



FACULTAD DE MEDICINA “HIPÓLITO UNANUE”

CONOCIMIENTO DEL ETIQUETADO OCTOGONAL Y CONSUMO DE
ALIMENTOS ULTRAPROCESADOS EN ADOLESCENTES DE LA I.E N°100, SAN
JUAN DE LURIGANCHO, 2024

Línea de investigación:

Salud Pública

Tesis para optar el Título Profesional de Licenciada en Nutrición

Autora

Calero Ortiz, Jazmin Melani

Asesora

Soto Pascual, Melissa

ORCID: 0000-0002-5448-7323

Jurado

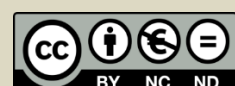
Lopez Gabriel, Julia Isabel

Lopez Gabriel, Wilfredo Gerardo

De la Cruz Mendoza, Flor Evelyn

Lima - Perú

2024



CONOCIMIENTO DEL ETIQUETADO OCTOGONAL Y CONSUMO DE ALIMENTOS ULTRAPROCESADOS EN ADOLESCENTES DE LA I.E N°100, SAN JUAN DE LURIGANCHO, 2024

INFORME DE ORIGINALIDAD

14%

INDICE DE SIMILITUD

13%

FUENTES DE INTERNET

2%

PUBLICACIONES

5%

TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1	hdl.handle.net Fuente de Internet	6%
2	repositorio.unfv.edu.pe Fuente de Internet	2%
3	Submitted to Universidad Cesar Vallejo Trabajo del estudiante	1%
4	Submitted to Universidad Femenina del Sagrado Corazón Trabajo del estudiante	1%
5	cdn.www.gob.pe Fuente de Internet	1%
6	repositorio.ucv.edu.pe Fuente de Internet	1%
7	www.researchgate.net Fuente de Internet	1%
8	Submitted to Universidad Nacional Federico Villarreal	<1%



FACULTAD DE MEDICINA “HIPÓLITO UNANUE”

CONOCIMIENTO DEL ETIQUETADO OCTOGONAL Y CONSUMO DE ALIMENTOS
ULTRAPROCESADOS EN ADOLESCENTES DE LA I.E N°100, SAN JUAN DE
LURIGANCHO, 2024

Línea de investigación:

Salud pública

Tesis para optar el Título Profesional de Licenciada en Nutrición

Autora:

Calero Ortiz, Jazmin Melani

Asesora:

Soto Pascual, Melissa

(ORCID: 0000-0002-5448-7323)

Jurado:

Lopez Gabriel, Julia Isabel

Lopez Gabriel, Wilfredo Gerardo

De la Cruz Mendoza, Flor Evelyn

Lima – Perú

2024

Dedicatoria

A mí persona, por ser una mujer perseverante en el transcurso de los cinco años de pregrado. A mi madre por siempre alentarme a ser mejor cada día y por su gran amor que me tiene.

A mi padre por siempre brindarme lo mejor, sé que cuento contigo en todo momento.

A mi hermana Melissa por ser mi ejemplo de buena persona, te quiero mucho.

Agradecimientos

A Dios, por haberme dado la fortaleza necesaria para llegar hasta este momento de mi vida.

A mi familia, por su apoyo brindado durante mis años de formación personal y profesional.

A mi asesora que dedicó su tiempo en guiarme para la realización y mejora de la presente investigación.

Al director de la Institución Educativa por la ayuda inmediata para la ejecución de mi tesis.

Finalmente, gracias a todos aquellos que estuvieron en este proceso.

Índice

Resumen.....	8
Abstract.....	9
I. INTRODUCCIÓN	10
1.1. Descripción y formulación del problema.....	10
1.2. Antecedentes	12
1.3. Objetivos	17
1.3.1. Objetivo General	17
1.3.2. Objetivos Específicos	17
1.4. Justificación.....	17
1.5. Hipótesis.....	18
II. MARCO TEÓRICO	20
2.1. Bases teóricas sobre el tema de investigación.....	20
III. MÉTODO	27
3.1. Tipo de investigación	27
3.2. Ámbito temporal y espacial.....	27
3.3. Variables.....	27
3.4. Población y muestra	27
3.5. Instrumentos	28
3.6. Procedimientos	29
3.7. Análisis de datos.....	29
3.8. Consideraciones éticas	30

IV. RESULTADOS	31
V. DISCUSIÓN DE RESULTADOS	42
VI. CONCLUSIONES	45
VII. RECOMENDACIONES	46
VIII. REFERENCIAS	47
IX. ANEXOS	52

Índice de tablas

Tabla 1. Características demográficas de la muestra	31
Tabla 2. Nivel de conocimiento del etiquetado octogonal en adolescentes del quinto grado de secundaria de la I.E N°100.....	31
Tabla 3. Nivel de conocimiento del etiquetado octogonal en adolescentes del quinto grado de secundaria de la I.E N°100 en función del sexo	32
Tabla 4. Consumo de alimentos ultraprocesados en adolescentes del quinto grado de secundaria de la I.E N°100.....	33
Tabla 5. Consumo de alimentos ultraprocesados en adolescentes del quinto grado de secundaria de la I.E N°100 en función del sexo	34
Tabla 6. Asociación entre el conocimiento del etiquetado octogonal y el consumo de alimentos ultraprocesados en adolescentes del quinto grado de secundaria de la I.E N°100	41

Índice de figuras

Figura 1. Nivel de conocimiento del etiquetado octogonal en adolescentes del quinto grado de secundaria de la I.E N°100.....	32
Figura 2. Nivel de conocimiento del etiquetado octogonal en adolescentes del quinto grado de secundaria de la I.E N°100 en función del sexo	33
Figura 3. Consumo de alimentos ultraprocesados en adolescentes del quinto grado de secundaria de la I.E N°100	34
Figura 4. Consumo de alimentos ultraprocesados en adolescentes del quinto grado de secundaria de la I.E N°100 en función del sexo	35
Figura 5. Frecuencia del consumo según cada grupo de alimento ultraprocesado en adolescentes del quinto grado de secundaria de la I.E N°100	36
Figura 6. Frecuencia del consumo de snacks en adolescentes del quinto grado de secundaria de la I.E N°100.....	37
Figura 7. Frecuencia del consumo de galletas dulces en adolescentes del quinto grado de secundaria de la I.E N°100.....	38
Figura 8. Frecuencia del consumo de gaseosas en adolescentes del quinto grado de secundaria de la I.E N°100.....	39
Figura 9. Frecuencia del consumo de otros AUP en adolescentes del quinto grado de secundaria de la I.E N°100.....	40

Resumen

Objetivo: Determinar la relación entre el nivel de conocimiento del etiquetado octogonal y la frecuencia del consumo de alimentos ultraprocesados en adolescentes del quinto grado de secundaria de la I.E N°100, San Juan de Lurigancho, 2024. **Método:** Investigación diseñada en base a una metodología no experimental, correlacional y de corte transversal. La muestra estuvo constituida por 101 estudiantes del quinto grado pertenecientes a las secciones A, B, C y D del nivel secundario. Para recolectar los datos se utilizó dos cuestionarios, que fueron previamente validados por juicio de expertos. En el análisis inferencial se usó χ^2 con un valor p de significación estadística de 0,05 para asociar las variables. **Resultados:** Se halló que el 80.2% de los adolescentes tenían un alto nivel de conocimiento sobre etiquetado octogonal; además, el 78.2% tenía un alto consumo de AUP. De todos los encuestados, las mujeres manifestaron tener alto conocimiento y a la vez alto consumo. El grupo de AUP más consumido fueron las gaseosas (77.4%) con una mayor frecuencia de 1 a 3 veces al mes, y las galletas dulces fue el menos elegido (62.4%). **Conclusiones:** Al realizar el análisis, se apreció un p valor de 0.084 por lo que al ser mayor del nivel estimado de 0.05, se concluyó que no existió una relación estadísticamente significativa entre el conocimiento del etiquetado octogonal y el consumo de alimentos ultraprocesados.

Palabras clave: conocimientos, alimentos ultraprocesados, adolescentes, etiquetado octogonal.

Abstract

Objective: To determine the relationship between the level of knowledge of octagonal labeling and the frequency of consumption of ultra-processed foods in adolescents in the fifth grade of secondary school at I.E N°100, San Juan de Lurigancho, 2024. **Method:** Research designed based on a non-experimental, correlational and cross-sectional methodology. The sample consisted of 101 fifth grade students belonging to sections A, B, C and D of the secondary level. To collect the data, two questionnaires were used, which were previously validated by expert judgment. In the inferential analysis, chi^2 was used with a p value of statistical significance of 0.05 to associate the variables. **Results:** It was found that 80.2% of adolescents had a high level of knowledge about octagonal labeling; in addition, 78.2% had a high consumption of AUP. Of all respondents, women reported having high knowledge and at the same time high consumption. The most consumed AUP group was soft drinks (77.4%) with a higher frequency of 1 to 3 times a month, and sweet cookies were the least chosen (62.4%). **Conclusions:** When performing the analysis, a p value of 0.084 was observed, which is greater than the estimated level of 0.05, and it was concluded that there was no statistically significant relationship between knowledge of octagonal labeling and the consumption of ultra-processed foods.

Keywords: knowledge, ultra-processed foods, teenagers, octagonal labeling.

I. INTRODUCCIÓN

1.1. Descripción y formulación del problema

En las últimas décadas, la disponibilidad y venta de alimentos ultraprocesados ha aumentado de una manera muy rápida en países de ingresos bajos y medianos de todo el mundo. La Organización Panamericana de la Salud (OPS, 2019) publicó un informe en donde dio a conocer el acrecentamiento del número de ventas en este grupo de alimentos. Se pudo evidenciar las tendencias de siete países ubicados en América Latina y El Caribe, entre ellos, Venezuela, Perú, México, Colombia, Chile, Brasil y Argentina, que juntos constituyen el 80% de la población de dicha región geográfica. Se observó que el mayor crecimiento fue en Perú, en donde las ventas aumentaron en 15.6%.

La rápida adquisición e ingesta muy elevada de alimentos altamente procesados en países con menores ingresos amenaza con continuar el aumento del número de casos de personas con sobrepeso y obesidad, siendo esto uno de los factores de riesgo fundamentales para el desarrollo de enfermedades crónicas no transmisibles (ECNT), como diabetes, enfermedades cardiovasculares, pulmonares, etc.

El sobrepeso y obesidad han alcanzado cifras muy altas de prevalencia a nivel mundial. La Organización Mundial de la Salud (OMS, 2022) manifestó que estas afecciones en niños(as) y adolescentes (mujeres y varones) de 5 a 19 años han incrementado notoriamente; el sobrepeso se duplicó, y pasó del 8% al 20%, mientras que la obesidad triplicó su valor, cambiando de un 2% a 8%. Por otro lado, el Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI, 2023), realizó una encuesta aplicada en el año 2022 a peruanos que tenían de 15 años a más, en el cual se reveló que, a nivel nacional el 22.6% presentó sobrepeso y 11.2% obesidad (ambos resultados representan a los individuos de 15 hasta 19 años). Así mismo, en un estudio analizado por el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF, 2023) en Perú, se registró que en Lima Metropolitana el 34.6% de los adolescentes (12 a 17 años) padecía de estos dos problemas

de malnutrición por exceso; de ese porcentaje total, el 26.2% representó el sobrepeso y 8.5% obesidad. Por otra parte, el Equipo de Epidemiología de la Dirección de Redes Integradas Lima Centro (2023) publicó el “Análisis Situacional de Salud 2022” y dieron a conocer que la obesidad fue la tercera causa de morbilidad del distrito con mayor cantidad de habitantes, llamado San Juan de Lurigancho.

Por toda la evidencia estadísticamente encontrada, se considera al sobrepeso y obesidad como un problema muy grave de salud pública en el Perú, que seguirá causando el incremento del número de personas fallecidas por ECNT. Esta problemática se intensifica durante la etapa de la adolescencia debido a los múltiples cambios que conlleva este periodo de vida; por ejemplo, el adoptar hábitos saludables, el cual muchas veces el desconocimiento sobre temas beneficiosos para su salud los orienta a elegir acciones perjudiciales como la no realización de actividad física (sedentarismo) y el consumo excesivo de alimentos altamente procesados (con etiquetado octogonal).

Frente a toda esta realidad, en el país existe una norma que busca promover la alimentación saludable en los niños(as) y adolescentes (varones y mujeres); esta ley es la N°30021. La finalidad de esta norma jurídica es promocionar y resguardar el derecho a la salud pública, al desarrollo y crecimiento idóneo de los peruanos. Así mismo, hay un Manual de Advertencias Publicitarias (elaborado por el Ministerio de Salud, en el marco de dicha Ley), donde especifica que las advertencias publicitarias (representado por el etiquetado octogonal) será usado en alimentos que excedan los valores de referencia técnica establecido de nutrientes críticos como el azúcar, sodio y grasas. (El Peruano, 2018)

A pesar de la participación del gobierno, la prevalencia de estos padecimientos seguirá acrecentándose, según el análisis elaborado por UNICEF (2023), en donde dieron a conocer que la incidencia del sobrepeso y obesidad en los adolescentes peruanos es categorizada como “problema alto”, ya que tres de cada diez adolescentes del sexo femenino (de 15 a 19 años)

tenían dichos problemas nutricionales. A raíz del análisis nacional, se observó que las tendencias de predisposición a estos problemas de salud van en un acelerado crecimiento, vaticinando que para el año 2030, más de un millón de niños(as) y adolescentes de las edades de 5 a 19 padecerán de obesidad, además en su etapa adulta vivirán en ese estado.

Por lo tanto, establecida la relevancia del tema, la presente investigación buscó determinar la relación entre el conocimiento del etiquetado octogonal y el consumo de alimentos ultraprocesados en adolescentes, para reducir los índices de sobrepeso, obesidad y ECNT, mediante acciones de educación preventiva que deberán centrarse en temas fundamentales para una salud óptima, como por ejemplo, alimentación saludable, actividad física, hábitos alimentarios saludables, consecuencias del consumo elevado de alimentos ultraprocesados, rendimiento escolar, lonchera saludable, etc.

1.1.1. Formulación de problema general

¿Cuál es la relación entre el conocimiento del etiquetado octogonal y el consumo de alimentos ultraprocesados en adolescentes del quinto grado de secundaria de la I.E N°100, San Juan de Lurigancho, 2024?

1.1.2. Formulación de problemas específicos

¿Cuál es el nivel de conocimiento del etiquetado octogonal en adolescentes del quinto grado de secundaria de la I.E N°100, San Juan de Lurigancho, 2024?

¿Cuál es la frecuencia del consumo de alimentos ultraprocesados en adolescentes del quinto grado de secundaria de la I.E N°100, San Juan de Lurigancho, 2024?

1.2. Antecedentes

1.2.1. Ámbito Internacional

Galarza et al. (2019) efectuaron su trabajo de investigación en el país de Ecuador. Tuvieron como propósito contrastar los conocimientos y opiniones acerca del semáforo nutricional (SN). Este estudio descriptivo transversal se aplicó a 161 adolescentes (de 15 a 18

años) de los cuales el 51.6% fueron mujeres y 48.4% varones. Al realizar la recolección de datos se les mostró una botella de yogurt para que puedan entender mejor las 12 preguntas del instrumento. Al procesar toda la información obtenida, se visualizó los siguientes resultados: el 54% de los encuestados compraban y consumían la mitad de sus alimentos tomando en cuenta el semáforo nutricional; así mismo, solo el 31.1% usa y conoce el SN y 25.5% no conoce ni hace uso de este tipo de advertencia; por último, el 53.4% de los estudiantes preferían alimentos más saludables. Se concluyó que, los adolescentes conocían el semáforo nutricional, pero más de la mitad no comprende totalmente su información de los alimentos procesados que consumen.

Chapado y Weiner (2022) en Uruguay, elaboraron su investigación, cuya finalidad fue evaluar y comparar la frecuencia de consumo de alimentos (FCA) ultraprocesados de 120 adolescentes (de 15 a 17 años) que asistían a dos diferentes instituciones. El diseño de su investigación fue descriptivo-transversal. Al aplicar dos cuestionarios, se obtuvo como resultado que 67.5% de los participantes presentaban una valoración de “muy alto consumo” de alimentos ultraprocesados (AUP); de este porcentaje, solo el 28.33% pertenecían a la Escuela La Salle y 39.17% a la Escuela Don José; además se pudo observar que solo un alumno (de ambas escuelas) tenía un “bajo consumo”. El alimento más consumido y preferido por todos los encuestados fueron las galletas dulces y chocolates, representado por 40%. En la escuela Don José, consumían más productos de copetín (doritos, twistos, papas fritas, chizitos, etc), siendo el más elegido el snack “Saladix” en una frecuencia de 1 a 3 veces por mes, reflejado en un 30%. En la Escuela La Salle, el 38% consumía galletas dulces de 1 a 3 veces por semana y otro 38% consumía chocolates de 1 a 3 veces por mes; siendo así la escuela que prefería más esta variedad de alimentos. Por último, se encontró que en la escuela La Salle se consumía mayor cantidad de gaseosas (45%) en una frecuencia de 1 a 3 veces por semana. De esta manera se pudo concluir que existía una ingesta muy elevada de AUP en los adolescentes.

Carpio et al. (2020) en Ecuador, llevaron a cabo su investigación, cuya finalidad fue estimar la asociación entre el conocimiento sobre la advertencia “Semáforo Nutricional (SN)” y la situación nutricional en 600 estudiantes (de 14 a 16 años) que asistían a 2 escuelas. En su estudio transversal probabilístico se usó dos encuestas estandarizadas, y se encontró que el 48% de los alumnos tenían un inapropiado conocimiento sobre el SN y 52% lo contrario. Los autores concluyeron que, el correcto conocimiento del SN puede estar asociado a un buen estado nutricional de los adolescentes.

Guerrero et al. (2023) ejecutaron un estudio en el país de Colombia a 76 escolares de 13 a 17 años; tuvieron como propósito analizar con qué frecuencia consumían AUP en el colegio Santa Teresita. Elaboraron una encuesta virtual de 15 preguntas, por lo cual usaron Google Forms. En su estudio cuantitativo, descriptivo y transversal encontraron que, 97.84% sí sabía qué era la comida chatarra (alimentos ultraprocesados); sin embargo, diariamente el 52.16% consumía doritos, papitas, etc; y 46.55% galletas dulces, chocolates.etc; además, el 69.83% bebía gaseosa siempre o casi siempre y solo un 2.29% nunca. Se concluyó que, a pesar que existió un buen conocimiento sobre este tipo de comida, se evidenció su alto consumo.

Podostroiec (2022) desarrolló su estudio en Buenos Aires, cuya finalidad fue estimar la relación entre la FCA ultraprocesados y su condición nutricional en 385 adolescentes de 13 a 18 años. Su trabajo fue observacional, prospectivo-transversal. Usó un cuestionario de 14 preguntas realizado en Google Forms (virtual), en donde se evidenció que, diariamente el 25% de varones y mujeres consumía alimentos ultraprocesados (AUP); además, los adolescentes de 15 y 18 años son los que consumían más este tipo de alimento. Por todo lo expuesto, se pudo concluir que, el 18.1% de los entrevistados tenían una alimentación de mala calidad (elige AUP) y solo un 8.4% de muy buena calidad nutricional.

1.2.2. Ámbito Nacional

Medina (2022) realizó un estudio en donde buscaba determinar la vinculación entre el nivel de conocimiento acerca del Etiquetado Octogonal (EO) y la FCA ultraprocesados de los escolares que asistían a un colegio privado en Lima. Su metodología usada en esta investigación fue de carácter cuantitativo-no experimental y transversal. Al emplear una fórmula, se halló la muestra de 78 adolescentes (de 14 a 17 años), a los cuales se les aplicó dos cuestionarios (el primero: mide conocimiento y el segundo: frecuencia de consumo de AUP). Al procesar toda la información obtenida, se alcanzó los siguientes resultados: 67.9% de alumnos poseían un elevado conocimiento y 32.1% lo contrario; no obstante, 87.2% mantenía un consumo alto de este grupo de alimentos y solo 12.8% bajo; por otro lado, las mujeres fueron las que superaron a los varones en el nivel de conocimiento; sin embargo, su frecuencia de consumo fue mayor entre todos los adolescentes. Los AUP más ingeridos fueron: galletas dulces (97.4%) y gaseosas (89.7%), con una frecuencia de mayor o igual a 5 veces por semana; así mismo, el AUP menos consumido fue el barquillo (76.9%); además, en el grupo de los snacks, los piqueos (56.4%) y papas Lays (57.7%) fueron los más preferidos; por otro lado, en el grupo de las galletas dulces, sobresalió el consumo de galletas rellenas (66.7%) y pícaras (56.4%); por último, en el grupo de las gaseosas, la más preferida fue la inca kola (62.8%). Se concluyó que, 7 de cada 10 encuestados tenían un alto conocimiento y 9 de cada 10 consumió mayor o igual a 5 veces por semana AUP; entonces no existió asociación entre las variables estudiadas por la autora.

Cancho y Garay (2023) llevaron a cabo su investigación en Lima, cuya finalidad fue evaluar cómo influye el nivel de conocimiento del EO en el consumo de AUP. Su estudio no experimental tuvo un nivel descriptivo, tipo cuali-cuantitativo. Se aplicó dos cuestionarios (primero: sobre nivel de conocimiento y el segundo: frecuencia de consumo) a 84 adolescentes escolares (de 12 a 18 años); se pudo observar que, el 61% tenía un nivel de conocimiento

deficiente y solo 11% lo contrario; así mismo, el 99% de los alumnos tenían un elevado consumo de AUP, evidenciándose en el consumo diario de chocolates, galletas dulces y snacks (75%, 79% y 74% respectivamente); y 77% consumió gaseosas de 2 a 3 veces por semana. Finalmente, los autores manifestaron que sí existía una asociación entre conocimiento-consumo (con un p valor < ,005).

Zapata (2023) realizó un estudio y determinó el grado de conocimiento sobre EO (en AUP) que tenían los adolescentes escolares de un colegio en la ciudad de Tumbes. Fue una investigación no experimental, cuantitativa, transversal y descriptiva. Se aplicó una encuesta a 91 alumnos. Se obtuvo los siguientes resultados: 94.5% de los encuestados pertenecían a la categoría “alto nivel de conocimiento” y solo 5.5% a “bajo nivel”; además, 70.3% comprendió el etiquetado octogonal de una manera adecuada. Se concluyó que, más de la mitad de los encuestados formaban parte de la categoría “alto conocimiento”.

Mamani (2022) efectuó su estudio en la ciudad de Lima, cuyo objetivo fue determinar la ingesta de AUP con EO de 63 estudiantes del 5to de secundaria que pertenecían a tres colegios privados. Fue una investigación descriptiva, cuantitativa y transversal. Se realizó dos encuestas virtuales (primera: frecuencia de consumo y segunda: factores). Se observó que, 62% de los encuestados tuvieron un consumo bajo de AUP, 22% un consumo alto y 16% no prefirió consumir ese tipo de alimentos; por otro lado, los alimentos más consumidos fueron las galletas y chocolates, representado por 88% y 90% respectivamente; el 38% prefirió la leche chocolatada con una frecuencia de 2 a más veces por semana, 59% bebió gaseosa al menos 1 vez por semana y finalmente 49% consumió snacks más de 1 vez por semana. La autora concluyó que, más del 50% de los adolescentes tenían un consumo bajo y 25% alto consumo de AUP.

Gaspar (2024) realizó su trabajo de investigación en la ciudad de Huancayo, cuyo propósito fue evaluar y determinar el nivel de entendimiento sobre cada etiquetado frontal (en

forma de octógonos) de los AUP. Se aplicó una encuesta a una muestra de 133 alumnas de 15 y 16 años. En su estudio cuantitativo, descriptivo y transversal, se obtuvo los siguientes resultados: 64.7% de las alumnas tuvieron un alto nivel de conocimiento sobre octógono de manera general y solo 3.8% bajo nivel; además, 69.9% tuvo alto entendimiento acerca de los AUP y solo 6.8% no entiende; por último, el octógono más conocido y comprendido por las escolares fue el de “alto en azúcar” (67.7%), mientras que más del 50% de las encuestadas manifestaron no conocer ni entender la etiqueta “contiene grasas trans”. Finalmente se concluyó que, más del 50% de la muestra tenía alto nivel de entendimiento acerca del etiquetado frontal (representado por octógonos).

1.3. Objetivos

1.3.1. Objetivo general

Determinar la relación entre el conocimiento del etiquetado octogonal y el consumo de alimentos ultraprocesados en adolescentes del quinto grado de secundaria de la I.E N°100, San Juan de Lurigancho, 2024.

1.3.2. Objetivos específicos

Identificar el nivel de conocimiento del etiquetado octogonal en adolescentes del quinto grado de secundaria de la I.E N°100, San Juan de Lurigancho, 2024.

Evaluar la frecuencia del consumo de alimentos ultraprocesados en adolescentes del quinto grado de secundaria de la I.E N°100, San Juan de Lurigancho, 2024.

1.4. Justificación

La realización de esta investigación se justifica de manera teórica, debido a que la población adolescente que experimenta malnutrición por exceso (tiene sobrepeso u obesidad) es constantemente más numerosa, según lo demuestra un estudio realizado por la UNICEF (2023); en donde se observó que la tasa de aumento del sobrepeso es de “categoría rápida” y el de obesidad “categoría muy rápida”, por ende consumir las metas mundiales; como por

ejemplo “no acrecentar estas complicaciones de salud en adolescentes para el año 2025” es poco probable que se logre en el Perú. Por tal motivo, evaluar la FC de AUP en este grupo etario, nos permitirá mejorar su alimentación, en general su salud.

Por otro lado, de modo práctico, identificar el nivel de conocimiento del EO y evaluar la FC de AUP nos proporcionará evidencia real, que permitirá contribuir a prevenir la problemática del sobrepeso, obesidad y ECNT, mediante la ejecución de nuevas estrategias para educar mejor y de manera continua acerca de temas relacionados a una alimentación equilibrada y saludable para el adolescente peruano, enfatizando en la importancia al momento de elegir, conocer e interpretar alimentos que contengan octógonos; además incentivar a la realización de actividad física.

Así mismo; de manera metodológica, el presente estudio contribuirá en la mejora de un instrumento que permita recaudar toda la información necesaria (garantizando una correcta validez y confiabilidad), favoreciendo al surgimiento de futuras investigaciones que estudien y relacionen las variables mencionadas anteriormente.

Finalmente, los resultados obtenidos de este estudio tienen un importante alcance social, ya que favorecerá a la población adolescente acerca de cómo es que un nivel alto de conocimiento y una correcta interpretación sobre el EO influye en el acto de elegir sus alimentos; así mismo se busca prevenir el sobrepeso, obesidad y ECNT futuras, para que esta población no se transforme en un “peso económico-social” del gobierno, logrando así mejorar su calidad de vida.

1.5. Hipótesis

H1: Existe relación entre el conocimiento del etiquetado octogonal y el consumo de alimentos ultraprocesados en adolescentes del quinto grado de secundaria de la I.E N°100, San Juan de Lurigancho, 2024.

H0: No existe relación entre el conocimiento del etiquetado octogonal y el consumo de alimentos ultraprocesados en adolescentes del quinto grado de secundaria de la I.E N°100, San Juan de Lurigancho,2024.

II. MARCO TEÓRICO

2.1. Bases teóricas sobre el tema de investigación

2.1.1. *Adolescencia*

2.1.1.1. Definición. La OMS define a la adolescencia como una etapa de crecimiento que va entre la niñez y adultez, abarca los 10 y 19 años; además este periodo se distingue por el surgimiento de asombrosos cambios y/o alteraciones físicas, psicológicas y sociales. (UNICEF, 2021). En la adolescencia se evidencia un acelerado crecimiento, se puede llegar a alcanzar el 50% de peso y 30% de talla adulta. (Sociedad Andaluza de Medicina Familiar y Comunitaria, 2015). Por todo ello, es importante que el referente adulto (padres y educadores) y también los mismos adolescentes tengan conocimiento que el cursar esta etapa es que logren aprender a tomar decisiones y actuar con responsabilidad, para que puedan ser adultos saludables. (UNICEF, 2021)

2.1.1.2. Necesidades nutricionales en la adolescencia. La adolescencia se caracteriza por grandes cambios: sexuales, psicológicos, corporales y sociales. Todo este desarrollo exige de manera individualizada un requerimiento nutricional (con energía, micro y macronutrientes necesarios) prescrito tomando en cuenta factores como talla, peso, sexo, nivel de actividad física, velocidad de crecimiento y maduración, etc. Es importante saber que una adecuada ingesta de alimentos y realizar actividad física se relaciona con una vida saludable y un correcto desarrollo intelectual. (Salazar y Crujeiras, 2023)

2.1.1.3. Problemas nutricionales del adolescente. Todos los cambios que atravesará el adolescente en esta etapa (por ejemplo la formación de la personalidad y adquisición de independencia social) se verá influenciado en sus hábitos alimentarios y estilo de vida. Si el adolescente adquiere hábitos no saludables; esto causará problemas nutricionales, principalmente los siguientes:

A. Formas no convencionales de alimentación. Pueden ser:

Irregularidades en el patrón de comidas: los adolescentes frecuentemente suelen omitir el desayuno. El desayuno aporta la energía necesaria para compensar el ayuno de la noche del día anterior. Estudios han demostrado que omitir la primera comida del día (desayuno) estaría asociado con el bajo rendimiento escolar en los adolescentes.

Alto o excesivo consumo de alimentos ultraprocesados: los adolescentes prefieren alimentos de fácil preparación o ya listos para su consumo; optan por elegir alimentos que tienen gran cantidad de “nutrientes críticos” (presencia de grasas, azúcar y/o sodio). Los efectos sobre su salud dependen del nivel de frecuencia con la que consumen estos AUP y de aquellos que añadan como complemento en su alimentación del día.

Dietas no convencionales: los adolescentes muchas veces adaptan su alimentación en base a “dietas de moda”, que lamentablemente no son verídicas y trae consigo problemas nutricionales. (Minaña et al., 2016)

B. Consumo de alcohol. Es un factor de riesgo en la adolescencia debido a las consecuencias negativas en su desarrollo físico y mental.

C. Trastornos de conducta alimentaria. Se caracteriza primordialmente por un comportamiento erróneo de la alimentación y una excesiva inquietud por el aspecto físico (peso corporal). (Vargas, 2013)

2.1.2. Conocimiento del etiquetado octogonal

2.1.2.1. Definición de conocimiento. Es un proceso consciente desarrollado por el hombre para aprehender (llegar a entender y asimilar inmediatamente) su mundo y realizarse como individuo. (Ramirez, 2009)

Según Wiig (1993), el conocimiento abarca las creencias, conceptos y juicios que tienen las personas sobre algo. Se utiliza para determinar el significado de una situación particular y cómo afrontarla.

Por último, el conocimiento es la información o sucesos que logra conseguir el individuo mediante su educación, vivencia e interpretación sobre un asunto y/o cuestión de la actualidad. (Reznikov, 1970)

2.1.2.2. Etiquetado octogonal. Es una advertencia publicitaria que se ve reflejado mediante una etiqueta en forma de una figura geométrica, llamada octógono. Estos sellos de modelo octogonal son de color negro con borde y letras blancas, localizados en la cara frontal del producto, específicamente en el área superior derecha. En junio del 2019 se aprobó el Manual de advertencia publicitaria en donde especifica que los octógonos serán usados en alimentos que excedan los valores de referencia técnica establecido de nutrientes críticos como el azúcar, sodio y grasas. Aquellos AUP que excedan el límite permitido de nutriente crítico, dispondrán de un octógono nutricional con el escrito de “alto en”, inmediatamente el nombre del nutriente (azúcar, sodio o grasas saturadas), de bajo llevará el enunciado “evitar su consumo excesivo”; además el otro escrito es “contiene” seguidamente el nombre del nutriente, en este caso grasas trans, en la parte inferior se pondrá el siguiente texto: “evitar su consumo”.

El objetivo de los octógonos de advertencia es proporcionar información clara y entendible de los alimentos ultraprocesados al momento que los adolescentes tomen una decisión sobre aquellos que deben consumir, aquellos que deben consumir menos y sobre aquellos que es mejor evitar su consumo, ya que el consumo excesivo de alimentos ultraprocesados no es bueno para su salud. (Ministerio de Educación, 2021)

2.1.2.3. Nutrientes críticos. Son aquellos nutrientes que, cuando se consumen en grandes cantidades y frecuentemente, pueden ser factores desencadenantes en la manifestación de enfermedades. Los más importantes son: (Javier, 2023)

A. Sodio. Es un elemento químico que se puede hallar naturalmente en cada alimento, añadido o adicionado en preparaciones de comidas y en el transcurso de la elaboración de

alimentos. Forma parte de la sal; además para la industria de alimentos es más usado como glutamato monosódico (sirve para resaltar el sabor).

B. Azúcar. Es un nutriente que brinda energía para mantener la funcionalidad de los órganos, como por ejemplo el cerebro y músculos. Es obtenido mediante varios procesos industriales, en el cual el producto final es un sólido cristalizado o jarabe.

C. Grasas saturadas. En su mayoría se encuentran en alimentos de origen animal. Tiene un aspecto sólido a temperatura ambiente (debido a sus enlaces simples) y a su vez hace que se derrita conforme aumente la temperatura.

D. Grasas trans. Se trata de aceites que han pasado por un proceso de hidrogenación para aumentar su plasticidad y hacerlos menos susceptibles a la degradación a altas temperaturas. Se encuentra en alimentos que también contienen grasas saturadas. (Cancho y Garay, 2023)

2.1.3. Medición de conocimiento del EO

Con el fin de medir este proceso consciente, existen diferentes instrumentos, técnicas, herramientas que permiten conseguir la información necesaria para el investigador. Uno de los instrumentos de medición más eficiente es la prueba, ya que es usada para el análisis educacional. Las pruebas son un conjunto de estímulos que se muestran al sujeto estudiado para generar respuestas y se asigna una puntuación numérica en función de esas respuestas. Esta puntuación es un índice del nivel de conocimiento que el sujeto posee. (Mejía, 2005)

Según Samboy (2009) el tipo de prueba más utilizada por su objetividad es la “prueba con respuestas múltiples”; las preguntas en su mayoría tienen de 3 a 5 posibles respuestas, y es aquí cuando el estudiante debe encontrar solo una respuesta correcta. Una de las ventajas es que su aplicación es rápida, recoge mucha información, mide el grado o nivel de conocimientos y es útil para el análisis estadístico de los resultados; pero posee una limitación al momento de su elaboración, puesto que los ítems deben de recopilar diversos conocimientos.

2.1.4. Consumo de alimentos ultraprocesados

Estudios han evidenciado que la creciente ingesta de este grupo de alimentos se relaciona con la existencia de dislipidemia en niños y con un alto riesgo de ECNT en los adolescentes. (OPS, 2019)

2.1.4.1. Alimentos ultraprocesados. Existe un sistema llamado NOVA; por lo general esta herramienta clasifica a los alimentos de acuerdo con la magnitud de transformación a la que han sido sometidos. Este sistema fue desarrollado en el 2010 por una agrupación de diez estudiantes que asistían al Centro de Salud y Nutrición (ubicado en la Universidad de Sao Paulo, Brasil); con la finalidad de asociar la intensidad de procesamiento de los alimentos consumidos con el estado nutricional.

Desde el 2015, este sistema es avalado y reconocido por la OMS y OPS. Finalmente, en el año 2016 el mismo grupo de investigadores hicieron pequeños mejoramientos en su estudio, quedando la versión final del sistema NOVA en ese año.

Según este sistema NOVA, los alimentos son ordenados y clasificados en 4 grandes grupos, tomando en cuenta la magnitud de su elaboración y/o procesamiento, la naturaleza y la finalidad que tengan:

A. Alimentos sin procesar o mínimamente procesados. Aquellos que no han recibido ningún proceso industrial y son parte de plantas o animales. Alimentos que son mínimamente procesados son aquellos que puede que se haya eliminado algunas partes del alimento.

B. Ingredientes culinarios. Este tipo de alimentos no se consumen solos, debido a que forman parte de las preparaciones de las comidas.

C. Alimentos procesados. Para su composición se añaden ingredientes como, por ejemplo, grasas, azúcares y sal para volverlos más duraderos y con un buen sabor.

D. Productos ultraprocesados. En su mayoría vienen listos para ser consumidos. Contienen poco o casi nada de alimentos enteros. Además, son alimentos fabricados a partir de

procedimientos industriales muy complejos, en donde utilizan variedad de aditivos, edulcorantes, saborizantes para su elaboración y conservación. (OPS, 2019)

2.1.5. Medición del consumo de alimentos ultraprocesados

Existen diferentes técnicas, instrumentos y herramientas para medir el consumo de alimentos, por ejemplo, el recordatorio de 24H, hojas de balance y pesado directo de alimentos, herramienta de evaluación rápida de fortificación, cuestionario de frecuencia de consumo, etc. (Nieves, 2015)

Según Pérez et al. (2015) el instrumento más utilizado y eficaz para medir el consumo de alimentos es el cuestionario de frecuencia. Este cuestionario es una herramienta que contiene una información descriptiva sobre la frecuencia, cantidad y variedad de la alimentación usual de un sujeto; además dicha información se mide en un tiempo determinado. Una de las ventajas de la aplicación de este cuestionario es que representa muy bien los patrones de ingesta y no interviene en la conducta alimentaria; sin embargo posee ciertas limitaciones, es muy amenudo encontrar que el encuestado no recuerda lo que consumió en determinado tiempo.

2.1.6. Asociación entre el conocimiento del etiquetado octogonal y el consumo de alimentos ultraprocesados

Tener un nivel elevado de entendimiento y/o conocimiento sobre el EO junto con una baja o nula ingesta de AUP más la realización de actividad física; todo ello podría influenciar en gozar una salud óptima, por ejemplo, al prevenir el desarrollo del sobrepeso, obesidad y ECNT. Por lo tanto, tener una adecuada alimentación y realizar ejercicios favorece a una vida más saludable, especialmente en etapas que conllevan grandes cambios, como ocurre en la adolescencia.

Muchas investigaciones han estudiado si el nivel de conocimiento sobre etiquetado de nutrientes críticos influye al momento de elegir y consumir un AUP. En su trabajo, Cancho y Garay (2023) efectuaron una intervención educativa, donde se pudo evidenciar y comprobar

que mediante la enseñanza, el nivel de conocimiento acerca de los sellos octogonales sí influye en la reducción de la ingesta de AUP con etiqueta octogonal.

2.1.7. Consecuencias del consumo elevado y/o excesivo de AUP

2.1.7.1. Sobrepeso y Obesidad. Se distingue por ser un estado en donde existe una acumulación elevada y/o excesiva de grasa corporal (mayormente en el área abdominal) que es dañina y perjudica el estado físico, social y mental del individuo.

En adolescentes; el sobrepeso se describe como un IMC/E (Índice de Masa Corporal para la Edad) mayor a +1D.E; por otro lado, la obesidad es representado como un IMC/E mayor a +2D.E. Ambas condiciones influyen al desarrollo de ECNT. (OMS, 2022)

2.1.7.2. Enfermedades Crónicas No Transmisibles (ECNT). Son un conjunto de afecciones que no se transmiten de persona a persona (no existe contagio directo ni indirecto). Estas enfermedades dejan efectos a largo plazo para la salud y a su vez su tratamiento es de tiempo prolongado. Estos padecimientos comprenden a las enfermedades pulmonares crónicas, enfermedades cardiovasculares, diabetes y los cánceres. Muchas de estas ECNT están vinculadas con los malos hábitos alimenticios y/o conductas que adoptan en la adolescencia; por ejemplo, el uso del tabaco, ingesta elevada o excesiva de alcohol y AUP, y el sedentarismo, que afectan de manera muy drástica a su salud, convirtiéndose así en el principal motivo del aumento de la tasa de mortalidad a nivel mundial. (OMS, 2022)

III. MÉTODO

3.1. Tipo de investigación

Se llevó a cabo el presente estudio con un diseño no experimental, porque no hubo control y/o manipulación de las variables estudiadas, solo existió la observación de los hechos para su análisis respectivo. Por otro lado, según el alcance que tiene es de tipo correlacional, debido a que se evaluó la presencia de vinculación y/o asociación entre ambas variables dentro de una misma población. Además, posee un corte transversal ya que se obtuvo información por única vez de la muestra en un punto exacto del tiempo. (Hernandez et al., 2006)

3.2. Ámbito temporal y espacial

El estudio se efectuó en el mes de mayo del presente año, en la I.E N°100, ubicado en el distrito de San Juan de Lurigancho.

3.3. Variables

V 1: Conocimiento del etiquetado octogonal

V 2: Consumo de alimentos ultraprocesados

3.4. Población y muestra

3.4.1. Población

Constituida por 101 adolescentes del quinto grado pertenecientes a las secciones A, B, C y D del nivel secundario de la I.E N°100, localizado en el distrito de SJL.

3.4.2. Criterios de selección

3.4.2.1. Criterios de inclusión

Adolescentes de ambos sexos.

Adolescentes del quinto grado del nivel secundario, matriculados en las 4 secciones (A, B, C y D) con una asistencia regular durante el presente año.

Adolescentes que tenían desde 15 hasta los 17 años.

Adolescentes cuyos padres firmaron el consentimiento.

Adolescentes que firmaron voluntariamente el asentimiento.

3.4.2.2. Criterios de exclusión

Adolescentes del 5to grado de secundaria que no estaban matriculados en las 4 secciones (A, B, C y D) y no tenían una asistencia regular durante el presente año.

Adolescentes con menos de 15 y más de 17 años.

Adolescentes que tenían alguna discapacidad mental o problemas de aprendizaje.

Adolescentes que tenían alguna patología y/o ECNT.

Adolescentes cuyos padres no firmaron el consentimiento.

Adolescentes que no firmaron el asentimiento.

3.4.3. Muestra

Fue una muestra censal compuesta por la totalidad de la población.

3.5. Instrumentos

Para identificar el nivel de conocimiento sobre el etiquetado octogonal se utilizó un cuestionario (Anexo C) elaborado y validado por Medina (2022) mediante sometimiento a Juicio de Expertos, obteniendo una validez alta con un resultado de 0.8499; dicho instrumento está compuesto por 10 preguntas (con 3 a 4 alternativas como posibles respuestas).

Para evaluar la frecuencia del consumo de AUP se utilizó el cuestionario (Anexo D) elaborado y validado por Medina (2022) mediante sometimiento a Juicio de Expertos, obteniendo una validez alta (0,8935); dicho instrumento está compuesto por un listado de 25 AUP (agrupados en gaseosas, chocolate, snacks, galletas dulces, galletas saladas y otros) que tenían etiquetado octogonal.

Por último, la autora realizó una prueba piloto que ayudó a mejorar el contenido de los cuestionarios antes de ser aplicados.

3.6. Procedimientos

Se inició el estudio con una solicitud destinada hacia el señor director de la I.E N°100 para la autorización de la investigación (Anexo G), una vez aceptado se coordinó los horarios; seguidamente se solicitó el listado de los estudiantes matriculados en el presente año.

Luego se llevó a cabo una reunión presencial con los padres de familia y alumnos con intención de efectuar la explicación pertinente del trabajo de investigación; después se realizó la entrega del 1er formato llamado “consentimiento informado” (Anexo A) que fueron firmados por los padres, cuidadores y/o apoderados, además se entregó el 2do formato catalogado como “asentimiento informado” (Anexo B) para los alumnos, en donde reafirmaron su participación voluntaria; ambos formatos fueron entregados el día de la aplicación de los cuestionarios.

Se recogieron todos los formatos y según ello se aplicó los instrumentos. Se les explicó a los estudiantes sobre las instrucciones del correcto llenado de los cuestionarios. De acuerdo con la entrega de cada encuesta, se procedía a verificar que no haya ninguna pregunta sin responder. Al culminar se les agradeció por su participación y colaboración.

3.7. Análisis de datos

Para establecer una base de datos; primero fue codificada, digitada y almacenada toda la información obtenida en el Excel 365; seguidamente, se exportó al paquete estadístico SPSS v.25. Finalmente, con el objetivo de llevar a cabo la realización del análisis descriptivo se desarrolló frecuencias, proporciones y porcentajes más relevantes; además, en el análisis inferencial se usó chi^2 con un valor p de significación estadística de 0,05 para asociar las variables.

3.8. Consideraciones éticas

La presente investigación se basó, fundamentó y justificó su realización tomando en cuenta 5 principios éticos: (Martín, 2013)

3.8.1. Autonomía

Actuar libremente, respetando lo manifestado en el consentimiento y asentimiento informado de esta investigación.

3.8.2. Beneficencia

Evitar todo daño hacia el participante, se ejecutó acciones en su beneficio.

3.8.3. No maleficencia

No sufrieron ningún tipo de daño verbal, ni psicológico ni físico porque no se pretendió perjudicar su integridad.

3.8.4. Justicia

No existió desigualdad al momento de ejecutar la presente investigación.

3.8.5. Confidencialidad

La información obtenida no fue revelada a otras personas ajenas al estudio; además todos los datos fueron empleados para los fines señalados.

IV. RESULTADOS

Tabla 1

Características demográficas de la muestra

Características demográficas	N	%
Sexo		
Femenino	54	53.5%
Masculino	47	46.5%
Edad		
15 años	2	2.0%
16 años	78	77.2%
17 años	21	20.8%
Total	101	100.0%

Fuente: Elaboración propia

En la Tabla 1 se observó una ligera predominancia del género femenino y una mayor prevalencia de adolescentes con 16 años.

Tabla 2

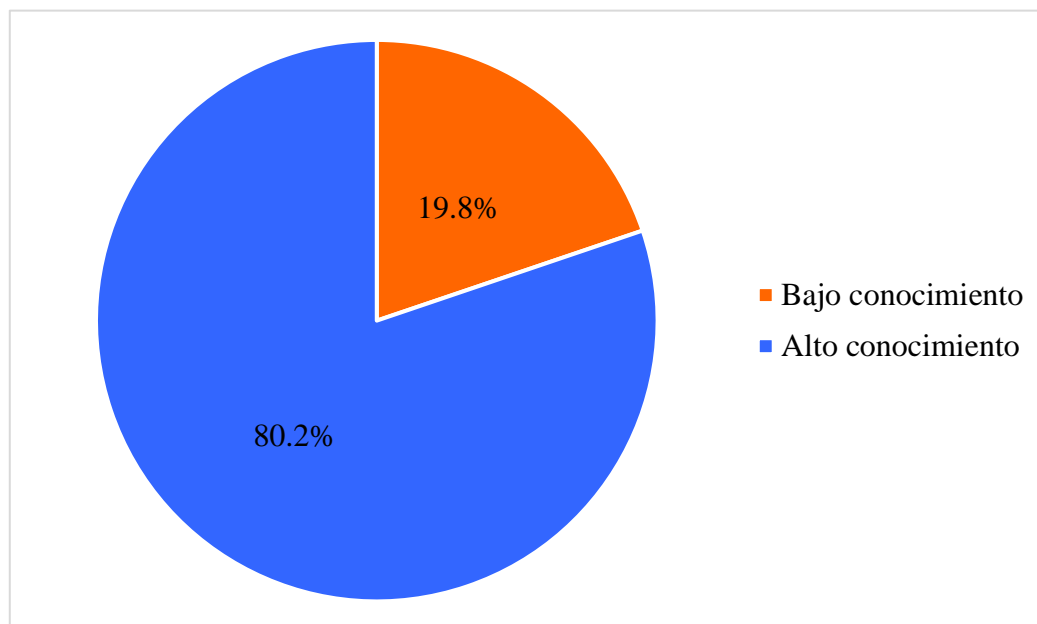
Nivel de conocimiento del etiquetado octogonal en adolescentes del quinto grado de secundaria de la I.E N°100, San Juan De Lurigancho, 2024

Nivel de conocimiento	N	%
Alto	81	80.2%
Bajo	20	19.8%
Total	101	100.0%

Fuente: Elaboración propia

Figura 1

Nivel de conocimiento del etiquetado octogonal en adolescentes del quinto grado de secundaria de la I.E N°100, San Juan De Lurigancho, 2024



Según la Tabla 2 y Figura 1, se obtuvo que el nivel de conocimiento del etiquetado octogonal fue primordialmente alto (80.2%). Y solo se observó a 19.8% de adolescentes con bajo conocimiento.

Tabla 3

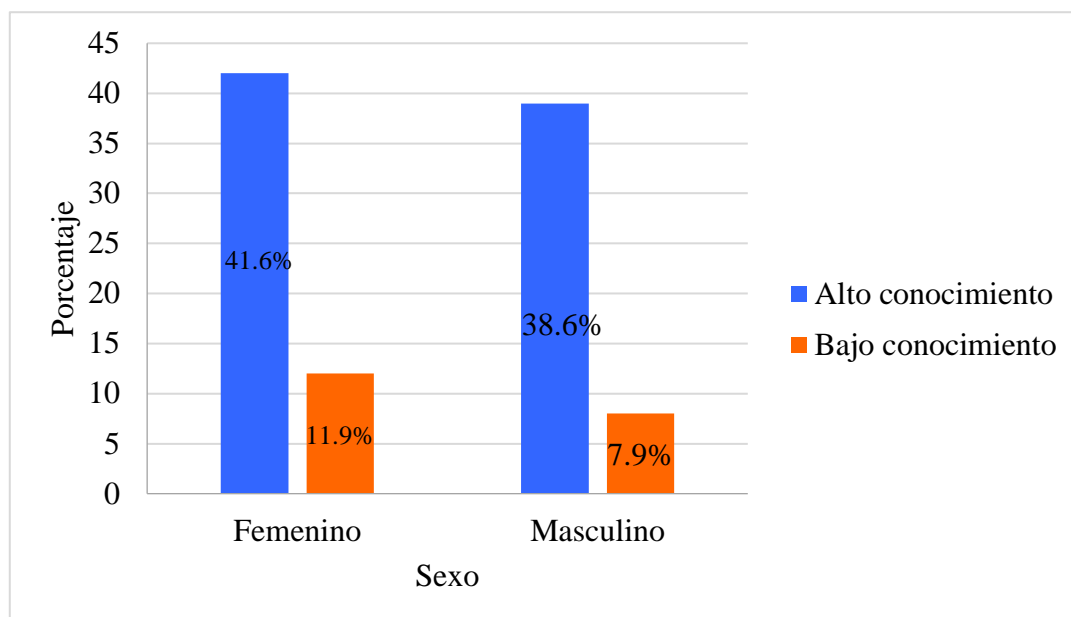
Nivel de conocimiento del etiquetado octogonal en adolescentes del quinto grado de secundaria de la I.E N°100 en función del sexo, San Juan De Lurigancho, 2024

Nivel de conocimiento	Sexo		Total
	Femenino	Masculino	
Alto	42 (41.6%)	39 (38.6%)	81 (80.2%)
Bajo	12 (11.9%)	8 (7.9%)	20 (19.8%)
Total	54 (53.5%)	47 (46.5%)	101 (100.0%)

Fuente: Elaboración propia

Figura 2

Nivel de conocimiento del etiquetado octogonal en adolescentes del quinto grado de secundaria de la I.E N°100 en función del sexo, San Juan De Lurigancho, 2024



De acuerdo con la Tabla 3 y Figura 2 se identificó los niveles de conocimiento acerca del etiquetado octogonal en función del sexo de cada participante, y se observó que el género femenino predominó con un nivel alto (41.6%).

Tabla 4

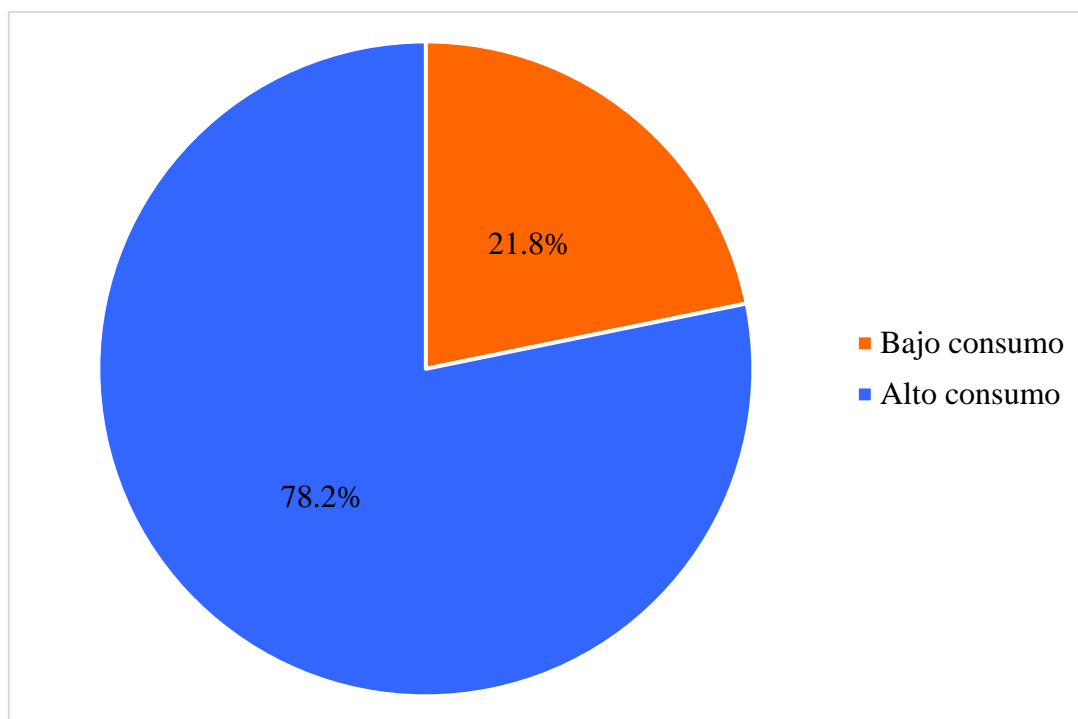
Consumo de alimentos ultraprocesados en adolescentes del quinto grado de secundaria de la I.E N°100, San Juan de Lurigancho, 2024

Consumo	N	%
Alto	79	78.2%
Bajo	22	21.8%
Total	101	100.0%

Fuente: Elaboración propia

Figura 3

Consumo de alimentos ultraprocesados en adolescentes del quinto grado de secundaria de la I.E N°100, San Juan de Lurigancho, 2024



En la Tabla 4 y Figura 3, se determinó que el consumo de alimentos ultraprocesados fue primordialmente alto (78.2%). Y solo se observó a 21.8 % de adolescentes con bajo consumo.

Tabla 5

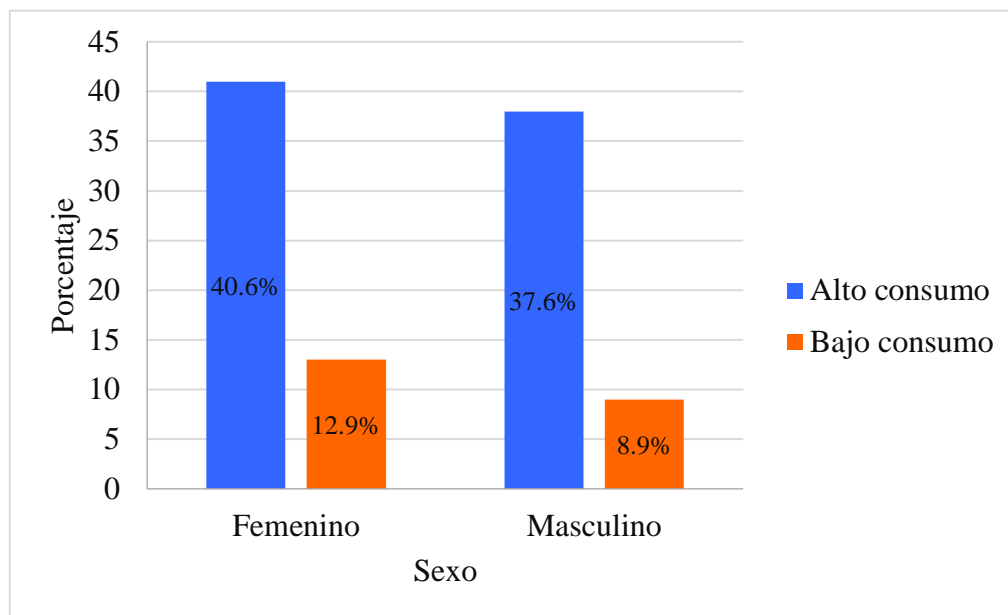
Consumo de alimentos ultraprocesados en adolescentes del quinto grado de secundaria de la I.E N°100 en función del sexo, San Juan de Lurigancho, 2024

Consumo	Sexo		Total
	Femenino	Masculino	
Alto	41 (40.6%)	38 (37.6%)	79 (78.2%)
Bajo	13 (12.9%)	9 (8.9%)	22 (21.8%)
Total	54 (53.5%)	47 (46.5%)	101 (100.0%)

Fuente: Elaboración propia

Figura 4

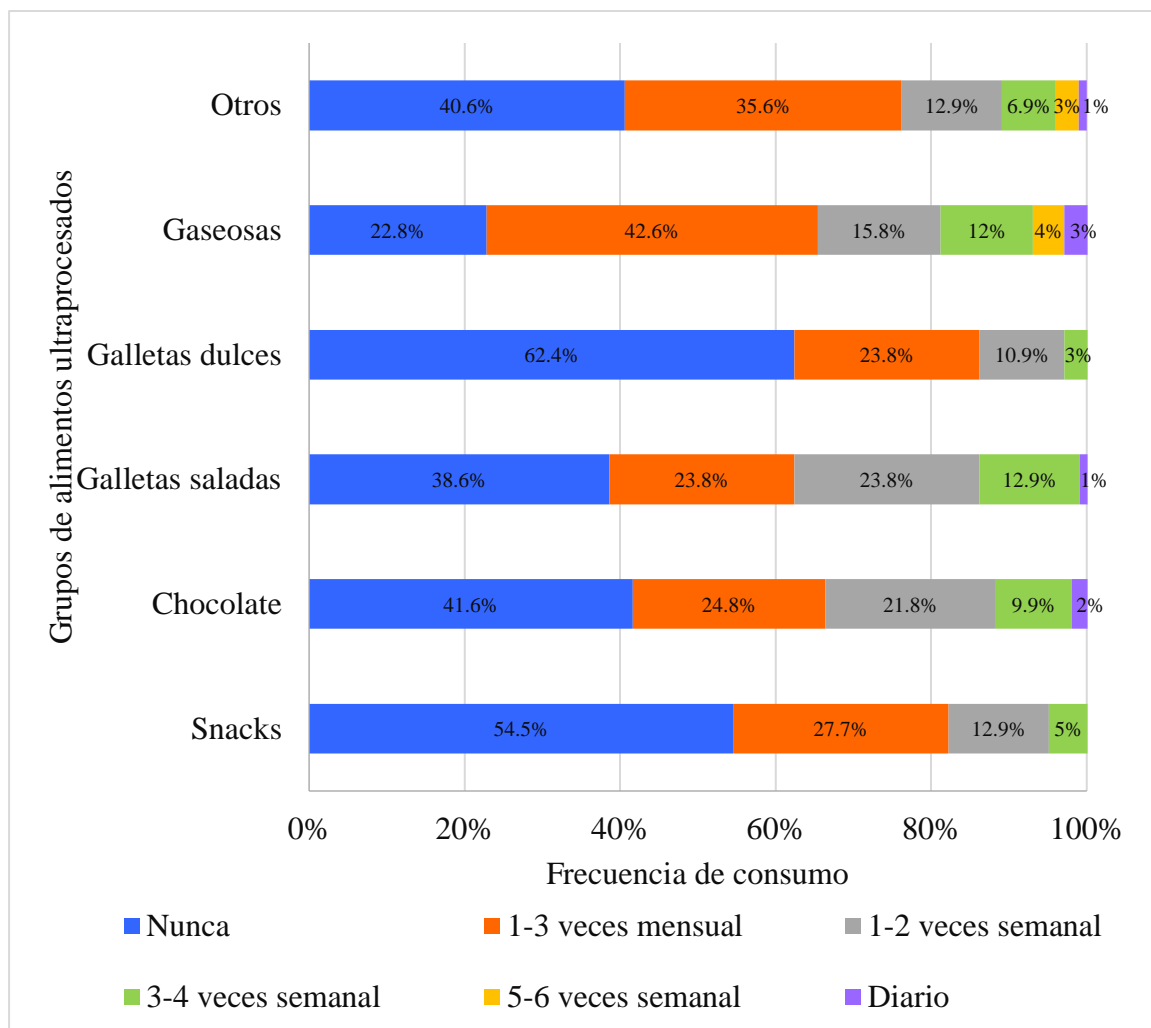
Consumo de alimentos ultraprocesados en adolescentes del quinto grado de secundaria de la I.E N°100 en función del sexo, San Juan de Lurigancho, 2024



Según la Tabla 5 y Figura 4 se identificó el consumo de alimentos ultraprocesados en función del sexo de cada participante, y se observó que el género femenino predominó con un consumo alto (40.6%).

Figura 5

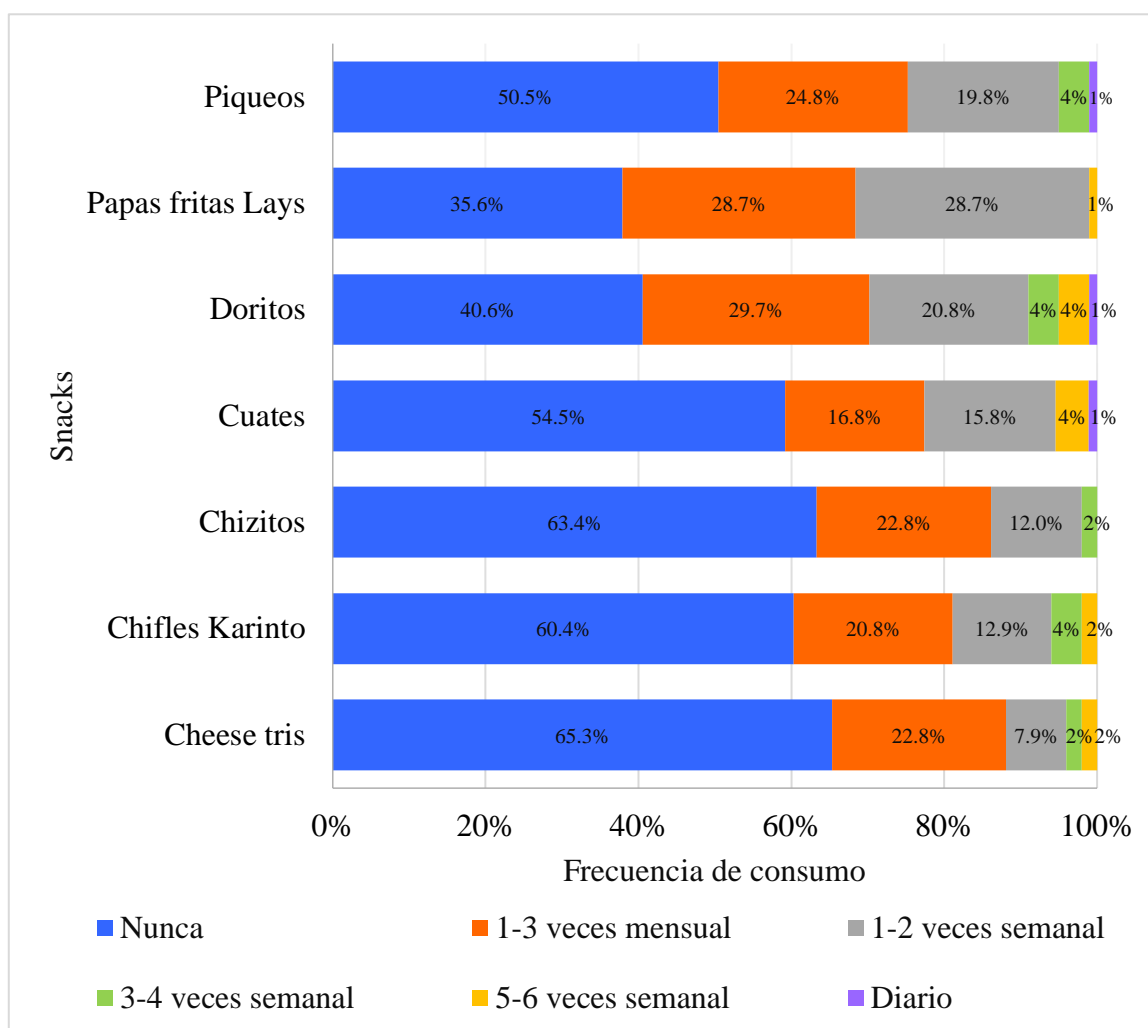
Frecuencia del consumo según cada grupo de alimento ultraprocesado en adolescentes del quinto grado de secundaria de la I.E N°100, San Juan de Lurigancho, 2024



Respecto a la Figura 5 se observó que, las gaseosas fue el grupo de alimento ultraprocesado más consumido (77.4%); de dicho resultado, el 42.6% ingirió este alimento con una frecuencia de 1 a 3 veces al mes. Por otro lado, el grupo menos consumido fueron las galletas dulces (62.4%).

Figura 6

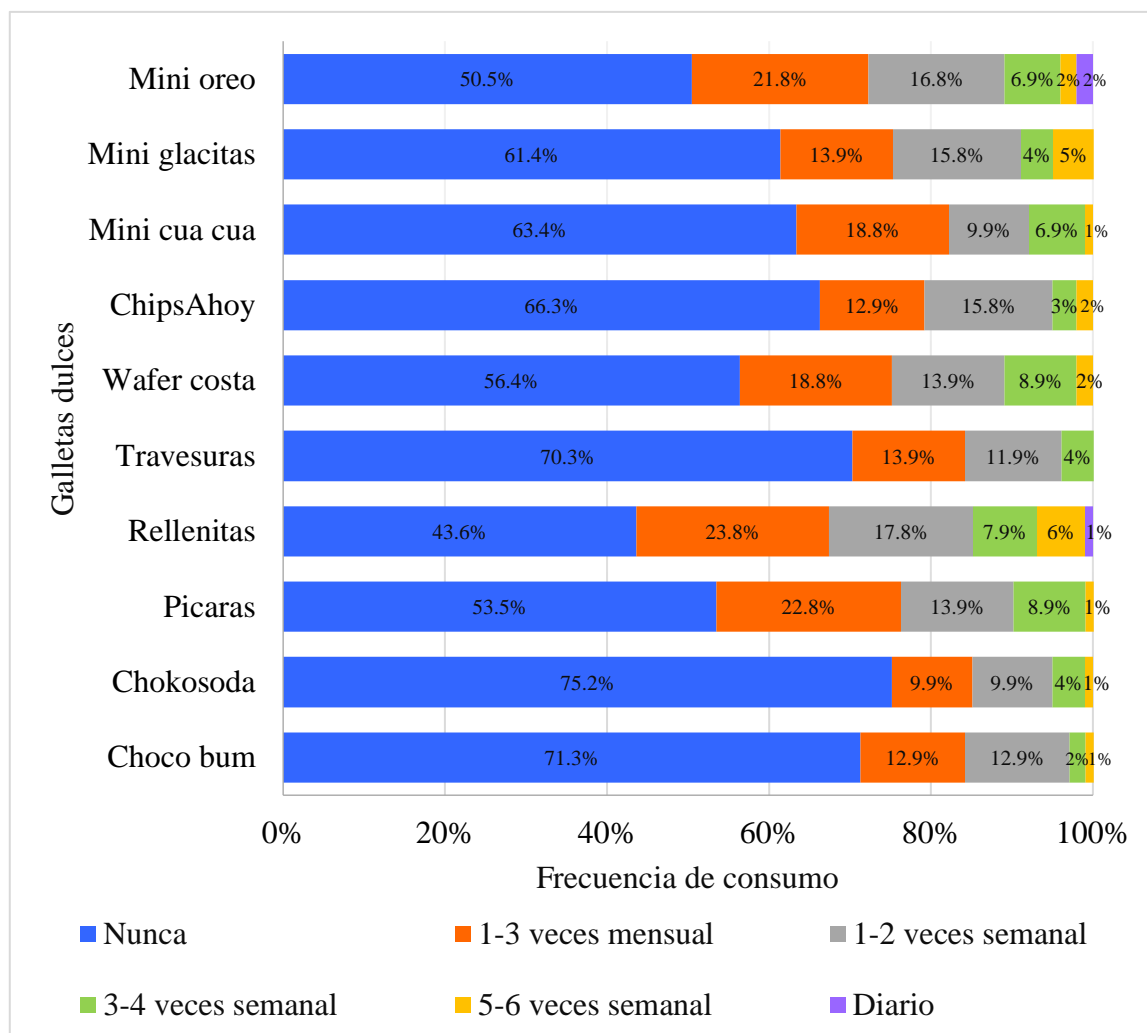
Frecuencia del consumo de snacks en adolescentes del quinto grado de secundaria de la I.E N°100, San Juan de Lurigancho, 2024



Según la Figura 6 se encontró que, en el grupo de los snacks, el AUP más consumido fue las Papas fritas Lays (58.4%); de dicho resultado, el 28.7% ingirió este alimento con una frecuencia de 1 a 2 veces a la semana y de 1 a 3 veces al mes. Además, el menos consumido fue el Cheese tris (65.3%).

Figura 7

Frecuencia del consumo de galletas dulces en adolescentes del quinto grado de secundaria de la I.E N°100, San Juan de Lurigancho, 2024

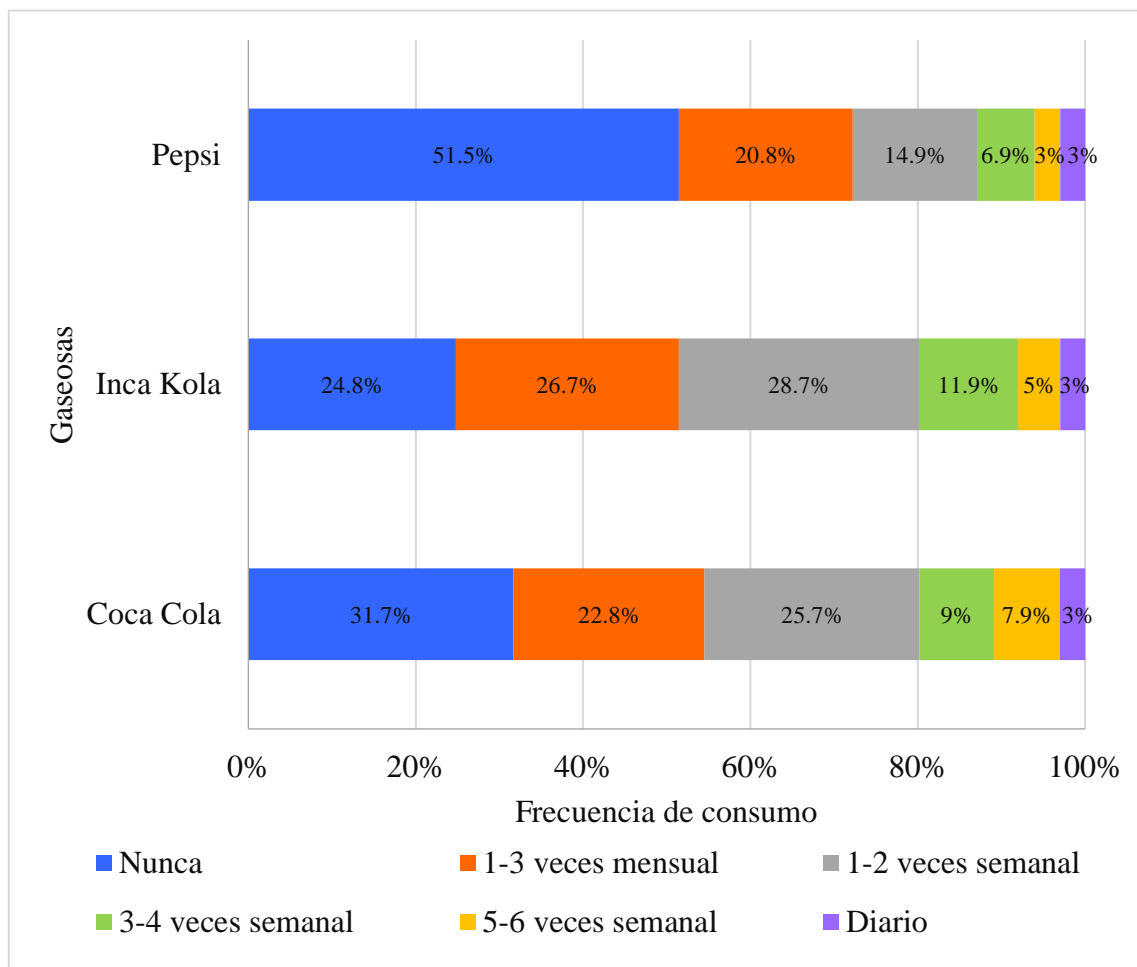


En la Figura 7 se observó que, en la categoría de galletas dulces, el AUP más consumido fue la galleta rellenita (56.5%); de dicho resultado, el 23.8% ingirió este alimento con una frecuencia de 1 a 3 veces al mes. Por otro lado, la galleta chokosoda (75.2%) fue la menos consumida.

Figura 8

Frecuencia del consumo de gaseosas en adolescentes del quinto grado de secundaria de la I.E

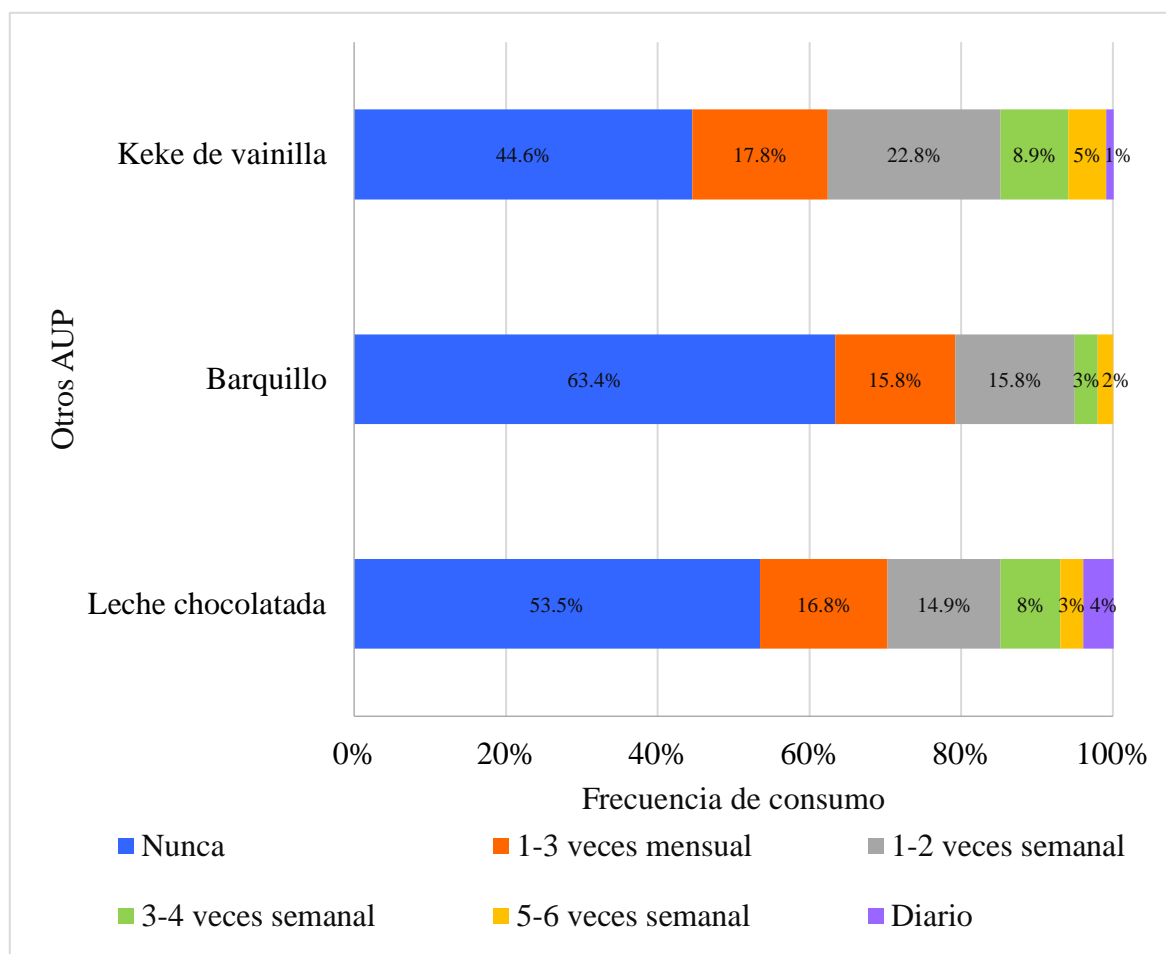
N°100, San Juan de Lurigancho, 2024



De acuerdo con la Figura 8 se obtuvo que, en el grupo de las gaseosas, la Inca Kola fue la bebida más consumida (75.3%); de dicho resultado, el 28.7% ingirió este alimento con una frecuencia de 1 a 2 veces a la semana. Además, la gaseosa Pepsi fue la bebida menos consumida (51.5%).

Figura 9

Frecuencia del consumo de otros AUP en adolescentes del quinto grado de secundaria de la I.E N°100, San Juan de Lurigancho, 2024



En la Figura 9 se aprecia que, en la categoría de otros alimentos ultraprocesados, el keke de vainilla fue el AUP más consumido (55.5%); de dicho resultado, el 22.8% ingirió este alimento con una frecuencia de 1 a 2 veces a la semana. Por otro lado, el barquillo fue el menos consumido (63.4%).

Tabla 6

Asociación entre el conocimiento del etiquetado octogonal y el consumo de alimentos ultraprocesados en adolescentes del quinto grado de secundaria de la I.E N°100, San Juan de Lurigancho, 2024

Nivel de conocimiento	Consumo de alimentos ultraprocesados		Total
	Bajo	Alto	
Alto	21 (20.8%)	60 (59.4%)	81 (80.2%)
Bajo	1 (1.0%)	19 (18.8%)	20 (19.8%)
Total	22 (21.8%)	79 (78.2%)	101 (100.0%)

$X^2 = 4.122$, $p = 0.084$ (NS)

Fuente: Elaboración propia

De acuerdo con la Tabla 6, se observó que el 80.2% de los adolescentes tuvieron un nivel alto de conocimiento, de este porcentaje se pudo determinar que el 59.4% presentó un consumo alto de alimentos ultraprocesados; y solo 1% presentó un nivel de conocimiento y consumo bajo. Además, al realizar el análisis de la prueba chi cuadrado se apreció un p valor de 0.084 por lo que al ser mayor del nivel estimado de 0.05, se concluyó que no existió una relación estadísticamente significativa entre el conocimiento del etiquetado octogonal y el consumo de alimentos ultraprocesados.

V. DISCUSIÓN DE RESULTADOS

El presente estudio estableció la relación entre el conocimiento del etiquetado octogonal y consumo de alimentos ultraprocesados en adolescentes que asisten al quinto grado de secundaria de la I.E N°100. En esta investigación, se identificó una ligera predominancia del género femenino (53.5%) en contraste con el género masculino (46.5%), dichos resultados son congruentes con el estudio efectuado por Galarza et al. (2019), en donde se halló que el 51.6% de su muestra fueron mujeres y 48.4% varones, evidenciándose así una pequeña diferencia entre ambos sexos.

Con respecto al conocimiento del etiquetado octogonal, se halló que más de la mitad (80.2%) de los adolescentes tenían un nivel alto. Este resultado es similar a lo encontrado por Zapata (2023), Medina (2022) y Gaspar (2024), en donde el 94.5%, 67.9% y 64.7% de sus encuestados respectivamente, pertenecían a la categoría “alto nivel de conocimiento”. Por el contrario, en una investigación efectuada por Cancho y Garay (2023) se determinó que, más de la mitad de los estudiantes (61%) tuvieron un nivel de conocimiento bajo. Esta disparidad en los resultados, probablemente se debe a la metodología empleada en dicho estudio, como los criterios de inclusión y exclusión usados; además de la posible complejidad en las preguntas formuladas para medir la variable conocimiento. Por otro lado, en función al sexo de cada adolescente, en este estudio se halló que el género femenino predominó con un nivel alto de conocimiento (41.6%), este resultado es congruente con la investigación de Medina (2022) en donde demostró que las mujeres fueron las que obtuvieron mayor puntaje al medir sus conocimientos.

En cuanto al consumo de AUP, se encontró que más de la mitad (78.2%) de los encuestados manifestaron tener un alto consumo. Lo anterior es similar a lo hallado por Cancho y Garay (2023), Medina (2022), Chapado y Weiner (2022), en donde determinaron que el 99%, 87.2% y 67.5% de sus participantes respectivamente, pertenecían a la categoría “alto

consumo”. Al contrario, en el trabajo de Mamani (2022) se encontró que más de la mitad de los adolescentes (62%) tuvieron un consumo bajo. Dicha diferencia en los resultados, se podría deber a la poca cantidad de alumnos entrevistados, además que el estudio buscaba determinar qué factores están relacionados y condicionan a su consumo. Por otro lado, en función al sexo de cada adolescente, en este estudio se halló que, el género femenino predominó (40.6%) con un consumo alto de AUP, este resultado es congruente con la investigación de Medina (2022), en donde demostró que las mujeres fueron las que consumían más este tipo de alimento.

Además, en el presente estudio se halló que, el grupo de las gaseosas fue el AUP más consumido (77.4%), y las galletas dulces la menos elegida (62.4%). Resultados similares se encontraron en la investigación de Guerrero et al. (2023), en donde el 69.8% de los escolares dieron a conocer que siempre o casi siempre preferían beber gaseosas; así mismo la galleta dulce fue el AUP menos escogido (46.5%). Por el contrario, Cancho y Garay (2023), Medina (2022), Chapado y Weiner (2022), demostraron que el 79%, 97.4% y 40% de sus participantes respectivamente, preferían consumir más las galletas dulces. Esta disparidad en los resultados, se puede deber a los gustos y preferencias de los encuestados, además del costo al momento de adquirir un alimento.

Agregando a lo anterior; en esta investigación se encontró que, en el grupo de los snacks, el AUP más consumido fue las Papas fritas Lays (58.4%); en la categoría de galletas dulces, la galleta rellena (56.5%); y en el grupo de las gaseosas, la Inca Kola fue la bebida más preferida (75.3%); con una frecuencia de 1 a 2 veces a la semana y de 1 a 3 veces al mes. Resultados similares se halló en el estudio realizado por Medina (2022) donde encontró que, los adolescentes preferían consumir los mismos alimentos: Inca kola (62.8%), Papas Lays (57.7%) y galleta rellena (66.7%), pero con una frecuencia de mayor o igual a 5 veces por semana.

Finalmente, en este estudio no se encontró asociación estadísticamente significativa entre las dos variables mencionadas anteriormente (se aprecia un p valor de 0.084), demostrando que los adolescentes pueden tener un alto nivel de conocimiento sobre el etiquetado octogonal, pero a la vez un alto consumo de AUP; esto difiere con el estudio de Cancho y Garay (2023), en el cual concluyen su trabajo manifestando que, sí existía una asociación entre conocimiento-consumo (con un p valor $< ,005$), debido a la ejecución de una intervención educativa que influyó en la disminución del consumo de este tipo de alimentos.

Adicionalmente, esta investigación tuvo limitaciones como la remodelación de la infraestructura de dicha Institución Educativa, el cual complicó ubicar a la muestra al momento de ejecutar los cuestionarios.

VI. CONCLUSIONES

6.1. No existió asociación estadísticamente significativa entre el conocimiento del etiquetado octogonal y el consumo de alimentos ultraprocesados en adolescentes del quinto grado de secundaria de la I.E N°100.

6.2. Se halló que 4 de cada 5 adolescentes tenían un alto nivel de conocimiento sobre etiquetado octogonal.

6.3. Se encontró que 3 de cada 5 adolescentes tenían un alto consumo de alimentos ultraprocesados.

VII. RECOMENDACIONES

7.1. Dado la elevada incidencia encontrada sobre el alto consumo de alimentos ultraprocesados; se recomienda a la Institución Educativa, contar con un profesional de la salud capacitado en educación nutricional, como el Nutricionista; para la realización de charlas, talleres, consejería nutricional y sesiones demostrativas referente a temas como etiquetado octogonal, efectos del elevado consumo de AUP, actividad física y alimentación saludable, que involucren a los estudiantes, padres de familia, docentes y autoridades en general. Esto contribuirá a que los adolescentes puedan conocer más, y primordialmente poner en práctica una vida saludable con el objetivo de prevenir el sobrepeso, obesidad y ECNT.

7.2. Se sugiere la inspección permanente de los alimentos y productos que ofrecen en el cafetín y quiosco escolar, con el propósito de promover una comunidad educativa saludable.

7.3. Se recomienda realizar un plan operativo anual y programas sociales (sobre educación nutricional) junto con el Ministerio de Salud para fomentar una alimentación saludable en las Instituciones Educativas.

7.4. Se recomienda elaborar nuevos estudios en distintas realidades u otros contextos, tomando en cuenta un mayor número de muestra; además, incluir factores asociados como hábitos alimentarios y actividad física. Esto permitirá mejorar las estrategias en educación nutricional.

VIII. REFERENCIAS

- Cancho, L., & Garay, M. (2023). *Influencia del conocimiento del etiquetado octogonal sobre el consumo de alimentos ultraprocesados en estudiantes adolescentes*. [Tesis de pregrado, Universidad Femenina del Sagrado Corazón]. Repositorio Institucional UNIFÉ: <http://hdl.handle.net/20.500.11955/1127>
- Carpio, T., Betancourt, S., Espinoza, L., & Cacho, L. (26 de Enero de 2020). *Relación del conocimiento del etiquetado “Semáforo Nutricional” en el estado nutricional de adolescentes ecuatorianos*. [Tesis de posgrado, Universidad de Alicante, Alicante-España]. Observatorio de la Producción Científica: <https://doi.org/10.18502/keg.v5i2.6219>
- Chapado, M., & Weiner, C. (2022). *Consumo de alimentos ultraprocesados en la alimentación de los adolescentes que concurren al Instituto General Don José de San Martín, EEMPI 8069 de Pilar, Santa Fe, y a la Escuela Privada N° 6 La Salle de Paraná, entre Ríos, en noviembre del año 2021*. [Tesis de pregrado, Universidad de Concepción del Uruguay]. Repositorio Digital U.C.U: <http://repositorio.ucu.edu.ar/handle/522/545>
- Dirección de Redes Integradas Lima Centro. (10 de Marzo de 2023). *Análisis situacional de salud 2022*. <https://dirislimacentro.gob.pe/epidemiologia/#>
- El Peruano. (16 de Junio de 2018). *Manual de Advertencias Publicitarias en el marco de lo establecido en la Ley N° 30021*. <https://busquedas.elperuano.pe/dispositivo/NL/1660606-1>
- Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia. (Julio de 2021). *Adolescentes*. <https://www.unicef.org/uruguay/media/5416/file/Ficha%201%20-%20Caracter%20C3%ADsticas%20de%20la%20adolescencia.pdf>

- Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia. (Julio de 2023). *Análisis del panorama del sobrepeso y obesidad infantil y adolescente en Perú*.
<https://www.unicef.org/lac/media/42516/file/Resumen-Ejecutivo-Obesidad-en-Per%C3%BA.pdf>
- Galarza, G., Robles, J., Chàvez, V., Pazmiño, K., & Castro, J. (2019). *Conocimientos, opiniones y uso del etiquetado nutricional de alimentos procesados en adolescentes ecuatorianos según el tipo de colegio*. [Tesis de posgrado, Universidad de Antioquia. Medellín, Colombia]. Repositorio de Tesis Perspectivas en Nutricion Humana.:
<https://doi.org/10.17533/udea.penh.v21n2a02>
- Gaspar, F. (25 de Marzo de 2024). *Conocimiento sobre octógonos de advertencia publicitarias de alimentos procesados en escolares de una Institución Educativa Pública - Huancayo; 2023*. [Tesis de pregrado, Universidad Peruana Los Andes]. Repositorio Institucional UPLA: <https://hdl.handle.net/20.500.12848/7227>
- Guerrero, V., Martinez, L., & Noriega, K. (5 de Junio de 2023). *Frecuencia del Consumo de Comida Chatarra en Estudiantes de Grado Once en Una Institución de Educación Básica y Media en la Ciudad de Floridablanca, Santander*. [Tesis de pregrado, Universidad de Santander]. Repositorio Digital UDES-Colombia:
<https://repositorio.udes.edu.co/handle/001/8713>
- Hernandez Sampieri, R., Fernandez Collado, C., & Baptista Lucio, P. (2006). *Metodología de la investigación*. Mexico: McGraw-Hill Interamericana.
- Instituto Nacional de Estadística e Informática. (Mayo de 2023). *Perú: Enfermedades No Transmisibles y Transmisibles, 2022*.
<https://cdn.www.gob.pe/uploads/document/file/4570237/Per%C3%BA%3A%20Enfer>

medades%20No%20Transmisibles%20y%20Transmisibles%2C%202022.pdf?v=1684338910

Javier, G. (26 de Septiembre de 2023). *Nutrientes críticos*. KOMODA: <https://komoda.es/2023/09/nutrientes-criticos/>

Mamani, M. (2022). *Consumo de alimentos ultraprocesados con etiquetado octogonal y sus factores relacionados en adolescentes de tres instituciones educativas privadas, Lima-2020*. [Tesis de pregrado, Universidad Nacional Mayor de San Marcos]. Repositorio de Tesis Digitales CYBERTESIS: <https://hdl.handle.net/20.500.12672/18420>

Martín, S. (2013). Aplicación de los principios éticos a la metodología de la investigación. *Enfermería en Cardiología*(58-59), 27-30. https://enfermeriaencardiologia.com/wp-content/uploads/58_59_02.pdf

Medina Pisco, E. (2022). *Conocimiento del etiquetado octogonal en alimentos ultraprocesados y su consumo en adolescentes de una institución educativa pública, Lima*. [Tesis de pregrado, Universidad Nacional Mayor de San Marcos]. Repositorio de Tesis Digitales CYBERTESIS.: <https://hdl.handle.net/20.500.12672/17725>

Mejía, E. (2005). *TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE INVESTIGACIÓN* (Primera ed.). Centro de Producción Editorial e Imprenta de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos. <http://online.aliat.edu.mx/adistancia/InvCuantitativa/LecturasU6/tecnicas.pdf>

Minaña, I., Correcher, P., & Dalmau, J. (2016). La nutrición del adolescente. *Revista de Formación Continuada de la Sociedad Española de Medicina de la Adolescencia*, 4(3), 6-18. https://www.adolescere.es/revista/pdf/volumen-IV-n3-2016/2016-n3-06_la-nutricion-del-adolescente.pdf

- Ministerio de Educación. Dirección General de Educación Básica Regular. Unidad de Educación Ambiental. (2021). *Conociendo más sobre los octógonos de advertencia en los alimentos : cartilla para docentes*. <https://hdl.handle.net/20.500.12799/7714>
- Nieves, M. (2015). Herramientas para planificar y medir el consumo en intervenciones. *Revista Española de Nutrición Comunitaria*, 21(2), 30-33. <https://doi.org/10.14642/RENC.2015.21.2.5100>
- Organización Mundial de la Salud. (15 de Diciembre de 2022). *Enfermedades no transmisibles*. <https://www.paho.org/es/temas/enfermedades-no-transmisibles#:~:text=El%20t%C3%A9rmino%20enfermedades%20no%20transmisibles,y%20cuidados%20a%20largo%20plazo.>
- Organización Mundial de la Salud. (2022). *Sobrepeso y Obesidad*. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>
- Organización Panamericana de la Salud. (2019). *Alimentos y bebidas ultraprocesados en América Latina: ventas, fuentes, perfiles de nutrientes e implicaciones normativas*. <https://iris.paho.org/handle/10665.2/51523>
- Pérez Rodrigo, C., Aranceta, J., Salvador, G., & Varela, G. (2015). Métodos de Frecuencia de consumo alimentario. *Revista Española de Nutrición Comunitaria*, 21(1), 45-52. <https://doi.org/10.14642/RENC.2015.21.sup1.5050>
- Podostroiec, M. (2022). *Consumo de alimentos ultraprocesados en adolescentes y su relación con el estado nutricional*. [Tesis de pregrado, Universidad de Belgrano- Buenos Aires.Argentina]. Repositorio Digital: <http://repositorio.ub.edu.ar/handle/123456789/10014>

- Ramirez, A. (2009). La teoría del conocimiento en investigación científica: una visión actual. 8. http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1025-55832009000300011
- Reznikov, L. (1970). Semiótica y teoría del conocimiento. *Alberto Corazón, Madrid*, 333.
- Salazar, J., & Crujeiras, V. (2023). *Nutrición en el adolescente*. Asociación Española de Pediatría. : https://www.aeped.es/sites/default/files/documentos/38_nutricion_adolescente.pdf
- Samboy, L. (2009). *Técnicas e instrumentos para evaluar los aprendizajes*. https://www.uaeh.edu.mx/docencia/VI_Lectura/MGIEV/documentos/LECT94.pdf
- Sociedad Andaluza de Medicina Familiar y Comunitaria. (2015). *Guía de atención al adolescente*. ISBN 978-84-608-3231-7
- Vargas, M. (2013). Trastornos de la conducta alimentaria. *Revista Médica de Costa Rica y Centroamérica*, 70(607), 475-482. <https://www.medigraphic.com/pdfs/revmedcoscen/rmc-2013/rmc133q.pdf>
- Wiig, K. (1993). *Knowledge management foundations: thinking about thinking- how people and organizations create, represent and use knowledge*. [Fundamentos de la gestión del conocimiento: pensar en pensar: cómo las personas y las organizaciones crean, representan y utilizan el conocimiento].
- Zapata, C. (2023). *Conocimiento del etiquetado octogonal en alimentos ultra procesados en adolescentes de la Institución Educativa N°058 "Sifredo Zúñiga Quintos" - Zorritos, 2023*. [Tesis de pregrado, Universidad Nacional de Tumbes]. Repositorio UNTUMBES: <https://repositorio.untumbes.edu.pe/handle/20.500.12874/64786>

IX. ANEXOS

Anexo A: Consentimiento informado

Título de la Investigación

“CONOCIMIENTO DEL ETIQUETADO OCTOGONAL Y CONSUMO DE ALIMENTOS ULTRAPROCESADOS EN ADOLESCENTES DE LA I.E N°100, SAN JUAN DE LURIGANCHO, 2024”

Estimado padre, madre o apoderado, el desarrollo de esta investigación requiere de la participación de su hijo(a), por ello debo informarle lo siguiente: este proyecto está desarrollado por la Srta. Jazmin Melani Calero Ortiz, bachiller en Nutrición de la Universidad Nacional Federico Villarreal; cuyo objetivo de la investigación es determinar la relación entre el conocimiento del etiquetado octogonal y el consumo de alimentos ultraprocesados en adolescentes del quinto grado de secundaria de la I.E N°100.

La participación de su hijo(a) consistirá en responder 2 cuestionarios, uno sobre el conocimiento del etiquetado octogonal y el segundo sobre la frecuencia de consumo de alimentos ultraprocesados.

Es importante señalar que con la participación de su hijo(a), usted contribuirá a mejorar los conocimientos en el campo de la salud y nutrición de los adolescentes. Toda la información obtenida en el estudio es completamente confidencial, es decir, que solo la investigadora de este proyecto conocerá los resultados obtenidos.

Este estudio no generará ningún tipo de costo para los participantes, la participación es completamente voluntaria.

Para cualquier consulta, favor de comunicarse con la persona a cargo de esta investigación: Jazmin Melani Calero Ortiz al 945555318, o puede escribir al correo jazmincaleroortiz@gmail.com, donde con mucho gusto será atendido(a).

Declaración Voluntaria

Yo _____ padre/madre/apoderado he sido informado(a) del objetivo del estudio y la confidencialidad de la información obtenida. Entiendo que la participación de mi hijo(a) en el estudio es voluntaria y gratuita. He sido informado(a) de la forma cómo se realizará la investigación. Estoy enterado(a) también que mi hijo(a) puede decidir no participar sin que esto represente que tenga que pagar o recibir alguna represalia de parte del equipo de investigación o de la universidad. Por lo anterior doy mi consentimiento para que mi hijo(a) _____ participe de la investigación.

Firma: _____

Fecha: ____/____/____

DNI u otro documento de identidad del apoderado: _____

Anexo B: Asentimiento informado

Título de la Investigación

“CONOCIMIENTO DEL ETIQUETADO OCTOGONAL Y CONSUMO DE ALIMENTOS ULTRAPROCESADOS EN ADOLESCENTES DE LA I.E N°100, SAN JUAN DE LURIGANCHO, 2024”

Mi nombre es Jazmin Melani Calero Ortiz, soy bachiller en Nutrición de la Universidad Nacional Federico Villarreal. Actualmente estoy realizando esta investigación cuyo objetivo es determinar la relación entre el conocimiento del etiquetado octogonal y el consumo de alimentos ultraprocesados en adolescentes del quinto grado de secundaria de la I.E N°100.

Tu participación en el estudio consistirá en responder dos cuestionarios: uno sobre conocimientos del etiquetado octogonal y otro sobre la frecuencia del consumo de alimentos ultraprocesados.

Este estudio es muy importante porque ayudará a tener información para mejorar la salud y nutrición de los adolescentes.

Tu participación es voluntaria, es decir, aun cuando tus padres hayan dicho que puedes participar, si tú no quieres hacerlo puedes decir que no. Es tu decisión si decides participar o no. También, es necesario que sepas, si en algún momento ya no quieres continuar con el estudio, no habrá ningún problema, o si no quieres responder alguna pregunta en particular tampoco lo habrá.

Toda la información que se obtenga será confidencial y nadie ajeno a la investigación conocerá tus respuestas.

Si aceptas participar, te pido que por favor pongas un aspa (X) en el siguiente recuadro y escribe tu nombre.

Si no deseas participar, deja el recuadro en blanco.

Sí quiero participar

Apellidos y nombres: _____

Firma: _____

Anexo C: Cuestionario de conocimientos sobre el etiquetado octogonal



Nº

Todos los datos recolectados son totalmente confidenciales, y solo serán de uso académico.

Instrucciones: lea detenidamente cada una de las preguntas y responda de la manera más sincera posible, marcando con un aspa (X) solo UNA respuesta. Si no conoce la respuesta de alguna pregunta, elija la opción "No Sabe" sin ningún problema. Cualquier consulta no dude en preguntar.

I. DATOS GENERALES

Edad (años): _____

Sexo: F: _____ M: _____

Grado: _____ Sección: _____

II. PREGUNTAS

1) ¿El etiquetado octogonal es un aviso que informa sobre ciertos nutrientes críticos?

- a) Sí
- b) No
- c) No sabe

2) ¿El sobrepeso y la obesidad están relacionados con el consumo de alimentos que tienen etiquetado octogonal?

- a) Sí
- b) No
- c) No sabe

3) ¿En qué alimentos está presente el etiquetado octogonal?

- a) Todos los alimentos
- b) Alimentos mínimamente procesados (frutas peladas, verduras cortadas, etc)
- c) Alimentos ultraprocesados (galletas, chocolates, snacks, etc)
- d) No sabe

4) ¿Cuáles son los nutrientes críticos presentes en el etiquetado octogonal?

- a) Azúcar, grasas saturadas, calcio y sodio
- b) Calorías, azúcar, grasas saturadas y sodio
- c) Azúcar, grasas saturadas, grasas trans y sodio
- d) No sabe

5) ¿Para qué sirve el etiquetado octogonal?

- a) Para facilitar la elección y consumo de alimentos saludables.
- b) Para obligar al consumidor a no comprar un alimento.
- c) Para aumentar el consumo de alimentos industrializados.
- d) No sabe

6) ¿Qué es el azúcar?

- a) Es un nutriente que forma parte de los músculos.
- b) Es un nutriente que brinda energía.
- c) Es un nutriente con función antioxidante.
- d) No sabe

7) ¿Qué es el sodio?

- a) Es un mineral que se encuentra principalmente en la leche.
- b) Es un mineral que se encuentra principalmente en el agua.
- c) Es un mineral que forma parte de la sal.
- d) No sabe

8) ¿Qué son las grasas saturadas?

- a) Son grasas dañinas para la salud.
- b) Son grasas presentes solo en alimentos de origen animal.
- c) Son grasas presentes solo en alimentos de origen vegetal.
- d) No sabe

9) ¿Qué son las grasas trans?

- a) Son grasas buenas para la salud.
- b) Son grasas que se obtienen industrialmente.
- c) Son grasas necesarias para vivir.
- d) No sabe

10) ¿El consumo excesivo de sodio, azúcar, grasas saturadas y, el consumo de grasas trans ocasiona enfermedades como diabetes, hipertensión, entre otras?

- a) Sí
- b) No
- c) No sabe

Muchas gracias por su participación

Anexo D: Cuestionario de frecuencia del consumo de alimentos ultraprocesados



Nº

Todos los datos recolectados son totalmente confidenciales, y solo serán de uso académico.

Instrucciones: responda de la manera más sincera y marque con un aspa (X) en los casilleros según haya sido su consumo durante el último mes. Cualquier consulta no dude en preguntar.

I. DATOS GENERALES

Edad (años): _____

Sexo: F: _____ M: _____

Grado: _____ Sección: _____

II. LISTA DE ALIMENTOS

Alimento		Diario	5-6 v/sem	3-4 v/sem	1-2 v/sem	1-3 v/mes	Nunca
Snacks	1 bolsa de Cheese tris						
	1 bolsa de Chifles Karinto						
	1 bolsa de Chizitos						
	1 bolsa de Cuates						
	1 bolsa de Doritos						
	1 bolsa de Papas fritas Lays						
	1 bolsa de Piqueos						
Chocolate	1 barra de Sublime						
Galletas saladas	1 paquete de Ritz						
Galletas dulces	1 paquete de Choco Bum						
	1 paquete de Chokosoda						
	1 paquete de Pícaras						
	1 paquete de Rellenitas						
	1 bolsa de Travesuras						
	1 paquete de Wafer Costa						
	1 bolsa de mini ChipsAhoy						
	1 bolsa de mini Cuacua						
	1 bolsa de mini Glacitas						
1 bolsa de mini Oreo							
Gaseosas	1 botella de 1/2 L de Coca Cola						
	1 botella de 1/2 L de Inca kola						
	1 botella de 1/2 L de Pepsi						
Otros	1 cajita de leche chocolatada Laive						
	1 paquete de barquillo relleno Obsesión						
	1 paquete de Keke de vainilla PvC						

Anexo E: Matriz de consistencia

PROBLEMA	OBJETIVO	HIPÓTESIS	VARIABLES	METODOLOGÍA
Problema General	Objetivo General	H1: Existe relación entre el conocimiento del etiquetado octogonal y el consumo de alimentos ultraprocesados en adolescentes del quinto grado de secundaria de la I.E N°100, San Juan de Lurigancho,2024.	Variable independiente: Conocimiento del etiquetado octogonal	✓ Tipo: Estudio no experimental, correlacional, transversal. ✓ Población: 101 adolescentes del 5to grado (A, B, C y D) de secundaria de la I.E N°100 - San Juan de Lurigancho, 2024. ✓ Muestra: Es una muestra censal compuesta por la totalidad de la población. ✓ Técnica: encuesta ✓ Instrumento: cuestionario
¿Cuál es la relación entre el conocimiento del etiquetado octogonal y el consumo de alimentos ultraprocesados en adolescentes del quinto grado de secundaria de la I.E N°100, San Juan de Lurigancho,2024?	Determinar la relación entre el conocimiento del etiquetado octogonal y el consumo de alimentos ultraprocesados en adolescentes del quinto grado de secundaria de la I.E N°100, San Juan de Lurigancho,2024.		✓ Según su naturaleza: cualitativa ✓ Según su escala de medición: nominal ✓ Indicador: Nivel de conocimiento del etiquetado octogonal ✓ Categorías/puntos de corte: <ul style="list-style-type: none"> • Alto (≥ 6 puntos) • Bajo (< 6 puntos) 	
Problemas Específicos	Objetivos Específicos		Variable dependiente: Consumo de alimentos ultraprocesados	
A. ¿Cuál es el nivel de conocimiento del etiquetado octogonal en adolescentes del quinto grado de secundaria de la I.E N°100, San Juan de Lurigancho,2024? B. ¿Cuál es la frecuencia del consumo de alimentos ultraprocesados en adolescentes del quinto grado de secundaria de la I.E N°100, San Juan de Lurigancho,2024?	A. Identificar el nivel de conocimiento del etiquetado octogonal en adolescentes del quinto grado de secundaria de la I.E N°100, San Juan de Lurigancho,2024. B. Evaluar la frecuencia del consumo de alimentos ultraprocesados en adolescentes del quinto grado de secundaria de la I.E N°100, San Juan de Lurigancho,2024.	H0: No existe relación entre el conocimiento del etiquetado octogonal y el consumo de alimentos ultraprocesados en adolescentes del quinto grado de secundaria de la I.E N°100, San Juan de Lurigancho,2024.	✓ Según su naturaleza: cualitativa ✓ Según su escala de medición: nominal ✓ Indicador: Frecuencia del consumo de alimentos ultraprocesados ✓ Categorías/puntos de corte: <ul style="list-style-type: none"> • Alto (≥ 5 puntos) • Bajo (< 5 puntos) 	

Anexo F: Operacionalización de las variables

Variables	Tipo de variable	Definición Operacional	Indicadores	Categorías/ Puntos de corte
Conocimiento del etiquetado octogonal	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Según su naturaleza: cualitativa ✓ Según su escala de medición: nominal 	Se medirá a través del cuestionario de conocimientos sobre el etiquetado octogonal	Nivel de conocimiento del etiquetado octogonal	<p>Alto: ≥ 6 puntos</p> <p>Bajo: < 6 puntos</p>
Consumo de alimentos ultraprocesados	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Según su naturaleza: cualitativa ✓ Según su escala de medición: nominal 	Se medirá a través del cuestionario de frecuencia de consumo de alimentos ultraprocesados	Frecuencia de consumo de alimentos ultraprocesados	<p>Alto: ≥ 5 puntos</p> <p>Bajo: < 5 puntos</p>

Anexo G: Autorización por parte de la universidad para realizar el estudio



Universidad Nacional
Federico Villarreal



FACULTAD MEDICINA "HIPÓLITO UNANUE" OFICINA DE GRADOS Y GESTIÓN DEL EGRESADO

AÑO DEL BICENTENARIO DE LA CONSOLIDACIÓN DE NUESTRA INDEPENDENCIA Y
DE LA CONMEMORACIÓN DE LAS HEROICAS BATALLAS DE JUNÍN Y AYACUCHO

Lima, 13 de mayo de 2024

Carta N° 010 - 2024-UNFV

Mg.

PEDRO PAULINO PATRICIO SUDARIO
DIRECTOR DEL CENTRO EDUCATIVO I.E N° 100

Presente.-

**ASUNTO: AUTORIZACIÓN PARA
APLICAR CUESTIONARIO**

Es grato dirigirme a Ud. para saludarlo cordialmente, asimismo presentar al bachiller de la escuela profesional de nutrición de la Universidad Nacional Federico Villarreal: **JAZMIN MELANI CALERO ORTIZ.**, quien desarrollará un Trabajo de Investigación en el Centro que pertenece a su jurisdicción. El Proyecto de Tesis es para la obtención del título profesional de licenciado en nutrición; **Titulado: "CONOCIMIENTO DEL ETIQUETADO OCTOGONAL Y CONSUMO DE ALIMENTOS ULTRAPROCESADOS EN ADOLESCENTES DE LA I.E N°100, SAN JUAN DE LURIGANCHO, 2024"**, que será presentado a su Despacho, física y virtualmente según los requisitos estipulados, así como el compromiso de entrega de los resultados finales del estudio.

Contando con su gentil apoyo para la autorización respectiva, reitero mi mayor consideración y alta estima personal

Atentamente,


Dr. DANTE CARLOS PANZERA GORDILLO
IEEE
GRADOS Y GESTIÓN DEL EGRESADO
FACULTAD DE MEDICINA "HIPÓLITO UNANUE"