Evaluación del etiquetado nutricional frontal de alimentos y su impacto sobre la salud en personas mayores de 18 años que asisten a supermercados de la provincia de San Juan en el año 2024

Evaluation of front-of-pack nutrition labeling of foods and its impact on health in adults over 18 attending supermarkets in San Juan province, Argentina (2024)

Beltrán, R.; Chaloum, M.J.; Rodríguez, Y.; García, S.; Varas, N.
Universidad Católica de Cuyo-Facultad de Ciencias Médicas
nutrición@uccuyo.edu.ar; directora_enfermería@cccuyo.edu.ar

Resumen

El estudio evaluó el conocimiento y uso del etiquetado nutricional frontal en adultos que concurren a supermercados de San Juan. El 97% reconoció los sellos y el 66% modificó hábitos de compra reduciendo productos con advertencias. Se observó mayor compromiso en mujeres y personas con enfermedades crónicas no transmisibles.
Palabras clave: etiquetado frontal – nutrición – salud pública – enfermedades crónicas – hábitos alimentarios.

Abstract

This study assessed awareness and use of front-of-pack nutrition labeling among adults shopping in San Juan supermarkets. Ninety-seven percent recognized the warning labels, and 66% changed purchasing habits by reducing labeled products. Women and individuals with chronic non-communicable diseases showed greater commitment to using nutrition information.
Keywords: front labeling – nutrition – public health – chronic diseases – eating habits

Introducción

La malnutrición en todas sus formas constituye una de las principales causas de problemas de salud a nivel global. Entre los factores de riesgo de las enfermedades no transmisibles se encuentra la alimentación inadecuada, que, junto con el consumo de tabaco, el alcohol y la inactividad física, contribuye significativamente a la carga de enfermedad mundial. En los últimos años, los patrones de consumo alimentario han cambiado, aumentando el consumo de productos ultraprocesados y disminuyendo el de alimentos frescos. El etiquetado frontal de alimentos surge como una herramienta de política pública para brindar información clara y veraz al consumidor, facilitando decisiones de compra más saludables. En Argentina, la Ley N° 27.642 de Promoción de la Alimentación Saludable, sancionada en 2021, representa un avance clave en esta materia.

Objetivos

Evaluar el etiquetado nutricional frontal de alimentos y su impacto sobre la salud en personas mayores de 18 años que asisten a supermercados de la provincia de San Juan en el año 2024.

Objetivos específicos

- Evaluar el nivel de conocimiento de los consumidores sobre el etiquetado nutricional.
- Analizar cómo influye el etiquetado en las decisiones de compra.
- Determinar la relación entre el conocimiento del etiquetado y la adopción de hábitos alimentarios saludables.
- Evaluar la asociación entre el estado nutricional, la presencia de enfermedades crónicas y el uso del etiquetado.

Metodología

Se realizó un estudio descriptivo de corte transversal con muestreo por conglomerados. La población estuvo compuesta por personas mayores de 18 años que concurren a supermercados de la provincia de San Juan. Se aplicó un cuestionario estructurado y se efectuaron mediciones antropométricas (peso, talla, IMC) y control de signos vitales. Las variables incluyeron nivel de conocimiento del etiquetado, uso del mismo en las decisiones de compra y estado nutricional. El análisis de los datos se efectuó mediante estadística descriptiva, evaluando la relación entre IMC, presencia de enfermedades crónicas no transmisibles (ECNT) y conductas de compra.

Beltrán, R.; Chaloum, M.J.; Rodríguez, Y.; García, S.; Varas, N.
Universidad Católica de Cuyo-Facultad de Ciencias Médicas
nutrición@uccuyo.edu.ar; directora_enfermería@cccuyo.edu.ar

Resultados

Participaron 116 personas (76 mujeres y 40 hombres), con una edad promedio de 47 años. El 75% presentó exceso de peso (40,5% sobrepeso y 34% obesidad). La prevalencia de ECNT fue del 30,2%, siendo las más frecuentes la hipertensión arterial y la diabetes. Se observó una correlación positiva entre IMC elevado y la presencia de ECNT. El 97% de los encuestados reconoció los sellos de advertencia nutricional y el 75% los asoció correctamente con productos menos saludables. Asimismo, el 66% manifestó haber reducido o eliminado la compra de productos con sellos desde la implementación de la ley. Las mujeres y las personas con ECNT mostraron mayor compromiso con la lectura y uso del etiquetado al momento de comprar alimentos.

1. Comprensión de los sellos de advertencia
La mayoría de los participantes comprendió que los sellos indican advertencia y asociaron su presencia con menor salubridad del producto, sin diferencias marcadas según la condición de salud (ECNT vs. sin ECNT).

2. Opinión sobre productos sin sellos
Un 23% de los encuestados consideró que un producto sin sellos es “más saludable”, mientras que un 24% opinó que “no tiene una característica nutricional definida”.
Entre quienes no tienen ECNT, el 25,6% asumió que un producto sin sellos es saludable, frente a solo 14,7% en el grupo con ECNT.
El 35% de los participantes con ECNT señaló que un alimento sin sellos podría no ser saludable, comparado con 19% de quienes no tienen ECNT.

3. Comparación y consideración de sellos al comprar
Comparación entre productos (4A): 67% de los participantes con ECNT compara la cantidad de sellos antes de decidir, frente a 48% de los sin ECNT.
Consideración en la elección de compra (4B): 79% de los con ECNT tiene en cuenta los sellos al seleccionar alimentos, mientras que en el grupo sin ECNT es 70%.

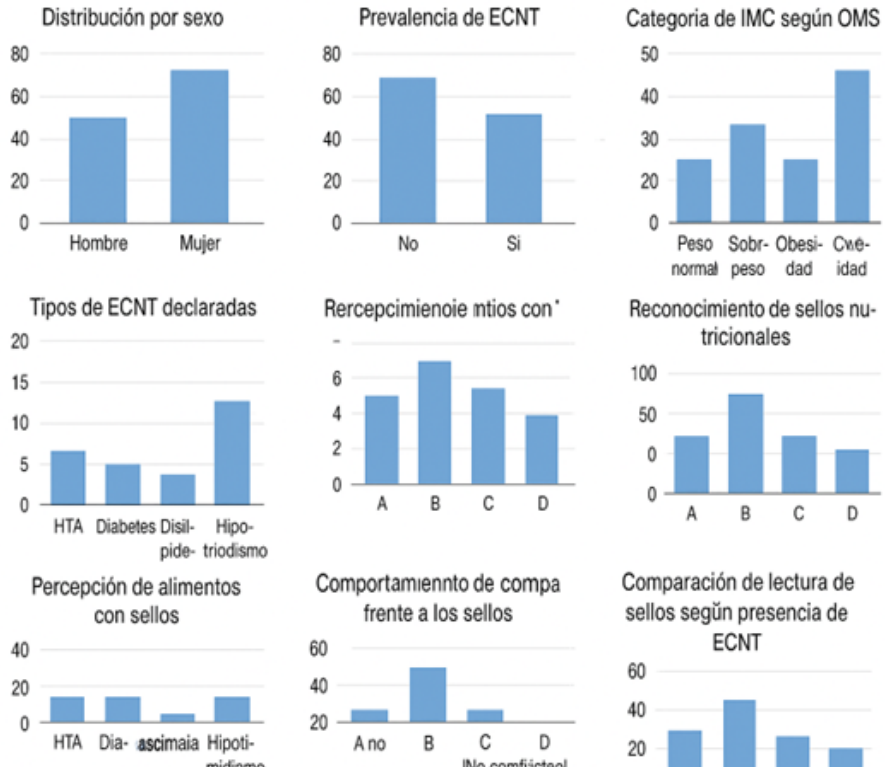
4. Cambios en hábitos de compra tras la implementación de los sellos (4C)
En general, 24% de los encuestados dejó de comprar productos con sellos, y 42% redujo su consumo, sumando un 66% que modificó hábitos.

Por grupos: 76% de los sin ECNT redujo o eliminó productos con sellos (26% eliminó por completo), mientras que en los con ECNT fue 71% (14% eliminó por completo y 57% redujo la cantidad). En conjunto, los datos indican que la mayoría de los participantes reconoce y utiliza la información de los sellos, ajustando sus hábitos de compra, con una tendencia ligeramente mayor de atención y prudencia en quienes presentan ECNT.

Evaluación del etiquetado nutricional frontal de alimentos y su impacto sobre la salud en personas mayores de 18 años que asisten a supermercados de la provincia de San Juan en el año 2024

Evaluation of front-of-pack nutrition labeling of foods and its impact on health in adults over 18 attending supermarkets in San Juan province, Argentina (2024)

Beltrán, R.; Chaloum, M.J.; Rodríguez, Y.; García, S.; Varas, N.
Universidad Católica de Cuyo-Facultad de Ciencias Médicas
nutrición@uccuyo.edu.ar; directora_enfermería@cccuyo.edu.ar



Discusión

Los resultados muestran que la mayoría de los participantes comprende que los sellos de advertencia indican menor salubridad, mientras que la interpretación de la ausencia de sellos es más variable. Las personas con ECNT demostraron un enfoque más crítico, reconociendo que la falta de sellos no garantiza que un alimento sea saludable, a diferencia de quienes no padecen ECNT, quienes tienden a asumir que productos sin sellos son más sanos.

En el comportamiento de compra, los participantes con ECNT comparan y consideran los sellos con mayor frecuencia, aunque la población general también muestra alta atención al etiquetado frontal. Desde la implementación de los sellos, alrededor de dos tercios de los encuestados ajustaron sus hábitos, reduciendo o eliminando productos con sellos, con diferencias leves en la estrategia de ajuste entre grupos.

En conjunto, estos hallazgos sugieren que el etiquetado frontal cumple su función informativa y promueve decisiones de compra más saludables, con un impacto ligeramente mayor en quienes tienen ECNT, pero con respuesta positiva también en la población sin enfermedades crónicas.

Conclusiones

El etiquetado nutricional frontal demuestra ser una herramienta efectiva para promover elecciones alimentarias más saludables y favorecer la conciencia sobre los nutrientes críticos. Los resultados reflejan una alta percepción y comprensión del sistema de sellos entre los consumidores, aunque persisten diferencias generacionales y de género. Se evidencia una fuerte relación entre el exceso de peso, la presencia de ECNT y el uso del etiquetado como guía de autocuidado. Estos hallazgos refuerzan la necesidad de continuar fortaleciendo la educación alimentaria y las políticas públicas orientadas a la promoción de la salud.

Evaluación del etiquetado nutricional frontal de alimentos y su impacto sobre la salud en personas mayores de 18 años que asisten a supermercados de la provincia de San Juan en el año 2024

Evaluation of front-of-pack nutrition labeling of foods and its impact on health in adults over 18 attending supermarkets in San Juan province, Argentina (2024)

Beltrán, R.; Chaloum, M.J.; Rodríguez, Y.; García, S.; Varas, N.
Universidad Católica de Cuyo-Facultad de Ciencias Médicas
nutrición@uccuyo.edu.ar; directora_enfermería@cccuyo.edu.ar

Bibliografía

Ministerio de Salud de la Nación. (2019). Segunda Encuesta Nacional de Nutrición y Salud.
Organización Panamericana de la Salud. (2016). Modelo de Perfil de Nutrientes. OPS.
Ley N° 27.642 de Promoción de la Alimentación Saludable. (2021). Boletín Oficial de la República Argentina.
Bello, F., Otero, L. M., Torres, J. C., & Pacheco, C. (2019). Enfermería como agente de promoción de la salud. Aquichan, 19(1), e1914.
López-Rico, M. R., Bas-Sarmiento, P., Fernández-Gutiérrez, M., & Aguilera-Manrique, G. (2020). Papel de la enfermería en la prevención de enfermedades crónicas. Enfermería Clínica, 30, 275-284.