatuvida.com/alimentacion/nutricion/macronutrientes-y-sus-beneficios/>
- Caballero. (2019). *Determinación de los factores intrínsecos*. Obtenido de Repositorio UDES: <https://repositorio.udes.edu.co/bitstream/001/4122/1/DETERMINACI%C3%93N%20DE%20LOS%20FACTORES%20EXTR%C3%8DNSECOS%20E%20INTR%C3%8DNSECOS%20QUE%20AFECTAN%20LA%20CALIDAD%20DEL%20CAF%C3%89%20DE%20INVERS.pdf>
- Carbajal. (2013). *Manual de Nutrición y Dietética*. Obtenido de Eprints: <https://eprints.ucm.es/id/eprint/22755/1/Manual-nutricion-dietetica-CARBAJAL.pdf>
- Carbajal. (2021). *Proceso de Atención Nutricional: elementos para su implementación y uso por los profesionales de la Nutrición y la Dietética*. Obtenido de Revista Española de Nutrición Humana y Dietética: [https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2174-51452020000200010](https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2174-51452020000200010)
- Cárdenas. (2020). *Asociación entre el conocimiento, la importancia del etiquetado nutricional y las características no nutricionales sobre la adquisición de productos procesados en las tiendas de barrio por parte de los consumidores del barrio sigsipamba enero 2020*. Obtenido de Repositorio PUCE: <http://repositorio.puce.edu.ec/bitstream/handle/22000/18101/Disertacion%20Carolina%20Cardenas.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Carranza. (2011). *POLÍTICAS PÚBLICAS EN ALIMENTACIÓN Y NUTRICIÓN*. Obtenido de Flacso Andes: <https://biblio.flacsoandes.edu.ec/catalog/resGet.php?resId=52365>

- Celi Mero , M. (Agosto de 2020). La obesidad, la otra pandemia del siglo XXI. *El Telegrafo*, 10(41). Obtenido de <https://www.entelegrafo.com.ec/noticias/sociedad/6/obesidad-pandemia-siglo-xxi>
- Chavez , M., Pedraza , E., & Montiel , M. (2019). PREVALENCIA DE OBESIDAD: ESTUDIO SISTEMÁTICO DE LA EVOLUCIÓN EN 7 PAISES DE AMÉRICA LATINA. *Rev Chil Salud Pública*, 23(1), 72-78.
- Consejería de Sanidad. (2018). *Guía sobre el etiquetado nutricional de los alimentos*. Obtenido de Comunidad de Madrid: <http://www.madrid.org/bvirtual/BVCM020008.pdf>
- Consumo. (2020). *Las declaraciones nutricionales y de propiedades saludables en los alimentos*. Obtenido de Consumo Responde: <https://www.consumoresponde.es/declaraciones-nutricionales-propiedades-saludables-alimentos>
- Cruz. (2013). *Sobrepeso y obesidad: una propuesta de abordaje desde la sociología*. Obtenido de Región y sociedad: [https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1870-39252013000200006](https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1870-39252013000200006)
- Díaz. (2013). *Alimentos: historia, presente y futuro*. Obtenido de Escritura en Ciencias: <http://www.bnm.me.gov.ar/giga1/documentos/EL005266.pdf>
- Díaz. (2017). *Etiquetado de alimentos en Ecuador: implementación, resultados y acciones pendientes*. Obtenido de Scielo: <https://scielosp.org/pdf/rpsp/2017.v41/e54/es>
- Elmendorf. (2017). *La salud mundial: antes y ahora*. Obtenido de Naciones Unidas: <https://www.un.org/es/chronicle/article/la-salud-mundial-antes-y-ahora>
- EUFIC. (2006). *Los factores determinantes de la elección de alimentos*. Obtenido de Food facts for healthy choices: <https://www.eufic.org/es/vida-sana/articulo/los-factores-determinantes-de-la-eleccion-de-alimentos/>
- FAO. (2007). *Etiquetado de los Alimentos*. Obtenido de Codex Alimentarius: <https://www.fao.org/3/a1390s/a1390s.pdf>
- FAO. (2017). *Realizando una buena selección de alimentos y preparación de comidas*. Obtenido de FAO: <https://www.fao.org/3/i3261s/i3261s08.pdf>
- FAO. (2017). *Recomendaciones sobre nutrición saludable en Albania*. Obtenido de FAO: <https://www.fao.org/3/as658e/as658e.pdf>
- FAO. (2018). *Realizando una buena selección de alimentos y preparación de comidas*. Obtenido de FAO: <https://www.fao.org/3/i3261s/i3261s08.pdf>
- FAO. (2019). *La seguridad alimentaria y la nutrición en el mundo*. Obtenido de Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura: <https://www.fao.org/3/ca5162es/ca5162es.pdf>

- FAO. (2020). *Etiquetado de alimentos*. Obtenido de Organización de las Naciones Unidas: <https://www.fao.org/food-labelling/es/>
- Fernández. (2020). *Diferencia entre alimentación y nutrición*. Obtenido de Salud Savia: <https://www.saludsvia.com/contenidos-salud/articulos-especializados/diferencia-entre-alimentacion-y-nutricion>
- Fernandez, M. C. (2017). *Impacto social y económico*. Obtenido de Repositorio CEPAL: [https://repositorio.cepal.org/bitstream/handle/11362/42535/1/S1700443\\_es.pdf](https://repositorio.cepal.org/bitstream/handle/11362/42535/1/S1700443_es.pdf)
- GFW. (2015). *¿Cuánto sodio debo consumir al día?* Obtenido de Gored for women: <https://www.goredforwomen.org/es/healthy-living/healthy-eating/eat-smart/sodium/how-much-sodium-should-i-eat-per-day#:~:text=La%20American%20Heart%20Association%20no,la%20mayor%C3%A9a%20de%20los%20adultos.>
- GIC. (2013). *Los descuentos en alimentos saludables mejoran la dieta*. Obtenido de Gastronomía y CIA: <https://gastronomiaycia.republica.com/2013/04/03/los-descuentos-en-alimentos-saludables-mejoran-la-dieta/>
- Greenfield. (2012). *Datos de composición de alimentos*. Obtenido de FAO: <https://www.fao.org/3/y4705s/y4705s.pdf>
- Hernández. (2004). *Recomendaciones nutricionales para el ser humano*. Obtenido de Revista Cubana de Investigaciones Biomédicas: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0864-03002004000400011](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-03002004000400011)
- Hoyos, Z., Jacome, Y., & Rendón, A. (Febrero de 2015). SEMAFORIZACION DE PRODUCTOS DE CONSUMO, TENDENCIA Y CULTURIZACION EN LOS ECUATORIANOS. *Revista Eumednet*.
- Jiménez. (2016). *Cornisa: RAZONES SUBYACENTES A LA ELECCIÓN DE ALIMENTOS HABITUALES*. Obtenido de Universidad de Antioquía: [https://bibliotecadigital.udea.edu.co/bitstream/10495/14548/1/AriasLizeth\\_2016\\_RazonesSubyacentesEleccion.pdf](https://bibliotecadigital.udea.edu.co/bitstream/10495/14548/1/AriasLizeth_2016_RazonesSubyacentesEleccion.pdf)
- Jones. (2017). *La dieta sin gluten: ¿moda o necesidad?* Obtenido de NCBI: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5439366/>
- López. (2014). *Etiquetado nutricional, una mirada desde los consumidores*. Obtenido de Scielo: [http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0124-41082014000200003](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0124-41082014000200003)
- Lozano. (2011). *La nutrición es conciencia*. Obtenido de Univesidad de Murcia: <https://www.um.es/lafem/DivulgacionCientifica/Libros/2011-La%20nutricion-completo.pdf>
- Murillo. (2018). *ALIMENTACIÓN SALUDABLE, LA GRAN TENDENCIA DEL CONSUMO*. Obtenido de Universidad Autónoma de Occidente:

- <https://red.uao.edu.co/bitstream/handle/10614/10621/T08290.pdf?sequence=5&isAllowed=y>
- NIH. (2018). *¿Cuánto debo comer? Lo que debe saber sobre la cantidad y el tamaño de las porciones.* Obtenido de NIH: <https://www.niddk.nih.gov/health-information/informacion-de-la-salud/control-de-peso/cuanto-debo-comer>
- Nutrición. (2020). *¿Son iguales todos los tipos de aceite de oliva?* Obtenido de Colesterol Familiar: <https://www.cholesterolfamiliar.org/habitos-de-vida-saludables/dieta-y-nutricion/aceite-de-oliva/>
- OMS. (2016). *Guía técnica para reducir el consumo de sal.* Obtenido de Organización Mundial de la Salud: [https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/38586/9789275319956\\_spa.pdf](https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/38586/9789275319956_spa.pdf)
- OMS. (2020). *Dietas saludables sostenibles.* Obtenido de Organización Mundial de la Salud: <https://www.fao.org/3/ca6640es/CA6640ES.pdf>
- ONU. (2003). *Datos de composición de lo alimentos.* Obtenido de Organización de las Naciones Unidas: <https://www.fao.org/3/y4705s/y4705s.pdf>
- ONU. (2017). *Etiquetado de alimentos.* Obtenido de Organización de las Naciones Unidas: <https://www.fao.org/food-labelling/es/>
- ONU. (2020). *Panorama de la seguridad alimentaria y nutricional.* Obtenido de Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura: <https://www.fao.org/3/cb2242es/cb2242es.pdf>
- OPS. (2017). *Etiquetado Frontal.* Obtenido de OPS: <https://www.paho.org/es/temas/etiquetado-frontal>
- OPS. (2018). *Sistemas Alimentarios Sostenibles para una Alimentación Saludable.* Obtenido de OPS: [https://www3.paho.org/hq/index.php?option=com\\_content&view=article&id=14270:sistemas-alimentarios-sostenibles-para-una-alimentacion-saludable&Itemid=72259&lang=es#gsc.tab=0](https://www3.paho.org/hq/index.php?option=com_content&view=article&id=14270:sistemas-alimentarios-sostenibles-para-una-alimentacion-saludable&Itemid=72259&lang=es#gsc.tab=0)
- OPS. (2022). *Organización Panamericana de la Salud.* Obtenido de Etiquetado frontal: <https://www.paho.org/es/temas/etiquetado-frontal>
- OPS, OMS. (2015). *Alimentos y bebidas ultraprocesados en América Latina: tendencias, efecto sobre la obesidad e implicaciones para las políticas públicas.* Departamento de Enfermedades no Transmisibles y Salud Mental. Washington D.C: 978-92-75-31864-5. Obtenido de [https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/7698/9789275318645\\_esp.pdf](https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/7698/9789275318645_esp.pdf)
- Ortega. (2020). *La prohibición de uso de la marca protegida en el empaquetado genérico de productos azucarados.* Obtenido de Repositorio UASB:

- <https://repositorio.uasb.edu.ec/bitstream/10644/7985/1/T3454-MDE-Ortega-La%20prohibicion.pdf>
- Pérez. (2020). *La influencia del etiquetado para la alimentación sostenible y la alimentación saludable en el consumidor*. Obtenido de ICADE: <https://repositorio.comillas.edu/xmlui/bitstream/handle/11531/37115/TFG%20-%20Perez%20Lopez,%20Camino.pdf?sequence=-1>
- RCAN. (2019). *Revista Cubana de Alimentación y Nutrición*. Obtenido de Mediagraphics: <https://www.medigraphic.com/pdfs/revcubalnut/can-2019/cans191d.pdf>
- Region, E. (2004). *The First Action Plan for*. Obtenido de European Region: [https://www.euro.who.int/\\_\\_data/assets/pdf\\_file/0013/120244/E72199.pdf](https://www.euro.who.int/__data/assets/pdf_file/0013/120244/E72199.pdf)
- Rinke. (2021). *América Latina y Europa: Una perspectiva histórica*. Obtenido de EU-LAC: <https://eulacfoundation.org/es/america-latina-y-europa-una-perspectiva-historica>
- Rodríguez. (2016). *Las etiquetas nutricionales y su influencia en las decisiones de compra*. Obtenido de Revista Científica y Tecnológica UPSE: <https://incyt.upse.edu.ec/ciencia/revistas/index.php/rctu/article/view/205/pdf>
- Ruíz. (2016). *La importancia del etiquetado*. Obtenido de AEPAP: [https://www.aepap.org/sites/default/files/4t2.11\\_la\\_importancia\\_del\\_etiquetado.pdf](https://www.aepap.org/sites/default/files/4t2.11_la_importancia_del_etiquetado.pdf)
- Sánchez. (2018). *El etiquetado nutricionales principales recomendaciones*. Obtenido de Universidad Pontificia: <https://repositorio.comillas.edu/rest/bitstreams/145575/retrieve>
- Sanitario, C. (2014). *Rotulado de productos alimenticios para consumo humano*. Obtenido de Instituto ecuatoriano de normalización: [https://www.controlsanitario.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2014/07/ec.nte\\_.1334.3.2011.pdf](https://www.controlsanitario.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2014/07/ec.nte_.1334.3.2011.pdf)
- Semana. (2022). *¿Mito o realidad? ¿Es malo para la salud comer antes de dormir?, esto dice la ciencia*. Obtenido de Semana: <https://www.semana.com/vida-moderna/articulo/mito-o-realidad-es-malo-para-la-salud-comer-antes-de-dormir-esto-dice-la-ciencia/202143/>
- Sierra Tobón, L. (Abril de 2021). *Etiquetado nutricional frontal y su impacto en la salud pública. Consideraciones bioéticas*. *Revista de Nutrición Clínica y Metabolismo*, 4(3), 26-34. doi:doi.org/10.35454/rncm.v4n3.214
- SPENELC. (2011). *Cómite de seguridad alimentaria mundial*. Obtenido de FAO: <https://www.fao.org/3/mc123s/mc123s.pdf>
- Vásquez. (2015). *Influencia familiar sobre la conducta alimentaria y su relación con la obesidad infantil*. Obtenido de Archivos latinoamericanos de nutrición: <https://www.alanrevista.org/ediciones/2008/3/art-6/>
- Vásquez. (2021). *Aceite de oliva, ¿cuántas cucharadas tomar al día para aprovechar sus beneficios?* Obtenido de El Diario:

[https://www.eldiario.es/consumoclaro/cuidarse/aceite-oliva-cucharadas-recomiendan-aprovechar-beneficios\\_1\\_7288465.html](https://www.eldiario.es/consumoclaro/cuidarse/aceite-oliva-cucharadas-recomiendan-aprovechar-beneficios_1_7288465.html)

Vercruzana, U. (2017). *Nutrición*. Obtenido de Centro de Estudios y Servicios en Salud: <https://www.uv.mx/veracruz/cess/vinculacion-y-extension/nutricion/>

## Anexos

### Anexo 1. CONSENTIMIENTO INFORMADO

**TÍTULO DEL ESTUDIO:** Conocimiento, aptitudes y prácticas del etiquetado nutricional en la selección de compra de alimentos procesados en adultos de una comunidad.

**Nombre, dirección y teléfono del Investigador Principal:**

Susana Isabel Reinoso Brito

Teléfono: 0981927276

Dirección: Comunidad Mata de plátano – Cantón Simón Bolívar.

La presente investigación es conducida por **SUSANA ISABEL REINOSO BRITO**, de la Universidad Estatal de Milagro. El objetivo principal de este estudio es: Determinar el nivel de conocimiento, actitudes y prácticas del etiquetado nutricional en la selección de compra de alimentos procesados en adultos de la comunidad Mata de Plátano del Cantón Simón Bolívar en el año 2022.

La participación en este estudio es estrictamente voluntaria. La información que se recoja será confidencial y no se usará para ningún otro propósito fuera de los de esta investigación. Sus respuestas a la encuesta serán codificadas usando un número de identificación y, por lo tanto, serán anónimas.

Si tiene alguna duda sobre este proyecto, puede hacer preguntas en cualquier momento durante su participación en él. Igualmente, puede retirarse del proyecto en cualquier momento sin que eso lo perjudique en ninguna forma. Si alguna de las preguntas durante la encuesta le parece incómodas, tiene usted el derecho de hacérselo saber al investigador o de no responderlas.

Desde ya le agradecemos su participación.

-----  
Nombre del Participante

-----  
Firma del Participante

-----  
Fecha



## Anexo 2. ENCUESTA CAP

**ENCUESTA CONOCIMIENTOS, ACTITUDES, PRACTICAS FRENTE AL ETIQUETADO NUTRICIONAL - BAJO CRITERIOS DE LA ORGANIZACIÓN DE LAS NACIONES UNIDAS PARA LA AGRICULTURA Y LA ALIMENTACIÓN (FAO POR SUS SIGLAS EN INGLES).**

Edad: \_\_\_\_\_

Género: M \_\_\_ F \_\_\_

Estado Civil:

Soltero  Casado  Divorciado  Viudo  Unión Libre

Nivel de Educación:

Primaria  Secundaria  Tercer Nivel  Cuarto  Ninguno

### CONOCIMIENTOS

1. ¿Conoce o ha visto en el empaque de los productos, el semáforo nutricional de alimentos?

Si   
No

2. ¿Entiende la información que tienen los productos con semáforo nutricional?

Si   
No

3. ¿Conoce o ha visto en el empaque de los productos, el recuadro de información nutricional?

Si   
No

4. ¿Conoce o ha visto en el empaque de los productos, los ingredientes?

Si   
No

5. ¿Entiende el recuadro de ingredientes que tienen los productos en el empaque?

Si   
No

### ACTITUDES

6. ¿Cree usted que la información del semáforo nutricional es suficiente?

Si   
No

7. ¿Cuándo compra alimentos y bebidas procesadas, ¿con que frecuencia elige un producto basado en la información del semáforo nutricional: (A)

Nunca	<input type="checkbox"/>
Casi nunca	<input type="checkbox"/>
siempre	<input type="checkbox"/>
casi siempre	<input type="checkbox"/>
n/s	<input type="checkbox"/>

8. ¿Con que frecuencia utiliza el semáforo nutricional para comparar entre productos:

Nunca	<input type="checkbox"/>
Casi nunca	<input type="checkbox"/>
siempre	<input type="checkbox"/>
casi siempre	<input type="checkbox"/>
n/s	<input type="checkbox"/>

9. ¿Considera usted que la información del semáforo nutricional de alimentos y bebidas procesados, es confiable:

Nunca	<input type="checkbox"/>
Casi nunca	<input type="checkbox"/>
siempre	<input type="checkbox"/>
casi siempre	<input type="checkbox"/>
ns/nr	<input type="checkbox"/>

10. ¿Ha escuchado sobre las consecuencias en la salud por el consumo frecuente de alimentos altos en azúcar, grasa y sal?

Si	<input type="checkbox"/>
No	<input type="checkbox"/>

## PRACTICAS

11. ¿Considera usted que la información del semáforo nutricional de alimentos y bebidas procesados, le ayuda en la elección de la compra:

Mucho	<input type="checkbox"/>
Algo	<input type="checkbox"/>
Poco	<input type="checkbox"/>
Nada	<input type="checkbox"/>
ns/nr	<input type="checkbox"/>

12. ¿Al momento de que elige un alimento o bebida procesada, ¿qué tan importante es para usted que sea de buen precio, económico o barato:

Nada importante	<input type="checkbox"/>
Poco importante	<input type="checkbox"/>
Importante	<input type="checkbox"/>
Muy importante	<input type="checkbox"/>

ns/nr

13. ¿El semáforo nutricional influye en su decisión de compra de alimentos?

Si   
No

14. ¿Frente a los alimentos que tienen etiqueta roja, ¿usted los:

Consume más   
Consume menos   
Consume igual   
No los consume

15. ¿Considera que la implementación del semáforo nutricional es adecuada para mejorar la salud de la población?

Si   
No

### Anexo 3. EVIDENCIAS FOTOGRÁFICAS

#### Aplicación de Encuesta (CAP) en la comunidad Mata de Plátano.







# UNEMI

UNIVERSIDAD ESTATAL DE MILAGRO

*¡Evolución académica!*

@UNEMIEcuador

