



**FACULTAD DE MEDICINA HUMANA Y
CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**

**“CONOCIMIENTO Y CONSUMO DE PRODUCTOS
PROCESADOS EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA. I.E.P. LUIS
CARRANZA. AYACUCHO, 2016”**

**TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO DE LICENCIADA EN
ENFERMERÍA**

Presentado por:

Br. CUETO AQUINO, Pilar

AYACUCHO - PERÚ

2017

Las ventas de alimentos procesados industrialmente, incluyendo la comida rápida y las bebidas azucaradas, han aumentado de manera constante en América Latina y están ayudando al incremento de las tasas de obesidad en toda la región.

(OPS/OMS)

A Dios, por la vida, por todo lo que nos ofrece y lo que podemos tomar de ella.

A mis padres Maximiliano y Nemesia, por brindarme su apoyo a lo largo de mi vida y ser poseedores del arte necesario para inspirarme el respeto, el amor y la amistad.

A mis hermanas Nuvita, Mariza, Grimalda, Noemí y Marivel, por las experiencias inolvidables.

Pilar

AGRADECIMIENTO

A la Universidad Alas Peruanas, *Alma Máter*, por permitirnos ocupar sus aulas y lograr esta docta profesión.

A la Escuela Profesional de Enfermería, por su liderazgo en la investigación científica.

A los docentes de la Escuela Profesional de Enfermería, por su calidad y calidez profesional y pedagógica.

A la asesora Mg. Julia María Ochatoma Palomino, por sus apreciaciones y sugerencias en el desarrollo de la tesis.

A los señores expertos: Mstro. Wilber Leguía Franco, Lic. Walter Vásquez León, Lic. Judith Avilés Osnayo, Lic. Elvira Bravo Rodríguez y Lic. Romeo Córdova Arango, por su apoyo imprescindible en la validación de los instrumentos.

A la señora directora de la Institución Educativa Pública “Luis Carranza” y al profesor coordinador de TOE, por las facilidades en el acceso a las unidades de estudio.

A los estudiantes de la Institución Educativa Pública “Luis Carranza”, por su disposición para participar en la presente investigación, esperando que los hallazgos reflejen respetuosamente parte de su realidad.

Pilar

CONOCIMIENTO Y CONSUMO DE PRODUCTOS PROCESADOS EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA. I.E.P. LUIS CARRANZA. AYACUCHO, 2016.

CUETO-AQUINO, Pilar.

RESUMEN

El objetivo general fue determinar la relación entre el nivel de conocimiento y el consumo de productos procesados en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública Luis Carranza. Ayacucho, 2016. La investigación tiene nivel correlacional y diseño transversal sobre una muestra intencional de 236 (44.8%) de estudiantes del nivel secundario de una población de 484 (100%). Las técnicas de recolección de datos fueron la evaluación pedagógica y la encuesta; en tanto los instrumentos, la prueba cognitiva y el cuestionario. El Coeficiente de Correlación “Rho” de Spearman fue el estadígrafo de contraste de hipótesis con la aplicación del Software IBM-SPSS versión 23,0. Los resultados describen el 69.9% presentan un nivel de conocimiento en inicio sobre productos procesados, 19.5% en proceso y 10.6% en logro previsto. Por otro lado, el 100% consumieron productos procesados en los últimos seis meses, el 81.4% en los últimos tres meses, el 90.7% en el último mes, el 82.6% en la última semana, el 55.5% un día antes de la encuesta y el 36% el día de la encuesta. En conclusión, el nivel de conocimiento se relaciona inversa y significativamente con el consumo de productos procesados ($r_s = -0,623$; $p = 0,000$).

PALABRAS CLAVE. Conocimiento / productos procesados / productos ultraprocesados.

KNOWLEDGE AND CONSUMPTION OF PROCESSED PRODUCTS IN SECONDARY STUDENTS. I.E.P. LUIS CARRANZA. AYACUCHO, 2016.

CUETO-AQUINO, Pilar.

ABSTRACT

The general objective was to determine the relationship between the level of knowledge and consumption of processed products in high school students of the Luis Carranza Public Educational Institution. Ayacucho, 2016. The research has correlational level and cross-sectional design on an intentional sample of 236 (44.8%) of secondary students in a population of 484 (100%). The techniques of data collection were the pedagogical evaluation and the survey; In both the instruments, the cognitive test and the questionnaire. Spearman's Rho Correlation Coefficient was the hypothesis contrast statistician with the IBM-SPSS Software version 23.0 application. The results describe 69.9% have a level of knowledge in the beginning about processed products, 19.5% in process and 10.6% in expected accomplishment. On the other hand, 100% consumed processed products in the last six months, 81.4% in the last three months, 90.7% in the last month, 82.6% in the last week, 55.5% a day before the survey And 36% on the day of the survey. In conclusion, the level of knowledge is inversely and significantly related to the consumption of processed products ($r_s = -0,623$; $p = 0,000$).

KEY WORDS. Knowledge / processed products / ultraprocessed products.

ÍNDICE

	Pág.
DEDICATORIA	iii
AGRADECIMIENTO	iv
RESUMEN	v
ABSTRACT	vi
ÍNDICE	vii
ÍNDICE DE CUADROS Y GRÁFICOS	ix
INTRODUCCIÓN	x
CAPÍTULO I	
EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN	
1.1. Planteamiento del problema	12
1.2. Formulación del problema	14
1.3. Objetivos de la investigación	14
1.4. Justificación del estudio	14
1.5. Limitaciones de la investigación	15
CAPÍTULO II	
MARCO TEÓRICO	
2.1. Antecedentes del estudio	18
2.2. Bases teóricas	22
2.3. Definición de términos	40
2.4. Hipótesis	41
2.5. Variables	41
CAPÍTULO III	
METODOLOGÍA	
3.1. Tipo y nivel de investigación	49
3.2. Descripción del ámbito de la investigación	49
3.3. Población y muestra	50
3.4. Técnicas e instrumentos para la recolección de datos	51
3.5. Tratamiento estadístico	53
3.6. Procedimiento de contraste de hipótesis	54

CAPÍTULO IV

RESULTADOS

CAPÍTULO V

DISCUSIÓN

80

CONCLUSIONES

88

RECOMENDACIONES

89

REFERENCIA BIBLIOGRÁFICA

90

ANEXO

ÍNDICE DE CUADROS

Cuadro	Pág.
01. Conocimiento sobre productos procesados	56
02. Proporción de estudiantes que consumen productos procesados	58
03. Tipo de productos procesados	60
04. Frecuencia de consumo de productos procesados	62
05. Lugares de consumo de productos procesados	64
06. Horario de consumo de productos procesados	66
07. Motivos para el consumo de productos procesados	68
08. Preferencia de productos procesados	70
09. Número de veces de consumo de productos procesados	72
10. Días de la semana de consumo de productos procesados	74
11. Nivel de conocimiento y nivel de consumo de productos procesados	76

ÍNDICE DE GRÁFICOS

Gráfico	Pág.
01. Conocimiento sobre productos procesados	56
02. Proporción de estudiantes que consumen productos procesados	58
03. Tipo de productos procesados	61
04. Frecuencia de consumo de productos procesados	62
05. Lugares de consumo de productos procesados	64
06. Horario de consumo de productos procesados	66
07. Motivos para el consumo de productos procesados	68
08. Preferencia de productos procesados	70
09. Número de veces de consumo de productos procesados	72
10. Días de la semana de consumo de productos procesados	74
11. Nivel de conocimiento y nivel de consumo de productos procesados	76

INTRODUCCIÓN

La presente investigación titulada: **“Conocimiento y consumo de productos procesados en estudiantes de secundaria. I.E.P. Luis Carranza. Ayacucho, 2016”**; tuvo como objetivo determinar la relación entre el nivel de conocimiento y el consumo de productos procesados en estudiantes de secundaria. El estudio correlacional y transversal se desarrolló sobre una muestra intencional de 236 estudiantes.

Los resultados describen que del 69,9% de estudiantes con un nivel de conocimiento en inicio, predominó en 48.7% el consumo moderado de estos productos. Del 10.6% de estudiantes con un nivel de conocimiento en logro previsto, predominó en 8.5% el bajo consumo de estos productos. Contrastando la hipótesis se concluye que el nivel de conocimiento se relaciona inversa y significativamente con el consumo de productos procesados ($r_s = -0,623$; $p = 0,000$).

La investigación está estructurada en cinco capítulos: El capítulo I, El planteamiento de investigación, expone el planteamiento del problema, formulación del problema, objetivos de la investigación, justificación de estudio y limitaciones. El capítulo II, Marco teórico, incluye los antecedentes de estudio, bases teóricas, definición de términos, hipótesis y variables. El Capítulo III, Metodología, referencia el tipo y nivel de investigación, descripción del ámbito de la investigación, población y muestra, técnicas e instrumentos para la recolección de datos y tratamiento estadístico. El capítulo IV, Resultados, consta de la presentación tabular y gráfica de los resultados como la prueba de hipótesis. El capítulo V, Discusión, presenta la comparación, análisis e interpretación de resultados a la luz del marco referencial y teórico disponible. Finalmente, se consignan las conclusiones, recomendaciones, referencias bibliográficas y anexos.

CAPÍTULO I

EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

Los productos procesados comestibles son aquellos alimentos densos en energía con alto contenido de azúcar, grasas, sal y con bajo aporte de nutrientes en términos de proteína, fibra, vitaminas y minerales incluye también a los alimentos instantáneos (procesados de tal manera que son rápidamente servidos una vez disueltos en líquidos con corto periodo de cocción).⁽¹⁾

A escala mundial, el consumo de productos procesados comestibles representa un problema de salud pública en continuo incremento, porque las familias no promueven hábitos de alimentación saludables.

En Guatemala, el 88.9% de escolares consumen de bebidas carbonatadas con alguna frecuencia; de ellos, 54.4% con una frecuencia entre 1 a 5 días a la semana; en tanto que, el 52.3% consumen comida rápida de 1 a 7 días a la semana.⁽²⁾

En Bolivia, el 62.9% de escolares consumieron bebidas gaseosas habitualmente una o más veces al día en los últimos 30 días; en tanto que, el 16% consumieron en un restaurante de comida rápida 3 días o más en los últimos 7 días.⁽³⁾

Chile ha pasado de un país con altas tasas de desnutrición y bajas tasas de obesidad, a una con escasa desnutrición y altas tasas de obesidad en todos los grupos etarios. Comparados con las comidas normales, las golosinas incrementan la densidad energética y la proporción de energía proveniente de la grasa e hidratos de carbono, mientras que son deficientes en otros nutrientes.⁽⁴⁾

En Argentina, cerca del 50% de adolescentes consumieron bebidas gaseosas azucaradas dos o más veces al día en los últimos 30 días. Además, uno de cada diez concurre a locales de comida rápida en la última semana (tres o más días en los últimos 7 días).⁽³⁾

En Perú, es elevado el consumo diario de bebidas gaseosas en la población escolar (54% con una frecuencia entre una o más veces al día) y de comida rápida (10,7% consumen productos procesados tres días o más durante la semana), condiciones que predisponen el desarrollo de enfermedades crónicas como obesidad, sobrepeso, hipertensión y diabetes. ⁽⁵⁾ Significa que el consumo de productos procesados comestibles es parte del comportamiento alimentario en las familias peruanas.

En la región Ayacucho, no se identificaron investigaciones sobre el consumo de productos procesados comestibles en la población escolar; pero sí en estudiantes universitarios.

Zaga ⁽⁶⁾ entre Estudiantes de Enfermería de la Universidad Alas Peruanas, determinó que el 43,2% consumía semanalmente helados, 38,7% galletas, 31,1% hamburguesas, 31,1% bebidas gaseosa y 27% pollo broaster. El 85% ingería estos productos en algún establecimiento comercial y el 15% en el domicilio; Quispe ⁽⁷⁾ en la Universidad Alas Peruanas, muestra que el consumo de productos procesados comestibles se relaciona significativamente con el índice de masa corporal. Por esta razón, es posible que el consumo de productos procesados comestibles sea similar entre los escolares.

En la Institución Educativa Pública Luis Carranza, se ha observado que los estudiantes de tercero, cuarto y quinto de secundaria, en la hora del recreo, consumen productos procesados comestibles como bebidas gaseosas, galletas saladas o dulces (Doré, Divas, Soda, Pícaras, Choco-soda ,Charada, etc.), snack (chizitos, cheetos, papitas light, etc.), chocolates (Sublime, Princesa, triángulo Donofrio, etc.), golosinas(caramelos, chicles, toffees, etc.) y comidas como hamburguesas, salchichas (hot dog), pollo broaster, etc.

Por los testimonios de los profesores, refieren que los estudiantes prefieren la comida procesada antes que comida de casa, por ser más barata y más rápida.

1.2. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA

1.2.1. PREGUNTA GENERAL

¿Cómo se relaciona el nivel de conocimiento con el consumo de productos procesados en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública Luis Carranza. Ayacucho, 2016?

1.2.2. PREGUNTAS ESPECÍFICAS

- a) ¿Cuál es el nivel de conocimiento sobre productos procesados?
- b) ¿Cuáles son las características del consumo de productos procesados?

1.3. OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN

1.3.1. OBJETIVO GENERAL

Determinar la relación entre el nivel de conocimiento y el consumo de productos procesados en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública Luis Carranza. Ayacucho, 2016.

1.3.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- a) Identificar el nivel de conocimiento sobre productos procesados.
- b) Describir las características del consumo de productos procesados.

1.4. JUSTIFICACIÓN DEL ESTUDIO

El consumo de productos procesados es una práctica de alimentación frecuente entre escolares de instituciones educativas públicas y privadas por su fácil acceso, bajo costo y excesiva publicidad. El consumo regular de estos productos genera efectos en el mediano y largo plazo por la

posibilidad de ocasionar cuadros de sobrepeso u obesidad con el consiguiente riesgo de padecer en el futuro de enfermedades cardiovasculares, coronarias, metabólicas, osteo-articulares y algunas neoplasias.

Por otro lado, la publicidad que ejercen los medios de comunicación masiva para promover la adquisición y el consumo de los productos procesados es desleal, por la manera de aparentar la “inocuidad” o “salubridad” de estos productos. Por esta razón, es necesario que los escolares estén informados sobre los productos procesados y sus repercusiones en la salud.

Teóricamente, los resultados obtenidos amplían el marco teórico y empírico sobre la relación entre conocimiento y consumo de productos procesados. En el aspecto práctico, la investigación proporciona información confiable y actualizada al Director de la Institución Educativa Pública “Luis Carranza” para la toma de decisiones que permitan promover la alimentación saludable.

Metodológicamente, la investigación ameritó la adaptación de instrumentos de medición para determinar el nivel de conocimiento y las características de consumo de productos procesados comestibles, sometidos a pruebas de fiabilidad y validez para ser utilizados en futuras investigaciones.

La investigación tuvo en consideración los principios de confidencialidad y consentimiento informado en la administración de los instrumentos y en el tratamiento de la información.

1.5. LIMITACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN

Entre las principales restricciones de este estudio es posible nombrar las siguientes:

- a) Escasas referencias de investigaciones relacionadas con el problema abordado, por la falta de sistematización de estos documentos en las bibliotecas de las diferentes universidades, que fueron superadas con la visita personal a estas instituciones.
- b) Falta de instrumentos estandarizados para evaluar las variables de interés, por lo que fueron necesarias las pruebas de fiabilidad y validez.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1. ANTECEDENTES DEL ESTUDIO

Chiesa ⁽⁸⁾ en la investigación descriptiva de diseño transversal *“Consumo de comida rápida y obesidad infantil”*, Uruguay, sobre una muestra al azar simple de 50 estudiantes de la escuela primaria San Jorge de ambos turnos y ambos sexos, de una población de 237(100%), aplicando el cuestionario y la ficha de evaluación antropométrica, determinó que existe una vinculación entre el consumo excesivo de comida rápida, snack, gaseosa y el estado nutricional de los niños(con un nivel de confiabilidad al 99%). En conclusión, el consumo excesivo de comidas rápidas y el desarrollo de sobrepeso u obesidad se encuentran directamente relacionados.

Gómez y Salazar ⁽⁹⁾ en la investigación descriptiva de diseño transversal *“Hábitos alimenticios en estudiantes universitarios de ciencias de la salud de Minatitlan, Ver”*, México, sobre una muestra por conveniencia de 276 estudiantes, de una población de 1110(100%) aplicando el cuestionario, determinaron que dentro de los factores de hábitos alimenticios se encontró que los estudiantes de las tres facultades tienen malos hábitos en cuanto al consumo de alimentos con alto contenido calórico , aunado a un mal hábito de ejercicio físico. En conclusión, en relación al conocimiento sobre qué y cuanto comen la mayoría está de regular a malo, pese a ser estudiantes del área de la salud tienen poco conocimiento en este aspecto; lo cual trae como consecuencia hábitos poco saludables que a la larga favorecerán al sobrepeso y la obesidad.

Silvan ⁽¹⁰⁾ en la investigación descriptiva con diseño transversal *“Hábitos alimenticios en la adolescencia en alumnos de la escuela secundaria técnica N^o.88”*, México, sobre una muestra al azar simple de 24 estudiantes que oscilan entre los 13 a 16 años de edad de una población de 651(100%), aplicando el cuestionario, determinó que los productos que más se consumen son los refrescos embotellados (91.6%) seguido de las frituras (87.5%), paletas (79.66%) y jugos industrializados (75%). En

conclusión, las características de los hábitos alimenticios de las adolescentes descritas anteriormente pueden con el tiempo poner en riesgo la calidad de vida futura y la salud de este grupo.

Mendoza ⁽¹¹⁾ en la investigación explicativa de diseño transversal de relación causal *“Influencia de los hábitos alimenticios en el rendimiento escolar de los niños (as) de la escuela fiscal mixta N^o1 Carlos Matamoros Jara del Cantón Naranjito”*, Ecuador, sobre una muestra aleatoria direccionada de 613 conformada por directivos(1), estudiantes(323), docentes(7) y representantes(282) de quinto a séptimo año básico de la Institución Educativa comprendidos entre 9 y12 años de edad de una población de 1231(100%), aplicando una guía metodológica, determinó que con relación a la pregunta si los estudiantes muestran entusiasmo al momento de recibir los conocimientos un 14% señalaron que siempre y frecuentemente, un 28% ocasionalmente y un 43% que rara vez. En conclusión, la buena alimentación de los estudiantes también depende de la tienda escolar, pues juegan un papel importante en los hábitos alimenticios de los estudiantes. Los estudiantes que evidencian bajo rendimiento presentan diversos comportamientos provocados por una inadecuada digestión alimentaria.

Lasso ⁽¹²⁾ en la investigación descriptiva de diseño transversal *“Análisis de crecimiento y aceptación de los locales de comida rápida en el sector de la Avenida Capitán Ramón Borja en el norte de Quito durante los años 2008 y 2009”* , Ecuador, sobre una muestra al azar simple de 176 habitantes mayores de 14 años de una población 93.528(100%) de la ciudad de Quito, sector de la Kennedy, aplicando el cuestionario, determinó que las principales cadenas de comida rápida del Ecuador reportan un crecimiento promedio de 15% en sus ventas, comparado con el primer semestre de este año. En el caso del total de franquicias registradas en el país de fast food se ha originado un crecimiento del 25%. En conclusión, las características de la comida rápida han sido preponderantes y decisivas en el comportamiento del consumidor ya que

por motivos de tiempo y exceso de actividades han orientado al cliente a la compra del producto. Además, los precios, promociones y publicidad han originado una tendencia de crecimiento en el sector.

Ponte ⁽¹³⁾ en la investigación descriptiva con diseño transversal *“Estilos de vida de los estudiantes de enfermería, según año de estudio de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos 2010”*, Lima, sobre una muestra estratificada de 129 estudiantes de una población de 372(100%), aplicando el cuestionario estandarizado sobre estilo de vida, determinó que los estudiantes al tener un estilo de vida no saludable en la dimensión salud con responsabilidad estaría exponiéndose al realizar conductas de alto riesgo como: desinterés por un control médico periódico, o ver programas educativos sobre su salud, no reconoce signos inusuales en su salud, tendencia al tabaquismo, consumo excesivo de bebidas alcohólicas, sobrealimentación, prácticas sexuales peligrosas, entre otras. Lo cual influye negativamente en su salud a pesar de tener conocimiento sobre promoción prevención de las enfermedades. En conclusión, los estudiantes de enfermería tienen un estilo de vida saludable en las dimensiones de nutrición, crecimiento espiritual y relaciones interpersonales. La categoría no saludable caracteriza a la actividad física y salud con responsabilidad en los cinco años de estudio; a diferencia de la dimensión gestión de pensiones donde practican lo no saludable solo los estudiantes de segundo, tercero y quinto año.

Roca ⁽¹⁴⁾ en la investigación relacional y transversal *“Factores de riesgo asociados a los trastornos de conducta alimentaria en adolescentes del tercero al quinto grado de educación secundaria del C.E.G.N.E. Federico Froebel. Ayacucho - 2008”*, sobre una población de 274(100%) adolescentes del tercero al quinto grado de educación secundaria, aplicando la ficha de recolección de datos, el test de apgar familiar(smilkstein), test de autoestima (Pick de Weis), test de trastornos de la alimentación (EAT 26- Asociación Mundial de Desórdenes de la Alimentación), determinó que el 63.1% de adolescentes se encuentran en

el grupo sin riesgo para presentar el trastorno de conducta alimentaria; 36.1% con riesgo y un mínimo porcentaje 0.7% presentan el trastornos de conducta alimentaria. En conclusión, la funcionalidad familiar y la autoestima se constituyen en factores de riesgo para ocasionar los trastornos de conducta alimentaria (anorexia y bulimia) ($p < 0.05$); mientras que la edad sexo, grado de escolaridad del adolescente, ocupación y grado de instrucción del padre y madre no estuvieron asociados ($p > 0,05$).

Quispe ⁽⁷⁾ en la investigación relacional de diseño transversal “*Consumo de productos procesados comestible e índice de masa corporal en estudiantes de Enfermería, Universidad Alas Peruanas. Ayacucho, 2013*”, sobre una muestra sistemática de 90 estudiantes de una población de 227(100%), aplicando el cuestionario y la ficha de evaluación antropométrica, determinó que el 52,2% presentó índice de masa corporal normal, 27,8% sobrepeso, 11,1% delgadez y 8,9% obesidad; del mismo modo, el 100% consumía con alguna frecuencia productos procesados comestibles. En conclusión, el consumo de productos procesados comestibles se relacionó significativamente con el índice de masa corporal en estudiantes de enfermería y está en función a la frecuencia como el nivel de consumo ($r_s=0,349$; $p<0,05$).

Zaga ⁽⁶⁾ en la investigación descriptiva de diseño transversal “*Hábitos de consumo de comida rápida en Estudiantes de Enfermería de la Universidad Alas Peruanas. Ayacucho, 2013*”, en una muestra intencional de 74 estudiantes de una población de 227 (100%) aplicando el cuestionario, determinó que el 43,2% consume semanalmente helados, 38,7% galletas, 31,1% hamburguesas, 31,1% bebidas gaseosa y 27% pollo broaster. El 85% consume estos productos en algún establecimiento comercial y el 15% en el domicilio. El 58,7% consume comida rápida porque es agradable, 24,3% para saciar el hambre y 9,5% por costumbre. El 66,2% consume con amigos, 18,9% con familiares y 14,9% solos. El 86,5% considera que la comida rápida tiene efecto perjudicial en la salud.

En conclusión, el 100% de estudiantes consumió alguna comida rápida previo a los 30 días de la encuesta.

2.2. BASES TEÓRICAS

2.2.1. CONOCIMIENTO

Conocer es un proceso a través de cual un individuo se hace consciente de su realidad y en éste se presenta un conjunto de representaciones sobre las cuales no existe duda de su veracidad. Además, el conocimiento puede ser entendido de diversas formas: como una contemplación porque conocer es ver; como una asimilación porque es nutrirse y como una creación porque conocer es engendrar. ⁽¹⁵⁾

El conocimiento es una propiedad que se predica de cada uno de esos entes. En efecto, cada uno de ellos se relaciona con los demás entes, con lo que denominaremos el exterior, en un doble sentido: conocimiento y acción. Mediante el conocimiento tomamos noticia del exterior, captamos información de los demás entes. Mediante la acción modificamos el exterior, influimos en los demás entes. ⁽¹⁶⁾

FORMAS DE CONOCIMIENTO

Según Mouriño, Espinoz y Moreno ⁽¹⁷⁾ el conocimiento puede ser de diferentes clases: cotidiano, precientífico y científico, empírico y teórico:

El conocimiento científico y el empírico difieren de varias maneras y las desigualdades giran en torno al control y sistematización de su obtención. El primero utiliza esquemas conceptuales y de estructuras teóricas, verifica su coherencia externa y somete a prueba empírica algunos de sus aspectos teóricos o hipótesis. Los conocimientos cotidianos o empíricos se limitan a la constancia de los hechos y a su descripción. Los conocimientos científicos presuponen no sólo la constancia de los hechos, sin su explicación e interpretación dentro del conjunto del sistema general de conceptos de determinada ciencia. El

conocimiento ordinario generalmente es vago e inexacto, la ciencia convierte en preciso lo que el sentido común conoce de manera nebulosa; la ciencia es más que sentido común organizado, la ciencia procura la precisión; nunca está libre por completo de vaguedad, pero siempre intenta mejorar la exactitud, no está libre de error, pero posee técnicas para identificarlo y sacar provecho de él.

Para Hessen ⁽¹⁶⁾, el conocimiento puede ser dividido principalmente en dos clases: conocimiento sensible y conocimiento intelectual. En su discurso, el conocimiento sensible es aquél que tiene su origen en la realidad, en la experiencia, en el mundo de las cosas. El conocimiento sensible es pues el conocimiento según el empirismo. Por otra parte el conocimiento intelectual es aquél que tiene su origen en el sujeto y que, sólo de forma más o menos indirecta, tiene en cuenta las percepciones. Este conocimiento no se aplica sobre las cosas, sino que opera sobre las propias ideas del sujeto. El conocimiento intelectual es pues el conocimiento según el racionalismo.

2.2.2. ALIMENTACIÓN

La alimentación es una necesidad fisiológica necesaria para la vida y tiene una importante dimensión social como cultural. Comer está vinculado por un lado a saciar el hambre (para vivir) y por otro al buen gusto y la combinación de ambos factores puede llegar a generar placer. En el acto de comer entran en juego los sentidos (unos de forma evidente, vista, olfato, gusto y tacto). Por otra parte, es la ingestión de alimentos por parte de los organismos para proveerse de sus necesidades alimenticias, fundamentalmente para conseguir energía y desarrollarse. ⁽¹¹⁾

La alimentación es el ingreso o aporte de los alimentos en el organismo humano. Es el proceso por el cual tomamos una serie de sustancias contenidas en los alimentos que componen la dieta. Estas sustancias o nutrientes son imprescindibles para completar la nutrición. Una buena

alimentación implica no solamente ingerir los niveles apropiados de cada uno de los nutrientes, sino obtenerlos en un balance adecuado.
(18)

Gómez y Salazar ⁽⁹⁾, define como el conjunto de procesos biológicos, psicológicos y sociológicos relacionados con la ingestión de alimentos mediante el cual el organismo obtiene del medio los nutrimentos que necesita, así como las satisfacciones intelectuales, emocionales, estéticas y socioculturales que son indispensables para la vida humana plena.

CLASIFICACIÓN DE LOS ALIMENTOS

Según **Cervera, Clapés y Rigolfas** ⁽¹⁹⁾, los grupos de alimentos se representaban esquemáticamente dentro de un círculo. Era la “rueda de los alimentos”. Más modernamente, parece más adecuado hacerlo dentro de una pirámide: la “pirámide de los alimentos”, que además de proporcionar una visión completa de los distintos grupos de alimentos, orientan sobre la proporción con la que deben participar en una alimentación adecuada. Guiándose en la pirámide, adopta la siguiente clasificación:

a) Grupos de los cereales, tubérculos y legumbres

Cereales. Son los frutos maduros y desecados de las gramíneas, que adoptan la conocida forma de crecimiento en espiga. Los más utilizados en la alimentación humana son el trigo y el arroz, aunque, también son importantes la cebada, el centeno, la avena y el maíz.

Tubérculos. Son engrosamientos característicos de las raíces de ciertas plantas. Su valor nutritivo es el siguiente: Almidón: 15-16%; Proteínas: 1.4% y Fibra vegetal: una pequeña cantidad.

Legumbres. Son alimentos muy interesantes desde el punto de vista nutritivo. Forma parte de este grupo por su alto contenido en almidón. Se presentan, en general, como granos secos separados de las vainas donde se encuentran (garbanzos, lentejas, alubias o judías blancas, habas), ya sean frescos o congelados (guisantes).

b) Grupos de las frutas, verduras y hortalizas.

Frutas. Vegetales frescos que constituyen los frutos de distintas plantas como: naranjas, peras, ciruelas, cerezas, etc.

Contienen glúcidos simples (glucosa, sacarosa y principalmente, fructosa) en una concentración aproximada del 10% de la parte comestible, proporción que es distinta según las especies, aunque también existen variaciones importantes dentro de una misma especie. La riqueza vitamínica es una de sus principales características. Los cítricos (naranja, mandarina, limón, pomelo, kiwi) son muy ricos en ácidos ascórbico.

Verduras. La parte del vegetal utilizada como verdura varía de unos a otros. Así, las acelgas, la col o la lechuga son hojas. El apio es un tallo. La coliflor y las alcachofas son flores. Las remolachas y zanahorias son raíces. Los ajos y cebollas son bulbos. El tomate es un fruto, pero, razones culturales hacen que se influyan en esta familia de alimentos.

La mayor parte de ellas contienen mucho potasio y poco sodio. Algunas verduras (espinacas, acelgas, tomates) proporcionan una pequeña cantidad de hierro, que, como ya hemos señalado se ha observado mal en los alimentos de origen vegetal.

c) Grupos de leche y derivados.

Leche. Es un alimento líquido, de color blanco, con un contenido en nutrientes excelentes. Es el alimento más completo que existe.

Los distintos mamíferos se alimentan exclusivamente con la leche segregada por las glándulas mamarias de sus madres durante los primeros meses de vida.

Derivados. Yogur es la leche fermentada que se obtienen a partir de la acción de ciertas bacterias saprofitas. El valor nutritivo del yogur es prácticamente igual al de la leche de la que procede.

Queso: Es un producto pastoso o sólido que resulta de coagular la leche, con separación de la mayor parte de suero.

d) Grupo de las carnes, pescados y huevos.

Las carnes, pescados y huevos, tienen en común la presencia de un elevado porcentaje de proteínas en su composición.

e) Grupos de los alimentos grasos.

Existen algunos alimentos que contienen lípidos de forma exclusiva o predominante. Son los aceites, margarinas, mantequillas, manteca de cerdo y algún otro. Su función nutritiva es energética, transportando las vitaminas liposolubles.

f) Otros alimentos, entre los que se incluyen los pasteles, las bebidas alcohólicas, las bebidas estimulantes y algunos otros.

Peña ⁽²⁰⁾, representante de la Organización Panamericana de la Salud, realiza la siguiente clasificación:

Grupo 1: Alimentos naturales y mínimamente procesados

- a) **Alimentos naturales (no procesados).** Son de origen vegetal (verduras, leguminosas, tubérculos, frutas, nueces, semillas) o de origen animal (pescados, mariscos, carnes de bovino, aves de corral, animales autóctonos, así como huevos, leche, entre otros). Una condición necesaria para ser considerados como no procesados es que estos alimentos no contengan otras sustancias añadidas como son: azúcar, sal, grasas, edulcorantes o aditivos. La mayoría de los alimentos naturales tienden a

dañarse o perecer en un corto plazo. Solo algunos pueden consumirse de inmediato; muchos son comestibles y seguros solamente después de su preparación y cocción.

- b) **Alimentos mínimamente procesados.** Son alimentos naturales que han sido alterados sin que se les agregue o introduzca ninguna sustancia externa. Usualmente se sustrae partes mínimas del alimento, pero sin cambiar significativamente su naturaleza o su uso.

Estos procesos incluyen: limpiar, lavar, pasteurizar, descascarar, descamar, pelar, deshuesar, rebanar, filetear, secar, descremar, esterilizar, refrigerar, congelar, sellar, envolver y envasar al vacío. La fermentación, obtenida mediante la adición de microorganismos vivos al alimento, también es un proceso “mínimo” cuando no genera alcohol (caso del yogurt). Estos procesos “mínimos” pueden aumentar la duración de los alimentos, permitir su almacenamiento, ayudar a su preparación culinaria, mejorar su calidad nutricional, y tornarlos más agradables al paladar y fáciles de digerir.

En combinaciones adecuadas, todos los alimentos de este grupo (naturales y mínimamente procesados) forman la base para una alimentación saludable. La distinción entre los alimentos naturales y mínimamente procesados no es significativa.

Grupo 2. Ingredientes culinarios

Los ingredientes culinarios son sustancias extraídas de componentes de los alimentos, tales como las grasas, aceites, harinas, almidones y azúcar; o bien obtenidas de la naturaleza, como la sal.

Estos ingredientes son a menudo muy duraderos. Mientras que algunos pueden ser producidos a mano con herramientas sencillas, la mayoría requieren de maquinaria industrial. Los procesos incluyen el prensado,

molido, trituración, pulverización y refinamiento. También se pueden utilizar agentes químicos para estabilizar o purificar los ingredientes.

Estos ingredientes culinarios no se consumen aisladamente por sí mismos, pero forman parte importante -como ingredientes- en los platos habituales. La importancia nutricional de estos ingredientes culinarios no debe ser evaluada de forma aislada, sino en combinación con los alimentos.

Los ingredientes culinarios usados con moderación y adecuadamente combinados con alimentos, proporcionan comidas y platos sabrosos, variados y atractivos, así como dietas nutricionalmente equilibradas.

Grupo 3. Productos comestibles listos para el consumo: procesados y altamente procesados (ultra procesados).

Todos estos productos son, por lo general muy duraderos, agradables al paladar, y están listos para consumirse.

- a) **Productos comestibles procesados.** Se refieren a aquellos productos alterados por la adición o introducción de sustancias (sal, azúcar, aceite, preservantes y/o aditivos) que cambian la naturaleza de los alimentos originales, con el fin de prolongar su duración, hacerlos más agradables o atractivos.

Los procesos son variados y utilizan aceites, azúcares y sal; y métodos de conservación tales como la salazón, el encurtido, el ahumado y el curado. Los productos resultantes son reconocidos como versiones de los alimentos originales. Son producidos generalmente para ser consumidos como parte de comidas, pero también pueden ser consumidos por sí mismos como “snacks (bocaditos o golosinas procesadas)”. Ejemplos: verduras o leguminosas enlatadas o embotelladas y conservadas en salmuera, frutas en almíbar, pescado conservado en aceite, y

algunos tipos de carne y pescado procesados, tales como jamón, tocino, pescado ahumado; queso, al que se le añade sal.

Los productos procesados generalmente conservan la identidad básica y la mayoría de los componentes del alimento original, pero los métodos de procesamiento usados hacen que sean desbalanceados nutricionalmente, debido a la adición de aceite, azúcar o sal.

- b) **Productos comestibles altamente procesados (ultraprocesados).** Son elaborados principalmente con ingredientes industriales, que normalmente contienen poco o ningún alimento entero. Los productos ultraprocesados se formulan en su mayor parte a partir de ingredientes industriales y contienen poco o ningún alimento natural.

El objetivo del ultraprocesamiento es elaborar productos durables, altamente apetecibles y lucrativos. Estos productos no son reconocibles típicamente como versiones de alimentos, aunque el ultraprocesamiento incluye técnicas diseñadas para imitar el aspecto, la forma y cualidades sensoriales de los alimentos que se procesaron para obtener los ingredientes. La mayoría están diseñados para ser consumidos como “snacks” y bebidas, por sí solos o en combinaciones con otros productos ultraprocesados.

Algunos son derivados directamente de ingredientes culinarios como aceites, grasas, harinas, almidones y azúcar. Dos ejemplos de ellos son la hidrogenación de aceites, que puede generar las tóxicas grasas “trans” y la “modificación” de almidones para la obtención de azúcares.

La mayoría de los ingredientes de los productos ultraprocesados son aditivos, que incluyen entre otros, conservantes, estabilizantes, emulsionantes, disolventes, aglutinantes, aumentadores de volumen, edulcorantes, resaltadores

sensoriales, sabores y colores. El aumentador de volumen puede ser aire o agua. Se puede añadir micronutrientes sintéticos para “fortificar” los productos.

Actualmente, la mayoría de los productos ultraprocesados son resultado de una tecnología sofisticada. Estas tecnologías industriales incluyen procesos de hidrogenación, hidrólisis, extrusión, moldeado y remodelado, que son diseñadas para hacer que los ingredientes parezcan alimentos. También se incluyen versiones industriales de cocción tales como procesamiento previo de fritura y horneado. Tales métodos simulan la cocina doméstica, pero son generalmente muy diferentes a los productos que promueven, porque incluyen agentes y procesos muy diversos.

Ejemplos: sopas enlatadas o deshidratadas, sopas y fideos empaquetados “instantáneos”, margarinas, cereales de desayuno, mezclas para pastel, papas fritas, bebidas gaseosas, jugos, galletas, caramelos, mermeladas, salsas, helados, chocolates, fórmulas infantiles, leches para niños pequeños y productos para bebés, barras de “energía”, muchos tipos de panes, tortas, postres, pasteles, productos “listos para calentar”, y muchos otros tipos de productos de bebidas y “snacks”.

Estos productos ultraprocesados se consumen generalmente en el hogar o en las tiendas de comida rápida e incluyen también productos como hamburguesas, salchichas, papas fritas, “nuggets” de pollo, palitos de pescado precocidos, pizza, etc. Algunos simulan platos caseros pero se diferencian debido a la naturaleza de la mayoría de sus constituyentes y a las combinaciones de preservantes y otros aditivos utilizados en su elaboración.

LEYES DE ALIMENTACIÓN

Para **Zaga** ⁽⁶⁾ las leyes de la alimentación son las siguientes:

- a) **Ley de la cantidad.** La cantidad de alimentos debe ser suficiente para cubrir las necesidades calóricas del organismo. Los alimentos que proveen fundamentalmente calorías (energía) son los hidratos de carbono y las grasas. La cantidad de calorías deberá ser suficiente como para proporcionar calor para mantener la temperatura corporal, la energía de la contracción muscular y el balance nutritivo.
- b) **Ley de la calidad.** Toda dieta deberá ser completa en su composición, asegurando el correcto funcionamiento de órgano y sistemas. en todo régimen deberán estar presentes: hidratos de carbono, proteínas, grasa, vitaminas, minerales y agua.
- c) **Ley de armonía.** Las cantidades de los diversos principios que componen la alimentación deberán guardar una relación de proporción entre ellos, de manera tal que cada uno aporte una parte del valor calórico total. Se recomienda que toda dieta normal contenga: -proteínas: 12 a 15 % del valor calórico total – grasas: 30 a 35 % del valor calórico total –carbohidratos: 50 a 60 % del valor calórico total.
- d) **Ley de la adecuación.** Toda dieta deberá ser la apropiada para cada individuo en particular, considerando: edad, sexo, actividad, estado de salud, hábitos culturales y economía. Ello implica una correcta elección de los alimentos, así como una correcta preparación.

Para **Basulto y Caorsi** ⁽²¹⁾ las leyes de una alimentación saludable son los siguientes:

- a) **Satisfactoria.** Agradable y sensorialmente placentera.

- b) Suficiente.** Que cubra las necesidades de energía, en funciones de las necesidades de las diferentes etapas o circunstancias de la vida.
- c) Completa.** Que contenga todos los nutrientes que necesita el organismo y en cantidades adecuadas.
- d) Equilibrada.** Con una mayor presencia de una amplia variedad de alimentos frescos y de origen principalmente vegetal, y con una escasa o nula presencia tanto de bebidas alcohólicas como de alimentos con baja calidad nutricional.
- e) Armónica.** Con un equilibrio proporcional de los macronutrientes que la integran.
- f) Segura.** Sin dosis de contaminantes biológicos o químicos que superen los límites de seguridad establecidos por las autoridades competentes, o exenta de tóxicos o contaminantes físicos, químicos o biológicos que puedan resultar nocivos para individuos sensibles.
- g) Adaptada.** Que se adapte a las características individuales (situación fisiológica y/o fisiopatológicas), sociales, culturales y del entorno del individuo.
- h) Sostenible.** Que su contribución al cambio climático sea la menor posible y que priorice los productos autóctonos.
- i) Asequible.** Que permita la interacción social y la convivencia y que sea económicamente viable para el individuo.

2.2.3. NUTRICIÓN

La nutrición es el conjunto de procesos mediante los cuales el organismo utiliza, transforma e incorpora a sus propios tejidos, una serie de sustancias (nutriente) que han de cumplir tres fines básicos: ⁽²²⁾

- Suministrar la energía necesaria para el mantenimiento del organismo y sus funciones.

- Proporcionar los materiales necesarios para la formación, renovación y reparación de estructuras corporales.
- Suministrar las sustancias necesarias para regular el metabolismo.

La nutrición va más allá de comer, es un proceso muy complejo que considera desde los aspectos sociales hasta los celulares y se define como “el conjunto de fenómenos mediante los cuales se obtienen, utilizan y excretan las sustancias nutritivas”. Las sustancias nutritivas son conocidas como “nutrimentos que se definen como unidades funcionales mínimas que la célula utiliza para el metabolismo y que son provistas a través de la alimentación”.⁽²³⁾

La nutrición es una ciencia que se encarga de estudiar los nutrientes (sustancias nutritivas/alimenticias o nutrimentos) que constituyen los alimentos, la función de estos nutrientes, las reacciones del organismo a la ingestión de los alimentos y nutrientes, y como interaccionan dichos nutrientes respecto a la salud y a la enfermedad (la relación entre la nutrición, la salud y la enfermedad). Además, la ciencia de la nutrición se dedica a investigar las necesidades nutricionales del ser humano, sus hábitos y consumo de alimentos, y la composición y valor nutricional de esos alimentos. La nutrición como un conjunto de procesos se dirige hacia el estudio de la ingestión, digestión, absorción, metabolismo y excreción de las sustancias alimenticias (nutrientes/nutrimentos) por medio de los cuales se produce energía para que ese organismo vivo puede sostenerse, crecer, desarrollarse y en la mayoría de los casos reproducirse.⁽²⁴⁾

2.2.4. CONDUCTA ALIMENTARIA

La conducta alimentaria es el conjunto de acciones que establecen la relación del ser humano con los alimentos. Se acepta generalmente que los comportamientos frente a la alimentación se adquieren a través de la experiencia directa con la comida en el entorno familiar y social, por la

imitación de modelos, la disponibilidad de alimentos, el estatus social, los simbolismos afectivos y las tradiciones culturales.⁽²⁵⁾

La conducta alimentaria hace referencia al conjunto de acciones que relacionan al hombre con los alimentos y que se adquieren a través de la experiencia directa en el entorno familiar y social, por la imitación de modelos, la disponibilidad de alimentos, el estatus social, los simbolismos afectivos y las tradiciones culturales.⁽²⁶⁾

La conducta alimentaria también es una forma de relacionarse con los demás, de aprender y manifestar reglas sociales, de presentar a los demás nuestro estilo de vida y nuestros valores. En definitiva, el comportamiento alimentario es una forma de adaptación social y de expresión de la imagen que pretendemos dar de nosotros mismos. Los cambios culturales y sociales conllevan, por su parte, adaptación alimentaria de las distintas generaciones. Adaptaciones que permiten al ser humano progresar y facilitar la integración de nuevas experiencias. Existe, pues, una interacción fisiológica, individual, social y cultural que influye de manera decisiva en el comportamiento alimentario. En este sentido, el comportamiento alimentario es un producto cultural y social, y no meramente el acto de alimentarse.⁽²⁷⁾

TEORÍAS DE LA CONDUCTA ALIMENTARIA

Según **Donohew, Sypher y Bukosky**⁽²⁸⁾ las teorías del comportamiento describen los siguientes aspectos:

- a) **Intrapersonales.** Características individuales que influyen en el comportamiento, como los conocimientos, las actitudes, las creencias, los rasgos de personalidad.
- b) **Interpersonales.** Procesos interpersonales y grupos primarios como son la familia, amigos y pares; proporcionan identidad social, apoyo y definición de roles.

- c) **Institucionales.** Normas, reglamentos, políticas en estructuras formales, que pueden limitar o fomentar los comportamientos recomendados.
- d) **Comunitarios.** Redes y normas sociales que existen como algo formal o informal entre individuos, grupos y organizaciones.
- e) **Política Pública.** Políticas locales, estatales y las leyes que reglamentan o respaldan acciones saludables.

En cuanto a los modelos teóricos que pautan la conducta alimentaria, Gavino y López ⁽²⁷⁾ muestra los siguientes:

- a) **Tradición culinaria.** Se transmite de generación en generación y está relacionada con la disponibilidad de alimentos y con las creencias en la mayor o menor bondad de los mismos. Los productos que ofrece el medio físico donde se vive se utilizan para elaborar comidas que consume la mayor parte de la población generación tras generación. La mayor o menor diversidad de ellos depende de la riqueza del suelo y del agua, del conocimiento de las personas sobre su valor nutritivo y de las innovaciones que introducen agentes tales como los inmigrantes, los viajeros y la convivencia con otras culturas y costumbres. Por otra parte, las creencias que se transmiten de generación en generación sobre determinados alimentos, tanto de aceptación como de rechazo, conducen a preparaciones culinarias particulares de cada cultura. Así pues, la diversidad de alimentos disponibles y las influencias de la propia cultura influyen decisivamente en la elaboración de las comidas y en su transmisión generacional. Así pues podemos decir que las costumbres culinarias se forjan a lo largo de los tiempos de acuerdo a creencias y valores que se transmiten de generación en generación, a los alimentos disponibles, a la influencia de otras culturas, y a cambios sociales propios que generan nuevos estilos de vida. Pero no solo estos factores son relevantes en nuestra interacción con la comida. La influencia de personas significativas

para una sociedad, el comercio y su expansión, y otros medios han favorecido el establecimiento de pautas sociales de comportamiento que implican muy directamente los estilos de comportamiento alimentaria.

b) **Moda.** Es un factor relevante en la vida del ser humano. La moda influye en la elección de los alimentos y en su condimentación. Los motivos son varios: por una parte, el deseo de acercarse estéticamente a figuras socialmente valoradas; por otra parte, el interés por identificarse con subgrupos determinados a los que se les considera atractivos por diferentes motivos. Con frecuencia estos subgrupos mantienen y favorecen un estilo de vida concreto. Así, actualmente nos encontramos en una época en la que las modelos tienen una presencia casi permanente en la televisión y en las revistas. Su estatura, su esbeltez y, en definitiva, sus medidas, se convierten en el sueño de muchas jóvenes que se someten a dietas con el fin de acercarse a una figura atractiva. Nos encontramos, por tanto, con otro factor relevante en la generación y cambio de los comportamientos alimentarios. Podemos decir que una fuente importante de estos cambios se encuentra en los medios de comunicación. Efectivamente, la publicidad de alimentos concretos favorece cambios sociales y culturales establecidos durante generaciones, por ejemplo el paso en los niños del desayuno con tostadas a los cereales, o del bocadillo de mitad de mañana a productos comerciales como donuts y otro tipo de chucherías similares. Los medios de comunicación también permiten pues cambiar unos hábitos en favor de otros que las ciencias de la salud aconsejan.

c) **Avances en las ciencias de los alimentos y de la alimentación.** Han favorecido un mayor conocimiento del papel de diferentes nutrientes y alimentos en nuestro organismo. El estudio de dietas regionales ha permitido conocer el valor nutricional de algunas de ellas e intentar trasladarlas a otras zonas.

2.2.5. PRODUCTOS PROCESADOS

Los productos procesados comestibles son aquellos que contienen, por lo general altos niveles de energía, azúcar, sal, grasas trans y/o grasas saturadas, aditivos químicos, colorantes, saborizantes y poca variedad de nutrientes. Son alimentos densos en energía con alto contenido de azúcar/grasas/sal y con bajo aporte de nutrientes en términos de proteína, fibra, vitaminas y minerales. ⁽²⁹⁾

Se denomina así a los alimentos que aportan principalmente calorías, tienen pocos nutrientes y pueden contener sustancias nocivas para la salud, pues generalmente se les agrega, industrialmente, una elevada cantidad de azúcar, sal y/o grasas trans y/o grasas saturadas, además de un sin número de aditivos químicos, colorantes y saborizantes artificiales. ⁽³⁰⁾

CLASIFICACIÓN DE ALIMENTOS PROCESADOS

Existen muchos alimentos procesados que se encuentran en las tiendas, mercados y supermercados, que están a su alcance, entre estos están los siguientes: ⁽³¹⁾

- a) **Carne y productos cárnicos.** En la actualidad todas las carnes son alimentos procesados, porque son sometidas a diferentes procesos para llegar al consumidor final. Este proceso se inicia desde el momento que los animales llegan a los camales para su faena miento y luego realizan cortes para separar: lomo, piernas, brazos, vísceras, entre otros; por otro lado los embutidos son alimentos como son las grasas, conservante, saborizantes y colorantes, que le dan sabor, olor y forma para transformar en mortadela, jamón, patés, salchichas, carnes ahumadas, etc.
- b) **Leche y productos lácteos.** La leche es el líquido obtenido a través del ordeño higiénico de vacas u otros animales bien alimentados, desde ciclos atrás la leche se ha constituido en el alimento que forma

parte de la dieta de la población mundial, porque aporta un buen número de macro y micro nutrientes necesarios para el crecimiento físico e intelectual de los seres humanos; y, precisamente de ahí, el interés por conservarla y masificar su consumo.

- c) **Peces y productos pesqueros.** Al igual que la carne este producto luego de ser sometido a la pesca, pasa por una serie de procesos antes de llegar al consumidor final, como es la selección luego de la pesca, el almacenamiento, su congelación, extracción de viseras, entre otros pasos que los convierten en alimentos procesados.
- d) **Jugos, pulpas y zumos de fruta.** Estos productos se los obtiene a partir de fruta fresca refrigerada, elaborada en pasta congelada o conservada con sulfito, estas frutas son sometidas a un proceso en el que se extrae al máximo la pulpa de la fruta para conseguir su néctar o zumo.
- e) **Mermeladas, confitados y almibares.** Para la elaboración de mermeladas y confituras se necesita hacer una concentración del jugo de la fruta, así existe en el mercado una serie de productos en forma de confituras y mermeladas que están disponibles en todos los sabores de frutas existentes, como son los de la mayoría de los cítricos entre otras.
- f) **Enlatados.** La elaboración de los enlatados son procesos más complejos entre los cuales están el envasado y el estilizado para estos procesos existe una serie de normas de acuerdo al producto que se desea envasar es así como se encuentra distribuidos en el mercado enlatados de atún, sardina, carnes y frutas.
- g) **Congelados.** Los productos congelados son aquellos que se someten a procesos como selección, lavado, además son sometidas a temperaturas de congelación se realiza la eliminación de microorganismos; entre estos productos encontramos peces congelados, carnes congeladas, mariscos, comida rápida congelada.
- h) **Deshidratados.** El proceso del deshidratado es realizado en máquinas deshidratadoras para cada producto, el principio básico

de la deshidratación persigue conseguir la extracción en un 80% del agua existente en el alimento; para de esta forma lograr eliminar microorganismos, así encontramos los granos secos, pasas y frejol seco.

- i) **Pasta.** Son productos consumidos con mucha frecuencia y regularidad a pesar de que su forma de elaboración sea tan antigua. Se entiende como pasta a los productos no fermentados obtenidos por el amasado y moldeado de la mezcla del agua potable con harina.
- j) **Fermentados.** Son alimentos que llevan en su proceso la adición de sustancias fermentadoras como lo son el vinagre, el vino y la cerveza.
- k) **Peletizados.** Este proceso se constituye en el desarrollo de productos en prensas y moldes para convertir a los alimentos en finas mezclas de alimentos listos para la alimentación.

IMPLICACIONES DE LOS ALIMENTOS ULTRAPROCESADOS

Peña ⁽²⁰⁾, señala un conjunto de características nutricionales, metabólicas, sociales, económicas y ambientales de los productos ultraprocesados que afectan la salud:

- a) **Son nutricionalmente desequilibrados.** En general altos en grasas saturadas y/o “trans”, azúcar, sal y escasos en fibra dietética y otros compuestos bioactivos. Además la seguridad de varios aditivos utilizados en su formulación es desconocida o controversial.
- b) **Son de alta densidad energética.** Debido a las características calóricas de sus ingredientes principales y a la falta de fibra y agua en su composición.
- c) **Puedan crear hábitos de consumo y adicción.** Sus ingredientes y formulación son susceptibles de trastornar los

procesos endógenos del sistema digestivo y del cerebro que controlan la saciedad y el apetito.

- d) **Son fáciles de consumir.** Pueden fácilmente desplazar comidas y platos preparados a partir de alimentos que son nutritivos.
- e) **Muchos productos ultraprocesados se promueven y se ofrecen por mecanismos que son engañosos.** Pretendiendo imitar a los alimentos naturales o platos tradicionales, usando aditivos que reproducen aromas, sabores y colores. Por otra parte, a menudo estos productos se publicitan con imágenes y mensajes en la etiqueta o publicidad, para atraer consumidores.
- f) **Muchos productos ultraprocesados crean una falsa impresión de ser saludables.** Mediante la adición de vitaminas sintéticas, minerales y otros compuestos, lo que permite a los fabricantes hacer “alegaciones de salud”, que son falsas.
- g) **La mayoría de estos productos son altamente rentables.** Son producidos por empresas transnacionales y otras grandes corporaciones que operan economías de escala, comprando o manufacturando a precios muy bajos los ingredientes de su composición. Las apreciables ganancias obtenidas son parcialmente invertidas en propaganda y mercadeo con el objetivo de tornar estos productos más atractivos y hasta glamorosos, especialmente para los consumidores vulnerables, como los niños y los jóvenes.

2.3. DEFINICIÓN DE TÉRMINOS

- **Características del consumo de productos procesados comestibles.** Patrón del consumo de productos procesados.
- **Frecuencia de consumo.** Veces que se consume productos procesados en un periodo de tiempo.
- **Horario de consumo.** Es la distribución de tiempo que tiene una persona para consumir sus alimentos.

- **Lugar de consumo.** Espacio específico donde se consumen productos procesados.
- **Motivo de consumo.** Razón para consumir productos procesados.
- **Nivel de consumo.** Son Rangos del consumo de productos procesados.
- **Preferencia de productos.** Elección de un producto procesado comestible.
- **Proporción de consumo.** Porcentaje de la población que consume productos procesados.
- **Tipo de productos procesados comestibles.** Clasificación de los productos procesados comestibles.

2.4. HIPÓTESIS

El nivel de conocimiento se **relaciona inversamente** con el consumo de productos procesados en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública Luis Carranza. Ayacucho, 2016.

2.5. VARIABLES

X. Conocimiento sobre productos procesados comestibles

X₁ Generalidades

X₂ Composición

X₃ Efectos en la salud.

Y. Consumo de productos procesados comestibles

Y₁ Proporción de consumo

Y₂ Tipo de productos procesados comestibles

Y₃ Nivel de consumo

Y₄ Frecuencia de consumo

Y₅ Lugar de consumo

Y₆ Horario de consumo

Y₇ Motivo de consumo

Y₈ Preferencia de productos

Y₉ Número de veces de consumo.

Y₁₀ Día de consumo

2.5.1. DEFINICIÓN CONCEPTUAL

Conocimiento. El conocer es un proceso a través de cual un individuo se hace consciente de su realidad y en éste se presenta un conjunto de representaciones sobre las cuales no existe duda de su veracidad. Además, el conocimiento puede ser entendido de diversas formas: como una contemplación porque conocer es ver; como una asimilación porque es nutrirse y como una creación porque conocer es engendrar.
(15)

Producto procesado. Los productos procesados comestibles son aquellos que contienen, por lo general altos niveles de energía, azúcar, sal, grasas tran-saturadas y/o grasas saturadas, aditivos químicos, colorantes, saborizantes y poca variedad de nutrientes.⁽²⁹⁾

2.5.2. DEFINICIÓN OPERACIONAL

Conocimiento sobre productos procesados. Es la información que disponen los estudiantes acerca de la composición de los alimentos y las bebidas procesadas así como su repercusión en la salud.

Características del consumo de productos procesados comestibles.
Patrón del consumo de productos procesados comestibles.

2.5.3. OPERACIÓN DE VARIABLES

CONOCIMIENTO SOBRE PRODUCTOS PROCESADOS

DIMENSIÓN	INDICADOR	ITEMS	OPCIÓN	ESCALA	VALOR	INSTRUMENTO
Generalidades	Pregunta	¿Qué entiende por productos procesados?	Es la comida chatarra Es la comida con escaso aporte de proteínas Es la comida enlatada Es la comida de preparación instantánea	Ordinal	Inicio (0-2) Proceso (3-5) Logro previsto (6-8) Logro destacado (9-10)	Prueba cognitiva
		¿Cómo se clasifican los alimentos procesados?	Mínimamente procesados, procesados y ultraprocesados Naturales, moderadamente procesados y ultraprocesados Moderadamente procesados, ultraprocesados y superprocesados Naturales y procesados.			
Composición	Pregunta	¿Cuáles son los constituyentes principales de los productos procesados?	Azúcar Sal Grasas trans/grasas saturadas Aditivos químicos (saborizantes, preservantes, etc.) Fibra dietaria Proteínas Vitaminas			
		¿Cuáles son las características básicas de los productos procesados?	Fecha de caducidad prolongada Bajo precio Producto no balanceado Buen sabor y capaz de generar dependencia Todas las anteriores			
		¿Los productos procesados con fortificación de vitaminas y minerales son balanceados?	Si No			
Efectos en la salud	Pregunta	¿Los productos procesados son saludables?	Si No			

	¿Por qué los productos procesados son considerados una imitación del alimento real?	La escasa o nula presencia de los alimentos naturales. Uso de aditivos químicos para asemejar su sabor. Por la publicidad engañosa Todas las anteriores		
	¿Los aditivos químicos (saborizantes, preservantes, etc.) que contienen los productos procesados son inocuos para la salud?	Si No		
	¿Qué problemas de salud genera el consumo regular de los productos procesados?	Exceso de peso Enfermedades cardiovasculares Cáncer Todas las anteriores.		
	¿Los productos procesados con fortificación de vitaminas y minerales son más nutritivos que los alimentos naturales?	Si No		

CARACTERÍSTICAS DEL CONSUMO DE PRODUCTOS PROCESADOS

DIMENSIÓN	INDICADOR	ITEMS	OPCIÓN	ESCALA	VALOR	INSTRUMENTO
Proporción de consumo	Porcentaje	<p>¿En los últimos seis meses ha consumido productos procesados comestibles?</p> <p>¿En los últimos tres meses ha consumido productos procesados comestibles?</p> <p>¿En el último mes ha consumido productos procesados comestibles?</p> <p>¿En la última semana ha consumido productos procesados comestibles?</p> <p>¿Usted consumió productos procesados comestibles ayer?</p> <p>¿Hoy consumió productos procesados comestibles?</p>	<p>a. Sí</p> <p>b. No</p>	Razón	Porcentaje	Cuestionario
Tipo de productos procesados comestibles	Pregunta	¿Qué tipo de productos procesados comestibles consume?	<p>a. Golosinas.</p> <p>b. Snaks</p> <p>c. Hamburguesas</p> <p>d. Pizzas</p> <p>e. gaseosas</p> <p>f. Salchichas</p> <p>g. Pescado enlatado</p> <p>h. Galletas (dulces y saladas)</p> <p>i. Chocolates</p> <p>j. Nuggets de pollo</p> <p>k. Papas fritas</p> <p>l. Refrescos</p> <p>m. Conservas de frutas y verduras</p> <p>n. Tortas</p> <p>o. Donuts</p>	Nominal	<p>a. Golosinas.</p> <p>b. Snaks</p> <p>c. Hamburguesas</p> <p>d. Pizzas</p> <p>e. Gaseosas</p> <p>f. Salchichas</p> <p>g. Pescado enlatado</p> <p>h. Galletas (dulces y saladas)</p> <p>i. Chocolates</p> <p>j. Nuggets de pollo</p> <p>k. Papas fritas</p> <p>l. Refrescos</p> <p>m. Conservas de frutas y verduras</p> <p>n. Tortas</p> <p>o. Donuts</p>	Cuestionario
Nivel de consumo	Puntaje		<p>a. Bajo riesgo.</p> <p>b. Mediano riesgo.</p>		<p>a. Bajo riesgo.</p> <p>b. Mediano riesgo.</p>	Cuestionario

			c. Alto riesgo.		c. Alto riesgo.	
Frecuencia de consumo	Pregunta	¿Con qué frecuencia consume productos procesados comestibles?	a. Diario b. Interdiario c. Semanal d. Quincenal e. Mensual f. Esporádico	Ordinal	a. Diario b. Interdiario c. Semanal d. Quincenal e. Mensual f. Esporádico	Cuestionario
Lugar de consumo	Pregunta	¿En qué lugares consume productos procesados comestibles?	a. Tienda b. Carretilla c. Cafetín d. Hogar e. Restaurant de comida rápida f. Centro de trabajo	Nominal	a. Tienda b. Carretilla c. Cafetín d. Hogar e. Restaurant de comida rápida f. Centro de trabajo	Cuestionario
Horario de consumo	Pregunta	¿En qué horario consume productos procesados comestibles?	a. Mañana b. Media mañana c. Medio día d. Media tarde e. Noche	Ordinal	a. Mañana b. Media mañana c. Medio día d. Media tarde e. Noche	Cuestionario
Motivo de consumo	Pregunta	¿Por qué motivo consume productos procesados comestibles?	a. Para saciar el hambre b. Agradable c. Saludable d. Por costumbre e. Fácil acceso	Nominal	a. Para saciar el hambre b. Agradable c. Saludable d. Por costumbre e. Fácil acceso	Cuestionario
Preferencia de productos	Pregunta	¿Qué productos procesados comestibles prefiere consumir?	a. Dulces b. Salados c. Agrios d. Fríos e. Calientes	Nominal	a. Dulces b. Salados c. Agrios d. Fríos e. Caliente	Cuestionario
Número de veces de consumo en un solo día	Pregunta	¿Cuántas veces al día consume productos procesados comestibles?	a. Una vez b. Dos veces c. Tres veces d. Cuatro veces e. Cinco veces	Intervalo	a. Una vez b. Dos veces c. Tres veces d. Cuatro veces e. Cinco veces	Cuestionario

Lugares de adquisición	Pregunta	¿De dónde adquiere los productos procesados comestibles?	<ul style="list-style-type: none"> a. Tienda b. Minimarket c. Carretillas d. Hogar 	Nominal	<ul style="list-style-type: none"> a. Tienda b. Minimarket c. Carretillas d. Hogar 	Cuestionario
Día de consumo	Pregunta	¿Qué día de la semana consume productos procesados comestible?	<ul style="list-style-type: none"> a. Lunes b. Martes. c. Miércoles. d. Jueves. e. Viernes. f. Sábado. g. Domingo. h. Todos los días. 	Nominal	<ul style="list-style-type: none"> a. Lunes. b. Martes. c. Miércoles. d. Jueves. e. Viernes. f. Sábado. g. Domingo. h. Todos los días. 	Cuestionario

CAPÍTULO III

METODOLOGÍA

3.1. TIPO Y NIVEL DE INVESTIGACIÓN

3.1.1. TIPO

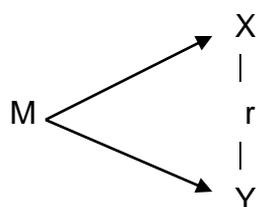
Aplicativo, porque utilizó los enfoques teóricos que sustentan las variables para conocer sus manifestaciones en la realidad.

3.1.2. NIVEL

La presente investigación fue correlacional, porque ha determinado el grado y tipo de correlación entre las variables.

Estos diseños describen el comportamiento de las variables y si éstas co-varían. Este efecto es definido como covarianza.⁽³²⁾

La sistematización gráfica que precisa la determinación de relación entre variables y en un tiempo único es la siguiente:



Donde:

M : Muestra

X : Variable 1 (Conocimiento sobre productos procesados)

Y : Variable 2 (Consumo de productos procesados)

r : Correlación entre variables

3.2. DESCRIPCIÓN DEL ÁMBITO DE LA INVESTIGACIÓN

La Institución Educativa Pública “Luis Carranza”, ubicada en el Jr. Asamblea N^o 339. Cuenta con 2 niveles: primaria y secundaria con una, población total de 1750 (100%) estudiantes matriculados en el año académico 2016.

3.3. POBLACIÓN Y MUESTRA

3.3.1. POBLACIÓN

TEÓRICA

Constituida por 850 (100%) estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública “Luis Carranza”, matriculados en el año 2016.

MUESTREADA

Estuvo constituida por 484 estudiantes, de acuerdo al siguiente criterio.

Criterios	Inclusión	Exclusión
Año	3 ⁰ - 5 ⁰ año	1 ⁰ - 2 ⁰ año

3.3.2. MUESTRA

El tamaño de muestra estuvo constituido por 236 (44.8%) de estudiantes matriculados en la Institución Educativa Pública “Luis Carranza”, entre marzo y abril de 2016, determinada con las siguientes fórmulas:

$$n \geq \frac{Z_{\alpha/2}^2 pq}{e^2}$$

$$nf \geq \frac{n}{1 + \left(\frac{n}{N-1}\right)}$$

Donde:

$Z_{\alpha/2}$: Nivel de confianza al 95% (1,96)

p : Probabilidad de éxito al 50% (0,5).

q : 1-p (0,5).

e : error muestra relativo 5% (0,05)

N : Población (484)

El tipo de muestreo fue no probabilístico intencional.

3.4. TÉCNICA E INSTRUMENTOS PARA LA RECOLECCIÓN DE DATOS

3.4.1. TÉCNICA

Evaluación pedagógica. Procedimiento para evaluar el nivel de conocimiento sobre una temática en particular.

Encuesta. Consiste en la autoadministración de cuestionarios pre-elaborados para acopiar datos sobre las variables.

3.4.2. INSTRUMENTOS

Prueba cognitiva

Autora. Pilar Cueto Aquino.

Lugar. Universidad Alas Peruanas (Ayacucho).

Descripción. Constituida por 10 preguntas cerradas acerca de los productos procesados. Evalúa aspectos referidos a generalidades, composición y efectos en la salud. La respuesta correcta se puntúa con 1 y la incorrecta con 0.

Confiabilidad. En una muestra piloto de 10 estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Pública “Luis Carranza”, aplicando el Coeficiente de Kuder Richardson (0,774).

Validez interna. Mediante la opinión de expertos y participaron los siguientes docentes:

APELLIDOS Y NOMBRES	GRADO/TÍTULO ACADÉMICO	REFERENCIA
Leguía Franco, Wilber	Maestro en Salud Pública	Universidad Alas Peruanas
Córdova Arango, Romeo	Magíster en Gestión Pública	Universidad Alas Peruanas
Bravo Rodríguez, Elvira	Licenciada en Enfermería	Universidad Alas Peruanas
Vásquez León, Walter	Licenciado en Enfermería	Universidad Alas Peruanas
Avilés Osnayo, Judith	Licenciada en Enfermería	Universidad Alas Peruanas

Norma de evaluación. El nivel de conocimiento sobre productos procesados asume las siguientes categorías:

- Inicio (0-2)
- Proceso (3-5)
- Logro previsto (6-8)
- Logro destacado (9-10)

Cuestionario

Autora. Andíela Cisneros ⁽³³⁾

Lugar. Universidad Alas Peruanas (Ayacucho)

Adaptación. Pilar cueto Aquino

Descripción. Constituida por dos bloques: datos generales y específicos. Los datos específicos están referidos al consumo de productos procesados mediante preguntas cerradas.

Confiabilidad. En una muestra piloto de 10 estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Pública “Luis Carranza”, aplicando el Coeficiente Alpha de Cronbach (0,866).

Validez interna. Con el juicio de expertos y participaron los siguientes docentes:

APELLIDOS Y NOMBRES	GRADO/TÍTULO ACADÉMICO	REFERENCIA
Leguía Franco, Wilber	Maestro en Salud Pública	Universidad Alas Peruanas
Córdova Arango, Romeo	Magíster en Gestión Pública	Universidad Alas Peruanas
Bravo Rodríguez, Elvira	Licenciada en Enfermería	Universidad Alas Peruanas
Vásquez León, Walter	Licenciado en Enfermería	Universidad Alas Peruanas
Avilés Osnayo, Judith	Licenciada en Enfermería	Universidad Alas Peruanas

Norma de evaluación. El nivel de consumo fue determinado del siguiente modo:

Dimensión	Opción	Índice	Valor
Número de productos procesados consumidos	Ninguno	0 puntos	No consume (0) Bajo (1-3) Moderado (4-6) Alto (7-9)
	1-5	1 punto	
	6-10	2 puntos	
	11-15	3 puntos	
Frecuencia de consumo	No consume	0 puntos	
	Esporádico	1 punto	
	Quincenal-mensual	2 puntos	
	Diario-semanal	3 puntos	
Número de veces de consumo de productos en un solo día	No consume	0 puntos	
	1 vez	1 punto	
	2-3 veces	2 puntos	
	4-5 veces	3 puntos	

3.5. TRATAMIENTO ESTADÍSTICO

Los datos fueron procesados con el Software IBM – SPSS versión 23,0; con el que se construyeron los cuadros y gráficos estadísticos de acuerdo a la naturaleza de las variables. A nivel descriptivo, se realizó el cálculo de las proporciones. Para el nivel inferencial se utilizó el Coeficiente de Correlación “Rho” de Spearman con un nivel de confianza al 95%. Este coeficiente está diseñado para el cálculo de la correlación entre dos variables de escala ordinal.

3.6. PROCEDIMIENTO DE CONTRASTE DE HIPÓTESIS

El contraste de la hipótesis fue determinado con el valor del coeficiente de correlación “Rho” de Spearman y su respectiva significancia estadística.

CAPÍTULO IV
RESULTADOS

4.1. DESCRIPCIÓN DE RESULTADOS

CUADRO N°. 01

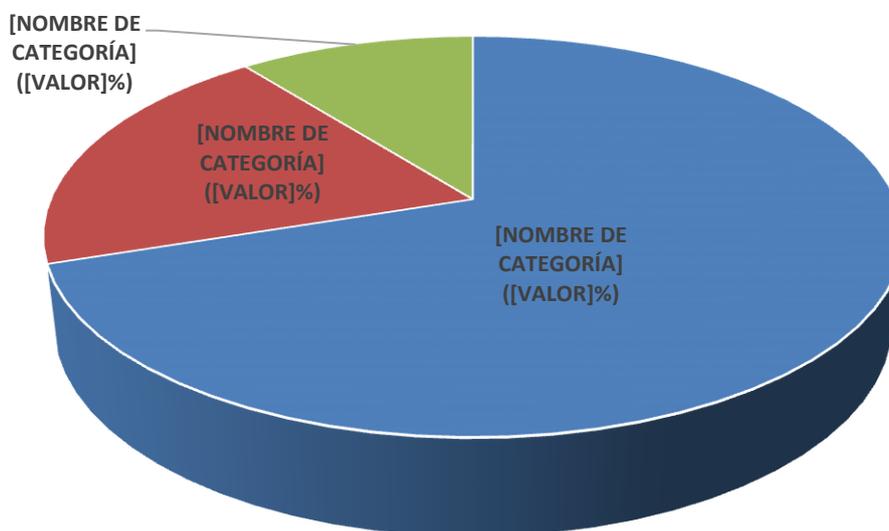
CONOCIMIENTO SOBRE PRODUCTOS PROCESADOS EN ESTUDIANTES DE LA I.E.P. "LUIS CARRANZA". AYACUCHO, 2016.

Consumo de productos procesados	N°.	%
Inicio	165	69,9
Proceso	46	19,5
Logro previsto	25	10,6
Logro destacado	0	0,0
Total	236	100.0

Fuente. Instrumentos aplicados.

GRÁFICO N°. 01

CONOCIMIENTO SOBRE PRODUCTOS PROCESADOS EN ESTUDIANTES DE LA I.E.P. "LUIS CARRANZA". AYACUCHO, 2016.



Fuente. Cuadro 01.

Entre los estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Pública “Luis Carranza” el 69.9% presentan un nivel de conocimiento en inicio sobre productos procesados, 19.5% en proceso y 10.6% en logro previsto. Es decir, 9 de cada 10 estudiantes no poseen los conocimientos básicos sobre los productos procesados para asumir una actitud y conducta informada frente a ellos.

CUADRO N°. 02

PROPORCIÓN DE ESTUDIANTES QUE CONSUMEN PRODUCTOS PROCESADOS EN LA I.E.P. "LUIS CARRANZA". AYACUCHO, 2016.

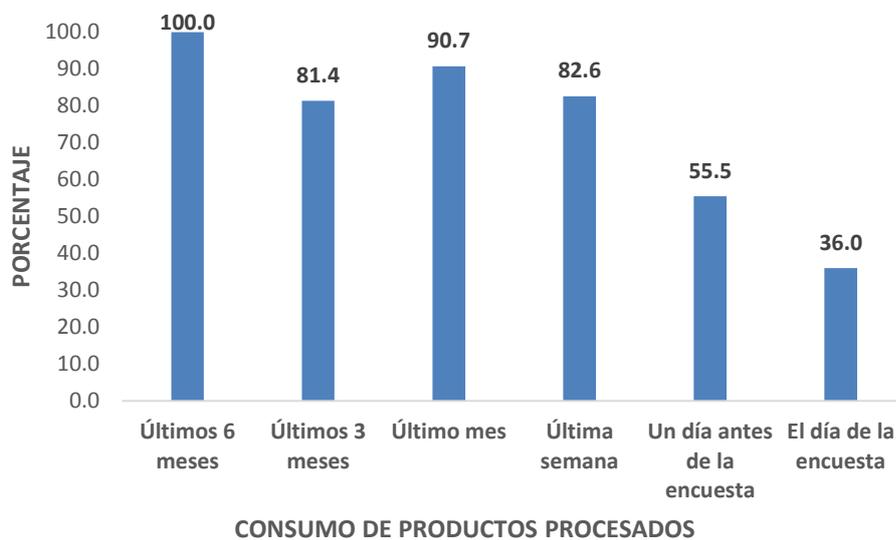
Consumo de productos procesados	N°.	%
Últimos 6 meses	236	100.0
Últimos 3 meses	192	81.4
Último mes	214	90.7
Última semana	195	82.6
Un día antes de la encuesta	131	55.5
El día de la encuesta	85	36.0
Total	236	100.0

Fuente. Instrumentos aplicados.

Nota aclaratoria. Distribución de respuestas múltiples.

GRÁFICO N°. 02

PROPORCIÓN DE ESTUDIANTES QUE CONSUMEN PRODUCTOS PROCESADOS EN LA I.E.P. "LUIS CARRANZA". AYACUCHO, 2016.



Fuente. Cuadro 02.

El 100% de estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Pública “Luis Carranza” consumieron productos procesados en los últimos seis meses, el 81.4% en los últimos tres meses, el 90.7% en el último mes, el 82.6% en la última semana, el 55.5% un día antes de la encuesta y el 36% el día de la encuesta. Es decir, todos los estudiantes consumieron productos procesados en el último semestre (con alguna frecuencia).

CUADRO N°. 03

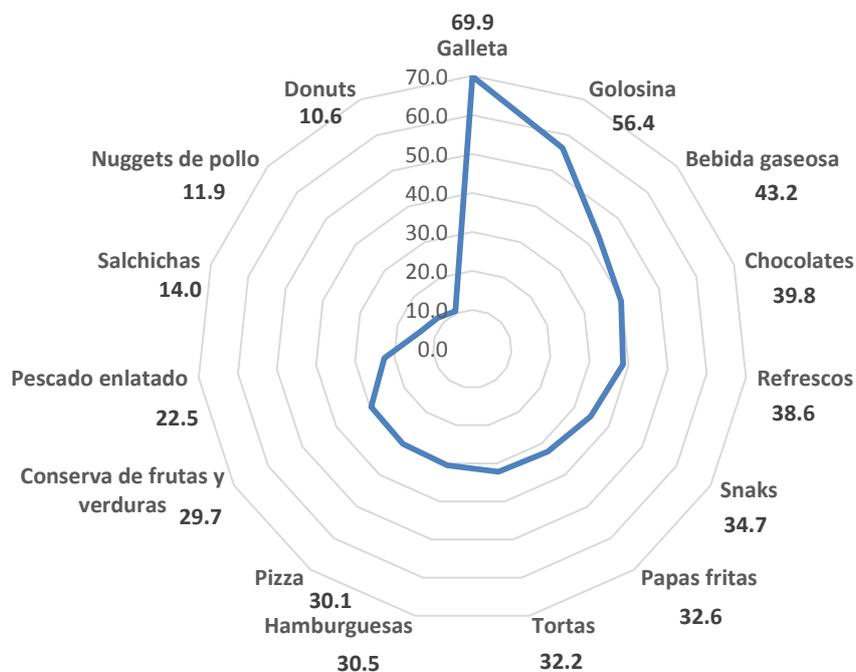
TIPO DE PRODUCTOS PROCESADOS QUE CONSUMEN LOS ESTUDIANTES DE LA I.E.P. "LUIS CARRANZA". AYACUCHO, 2016.

Tipo de productos procesados	N°.	%
Galleta	165	69.9
Golosina	133	56.4
Bebida gaseosa	102	43.2
Chocolates	94	39.8
Refrescos	91	38.6
Snaks	82	34.7
Papas fritas	77	32.6
Tortas	76	32.2
Hamburguesas	72	30.5
Pizza	71	30.1
Conserva de frutas y verduras	70	29.7
Pescado enlatado	53	22.5
Salchichas	33	14.0
Nuggets de pollo	28	11.9
Donuts	25	10.6
Total	236	100.0

Fuente. Instrumentos aplicados.

GRÁFICO N°. 03

TIPO DE PRODUCTOS PROCESADOS QUE CONSUMEN LOS ESTUDIANTES DE LA I.E.P. "LUIS CARRANZA". AYACUCHO, 2016.



Fuente. Cuadro 03.

El 69.9% de estudiantes consumen galletas, 56.4% golosinas, 43.2% bebidas gaseosas y en menor porcentaje otros productos. Vale decir, 7 de cada 10 estudiantes consumen galletas y 6 de cada 10 golosinas.

CUADRO N° 04

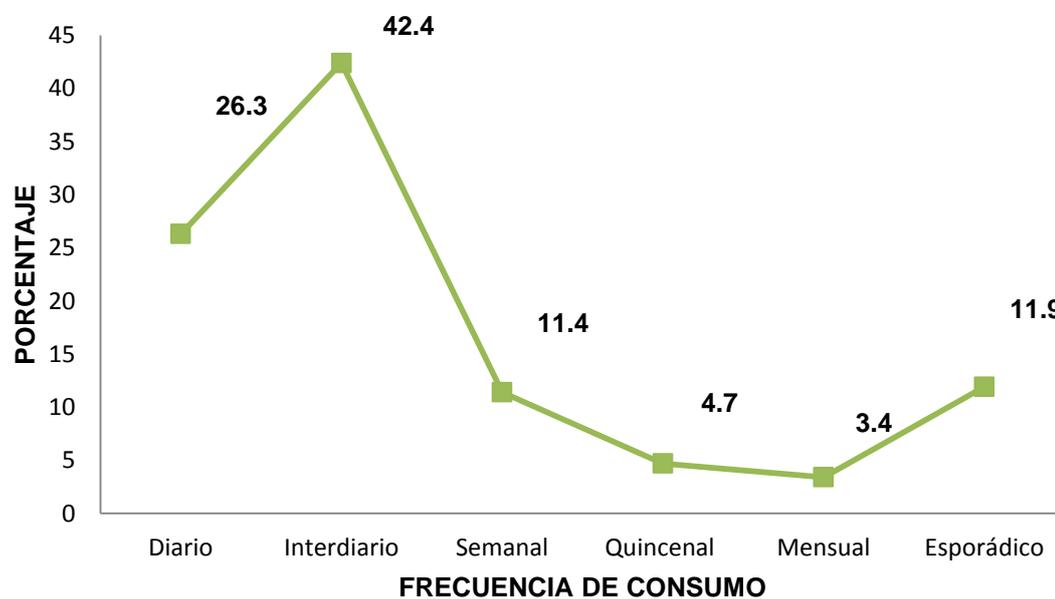
FRECUENCIA DE CONSUMO DE PRODUCTOS PROCESADOS EN ESTUDIANTES DE LA I.E.P. "LUIS CARRANZA". AYACUCHO, 2016.

Frecuencia de consumo	N°.	%
Diario	62	26.3
Interdiario	100	42.4
Semanal	27	11.4
Quincenal	11	4.7
Mensual	8	3.4
Esporádico	28	11.8
Total	236	100.0

Fuente. Instrumentos aplicados.

GRÁFICO N° 04

FRECUENCIA DE CONSUMO DE PRODUCTOS PROCESADOS EN ESTUDIANTES DE LA I.E.P. "LUIS CARRANZA". AYACUCHO, 2016.



Fuente. Cuadro 04.

El 68.7% de estudiantes consumen productos procesados con una frecuencia entre diaria (26,3%) e interdiaria (42,4%). Indicando que 6 de cada 10 estudiantes consumen estos productos al menos una vez cada dos días.

CUADRO N°. 05

LUGARES DE CONSUMO DE PRODUCTOS PROCESADOS EN ESTUDIANTES DE LA I.E.P. "LUIS CARRANZA". AYACUCHO, 2016.

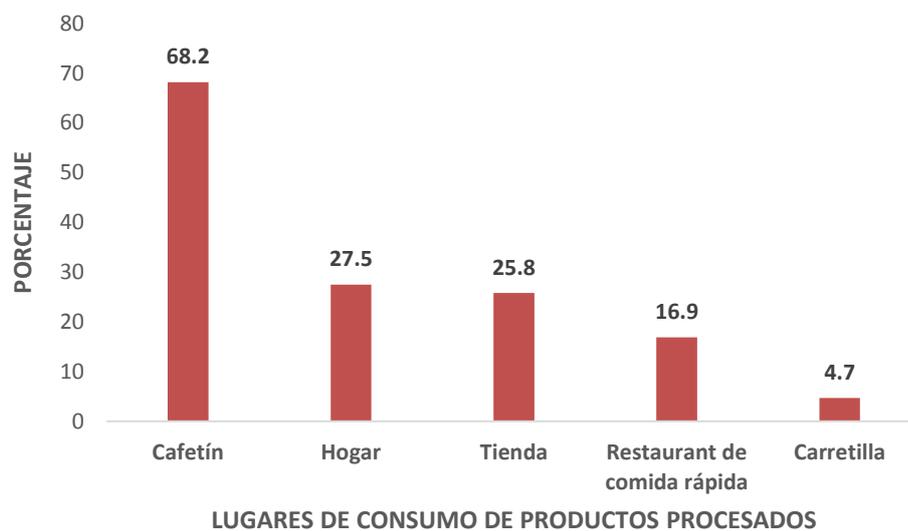
Lugar de consumo	N°.	%
Cafetín	161	68.2
Hogar	65	27.5
Tienda	61	25.8
Restaurant de comida rápida	40	16.9
Carretilla	11	4.7
Total	236	100.0

Fuente. Instrumentos aplicados.

Nota aclaratoria. Distribución de respuestas múltiples.

GRÁFICO N°. 05

LUGARES DE CONSUMO DE PRODUCTOS PROCESADOS EN ESTUDIANTES DE LA I.E.P. "LUIS CARRANZA". AYACUCHO, 2016.



Fuente. Cuadro 05.

El 68.2% de estudiantes consumen productos procesados en el cafetín y 27.5% en el hogar. Significa que el consumo de estos productos, en el hogar, caracteriza a 3 de cada 10 estudiantes.

CUADRO N°. 06

HORARIO DE CONSUMO DE PRODUCTOS PROCESADOS EN ESTUDIANTES DE LA I.E.P. "LUIS CARRANZA". AYACUCHO, 2016.

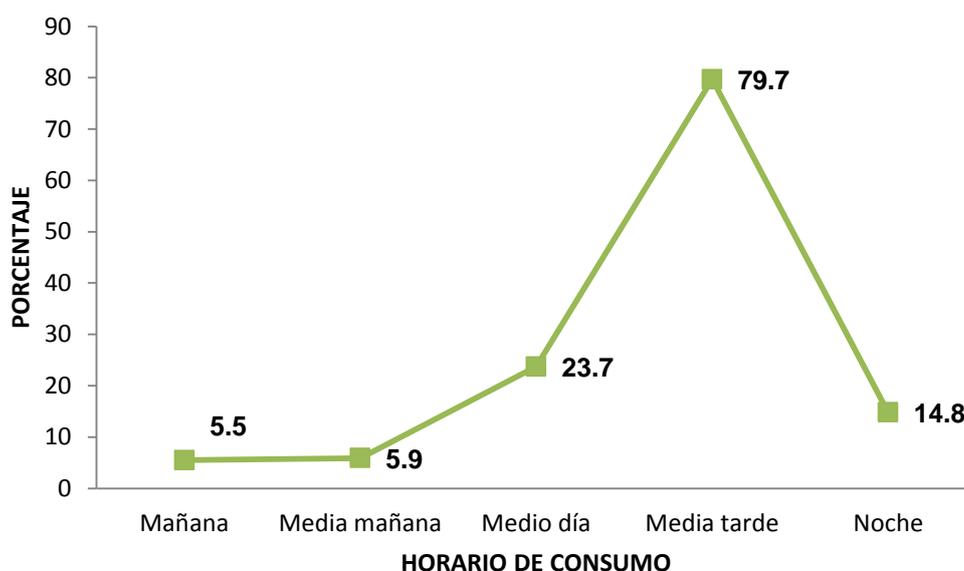
Horario de consumo	N°.	%
Mañana	13	5.5
Media mañana	14	5.9
Medio día	56	23.7
Media tarde	188	79.7
Noche	35	14.8
Total	236	100.0

Fuente. Instrumentos aplicados.

Nota aclaratoria. Distribución de respuestas múltiples.

GRÁFICO N°. 06

HORARIO DE CONSUMO DE PRODUCTOS PROCESADOS EN ESTUDIANTES DE LA I.E.P. "LUIS CARRANZA". AYACUCHO, 2016.



Fuente. Cuadro 06.

El 79.7% de estudiantes refieren consumir productos procesados a media tarde y 23.7% a medio día. Por lo cual, 7 de cada 10 estudiantes consumen estos productos entre las 3 y 5 de la tarde.

CUADRO N°. 07

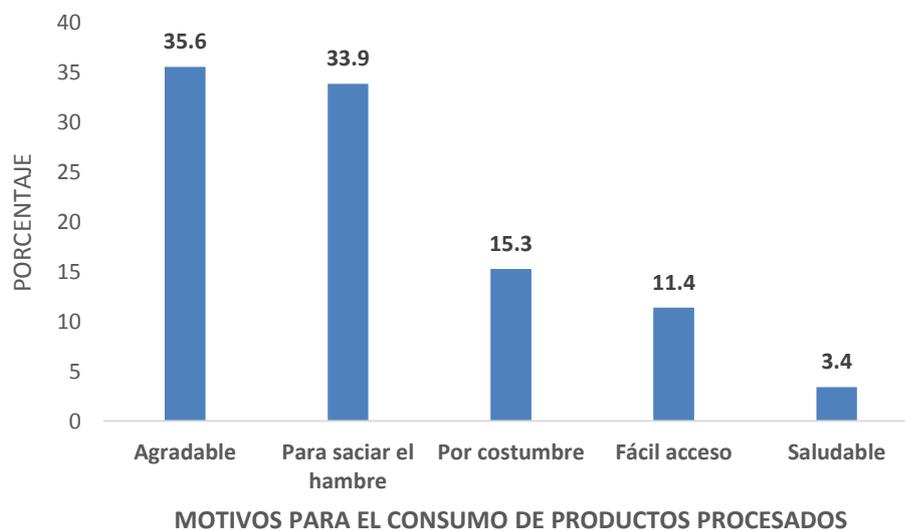
MOTIVOS PARA EL CONSUMO DE PRODUCTOS PROCESADOS EN ESTUDIANTES DE LA I.E.P. "LUIS CARRANZA". AYACUCHO, 2016.

Motivos para el consume de productos procesados	N°.	%
Agradable	84	35.6
Para saciar el hambre	80	33.9
Por costumbre	36	15.3
Fácil acceso	27	11.4
Saludable	8	3.4
Total	236	100.0

Fuente. Instrumentos aplicados.

GRÁFICO N°. 07

MOTIVOS PARA EL CONSUMO DE PRODUCTOS PROCESADOS EN ESTUDIANTES DE LA I.E.P. "LUIS CARRANZA". AYACUCHO, 2016.



Fuente. Cuadro 07.

El 35.6% de estudiantes señalan que consumen productos procesados porque es agradable y 33.9% para saciar el hambre. Por lo cual, 3 de cada 10 no consumen la cantidad apropiada de los principales alimentos lo que les genera hambre.

CUADRO N°. 08

PREFERENCIA DE PRODUCTOS PROCESADOS EN ESTUDIANTES DE LA I.E.P. "LUIS CARRANZA". AYACUCHO, 2016.

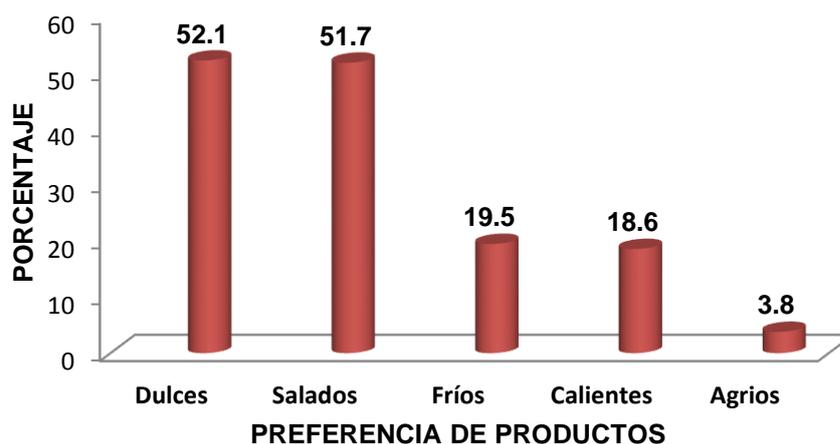
Preferencia de productos	N°.	%
Dulces	123	52.1
Salados	122	51.7
Fríos	46	19.5
Calientes	44	18.6
Agrios	9	3.8
Total	236	100.0

Fuente. Instrumentos aplicados.

Nota aclaratoria. Distribución de respuestas múltiples.

GRÁFICO N°. 08

PREFERENCIA DE PRODUCTOS PROCESADOS EN ESTUDIANTES DE LA I.E.P. "LUIS CARRANZA". AYACUCHO, 2016.



Fuente. Cuadro 08.

El 52.1% de estudiantes prefieren consumir productos procesados dulces y 51.7% salados. Por lo que se puede apreciar que 5 de cada 10 estudiantes optan por el consumo de productos entre dulces y salados.

CUADRO N°. 09

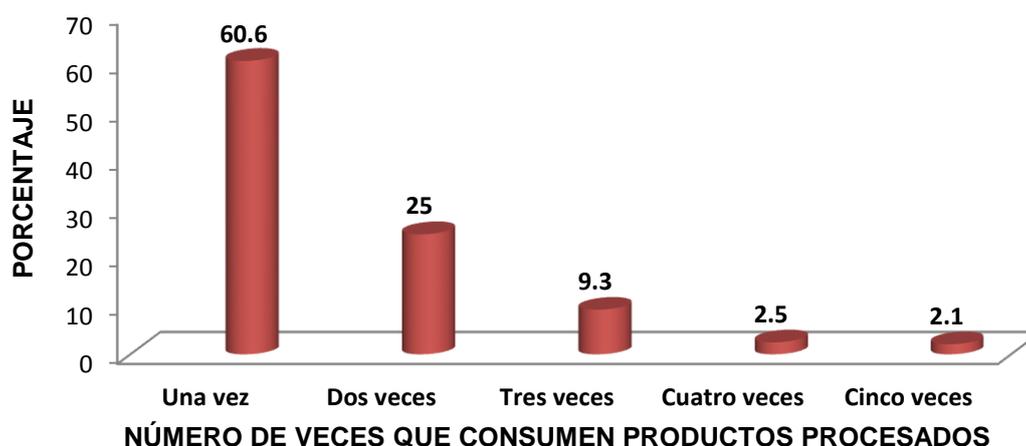
NÚMERO DE VECES QUE CONSUMEN PRODUCTOS PROCESADOS POR DÍA LOS ESTUDIANTES DE LA I.E.P. "LUIS CARRANZA". AYACUCHO, 2016.

Número de veces que consumen productos procesados	N°.	%
Una vez	143	60.6
Dos veces	59	25.0
Tres veces	22	9.3
Cuatro veces	6	2.5
Cinco veces	5	2.1
Total	236	100.0

Fuente. Instrumentos aplicados.

GRÁFICO N°. 09

NÚMERO DE VECES QUE CONSUMEN PRODUCTOS PROCESADOS POR DÍA LOS ESTUDIANTES DE LA I.E.P. "LUIS CARRANZA". AYACUCHO, 2016.



Fuente. Cuadro 09.

El 60.6% de estudiantes consumen productos procesados una sola vez por día; mientras que el 25% dos veces al día. Se observa que, 6 de cada 10 estudiantes consumen estos productos una sola vez por día.

CUADRO N°. 10

DÍAS DE LA SEMANA QUE CONSUMEN PRODUCTOS PROCESADOS LOS ESTUDIANTES DE LA I.E.P. “LUIS CARRANZA”. AYACUCHO, 2016.

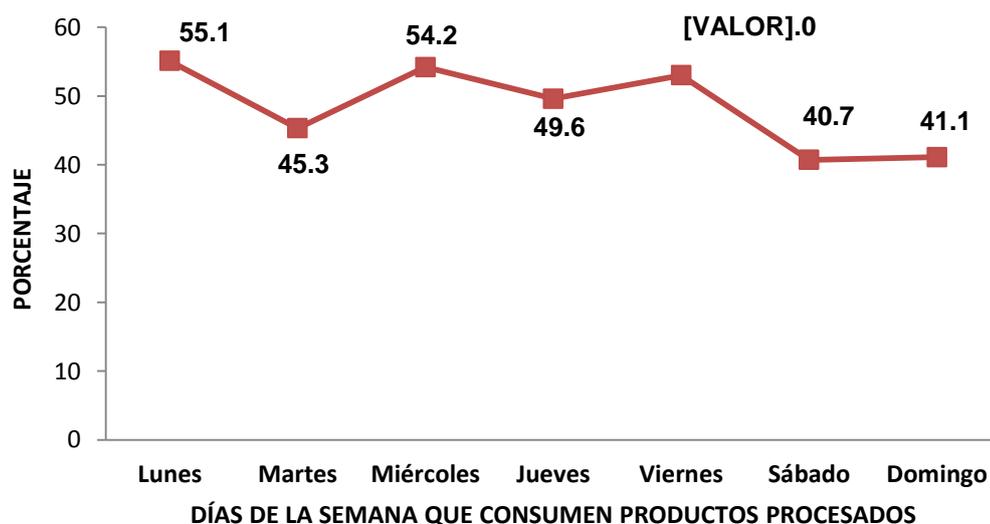
Día de consumo	N°.	%
Lunes	130	55.1
Martes	107	45.3
Miércoles	128	54.2
Jueves	117	49.6
Viernes	125	53.0
Sábado	96	40.7
Domingo	97	41.1
Total	236	100.0

Fuente. Instrumentos aplicados.

Nota aclaratoria. Distribución de respuestas múltiples.

GRÁFICO N°. 10

DÍAS DE LA SEMANA QUE CONSUMEN PRODUCTOS PROCESADOS LOS ESTUDIANTES DE LA I.E.P. “LUIS CARRANZA”. AYACUCHO, 2016.



Fuente. Cuadro 10.

El día de la semana preferido para el consumo de productos procesados comestibles es el lunes con 55.1%. Es decir, 6 de cada 10 estudiantes invierten la propina del lunes para consumir estos productos.

CUADRO N°. 11

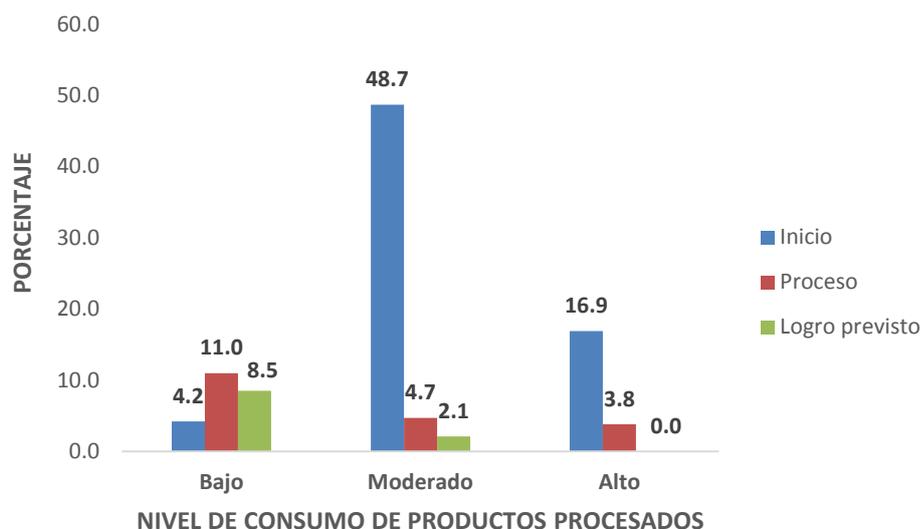
NIVEL DE CONOCIMIENTO SEGÚN NIVEL DE CONSUMO DE PRODUCTOS PROCESADOS EN ESTUDIANTES DE LA I.E.P. “LUIS CARRANZA”. AYACUCHO, 2016.

Nivel de conocimiento sobre productos procesados	Consumo de productos procesados						Total	
	Bajo		Moderado		Alto			
	N°.	%	N°.	%	N°.	%	N°.	%
Inicio	10	4.2	115	48.7	40	16.9	165	69.9
Proceso	26	11.0	11	4.7	9	3.8	46	19.5
Logro previsto	20	8.5	5	2.1	0	0.0	25	10.6
Total	56	23.7	131	55.5	49	20.8	236	100.0

Fuente. Instrumentos aplicados.

GRÁFICO N°. 11

NIVEL DE CONOCIMIENTO SEGÚN NIVEL DE CONSUMO DE PRODUCTOS PROCESADOS EN ESTUDIANTES DE LA I.E.P. “LUIS CARRANZA”. AYACUCHO, 2016.



Fuente. Cuadro 11.

Del 69,9% de estudiantes con un nivel de conocimiento en inicio, predominó en 48.7% el consumo moderado de estos productos. Del 10.6% de estudiantes con un nivel de conocimiento en logro previsto, predominó en 8.5% el bajo consumo de estos productos.

4.2. PRUEBA DE HIPÓTESIS

El nivel de conocimiento se relaciona inversamente con el consumo de productos procesados en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública Luis Carranza. Ayacucho, 2016.

Rho de Spearman		Consumo de productos procesados
Nivel de conocimiento	Coeficiente de correlación	-0,623
	Sig. (unilateral)	0,000
	N	236

$$H_o : r_s = 0$$

$$H_i : r_s < 0$$

$$H_a : r_s > 0$$

El valor negativo del Coeficiente de Correlación “Rho” de Spearman con una significancia (0,000) menor que el valor crítico ($\alpha = 0,05$), es evidencia estadística suficiente para rechazar la hipótesis nula y dar por válida a la hipótesis de investigación porque el nivel de conocimiento se relaciona inversa y significativamente con el consumo de productos procesados ($r_s = -0,623$; $p = 0,000$). Es decir, a menor conocimiento es mayor el consumo de estos productos.

CAPÍTULO IV

DISCUSIÓN

Una alimentación saludable es una alimentación variada, preferentemente en estado natural o con procesamiento mínimo, que aporta energía y todos los nutrientes esenciales que cada persona necesita para mantenerse sana, permitiéndole tener una mejor calidad de vida en todas las edades. ⁽³⁴⁾

La presente investigación trata sobre la relación entre el nivel de conocimiento y el consumo de productos procesados en una muestra de 236 estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública Luis Carranza.

Entre los estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Pública “Luis Carranza” el 69.9% presentan un nivel de conocimiento en inicio sobre productos procesados, 19.5% en proceso y 10.6% en logro previsto.

El mayor porcentaje de estudiantes del nivel secundario desconocen aspectos elementales de los productos procesados, porque la publicidad de muchos de estos productos aparenta inocuidad al punto de adicionar en su composición vitaminas y minerales.

Al respecto Peña ⁽²⁰⁾ señala: “Muchos productos ultraprocesados crean una falsa impresión de ser saludables mediante la adición de vitaminas sintéticas, minerales y otros compuestos, lo que permite a los fabricantes hacer ‘alegaciones de salud’, que son falsas”.

De ahí, la necesidad de informar a los escolares de todos los niveles educativos sobre la composición de estos productos y los efectos que tienen sobre la salud de consumirlos regularmente.

En conclusión, 9 de cada 10 estudiantes no poseen los conocimientos básicos sobre los productos procesados para asumir una actitud y conducta informada frente a ellos.

El 100% de estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Pública “Luis Carranza” consumieron productos procesados en los últimos seis meses, el 81.4% en los últimos tres meses, el 90.7% en el último mes, el 82.6% en la

última semana, el 55.5% un día antes de la encuesta y el 36% el día de la encuesta. Es decir, todos los estudiantes consumieron productos procesados en el último semestre (con alguna frecuencia).

Todos los estudiantes del nivel secundario consumen, con alguna frecuencia, productos procesados. Este hallazgo refleja la aceptación social de estos productos sin considerar el riesgo que conlleva para la salud, por tratarse de ingredientes industriales que normalmente contienen poco o ningún alimento natural como bien lo caracteriza Peña. ⁽²⁰⁾

El mismo autor señala los productos procesados pueden crear hábitos de consumo y adicción: “Sus ingredientes y formulación son susceptibles de trastornar los procesos endógenos del sistema digestivo y del cerebro que controlan la saciedad y el apetito”.

El 69.9% de estudiantes consumen galletas, 56.4% golosinas, 43.2% bebidas gaseosas y en menor porcentaje otros productos.

Las galletas son los productos procesados más consumidos por los estudiantes del nivel secundario, a manera de refrigerio, con un aporte significativo en calorías y grasas. La composición por 100 gramos de este producto es la siguiente: ⁽³⁵⁾

Producto	Energía (Kcal)	Proteínas (g)	Grasa total	Fibra dietaria (g)	Cenizas (g)
Galleta soda (salada)	433	10.1	14.7	3	2.4
Galleta vainilla (dulce)	434	6	12.7	1.1	1.6
Coca Cola	39	0	0	0	0
Inka Kola	41	0	0	0	0
Chocolate con azúcar	248	3,8	16,8	0	1,2

Los ácidos grasos, carbohidratos y otros ingredientes que forman parte de su composición las hacen apetecibles con la posibilidad de generar habituación. Por esta razón, es recomendable la moderación en su consumo por la posibilidad de generar sobrepeso u obesidad.

En conclusión, 7 de cada 10 estudiantes consumen galletas y 6 de cada 10 golosinas.

El 68.7% de estudiantes consumen productos procesados con una frecuencia entre diaria (26,3%) e interdiaria (42,4%).

Los estudiantes del nivel secundario exhiben habituación en el consumo de productos procesados porque el 80,4% acceden a ellos al menos una vez por semana.

Según Peña ⁽²⁰⁾, la mayoría de estos productos a pesar de tener bajo precio son altamente rentables para las empresas que las producen. Las apreciables ganancias obtenidas son parcialmente invertidas en propaganda y mercadeo con el objetivo de tornar estos productos más atractivos y hasta glamorosos, especialmente para los consumidores vulnerables, como los niños y los jóvenes.

En conclusión, 6 de cada 10 estudiantes consumen estos productos al menos una vez cada dos días.

El 68.2% de estudiantes consumen productos procesados en el cafetín y 27.5% en el hogar.

La conducta alimentaria hace referencia al conjunto de acciones que relacionan al hombre con los alimentos y que se adquieren a través de la experiencia directa en el entorno familiar y social, por la imitación de modelos, la disponibilidad de alimentos, el estatus social, los simbolismos afectivos y las tradiciones culturales. ⁽²⁶⁾

El consumo de productos procesados se inicia casi exclusivamente en el hogar, por la publicidad engañosa que ejercen los medios de comunicación y su capacidad persuasiva en familias con escaso conocimiento sobre estos productos, situación que garantiza su consumo en otros espacios como la escuela y comunidad.

Artículo octavo de la Ley de promoción de la alimentación saludable para niños, niñas y adolescentes, referida a la publicidad de alimentos y bebidas no alcohólicas señala que la publicidad que esté dirigida a niños, niñas y adolescentes menores de 16 años y que se difunda por cualquier soporte o medio de comunicación social debe estar acorde a las políticas de promoción de la salud, no debiendo: ⁽³⁴⁾

- a) Incentivar el consumo inmoderado de alimentos y bebidas no alcohólicas, con grasas trans, alto contenido de azúcar, sodio y grasas saturadas, conforme a lo establecido en la presente Ley.
- b) Mostrar porciones no apropiadas a la situación presentada ni a la edad del público al cual está dirigida.
- c) Usar argumentos o técnicas que exploten la ingenuidad de los niños, niñas y adolescentes, de manera tal que puedan confundirlos o inducirlos a error respecto de los beneficios nutricionales del producto anunciado.
- d) Generar expectativas referidas a que su ingesta proporcione sensación de superioridad o que su falta de ingesta se perciba como una situación de inferioridad.
- e) Indicar como beneficios de su ingesta la obtención de fuerza, ganancia o pérdida de peso, adquisición de estatus o popularidad.
- f) Representar estereotipos sociales o que originen prejuicios o cualquier tipo de discriminación, vinculados con su ingesta.
- g) Crear una sensación de urgencia o dependencia por adquirir el alimento o la bebida no alcohólica, ni generar un sentimiento de inmediatez o exclusividad
- h) Sugerir que un padre o un adulto es más inteligente o más generoso por adquirir el alimento o bebida que el que no lo hace; tampoco hacer referencia a los sentimientos de afecto de los padres hacia sus hijos por la adquisición o no del producto.

- i) Promover la entrega de regalo, premio o cualquier otro beneficio destinado a fomentar la adquisición o el consumo de alimentos o bebidas no alcohólicas.
- j) Utilizar testimonios de personajes reales o ficticios conocidos o admirados por los niños y adolescentes para inducir a su consumo.
- k) Establecer sugerencias referidas a que se puede sustituir el régimen de alimentación o nutrición diaria de comidas principales, como el desayuno, el almuerzo o la cena.
- l) Alentar ni justificar el comer o beber de forma inmoderada, excesiva o compulsiva.
- m) Mostrar imágenes de productos naturales si estos no lo son.

El mayor porcentaje de estudiantes consumen estos productos en cafetín de la institución educativa a pesar de la normativa vigente de expender alimentos saludables.

La Resolución Ministerial N° 908-2012/MINSA en su artículo primero resuelve aprobar la lista de alimentos saludables recomendados para su expendio en los Quioscos Escolares de las Instituciones Educativas. Los alimentos deben ser preparados en ambientes que reúnan las condiciones sanitarias que establezca la autoridad competente, así también se deberá desarrollar las buenas prácticas de manipulación, limpieza y desinfección a fin de asegurar su calidad sanitaria. Las preparaciones deben realizarse en el día y ser consumidas de inmediato. Los productos industrializados deberán contar con registro sanitario y fecha de vencimiento vigente, además de la información consignada en el rotulado. ⁽³⁶⁾

En conclusión, el consumo de estos productos en el hogar caracteriza a 3 de cada 10 estudiantes.

El 79.7% de estudiantes refieren consumir productos procesados a media tarde y 23.7% a medio día.

Toda hora es propicia para consumir productos procesados según la conducta que exhiben los estudiantes del nivel secundario. Preferentemente consumen estos productos a media tarde como refrigerio o a medio día “como un espacio de compartir” en las instalaciones de la institución educativa. Significa que el personal docente y administrativo no supervisa el expendio de productos procesados en el cafetín (quiosco escolar) y menos a sus alrededores donde se evidencia el comercio ambulatorio.

En conclusión, 7 de cada 10 estudiantes consumen estos productos entre las 3 y 5 de la tarde.

El 35.6% de estudiantes señalan que consumen productos procesados porque es agradable y 33.9% para saciar el hambre.

Según Peña ⁽²⁰⁾, los productos comestibles listos para el consumo: procesados y altamente procesados (ultra procesados) son por lo general muy duraderos, agradables al paladar y están listos para consumirse.

Los productos procesados tienen como finalidad garantizar su consumo y generar alta rentabilidad a las empresas productoras. Por esta razón, se asegura que sean agradables, apetecibles y generen cierto grado de dependencia. Por otro lado, por su bajo costo y fácil accesibilidad son los productos que están a la mano para saciar el hambre.

En conclusión, 3 de cada 10 no consumen la cantidad apropiada de los principales alimentos lo que les genera hambre.

El 52.1% de estudiantes prefieren consumir productos procesados dulces y 51.7% salados.

Para Peña ⁽²⁰⁾, los productos procesados son nutricionalmente desequilibrados: En general poseen altas concentraciones de grasas saturadas y/o “trans”, azúcar, sal y escasos en fibra dietética y otros compuestos bioactivos.

Los productos procesados dulces y salados son los más preferidos por los estudiantes del nivel secundario y tienen correlato con el mayor volumen de

productos con estas características, las que además propician el consumo de bebidas gaseosas o de otro tipo.

En conclusión, 5 de cada 10 estudiantes optan por el consumo de productos entre dulces y salados.

El 60.6% de estudiantes consumen productos procesados una sola vez por día; mientras que el 25% dos veces al día. Es decir, el 39,4% consumen estos productos más de una vez al día, inclusive reemplazando a una o más comidas principales.

De acuerdo con Peña ⁽²⁰⁾, los productos procesados presentan alta densidad energética lo que podría aplacar la sensación de hambre. Por otro lado, son fáciles de consumir y pueden fácilmente desplazar comidas y platos preparados a partir de alimentos que son nutritivos.

En conclusión, 6 de cada 10 estudiantes consumen estos productos una sola vez por día.

El día de la semana preferido para el consumo de productos procesados comestibles es el lunes con 55.1%.

Cada lunes es mayor la ingesta de productos procesados, primer día lectivo de la semana en que los padres de familia acostumbran dar propinas a sus hijos y quienes invierten en la adquisición de estos productos perjudiciales para su salud. Muchos de estos productos contienen aditivos desconocidos o de uso controversial.

Es decir, 6 de cada 10 estudiantes invierten la propina del lunes para consumir estos productos.

Del 69,9% de estudiantes con un nivel de conocimiento en inicio, predominó en 48.7% el consumo moderado de estos productos. Del 10.6% de estudiantes con un nivel de conocimiento en logro previsto, predominó en 8.5% el bajo consumo de estos productos.

Los estudiantes del nivel secundario con un escaso nivel de conocimiento sobre los productos procesados consumen con mayor frecuencia e intensidad estos productos, lo que nos demuestra la desinformación que existe sobre este aspecto.

Los encargados de promover la educación nutricional es el Ministerio de Educación y Salud en los ámbitos de su competencia, incorporando en el diseño curricular nacional los programas de promoción de hábitos alimentarios, realizando campañas, charlas informativas, acciones de difusión, y promoción de la alimentación saludable.⁽³⁴⁾

En conclusión, el nivel de conocimiento se relaciona inversa y significativamente con el consumo de productos procesados ($r_s = -0,623$; $p = 0,000$). Es decir, a menor conocimiento es mayor el consumo de estos productos.

CONCLUSIONES

1. Entre los estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Pública “Luis Carranza” el 69.9% presentan un nivel de conocimiento en inicio sobre productos procesados, 19.5% en proceso y 10.6% en logro previsto.
2. Las características del consumo de productos procesados hace referencia a los siguientes aspectos:
 - El 100% consumieron productos procesados en los últimos seis meses, el 81.4% en los últimos tres meses, el 90.7% en el último mes, el 82.6% en la última semana, el 55.5% un día antes de la encuesta y el 36% el día de la encuesta.
 - El 69.9% consumen galletas, 56.4% golosinas, 43.2% bebidas gaseosas y en menor porcentaje otros productos.
 - El 68.7% consumen productos procesados con una frecuencia entre diaria (26,3%) e interdiaria (42,4%).
 - El 68.2% consumen productos procesados en el cafetín y 27.5% en el hogar.
 - El 79.7% refieren consumir productos procesados a media tarde y 23.7% a medio día.
 - El 35.6% consumen productos procesados porque es agradable y 33.9% para saciar el hambre.
 - El 52.1% prefieren consumir productos procesados dulces y 51.7% salados.
 - El 60.6% de estudiantes consumen productos procesados una sola vez por día; mientras que el 25% dos veces al día.
 - El día de la semana preferido para el consumo de productos procesados comestibles es el lunes con 55.1%.
3. El nivel de conocimiento se relaciona inversa y significativamente con el consumo de productos procesados ($r_s = -0,623$; $p = 0,000$). Es decir, a menor conocimiento es mayor el consumo de estos productos.

RECOMENDACIONES

1. A la Señora Directora de la Institución Educativa Pública “Luis Carranza”, promover el cumplimiento de la Ley N° 30021: “Ley de la promoción de la alimentación saludable para niños, niñas y adolescentes”, en la escuela.
2. A la Señora Directora y Asociación de Padres de Familia, supervisar el expendio de productos en cafetín y gestionar ante el Municipio Provincial de Huamanga, la erradicación del comercio ambulatorio de productos procesados comestibles en áreas contiguas a la institución.
3. A los docentes del área de Ciencia, Tecnología y Ambiente, orientar a los estudiantes sobre el peligro de consumo de productos procesados comestibles, promoviendo la alimentación saludable.
4. A los estudiantes de la Institución Educativa Pública “Luis Carranza”, consumir alimentos saludables para optimizar su buen crecimiento y desarrollo.
5. A los egresados de la Escuela Profesional de Enfermería, continuar con el desarrollo de investigaciones sobre el consumo de productos procesados comestibles empleando diseños experimentales, que permitan disminuir la motivación para su consumo.

REFERENCIA BIBLIOGRÁFICA

- (1) Kaushik J, Narang M, Parakh A. Fast food consumption in children. *Indian, Pediatr.* 2011; 48(2):97-101.
- (2) MSPAS. *Normas de atención en salud integral para primero y segundo nivel.* Guatemala: Unidad de Comunicación Social; 2012.
- (3) OPS: Organización Panamericana de la Salud. *Encuesta global de salud escolar Bolivia 2012.* La Paz: OPS; 2013.
- (4) Castillo C. *Las golosinas en la alimentación infantil.* Revista Chilena de Pediatría; 77 (2):189-193.
- (5) MINSA: Ministerio de Salud. *Encuesta global de salud escolar: resultados Perú 2010.* Lima: MINSA: 2011.
- (6) Zaga L. *Hábitos de consumo de comida rápida en estudiantes de enfermería de la Universidad Alas Peruanas. Ayacucho, 2013.* Tesis de licenciatura. Ayacucho: Universidad Alas Peruanas; 2014.
- (7) Quispe J. *Consumo de productos procesados comestibles e índice de masa corporal en estudiantes de enfermería. Universidad Alas Peruanas, Ayacucho - 2013.* Tesis de licenciatura. Ayacucho: Universidad Alas Peruanas; 2014.
- (8) Chiesa M. *Consumo de comida rápida y obesidad infantil.* Tesis de licenciatura. Uruguay: Universidad de Concepción de Uruguay; 2009.
- (9) Gómez J, Salazar N. *Hábitos alimenticios en estudiantes universitarios de ciencias de la salud de Minatitlán, Ver.* Tesis de licenciatura. México: Universidad Veracruzana; 2010.
- (10) Silvan A. *Hábitos alimenticios en la adolescencia. En alumnos de la Escuela Secundaria Técnica N°88.* Tesis de licenciatura. México: Universidad Veracruzana; 2012.
- (11) Mendoza G. *Influencia de los hábitos alimenticios en el rendimiento escolar de los niños (as) de la Escuela Fiscal Mixta 1 Carlos Matamoros Jara del Cantón Naranjito.* Tesis de maestría. Ecuador: Universidad estatal de Milagro; 2012.
- (12) Lasso J. *Análisis de crecimiento y aceptación de los locales de comida rápida en el sector de la av. Capitán Ramón Borja en el norte de Quito durante los*

- años 2008 y 2009. Tesis de licenciatura. Ecuador: Universidad Tecnológica Israel; 2012.
- (13) Ponte M. *Estilo de vida de los estudiantes de enfermería según año de estudio de la Universidad Nacional Mayor San Marco 2010*. Tesis de licenciatura. Lima: Universidad Nacional Mayor de San Marcos; 2010.
- (14) Roca R. *Factores de riesgos asociados a los trastornos de conducta alimentaria en adolescentes del tercero al quinto grado de educación secundaria del C.E.G.N.E. Federico Froebel. Ayacucho- 2008*. Tesis de licenciatura. Ayacucho: Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga; 2009.
- (15) Martínez A, Ríos F. Los Conceptos de Conocimiento, Epistemología y Paradigma, como Base Diferencial en la Orientación Metodológica del Trabajo de Grado. *Cinta Moebio* 2006; 25 (1): 111- 121.
- (16) Luque J. *El conocimiento*. España: Universidad de Sevilla; 1993.
- (17) Mouriño R, Espinoz P, Moreno L. *El conocimiento científico*. En: Factores de Riesgo en la Comunidad I. México: Facultad de Medicina, UNAM; 1991.
- (18) Elizondo L, Ángel C. *Principios básicos de salud*. México: Editorial Limusa, S.A. de C.V. y Grupo Noriega Editores; 1999.
- (19) Cervera P, Clapés J, Rigolfas R. *Alimentación y dietoterapia (edic.4^{to})*. España: Mc Graw–Hill Interamericana; 2007.
- (20) Peña M. *Clasificación de los alimentos y sus implicaciones en la salud*. Ecuador: OPS; s/f.
- (21) Basulto J, Caorsi L. *Alimentación saludable, ¿qué es?* España; 2013. Disponible en: http://www.consumer.es/web/es/alimentacion/aprender_a_comer_bien/2013/04/26/216544.php.
- (22) Fernández A. *Importancia de la nutrición en el atleta de tercera Generación – Veterano*. España; 2007. Disponible en: <http://www.efdeportes.com/efd58/nutri.htm>.
- (23) Casanueva E. *Nutrología médica*. México: Panamericana; 2001.

- (24) Lopategui E. *Conceptos básicos de nutrición*. Puerto Rico; 2000. Disponible en: <http://www.saludmed.com/Salud/Nutricion/ConcptBa.html>.
- (25) Domínguez P, Olivares S, Santos J. *Influencia familiar sobre la conducta alimentaria y su relación con la obesidad infantil*. *ALAN* 2008; 58 (3):249-255.
- (26) Bell EA, Rolls BJ. Regulación de la ingesta de energía: factores que contribuyen a la obesidad. En: ILSI. *Conocimientos actuales en Nutrición*. Washington DC; *OPS/ILSI*; 2003: 34-43.
- (27) Gavino A, López A. Los comportamientos alimentarios en las etapas de la vida. Barcelona: *Anuario de psicología* 1999; 30 (2): 7-23.
- (28) Donohew L, Sypher HE, Bukoski WJ. *Persuasive Communication and Drug Abuse Prevention*. Nueva Jersey: Lawrence Erlbaum Associates, Hillsdale; 1991.
- (29) Quintana M. *Comida Chatarra” y alimentación saludable: definiciones, composición, diferencias, ventajas, fuentes*. XXII Jornada San Fernandina Estudiantiles. Lima: Universidad Nacional Mayor de San Marcos; s/f.
- (30) MINSA: Ministerio de Salud. *El Ministerio de Salud y la comida chatarra*. Lima: MINSA; 2012.
- (31) Rueda P. *Evaluación del consumo de alimentos procesados de las familias del sector urbano de la ciudad de Ibarra, y desarrollo de una guía alimentaria para selección y compra de alimentos procesados*. Tesis de maestría. Ecuador: Universidad Técnica del Norte; 2010.
- (32) Sousa V. Revisión de diseños de investigación resaltantes para enfermería. parte 1: diseños de investigación cuantitativa. *Rev Latino-am Enfermagem* 2007; 15(3).
- (33) Cisneros A. *Consumo de productos procesados comestibles y obesidad en enfermeras asistenciales del Hospital Regional de Ayacucho, 2015*. Tesis de licenciatura. Ayacucho: Universidad Alas Peruanas; 2015.
- (34) CONGRESO DE LA REPÚBLICA DEL PERÚ. *Ley 30021: Ley de promoción de la alimentación saludable para niños, niñas y adolescentes*. Lima: CRP; 2009.

- (35) MINSA: Ministerio de Salud. *Tablas peruanas de composición de alimentos*.
Lima: MINSA; 2009.
- (36) MINSA: Ministerio de Salud. *Resolución Ministerial N° 908-2012/MINSA*.
Lima; 2012.

ANEXOS

Anexo 01

MATRIZ DE CONSISTENCIA

CONOCIMIENTO Y CONSUMO DE PRODUCTOS PROCESADOS EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA. I.E.P. LUIS CARRANZA. AYACUCHO, 2016.

PROBLEMA	OBJETIVO	HIPOTESIS	VARIABLES	METODICA
GENERAL	GENERAL	GENERAL	UNO	
¿Cómo se relaciona el nivel de conocimiento con el consumo de productos procesados en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública Luis Carranza. Ayacucho, 2016?	Determinar la relación entre el nivel de conocimiento y el consumo de productos procesados en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública Luis Carranza. Ayacucho, 2016.	El nivel de conocimiento se relaciona directamente con el consumo de productos procesados en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública Luis Carranza. Ayacucho, 2016.	<p>X. Conocimiento sobre productos procesados comestibles.</p> <p>X₁. Generalidades</p> <p>X₂. Composición</p> <p>X₃. Efectos en la salud.</p>	<p>Enfoque de investigación Cuantitativo</p> <p>Nivel de investigación Correlacional</p> <p>Tipo de investigación Aplicado</p> <p>Diseño de investigación Transversal</p> <p>Población 850 estudiantes del nivel de secundaria de la Institución Educativa Pública "Luis Carranza"</p> <p>Muestra. 214 estudiantes de 3^o – 5^o de secundaria</p> <p>Tipo de muestreo. intencional</p> <p>Técnica encuesta</p> <p>Instrumentos Cuestionario</p> <p>Tratamiento estadístico Coeficiente de Correlación "Rho" de Spearman con la aplicación software IBM – SPSS versión 22.0</p>
ESPECIFICAS	ESPECIFICAS		DOS	
<p>a) ¿Cuál es el nivel de conocimiento sobre productos procesados?</p> <p>b) ¿Cuáles son las características del consumo de productos procesados?</p>	<p>a) Identificar el nivel de conocimiento sobre productos procesados.</p> <p>b) Describir las características del consumo de productos procesados.</p>		<p>Y. Consumo de productos procesados comestibles</p> <p>Y₁. Proporción de consumo</p> <p>Y₂. Tipo de productos procesados comestibles</p> <p>Y₃. Nivel de consumo</p> <p>Y₄. Frecuencia de consumo</p> <p>Y₅. Lugar de consumo</p> <p>Y₆. Horario de consumo</p> <p>Y₇. Motivo de consumo</p> <p>Y₈. Preferencia de productos</p> <p>Y₉. Número de veces de consumo.</p> <p>Y₁₀. Día de consumo</p>	

Anexo 02

INSTRUMENTOS

CUESTIONARIO SOBRE CONSUMO DE PRODUCTOS PROCESADOS (CCPP)

Fecha ___/___/___

Ficha N° ___

Introducción. El cuestionario que a continuación va a responder mide las características del consumo de productos procesados comestibles. Lea con atención y no dude en preguntar cualquier interrogante mientras realiza el cuestionario. Este cuestionario es anónimo. Por favor no lo firme, ni escriba ninguna identificación. Las respuestas se analizan como información de grupo y no como información individual.

Instrucciones. Llénelos espacios en blanco y marque la opción de respuesta que más se adecue con su experiencia.

I. DATOS GENERALES

1.1 ¿Cuál es su sexo?

Masculino () Femenino ()

1.2 ¿Cuál es su edad?

___ Años

1.3 ¿En qué grado estás?

Tercero ()
Cuarto ()
Quinto ()

1.4 ¿Cuál es su lugar de nacimiento?

_____/_____/_____
Distrito Provincia Departamento

1.5 ¿En dónde vives actualmente?

Ayacucho ()
San Juan Bautista ()
Jesús Nazareno ()
Carmen Alto ()
Andrés Avelino Cáceres Dorregaray ()

Otros _____

II. DATOS ESPECÍFICOS

Los productos procesados comestibles son aquellos alimentos densos en energía con alto contenido de azúcar, grasas, sal y con bajo aporte de nutrientes en términos de proteína, fibra, vitaminas y minerales incluye también a los alimentos instantáneos

2.1. Prevalencia de consumo

- ¿En los últimos seis meses ha consumido productos procesados comestibles?

SI ()

NO ()

- ¿En los últimos tres meses ha consumido productos procesados comestibles?

SI ()

NO ()

- ¿En el último mes ha consumido productos procesados comestibles?

SI ()

NO ()

- ¿En la última semana ha consumido productos procesados comestibles?

SI ()

NO ()

- ¿Usted consumió productos procesados comestibles ayer?

SI ()

NO ()

- ¿Hoy consumió productos procesados comestibles?

SI ()

NO ()

2.2. Tipo de consumo

¿Qué tipo de productos procesados comestibles consume?

- a) Golosinas ()
- b) Snaks ()
- c) Hamburguesas ()
- d) Pizzas ()
- e) Gaseosas ()
- f) Salchichas ()
- g) Pescado enlatado ()
- h) Galletas (dulces y saladas) ()
- i) Chocolates ()
- j) Nuggets de pollo ()
- k) Papas fritas ()
- l) Refrescos ()
- m) Hot dogs ()
- n) Conservas de frutas y verduras ()
- o) Tortas ()
- p) Donuts ()

2.3. Frecuencia de consumo

¿Con qué frecuencia consume productos procesados comestibles?

- a) Diario ()
- b) Interdiario ()
- c) Semanal ()
- d) Quincenal ()
- e) Mensual ()
- f) Esporádico ()

2.4. Lugar de consumo

¿En qué lugares consume productos procesados comestibles?

- a) Tienda ()
- b) Carretilla ()
- c) Cafetín ()
- d) Hogar ()
- e) Restaurant de comida rápida ()

2.5. Horario de consumo

¿En qué horario consume productos procesados comestibles?

- a) Mañana ()

- b) Media mañana ()
- c) Medio día ()
- d) Media tarde ()
- e) Noche ()

2.6. Motivo de consumo

¿Por qué motivo consume productos procesados comestibles?

- a) Para saciar el hambre ()
- b) Agradable ()
- c) Saludable ()
- d) Por costumbre ()
- e) Otros ()

2.7. Preferencia de productos

¿Qué productos procesados comestibles prefiere consumir?

- a) Dulces ()
- b) Salados ()
- c) Agrios ()
- d) Fríos ()
- e) Calientes ()

2.8. Número de veces de consumo

¿Cuántas veces al día consume productos procesados comestibles?

- a) Una vez ()
- b) Dos veces ()
- c) Tres veces ()
- d) Cuatro veces ()
- e) Cinco veces ()

2.9. Día de consumo

¿Qué día de la semana consume productos procesados comestible?

- a) Lunes ()
- b) Martes ()
- c) Miércoles ()
- d) Jueves ()
- e) Viernes ()
- f) Sábado ()
- g) Domingo ()
- h) Todos los días ()

PRUEBA COGNITIVA

La presente prueba evalúa lo que conoce usted acerca de los productos procesados (comida chatarra).

1. **¿Qué entiende por productos procesados?**
 - a) **Es la comida chatarra**
 - b) Es la comida con escaso aporte de proteínas
 - c) Es la comida enlatada
 - d) Es la comida de preparación instantánea

2. **¿Cómo se clasifican los alimentos procesados?**
 - a) **Mínimamente procesados, procesados y ultraprocesados**
 - b) Naturales, moderadamente procesados y ultraprocesados
 - c) Moderadamente procesados, ultraprocesados y superprocesados
 - d) Naturales y procesados.

3. **¿Los productos procesados son saludables?**
 - a) Si
 - b) **No**

4. **¿Por qué los productos procesados son considerados una imitación del alimento real?**
 - a) La escasa o nula presencia de los alimentos naturales.
 - b) **Uso de aditivos químicos para asemejar su sabor.**
 - c) Por la publicidad engañosa
 - d) Todas las anteriores

5. **¿Los aditivos químicos (saborizantes, preservantes, etc.) que contienen los productos procesados son inocuos para la salud?**
 - a) Todos ellos son inocuos porque tienen registro sanitario
 - b) Algunos de ellos son inocuos porque otros generan controversia
 - c) **Ninguno de ellos es inocuo por los procedimientos empleados para su obtención.**
 - e) No sé.

6. **¿Cuáles son los constituyentes principales de los productos procesados?**
 - a) **Azúcar**

- b) **Sal**
- c) **Grasas trans/grasas saturadas**
- d) **Aditivos químicos (saborizantes, preservantes, etc.)**
- e) Fibra dietaria
- f) Proteínas
- g) Vitaminas

7. **¿Cuáles son las características básicas de los productos procesados?**

- a) Fecha de caducidad prolongada
- b) Bajo precio
- c) Producto no balanceado
- d) Buen sabor y capaz de generar dependencia
- e) **Todas las anteriores**

8. **¿Qué problemas de salud genera el consumo regular de los productos procesados?**

- a) Exceso de peso
- b) Enfermedades cardiovasculares
- c) Cáncer
- d) **Todas las anteriores.**

9. **¿Los productos procesados con fortificación de vitaminas y minerales son más nutritivos que los alimentos naturales?**

- a) Si
- b) **No**

10. **¿Los productos procesados con fortificación de vitaminas y minerales son balanceados?**

- a) Si
- b) **No**

Anexo 03

PRUEBA DE CONFIABILIDAD

CUESTIONARIO

Estadísticas de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
,866	14

Estadísticas de total de elemento				
	Media de escala si el elemento se ha suprimido	Varianza de escala si el elemento se ha suprimido	Correlación total de elementos corregida	Alfa de Cronbach si el elemento se ha suprimido
H1	8,00	17,111	,111	,878
H2	7,80	16,622	,414	,863
H3	8,20	15,956	,369	,866
H4	8,20	16,178	,314	,869
H5	8,10	15,211	,574	,855
H6	8,00	15,556	,525	,857
H7	8,10	14,767	,694	,848
H8	8,20	15,289	,539	,857
H9	8,10	15,211	,574	,855
H10	8,00	15,333	,587	,854
H11	8,10	14,989	,634	,851
H12	8,00	15,556	,525	,857
H13	8,10	14,989	,634	,851
H14	8,20	14,178	,840	,839

PRUEBA COGNITIVA

Estadísticas de fiabilidad

Kuder Richardson	N de elementos
,774	10

Estadísticas de total de elemento				
	Media de escala si el elemento se ha suprimido	Varianza de escala si el elemento se ha suprimido	Correlación total de elementos corregida	Kuder Richardson si el elemento se ha suprimido
C1	5,60	7,156	,241	,779
C2	5,40	7,378	,310	,769
C3	5,80	6,622	,410	,759
C4	5,80	6,622	,410	,759
C5	5,70	6,456	,491	,747
C6	5,60	7,156	,241	,779
C7	5,70	6,456	,491	,747
C8	5,80	6,400	,500	,746
C9	5,70	6,011	,685	,720
C10	5,60	6,267	,625	,730

Anexo 04

FORMULARIO DE EXPERTOS

Escuela Académico Profesional de Enfermería - UAP



FORMULARIO DE OPINIÓN DE EXPERTOS

I. DATOS GENERALES

- 1.1. Nombres y apellidos: Josmo Córdova Arango
- 1.2. Grado académico/Título Profesional: Mediciniasta
- 1.3. Institución donde labora: Esosalud - UAP

II. DATOS ESPECÍFICOS

Evalúe cada uno de los ítems del instrumento según la siguiente escala:

- Esencial.** Cuando considere que el ítem está bien redactado y debe incluirse (es pertinente).
- Útil.** Cuando considere que el ítem debe estar incluido pero debe ser modificado.
- Innecesario.** El ítem debería ser eliminado.

N°	DESCRIPCIÓN DEL ÍTEM	Escala de Opinión		
		Innecesario	Útil	Esencial
		1	2	3
BLOQUE I: CARACTERÍSTICAS SOCIDEMOGRÁFICAS				
1	¿Cuál es su sexo?			✓
2	¿Cuál es su edad?			✓
3	¿En qué grado esta?			✓
4	¿Cuál es su lugar de nacimiento?			✓
5	¿En qué distrito vives actualmente?			✓
BLOQUE II: CARACTERÍSTICAS DE CONSUMO DE PRODUCTOS PROCESADOS COMESTIBLES				
6	¿Cuál es la proporción de estudiantes que consumen productos procesados comestibles?			✓
7	¿Cuáles son los tipos de productos procesados comestibles que consumen los estudiantes?			✓
8	¿Cuál es el nivel de consumo de productos procesados comestibles en estudiantes?			✓
9	¿Con qué frecuencia consumen productos procesados comestibles los estudiantes?			✓
10	¿Cuáles son los lugares donde prefieren consumir productos procesados comestibles los estudiantes?			✓
11	¿En qué horario consumen los productos procesados comestibles los estudiantes?			✓
12	¿Cuáles son los motivos para consumir estos productos procesados comestibles en estudiantes?		✓	✓
13	¿Qué productos procesados comestibles prefieren para su consumo los estudiantes?			✓
14	¿Cuántas veces, en un día, consumen productos procesados comestibles los estudiantes?			✓
15	¿Qué días consumen más los productos procesados comestibles los estudiantes?			✓

Dr. W. L. C.
 Billy Williams Myles M.D., Ph.D.
 Director of Pathology
 St. George's

M. Córdova
 M. Córdova
 M. Córdova

Es de importancia para quien dese alcanzar una certeza en su investigación, el saber dudar a tiempo... (Aristóteles)



FORMULARIO DE OPINIÓN DE EXPERTOS

I. DATOS GENERALES

- 1.1. Nombres y apellidos: Eloira Bravo Rodríguez
 1.2. Grado académico/Título Profesional: lic. en Enfermería
 1.3. Institución donde labora: ESSALUD - UNIVERSIDAD ALAS PERUVIANAS

II. DATOS ESPECÍFICOS

Evalúe cada uno de los ítems del instrumento según la siguiente escala:

- Esencial.** Cuando considere que el ítem está bien redactado y debe incluirse (es pertinente).
- Útil.** Cuando considere que el ítem debe estar incluido pero debe ser modificado.
- Innecesario.** El ítem debería ser eliminado.

[Signature]
 Billy Williams Meásés Ríos, PhD.
 Doctor of Philosophy
 Sociology

[Signature]
 Elio Rodríguez
 Enfermería
 Calle Miraflores 3430
 P.O. Box 1000
 Lima, Perú

Nº	DESCRIPCIÓN DEL ÍTEM	Escala de Evaluación		
		Innecesario	Útil	Esencial
		1	2	3
BLOQUE I: CARACTERÍSTICAS SOCIDEMOGRÁFICAS				
1	¿Cuál es su sexo?			✓
2	¿Cuál es su edad?			✓
3	¿En qué grado está?			✓
4	¿Cuál es su lugar de nacimiento?			✓
5	¿En qué distrito vives actualmente?			✓
BLOQUE II: CARACTERÍSTICAS DE CONSUMO DE PRODUCTOS PROCESADOS COMESTIBLES				
6	¿Cuál es la proporción de estudiantes que consumen productos procesados comestibles?			✓
7	¿Cuáles son los tipos de productos procesados comestibles que consumen los estudiantes?			✓
8	¿Cuál es el nivel de consumo de productos procesados comestibles en estudiantes?			✓
9	¿Con qué frecuencia consumen productos procesados comestibles los estudiantes?			✓
10	¿Cuáles son los lugares donde prefieren consumir productos procesados comestibles los estudiantes?			✓
11	¿En qué horario consumen los productos procesados comestibles los estudiantes?			✓
12	¿Cuáles son los motivos para consumir estos productos procesados comestibles en estudiantes?			✓
13	¿Qué productos procesados comestibles prefieren para su consumo los estudiantes?			✓
14	¿Cuántas veces, en un día, consumen productos procesados comestibles los estudiantes?			✓
15	¿Qué días consumen más los productos procesados comestibles los estudiantes?			✓

Es de importancia para quien desee alcanzar una certeza en su investigación, el saber dudar a tiempo... (Aristóteles)



FORMULARIO DE OPINIÓN DE EXPERTOS

I. DATOS GENERALES

- 1.1. Nombres y apellidos: JUDITH AURIEL OSNAYO
 1.2. Grado académico/Título Profesional: Lic. Enf.
 1.3. Institución donde labora: CS BAEV.

II. DATOS ESPECÍFICOS

Evalúe cada uno de los ítems del instrumento según la siguiente escala:

1. **Esencial.** Cuando considere que el ítem está bien redactado y debe incluirse (es pertinente).
 2. **Útil.** Cuando considere que el ítem debe estar incluido pero debe ser modificado.
 3. **Innecesario.** El ítem debería ser eliminado.

Handwritten signature:
 Billy Williams Kwasá Ríos, PH.D.
 Doctor of Philosophy
 Subotology

Nº	DESCRIPCIÓN DEL ÍTEM	Escala de Valoración		
		Innecesario	Útil	Esencial
		1	2	3
BLOQUE I: CARACTERÍSTICAS SOCIDEMOGRÁFICAS				
1	¿Cuál es su sexo?			X
2	¿Cuál es su edad?			X
3	¿En qué grado esta?		X	
4	¿Cuál es su lugar de nacimiento?		X	
5	¿En qué distrito vives actualmente?		X	
BLOQUE II: CARACTERÍSTICAS DE CONSUMO DE PRODUCTOS PROCESADOS COMESTIBLES				
6	¿Cuál es la proporción de estudiantes que consumen productos procesados comestibles?			X
7	¿Cuáles son los tipos de productos procesados comestibles que consumen los estudiantes?			X
8	¿Cuál es el nivel de consumo de productos procesados comestibles en estudiantes?			X
9	¿Con qué frecuencia consumen productos procesados comestibles los estudiantes?			X
10	¿Cuáles son los lugares donde prefieren consumir productos procesados comestibles los estudiantes?			X
11	¿En qué horario consumen los productos procesados comestibles los estudiantes?			X
12	¿Cuáles son los motivos para consumir estos productos procesados comestibles en estudiantes?			X
13	¿Qué productos procesados comestibles prefieren para su consumo los estudiantes?			X
14	¿Cuántas veces, en un día, consumen productos procesados comestibles los estudiantes?			X
15	¿Qué días consumen más los productos procesados comestibles los estudiantes?		X	

Es de importancia para quien desee alcanzar una certeza en su investigación, el saber dudar a tiempo... (Aristóteles)

Handwritten signature:
 Lic. Judith Auriel Osneyo
 Lic. en Enfermería
 CEP. 25260



FORMULARIO DE OPINIÓN DE EXPERTOS

I. DATOS GENERALES

- 1.1. Nombres y apellidos: WILBER LEGUIA FRANCO
 1.2. Grado académico/Título Profesional: MAESTRO EN SALUD PÚBLICA
 1.3. Institución donde labora: UAP- CLAS CAITO

II. DATOS ESPECÍFICOS

Evalúe cada uno de los ítems del instrumento según la siguiente escala:

- Esencial.** Cuando considere que el ítem está bien redactado y debe incluirse (es pertinente).
- Útil.** Cuando considere que el ítem debe estar incluido pero debe ser modificado.
- Innecesario.** El ítem debería ser eliminado.

N°	DESCRIPCIÓN DEL ÍTEM	Escala de Valoración		
		Innecesario 1	Útil 2	Esencial 3
BLOQUE I: CARÁCTERÍSTICAS SOCIDEMOGRÁFICAS				
1	¿Cuál es su sexo?			X
2	¿Cuál es su edad?			X
3	¿En qué grado está?			X
4	¿Cuál es su lugar de nacimiento?			X
5	¿En qué distrito vives actualmente?			X
BLOQUE II: CARACTERÍSTICAS DE CONSUMO DE PRODUCTOS PROCESADOS COMESTIBLES				
6	¿Cuál es la proporción de estudiantes que consumen productos procesados comestibles?		X	
7	¿Cuáles son los tipos de productos procesados comestibles que consumen los estudiantes?		X	
8	¿Cuál es el nivel de consumo de productos procesados comestibles en estudiantes?		X	
9	¿Con qué frecuencia consumen productos procesados comestibles los estudiantes?		X	
10	¿Cuáles son los lugares donde prefieren consumir productos procesados comestibles los estudiantes?		X	
11	¿En qué horario consumen los productos procesados comestibles los estudiantes?		X	
12	¿Cuáles son los motivos para consumir estos productos procesados comestibles en estudiantes?		X	
13	¿Qué productos procesados comestibles prefieren para su consumo los estudiantes?		X	
14	¿Cuántas veces, en un día, consumen productos procesados comestibles los estudiantes?		X	
15	¿Qué días consumen más los productos procesados comestibles los estudiantes?		X	

Handwritten signature and stamp:
 Wilber Leguia Franco
 M. Sc. en Salud Pública
 Doctor en Psicología
 Sociología

Handwritten signature and stamp:
 Wilber Leguia Franco
 M. Sc. en Salud Pública
 Doctor en Psicología
 Sociología

Es de importancia para quien desee alcanzar una certeza en su investigación, el saber dudar a tiempo... (Aristóteles)



FORMULARIO DE OPINIÓN DE EXPERTOS

I. DATOS GENERALES

- 1.1. Nombres y apellidos: Walter Vasquez Lopez
- 1.2. Grado académico/Título Profesional: Dr. Psicólogo
- 1.3. Institución donde labora: C.S. San Juan C. - UAP. Píez

II. DATOS ESPECÍFICOS

Evalúe cada uno de los ítems del instrumento según la siguiente escala:

- Esencial.** Cuando considere que el ítem está bien redactado y debe incluirse (es pertinente).
- Útil.** Cuando considere que el ítem debe estar incluido pero debe ser modificado.
- Innecesario.** El ítem debería ser eliminado.

Walter Vasquez Lopez, PhD
 Director of Psychology
 San Juan C.

N°	DESCRIPCIÓN DEL ÍTEM	Escala de Opinión		
		Innecesario	Útil	Esencial
		1	2	3
BLOQUE I: CARACTERÍSTICAS SOCIDEMOGRÁFICAS				
1	¿Cuál es su sexo?			✓
2	¿Cuál es su edad?		✓	
3	¿En qué grado está?		✓	
4	¿Cuál es su lugar de nacimiento?		✓	
5	¿En qué distrito vives actualmente?	✓		
BLOQUE II: CARACTERÍSTICAS DE CONSUMO DE PRODUCTOS PROCESADOS COMESTIBLES				
6	¿Cuál es la proporción de estudiantes que consumen productos procesados comestibles?			✓
7	¿Cuáles son los tipos de productos procesados comestibles que consumen los estudiantes?			✓
8	¿Cuál es el nivel de consumo de productos procesados comestibles en estudiantes?			✓
9	¿Con qué frecuencia consumen productos procesados comestibles los estudiantes?			✓
10	¿Cuáles son los lugares donde prefieren consumir productos procesados comestibles los estudiantes?			✓
11	¿En qué horario consumen los productos procesados comestibles los estudiantes?			✓
12	¿Cuáles son los motivos para consumir estos productos procesados comestibles en estudiantes?			✓
13	¿Qué productos procesados comestibles prefieren para su consumo los estudiantes?			✓
14	¿Cuántas veces, en un día, consumen productos procesados comestibles los estudiantes?			✓
15	¿Qué días consumen más los productos procesados comestibles los estudiantes?	✓		

Walter Vasquez Lopez, PhD
 Director of Psychology
 San Juan C.

Es de importancia para quien desee alcanzar una certeza en su investigación, el saber dudar a tiempo... (Aristóteles)

Anexo 05
ICONOGRAFÍA

