

**“EVALUACIÓN DEL CONSUMO DE ALIMENTOS
ULTRAPROCESADOS SEGÚN SISTEMA NOVA, EN
NIÑOS DE 3 A 5 AÑOS QUE ASISTEN A LA
UNIDAD EDUCATIVA DE NIVEL INICIAL N°222
“DE COLORES” DE LA CIUDAD DE PARANÁ,
DURANTE EL MES DE JULIO 2023”**

Alumnas:

NUÑEZ MAURO, MARIANELA GIULIANA

TROPINI, MAIA

Directora:

Lic. SARRICCHIO, NATALIA

**Paraná – Entre Ríos
Septiembre 2023**



**Universidad de Concepción del Uruguay
Facultad de Ciencias Médicas
Centro Regional Santa Fe**

**“EVALUACIÓN DEL CONSUMO DE ALIMENTOS
ULTRAPROCESADOS SEGÚN SISTEMA NOVA, EN NIÑOS DE 3 A
5 AÑOS QUE ASISTEN A LA UNIDAD EDUCATIVA DE NIVEL
INICIAL N°222 “DE COLORES” DE LA CIUDAD DE PARANÁ,
DURANTE EL MES DE JULIO 2023”.**

Tesina presentada para completar los requisitos del Plan de Estudios de la
Licenciatura en Nutrición.

ALUMNAS:

**NUÑEZ MAURO, MARIANELA
GIULIANA**

TROPINI, MAIA

DIRECTORA:

**SARRICCHIO, NATALIA
Lic. En Nutrición M.P 1598**

**Licenciatura en Nutrición
Paraná – Entre Ríos
Septiembre 2023**

“Las opiniones expresadas por las autoras de esta Tesina no representa necesariamente los criterios de la Carrera de Licenciatura en Nutrición de la Universidad de Concepción del Uruguay”



“Evaluación del consumo de alimentos ultraprocesados según Sistema Nova, en niños de 3 a 5 años que asisten a la Unidad Educativa de Nivel Inicial N°222 “DE COLORES” de la ciudad de Paraná, durante el mes de Julio 2023.”

AGRADECIMIENTOS

En primer lugar, queremos agradecerle a nuestra directora, la Licenciada en Nutrición Sarricchio, Natalia, quien nos guio con mucha confianza y cariño para desempeñarnos en el desarrollo de nuestra tesina. Particularmente queremos destacar el tiempo, el compromiso, la dedicación, su experiencia y conocimientos brindados en el transcurso de esta investigación.

Al tribunal evaluador, conformado por: la Lic. En Nutrición Bertoni, Maria Lucila; la Lic. En Nutrición Oldani, Sol Cloe y el Lic. En Nutrición Herrera, Lucas David; quienes dedicaron su tiempo y compromiso en las correcciones.

A la Directora y docentes del jardín N°222 “DE COLORES”, por permitirnos el acceso a la institución y facilitarnos el contacto con las familias para la realización de las encuestas.

A nuestros padres y hermanos, pilares fundamentales de nuestras vidas, siendo de gran apoyo en el transcurso de nuestra carrera y celebrando cada meta alcanzada.

A nuestros familiares y amigos, por estar a nuestro lado y alentarnos, haciendo que este camino recorrido haya sido mucho más sencillo.

A nuestras parejas, quienes transitaron este camino a la par nuestra, dándonos la confianza y motivación para lograr esta meta.



“Evaluación del consumo de alimentos ultraprocesados según Sistema Nova, en niños de 3 a 5 años que asisten a la Unidad Educativa de Nivel Inicial N°222 “DE COLORES” de la ciudad de Paraná, durante el mes de Julio 2023.”

ÍNDICE

| | |
|---|----|
| AGRADECIMIENTOS | 3 |
| ÍNDICE | 4 |
| RESUMEN | 5 |
| INTRODUCCIÓN..... | 7 |
| JUSTIFICACIÓN | 8 |
| ANTECEDENTES | 9 |
| PLANTEO DEL PROBLEMA..... | 13 |
| OBJETIVOS | 14 |
| Objetivo General: | 14 |
| Objetivos Específicos:..... | 14 |
| MARCO TEÓRICO..... | 15 |
| MATERIAL Y MÉTODO | 30 |
| PLAN DE TRABAJO..... | 33 |
| Tarea 1:..... | 33 |
| Tarea 2:..... | 33 |
| Tarea 3:..... | 34 |
| RESULTADOS ALCANZADOS | 35 |
| DISCUSIÓN | 47 |
| CONCLUSIONES..... | 49 |
| LIMITACIONES | 51 |
| RECOMENDACIONES | 52 |
| CONSIDERACIONES ÉTICAS..... | 53 |
| BIBLIOGRAFIA..... | 54 |
| ANEXOS | 59 |
| Anexo I: Carta de Intención..... | 59 |
| Anexo II: Solicitud de permiso al establecimiento | 64 |
| Anexo III: Carta de consentimiento informado | 66 |
| Anexo IV: Cuestionario..... | 68 |



“Evaluación del consumo de alimentos ultraprocesados según Sistema Nova, en niños de 3 a 5 años que asisten a la Unidad Educativa de Nivel Inicial N°222 “DE COLORES” de la ciudad de Paraná, durante el mes de Julio 2023.”

RESUMEN

El consumo de alimentos ultraprocesados se ha convertido en un tema de gran relevancia en el ámbito de la nutrición, tornándose preocupante en la etapa de crecimiento de los niños. En la actualidad, cada vez se consumen más alimentos procesados y ultraprocesados, mientras disminuye la ingesta de alimentos frescos y naturales, ricos en nutrientes esenciales para el crecimiento y desarrollo adecuado.

El objetivo de la presente tesina consistió en evaluar el consumo de alimentos ultraprocesados según Sistema Nova, en niños de 3 a 5 años que asisten a la Unidad Educativa de Nivel Inicial N°222 “DE COLORES” de la ciudad de Paraná.

Para llevar a cabo la investigación, se evaluaron 30 padres/madres o tutores responsables de la alimentación de los niños/as que asisten a la Unidad Educativa de Nivel Inicial N°222 “DE COLORES” de la ciudad de Paraná, durante el mes de Julio 2023. Se llevó a cabo un estudio transversal, descriptivo, con enfoque cuantitativo.

La recolección de datos para medir las variables en estudio se realizó a través de una encuesta cuyo instrumento fue el cuestionario de frecuencia de consumo. Se llevó a cabo de manera digital a través de la plataforma informática Formularios de Google. La recopilación y el análisis de los datos se realizó por medio de dicho formulario y su correspondiente Hoja de Cálculo.

Como resultado se obtuvo que, si bien el consumo de alimentos ultraprocesados no es diario, la mayoría de los niños/as los consumen más de 2 veces por semana, siendo esta una frecuencia demasiado elevada, teniendo en cuenta la



“Evaluación del consumo de alimentos ultraprocesados según Sistema Nova, en niños de 3 a 5 años que asisten a la Unidad Educativa de Nivel Inicial N°222 “DE COLORES” de la ciudad de Paraná, durante el mes de Julio 2023.”

etapa de desarrollo en la que se encuentran y las recomendaciones dietéticas necesarias para un crecimiento adecuado para su edad.

Palabras claves: Consumo – Alimentos – Ultraprocesados – Sistema Nova – Niños.



“Evaluación del consumo de alimentos ultraprocesados según Sistema Nova, en niños de 3 a 5 años que asisten a la Unidad Educativa de Nivel Inicial N°222 “DE COLORES” de la ciudad de Paraná, durante el mes de Julio 2023.”

INTRODUCCIÓN

El consumo de alimentos ultraprocesados se ha convertido en un tema de gran relevancia en el ámbito de la nutrición, tornándose preocupante en la etapa de crecimiento de los niños.

En la actualidad, cada vez se consumen más alimentos procesados y ultraprocesados, mientras disminuye la ingesta de alimentos frescos y naturales, ricos en nutrientes esenciales para el crecimiento y desarrollo adecuado de los niños. Contrariamente a lo que pasa con los ultraprocesados que suelen contener menos nutrientes y fibras, esta costumbre puede conducir a una dieta desequilibrada, pobre en vitaminas y minerales. Esto se debe, en gran parte, al estilo de vida actual que implica contar con menos tiempo para cocinar y la búsqueda de alimentos que sean rápidos y fáciles de preparar. Sin embargo, este tipo de alimentos son ricos en grasas, azúcares y sal, por lo que se los ha relacionado con un mayor riesgo de enfermedades crónicas, como la obesidad, la diabetes y enfermedades cardiovasculares.

En la Encuesta Nacional de Nutrición y Salud, los datos confirman consistentemente que el consumo diario de alimentos saludables es significativamente menor en los grupos de niveles educativos bajos y en los de menores ingresos. Por el contrario, los alimentos no recomendados se consumen más frecuentemente en los grupos en situación de mayor vulnerabilidad (Ministerio de Salud y Desarrollo Social, 2019).



“Evaluación del consumo de alimentos ultraprocesados según Sistema Nova, en niños de 3 a 5 años que asisten a la Unidad Educativa de Nivel Inicial N°222 “DE COLORES” de la ciudad de Paraná, durante el mes de Julio 2023.”

JUSTIFICACIÓN

Por lo expuesto anteriormente, nos parece relevante fomentar en los niños el consumo de alimentos frescos y naturales, para asegurar su óptimo crecimiento y desarrollo; así prevenir en el futuro, enfermedades crónicas.

En este estudio, evaluamos el consumo, en niños, de alimentos ultraprocesados, clasificándolos según Sistema Nova, el cual agrupa los alimentos de acuerdo con su naturaleza, finalidad y grado de procesamiento.



“Evaluación del consumo de alimentos ultraprocesados según Sistema Nova, en niños de 3 a 5 años que asisten a la Unidad Educativa de Nivel Inicial N°222 “DE COLORES” de la ciudad de Paraná, durante el mes de Julio 2023.”

ANTECEDENTES

A nivel nacional, en Córdoba, Argentina, las investigadoras Moszoro y Paiz (2017) realizaron un estudio titulado “Consumo de productos ultraprocesados y su asociación con malnutrición por exceso en niños que asisten a primer año de Escuelas Públicas y Privadas de la Ciudad de Villa Carlos Paz en el año 2016”.

El objetivo del estudio fue analizar la asociación entre consumo de productos ultraprocesados (PU), peculiaridades laborales del responsable de la alimentación familiar y malnutrición por exceso, en niños de primer año del ciclo básico de la educación secundaria de una escuela pública y otra privada de la ciudad de Carlos Paz.

Según el diseño metodológico, fue un estudio correlacional, transversal y observacional. Seleccionaron los establecimientos por conveniencia. La muestra final fue de 50 escolares, que aceptaron participar mediante consentimiento informado. Realizaron la recolección de datos mediante cuestionario, recordatorio de 24hs y frecuencia de consumo. Como resultado, se observó un 22% de malnutrición por exceso y 41,85% del VET aportado por PU.

No existió asociación entre la frecuencia promedio de consumo de PU con IMC/edad ($p > 0,05$). Se registró que: a mayor % kcal del VET aportado por tales alimentos, mayor IMC/edad. Dicha relación no fue estadísticamente significativa ($p > 0,05$). Esto pudo deberse al reducido tamaño muestral. Las investigadoras concluyeron que, la malnutrición por exceso es una realidad en aumento a nivel mundial, como la tendencia de consumo de PU, por lo que es importante ahondar en



“Evaluación del consumo de alimentos ultraprocesados según Sistema Nova, en niños de 3 a 5 años que asisten a la Unidad Educativa de Nivel Inicial N°222 “DE COLORES” de la ciudad de Paraná, durante el mes de Julio 2023.”

este tipo de estudios, interceder y participar en la implementación y profundización de programas basados en la promoción de la salud.

A nivel internacional, en Lima, Perú, en lo que respecta al trabajo realizado por García Huamani (2016), titulado “Relación entre consumo de alimentos ultraprocesados del quiosco escolar e índice de masa corporal (IMC) en estudiantes de nivel primaria de una institución educativa del Cercado de Lima”, se utilizó una muestra de 142 estudiantes de dicho nivel, de ambos sexos; cuyas edades oscilaban entre los 8 y 10 años. Encontraron asociación entre el consumo de alimentos ultraprocesados con el índice de masa corporal ($p=0,02$).

El 86.6% de escolares evidenció un nivel alto de consumo de alimentos ultraprocesados del quiosco, siendo las gaseosas, seguidas por los cereales con azúcar añadida, papas fritas en bolsa, galletas saladas, néctar de durazno y chocolates, los alimentos más consumidos por los estudiantes en una frecuencia de dos a más veces por semana. El 50.7% de ellos presenta un IMC elevado, de los cuales el 23.9% y el 26.8% corresponde al sobrepeso y obesidad, respectivamente. La conclusión fue que el alto consumo de alimentos ultraprocesados del quiosco escolar está relacionado con un IMC elevado en los estudiantes.

Siguiendo a nivel latinoamericano, en Asunción, Paraguay, los investigadores Meza Miranda y Núñez Martínez (2020), realizaron un estudio titulado “Nutrientes críticos de alimentos procesados y ultraprocesados destinados a niños y su adecuación al perfil de la Organización Panamericana de la Salud”; expresaban que la modernización alimentaria ha llevado a una mayor disponibilidad de alimentos



“Evaluación del consumo de alimentos ultraprocesados según Sistema Nova, en niños de 3 a 5 años que asisten a la Unidad Educativa de Nivel Inicial N°222 “DE COLORES” de la ciudad de Paraná, durante el mes de Julio 2023.”

industrializados destinados a la población infantil, ricos en azúcares, grasas saturadas y altos en sodio.

El objetivo del estudio fue determinar la adecuación de la composición nutricional de alimentos procesados y ultraprocesados destinados a niños de 2 a 12 años de edad, de acuerdo al Perfil de Alimentos de la OPS respecto a los nutrientes críticos, en relación con lo declarado en el etiquetado nutricional.

El método de estudio fue transversal, observacional y descriptivo, en el que se analizaron 113 productos: 11 procesados y 102 ultraprocesados según la clasificación NOVA, ambos de dos supermercados de Asunción - Paraguay.

Como resultado se obtuvo que la relación sodio/kcal fue elevada en una categoría de alimentos procesados y en cuatro categorías de ultraprocesados. La cantidad de azúcares fue elevada en los alimentos procesados y en seis de los ultraprocesados. El total de grasas y grasas saturadas fue elevado en tres de los ultraprocesados a excepción de los snacks, que sólo sobrepasaron el máximo permitido de grasas totales.

En conclusión: los alimentos procesados y ultraprocesados destinados a la población infantil, analizados en este estudio, tienen; al menos, un nutriente crítico que sobrepasa lo establecido por la OPS, por lo cual se sugiere evitar, al máximo, su consumo por parte de los niños.

Por último, en Uruguay, los investigadores Berón et al. (2022), en su investigación titulada “Productos procesados y ultraprocesados y su relación con la calidad de la dieta en niños”, estudiaron en niños de 2 a 4 años, pertenecientes a



“Evaluación del consumo de alimentos ultraprocesados según Sistema Nova, en niños de 3 a 5 años que asisten a la Unidad Educativa de Nivel Inicial N°222 “DE COLORES” de la ciudad de Paraná, durante el mes de Julio 2023.”

hogares uruguayos, el efecto que provoca en la calidad de la dieta de la primera infancia el consumo de productos que contienen cantidades excesivas de nutrientes críticos, asociados a las enfermedades no transmisibles (ENT); (azúcares libres, grasas totales, grasas saturadas y sodio), según el modelo de perfil de nutrientes de la Organización Panamericana de la Salud (OPS).

Se utilizó un recordatorio de ingesta de alimentos durante 24 horas en una muestra representativa de 401 participantes de la Encuesta de Nutrición, Desarrollo Infantil y Salud del año 2018.

Basados en la clasificación de alimentos propuesta por el sistema NOVA para categorizarlos según su naturaleza y los procesos industriales a los que son sometidos, se los analizó partiendo del modelo de perfil de nutrientes de la OPS, lo cual permitió identificar los productos con contenido excesivo de estos nutrientes.

El resultado fue que el 50 % de los niños consumieron tres o más productos con exceso de alguno de los nutrientes vinculados con las ENT.

Aproximadamente 9 de cada 10 niños consumen productos con exceso, de al menos, uno de los nutrientes críticos estudiados.

En conclusión: las dietas que no contienen productos ultraprocesados y procesados con exceso de azúcares libres, grasas totales, grasas saturadas y sodio fueron la mejor opción para los niños de 2 a 4 años. La ingesta de productos con exceso de nutrientes críticos según la OPS (y cada gramo adicional consumido de tales productos) empeora la calidad de la dieta de manera significativa e impide que se cumpla con las recomendaciones de la Organización Mundial de la Salud.



“Evaluación del consumo de alimentos ultraprocesados según Sistema Nova, en niños de 3 a 5 años que asisten a la Unidad Educativa de Nivel Inicial N°222 “DE COLORES” de la ciudad de Paraná, durante el mes de Julio 2023.”

PLANTEO DEL PROBLEMA

Ante lo expuesto, el problema planteado fue buscar respuesta al siguiente interrogante:

¿Cuál es el consumo de alimentos ultraprocesados según Sistema Nova, en niños de 3 a 5 años que asisten a la Unidad Educativa de Nivel Inicial N°222 “DE COLORES” de la ciudad de Paraná, durante el mes de julio 2023?



“Evaluación del consumo de alimentos ultraprocesados según Sistema Nova, en niños de 3 a 5 años que asisten a la Unidad Educativa de Nivel Inicial N°222 “DE COLORES” de la ciudad de Paraná, durante el mes de Julio 2023.”

OBJETIVOS

Objetivo General:

Evaluar el consumo de alimentos ultraprocesados según Sistema Nova, en niños de 3 a 5 años que asisten a la Unidad Educativa de Nivel Inicial N°222 “DE COLORES” de la ciudad de Paraná.

Objetivos Específicos:

- Determinar la ingesta de alimentos en niños.
- Clasificar los alimentos que consumen según Sistema Nova.
- Analizar el consumo de alimentos ultraprocesados en niños.



“Evaluación del consumo de alimentos ultraprocesados según Sistema Nova, en niños de 3 a 5 años que asisten a la Unidad Educativa de Nivel Inicial N°222 “DE COLORES” de la ciudad de Paraná, durante el mes de Julio 2023.”

MARCO TEÓRICO

La primer etapa del desarrollo físico, psíquico y social de la persona es la **infancia**.

Abordar al ser humano desde sus primeras etapas de vida, se ha convertido en un punto esencial, ya que, realizando un seguimiento de los diferentes aspectos de la vida del individuo de manera regular y periódica, se pueden detectar de forma precoz diferentes signos de alarma que pueden señalar ciertas alteraciones de la evolución normal (Medina Alva et al., 2015).

La alimentación es uno de los factores más importantes que determina el crecimiento y desarrollo (Serafín, 2012) y debe cumplir tres objetivos en el transcurso de la vida:

- lograr un crecimiento y desarrollo adecuado evitando el déficit de nutrientes,
- prevenir enfermedades crónicas secundarias a los déficits o excesos de alimentos
- generar hábitos adecuados de alimentación (Fajardo et al., 2020).

Lograr una nutrición adecuada en los primeros años de vida es fundamental para el crecimiento y desarrollo infantil, los hábitos alimentarios adquiridos en edades tempranas tienden a persistir, no sólo en la niñez, sino también en la edad adulta (Araujo Batalha et al., 2017).

Abeyá Gilardón, et al. (2009) refieren que: “El crecimiento y desarrollo del niño son los ejes conceptuales alrededor de los cuales se va vertebrando la atención de su



“Evaluación del consumo de alimentos ultraprocesados según Sistema Nova, en niños de 3 a 5 años que asisten a la Unidad Educativa de Nivel Inicial N°222 “DE COLORES” de la ciudad de Paraná, durante el mes de Julio 2023.”

salud”. Es importante atender las necesidades del niño a una edad determinada, pero también asistirlo con un criterio preventivo, evolutivo y prospectivo, teniendo en cuenta sus características cambiantes, para que llegue a ser un adulto sano.

Según Torresani (2008), los primeros 6 años de vida del niño merecen especial atención, debido a las características biológicas particulares de esta etapa y a la presencia de factores de riesgo que inciden en su crecimiento y desarrollo; así como en el futuro de su salud cuando sea adulto. Además de las deficiencias nutricionales, durante este período, se pueden afectar tanto el tamaño corporal como el nivel intelectual de los niños.

El seguimiento del crecimiento y la protección de la salud son críticos en todos los periodos del desarrollo, pero cobra especial interés en la etapa prenatal, primera infancia y etapa escolar (López y Suarez, 2005).

La **edad preescolar** comprende desde los dos hasta los cinco años de edad (Lorenzo et al., 2015); engloba el período desde que el niño adquiere autonomía en la marcha hasta que empieza a asistir regularmente a la escuela (Suárez Cortina, 2007).

En la pre-escolaridad es cuando los niños comienzan a controlarse a sí mismos y al ambiente, y por lo tanto empiezan a interesarse por los alimentos, prefiriendo unos por sobre otros (Moreno Villares y Galiano Segovia, 2015).

Esta etapa se caracteriza por una desaceleración del crecimiento, por lo tanto, los incrementos de peso y talla disminuyen en forma gradual (Lorenzo et al., 2015). Manifiestan menos apetito, disminuyen el volumen de su ingesta y su patrón de alimentación puede ser variable e impredecible (Setton y Fernández, 2014).



“Evaluación del consumo de alimentos ultraprocesados según Sistema Nova, en niños de 3 a 5 años que asisten a la Unidad Educativa de Nivel Inicial N°222 “DE COLORES” de la ciudad de Paraná, durante el mes de Julio 2023.”

La alimentación es el pilar del desarrollo de las personas (Fajardo et al., 2020). Una alimentación saludable es aquella que es variada, aporta energía y todos los nutrientes esenciales que cada persona necesita para mantenerse sana, permitiéndole una mejor calidad de vida en todas las edades (Román y Quintana, 2010).

Los hábitos alimentarios saludables que se adquieren en la infancia ayudan a tener buenas condiciones de salud a lo largo de la vida (Lorenzo et al., 2015).

Murcho (2017) expresa que comer saludable no significa no incorporar nunca un alimento de otro tipo, como una pizza, hamburguesa, chocolate o un helado. Comer cada tanto un alimento “no sano” no hace que la forma de comer sea poco saludable o mala. Distinto sería que todos los días lo comieran.

Los patrones de alimentación deben evaluarse no sólo ante la posibilidad de riesgo de deficiencias o de excesos, sino también de conductas que impliquen riesgo para el futuro del niño, como obesidad, hipertensión, entre otras (Lorenzo et al., 2015).

Segovia Galiano y Vilares Moreno (2015) coinciden en la importancia que tienen, en los primeros años, la alimentación y la incorporación de hábitos saludables, especialmente para prevenir el desarrollo de enfermedades a lo largo de la vida.

Se considera que la alimentación de un niño es suficiente cuando satisface sus necesidades, mantiene sus funciones biológicas, su composición corporal en forma normal y preserva su ritmo de crecimiento de acuerdo con su potencial genético (Lorenzo et al., 2015).



“Evaluación del consumo de alimentos ultraprocesados según Sistema Nova, en niños de 3 a 5 años que asisten a la Unidad Educativa de Nivel Inicial N°222 “DE COLORES” de la ciudad de Paraná, durante el mes de Julio 2023.”

Las preferencias por los alimentos se desarrollan en etapas tempranas de la vida (Hassink, 2007), cuando los niños seleccionan alimentos y van modulando el desarrollo del hábito alimentario (Setton y Fernández, 2014).

Durante el período comprendido entre el primer año de vida y la adolescencia los niños sufren una transición notable en la alimentación. Inician la vida como receptores pasivos de alimentos, pasan a través de una fase exploratoria de la comida, que debe ser regulada por los padres, y finalmente asumen el control total de su consumo dietético. Durante esta transición el niño debe aprender la importancia de una buena alimentación. Es fundamental el rol de la familia en este aprendizaje (Lorenzo et al., 2015).

La elección de los alimentos para el niño depende de los padres, está determinada no sólo por la disponibilidad estacional o económica sino también por las costumbres, los hábitos, es decir, las pautas culturales que se transmiten de generación en generación (De Girolami, 2014).

Lorenzo et al. (2015) y Rivero Urgell et al. (2015) expresan que las experiencias tempranas del niño con la comida y, en especial, las prácticas alimentarias de los padres tienen fundamental importancia en el desarrollo de sus hábitos de alimentación, por lo que, un estilo de vida poco saludable en los padres, condiciona los hábitos alimentarios, problemas nutricionales y sanitarios en los descendientes. Se sugiere a los padres disponer de comida saludable, y así modelar la elección de los alimentos que el niño consuma (Setton y Fernández, 2014).



“Evaluación del consumo de alimentos ultraprocesados según Sistema Nova, en niños de 3 a 5 años que asisten a la Unidad Educativa de Nivel Inicial N°222 “DE COLORES” de la ciudad de Paraná, durante el mes de Julio 2023.”

En conjunto con los padres, la escuela juega un papel importante en el fomento y adquisición de hábitos alimentarios saludables a través de la promoción y educación para la salud (Macías et al., 2012).

Uno de los principales factores de riesgo (FR) de las enfermedades no transmisibles (ENT), es la alimentación inadecuada; ésta es una de las causas más importante de exceso de peso. Entre los principales factores de riesgo del sobrepeso y la obesidad se encuentra la elevada ingesta energética a través de productos de bajo valor nutricional y elevado contenido de azúcar y grasas, la ingesta frecuente de bebidas azucaradas y la actividad física insuficiente.

Por sus consecuencias sanitarias, económicas y sociales, en la actualidad, las ENT representan una de las mayores amenazas para la salud y el desarrollo humano en todo el mundo, especialmente en los países en vías de desarrollo (Ministerio de Salud y Desarrollo Social, 2019).

El Instituto Nacional de Estadísticas y Censos (2022), en cuanto a los grupos de edad, destaca que, un 54,2% de las personas de 0 a 14 años son pobres ⁽¹⁾.

Al comparar poblaciones según la edad, el patrón alimentario de niños, niñas y adolescentes (NNyA) es significativamente menos saludable que el de los adultos. Los NNyA consumen un 40% más de bebidas azucaradas, el doble de productos de pastelería o productos de copetín y el triple de golosinas respecto de los adultos. Este patrón alimentario entre los NNyA obedece probablemente a múltiples causas, como

⁽¹⁾ Pobres: Se considera pobres, aquellas personas que no cubren la canasta básica total (CBT), ésta está constituida por la canasta básica de alimentos (CBA) más los bienes y servicios no alimentarios (vestimenta, transporte, educación y salud) (Instituto Nacional de Estadísticas y Censos, 2022).



“Evaluación del consumo de alimentos ultraprocesados según Sistema Nova, en niños de 3 a 5 años que asisten a la Unidad Educativa de Nivel Inicial N°222 “DE COLORES” de la ciudad de Paraná, durante el mes de Julio 2023.”

el marketing dirigido a los niños, y entornos escolares obesogénicos, entre otros. Es, sin duda, un determinante que puede contribuir a explicar el crecimiento más acelerado de la epidemia de obesidad en los niños.

En Argentina, los patrones alimentarios han empeorado en las últimas décadas: el consumo de sodio y el de azúcar duplica el consumo máximo recomendado; el consumo de frutas y verduras es muy bajo; el de bebidas azucaradas es de los más altos del mundo, lo cual lleva a que el problema del sobrepeso y la obesidad representen un grave problema de salud pública en el país, que hoy constituye la forma más prevalente de malnutrición.

Existe una evidente modificación en el patrón de consumo alimentario a nivel internacional y también en Argentina. En 15 años (1996/7-2012/3) en nuestro país, el consumo de energía proveniente de productos ultraprocesados (UP) aumentó un 53%, llegando a ser un tercio de la energía total consumida por la población en el día, en detrimento del consumo de alimentos sin procesar o mínimamente procesados, y, por ende, de comidas frescas y elaboradas en forma casera (Ministerio de Salud y Desarrollo Social, 2019).

Desde hace tiempo, la industria de la alimentación ha favorecido la proliferación de productos UP con desarrollos tecnológicos que refuerzan los aspectos positivos de sabor, textura, aroma, etc.; pero que son poco saludables y tienen consecuencias en las enfermedades crónicas no transmisibles (ECNT). Así mismo, los productos UP contienen menos proteínas, fibras, más azúcares libres, sodio, grasas totales y



“Evaluación del consumo de alimentos ultraprocesados según Sistema Nova, en niños de 3 a 5 años que asisten a la Unidad Educativa de Nivel Inicial N°222 “DE COLORES” de la ciudad de Paraná, durante el mes de Julio 2023.”

saturadas y alta densidad energética, cuyo consumo elevado promueve perfiles de nutrición muy perjudiciales (Drake et al., 2018).

Los alimentos UP se producen combinando ingredientes procesados con cantidades frecuentemente pequeñas de alimentos sin procesar o mínimamente procesados. Se les agrega ingredientes industriales con alto contenido de grasas, azúcares y/o sal, así como aditivos alimentarios (conservantes, colorantes, aromatizantes, etc.).

Son productos que no deberían formar parte de nuestra alimentación diaria ya que su consumo en exceso puede dañar la salud, aumentando el riesgo de que aparezcan déficits de salud como la diabetes, hipertensión, enfermedad cardiovascular y cerebrovascular, entre otras (Ministerio de Salud, 2016).

Prácticamente todos los alimentos que se consumen en la actualidad se procesan de alguna manera. Si el procesamiento se define como el conjunto de métodos para hacer los alimentos crudos más comestibles y agradables, o para preservarlos para el consumo posterior, entonces se han procesado los alimentos a lo largo de toda la historia de la humanidad.

No es que los alimentos sean saludables o no sencillamente por el hecho de estar “procesados”. Toda discusión trascendente del procesamiento de alimentos requiere utilizar terminología específica, con definiciones claras que se apliquen de manera universal. Muchos tipos de procesamiento son indispensables, beneficiosos o inocuos. En cambio, otros son perjudiciales, para la salud humana.



“Evaluación del consumo de alimentos ultraprocesados según Sistema Nova, en niños de 3 a 5 años que asisten a la Unidad Educativa de Nivel Inicial N°222 “DE COLORES” de la ciudad de Paraná, durante el mes de Julio 2023.”

El **sistema NOVA** agrupa los alimentos según la naturaleza, la finalidad y el grado de procesamiento. Comprende cuatro grupos que se mencionan a continuación:

- 1- Alimentos sin procesar o mínimamente procesados;
- 2- Ingredientes culinarios procesados;
- 3- Alimentos procesados;
- 4- Productos ultraprocesados.

Alimentos sin procesar o mínimamente procesados

Los *alimentos sin procesar* son partes de plantas o animales que no han experimentado ningún procesamiento industrial. Los *alimentos mínimamente procesados* son alimentos sin procesar que se modifican de maneras que no agregan ni introducen ninguna sustancia nueva (como grasas, azúcares o sal), pero se pueden implicar que se eliminen ciertas partes del alimento. Incluyen frutas frescas, secas o congeladas; verduras, granos y leguminosas; nueces; carnes, pescados y mariscos; huevos y leche. Las técnicas de procesamiento mínimo prolongan la duración de los alimentos, ayudan en su uso y preparación, y les dan un sabor más agradable.

Son la base de los platos y comidas saludables.

Ingredientes culinarios procesados

Los *ingredientes culinarios* son sustancias extraídas y purificadas por la industria a partir de componentes de los alimentos u obtenidas de la naturaleza (como las grasas, aceites, sal y azúcares). Estas sustancias por lo general no se consumen solas. Su papel principal en la alimentación se da en la preparación de los alimentos,



“Evaluación del consumo de alimentos ultraprocesados según Sistema Nova, en niños de 3 a 5 años que asisten a la Unidad Educativa de Nivel Inicial N°222 “DE COLORES” de la ciudad de Paraná, durante el mes de Julio 2023.”

y hacen que los platos y las comidas, que típicamente se comparten con otras personas, sean sabrosos, variados, nutritivos y agradables.

Alimentos procesados

Los *alimentos procesados* se elaboran al agregar grasas, aceites, azúcares, sal y otros ingredientes culinarios a los alimentos mínimamente procesados, para hacerlos más duraderos y, por lo general, más sabrosos. Estos tipos de alimentos incluyen panes y quesos sencillos; pescados, mariscos y carnes salados y curados; frutas, leguminosas y verduras en conservas.

Según la manera en que se preparen y usen en las comidas y los platos, estos alimentos pueden formar parte de una alimentación saludable.

Productos ultraprocesados

Los *productos UP* son formulaciones industriales elaboradas a partir de sustancias derivadas de los alimentos o sintetizadas de otras fuentes orgánicas. En sus formas actuales, son inventos de la ciencia y la tecnología de los alimentos industriales modernas. La mayoría de estos productos tienen pocos alimentos enteros o ninguno. Vienen listos para consumirse o para calentar y, por lo tanto, requieren poca o ninguna preparación culinaria.

Algunas sustancias empleadas para elaborar los productos UP como grasas, aceites, almidones y azúcar, derivan directamente de alimentos. Otras se obtienen mediante el procesamiento adicional de ciertos componentes alimentarios, como la hidrogenación de aceites (que genera grasas trans tóxicas), la hidrólisis de las proteínas y la “purificación de los almidones”. Gran cantidad de ingredientes, en la



“Evaluación del consumo de alimentos ultraprocesados según Sistema Nova, en niños de 3 a 5 años que asisten a la Unidad Educativa de Nivel Inicial N°222 “DE COLORES” de la ciudad de Paraná, durante el mes de Julio 2023.”

mayor parte de los productos UP, son aditivos (aglutinantes, cohesionantes, colorantes, edulcorantes, emulsificantes, espesantes, espumantes, estabilizadores, “mejoradores” sensoriales como aromatizantes y saborizantes, conservadores, saborizantes y solventes). A menudo se le da mayor volumen con aire o agua. Se les puede agregar micronutrientes sintéticos para “fortificarlos”.

Algunos ejemplos de productos UP son las papas fritas en paquete y muchos otros tipos de productos grasos, snacks (golosinas, refrigerios o bocadillos procesados, ya sean dulces o salados) empaquetados, salados o dulces; helados, chocolates y caramelos; panes, bollos, galletas (galletitas), pasteles y tortas empaquetados; cereales endulzados para el desayuno; barras “energizantes”; mermeladas y jaleas; margarina; bebidas gaseosas y bebidas “energizantes”; bebidas azucaradas a base de leche, incluido el yogurt para beber de fruta; bebidas y néctares de fruta; bebidas de chocolate; leche “maternizada” para lactantes, preparaciones lácteas complementarias y otros productos para bebés; y productos “saludables” o “para adelgazar”, como sustitutos en polvo o “fortificados” de platos o de comidas. Hoy en día es muy común consumir productos UP listos para calentar o listos para comer, tanto en casa como en los locales de comida rápida. Estos alimentos, también conocidos como “comidas listas”, incluyen platos reconstituidos de carne, pescados y mariscos, vegetales o queso; pizzas; hamburguesas y salchichas; papas fritas; Nuggets (patitas o trozos) o palitos (barras) de aves o pescados; y sopas, pastas y postres, en polvo o envasados. A menudo parecen ser más o menos lo mismo que las comidas o platos preparados en casa, pero las listas de los ingredientes que



“Evaluación del consumo de alimentos ultraprocesados según Sistema Nova, en niños de 3 a 5 años que asisten a la Unidad Educativa de Nivel Inicial N°222 “DE COLORES” de la ciudad de Paraná, durante el mes de Julio 2023.”

contienen demuestran que no los son (Departamento de Enfermedades No Transmisibles y Salud Mental, 2015).

La energía proveniente de productos UP aumentó más de la mitad en detrimento del consumo de alimentos sin procesar o mínimamente procesados y, por ende, de alimentos frescos y en preparaciones caseras. Los cambios en los patrones alimentarios obedecen a un conjunto de factores sociales, económicos, ambientales y demográficos que determinan los hábitos alimentarios de la población como, por ejemplo: los modelos de producción de los alimentos, su disponibilidad, asequibilidad, formas de comercialización y marketing que han generado entornos obesogénicos (Ministerio de Salud y Desarrollo Social, 2019).

La publicidad, promoción y patrocinio de alimentos y bebidas se caracteriza por concentrarse en la promoción de productos altos en azúcar, grasa y sodio y en general de bajo valor nutricional. Ha sido demostrado científicamente que el marketing de alimentos y bebidas aumenta su consumo y modifica los comportamientos y las percepciones de los consumidores, sobre todo en la población infantil. Hay amplia evidencia respecto de la influencia negativa que tiene la publicidad de alimentos y bebidas no saludables en el conocimiento y la valoración de los mismos, las preferencias de consumo, la calidad de la dieta y la salud de los niños y niñas (Ministerio de Salud y Desarrollo Social, 2019).

Numerosos estudios documentan que los niños menores de 8 años de edad no pueden entender la naturaleza persuasiva de las propagandas. De hecho, no pueden distinguir la publicidad de la programación regular de la televisión.



“Evaluación del consumo de alimentos ultraprocesados según Sistema Nova, en niños de 3 a 5 años que asisten a la Unidad Educativa de Nivel Inicial N°222 “DE COLORES” de la ciudad de Paraná, durante el mes de Julio 2023.”

Un estudio realizado en California en preescolares (de 2 a 6 años de edad) reveló que los comerciales televisivos de alimentos tienen efectos inmediatos sobre las preferencias alimentarias a corto plazo de los chicos. Una o dos exposiciones a una propaganda de alimentos de 10 a 30 segundos es suficiente para tener influencias en las preferencias sobre un producto específico a corto plazo. Dichas exposiciones pueden influenciar a los niños en la elección de alimentos poco nutritivos.

El 21,5% de los adultos responsables de niños y niñas de entre 2 y 12 años declaró que compró, al menos una vez en la última semana, algún alimento y/o bebida porque el niño lo vio en una publicidad (Ministerio de Salud y Desarrollo Social, 2019).

Los medios de comunicación tienen una influencia muy marcada sobre las elecciones de alimentos de los chicos. Los niños, inclusive los más pequeños, son fuertemente influenciados por el marketing de la industria alimentaria. El tiempo que emplean los niños para mirar televisión está directamente relacionado con su elección de alimentos. Los alimentos que se publicitan con mayor frecuencia son: cereales de desayuno ricos en azúcar, comidas rápidas, bebidas azucaradas, comidas congeladas, galletitas y golosinas. Las frutas y los vegetales no son usualmente publicitados (Lorenzo et al., 2015).

Para garantizar el acceso a una información veraz, simple y clara por parte de los consumidores, respecto del contenido nutricional de los alimentos y bebidas no alcohólicas, varios organismos internacionales han recomendado la implementación de un etiquetado frontal como política pública para la prevención (Ministerio de Salud y Desarrollo Social, 2019).



“Evaluación del consumo de alimentos ultraprocesados según Sistema Nova, en niños de 3 a 5 años que asisten a la Unidad Educativa de Nivel Inicial N°222 “DE COLORES” de la ciudad de Paraná, durante el mes de Julio 2023.”

Es fundamental que la política de etiquetado frontal esté acompañada por una campaña de comunicación dirigida a toda la población, incluyendo y considerando especialmente a niñas, niños y adolescentes, y que sirva para promover otro conjunto de políticas como los entornos escolares saludables, la restricción de marketing de alimentos de baja calidad nutricional, políticas impositivas, entre otras, tendientes a mejorar los entornos y prevenir las ECNT en toda la población (Allemandi et al., 2018).

En el año 2022, Argentina aprobó la reglamentación de la Ley 27642, de Promoción de la Alimentación Saludable, conocida popularmente como “Ley de etiquetado frontal”, que promueve la alimentación saludable mediante avisos en los envases de los productos. Tiene como objetivo garantizar el derecho a la salud y a una alimentación adecuada; dar información nutricional comprensible de los alimentos envasados y bebidas analcohólicas; advertir a los consumidores sobre los excesos de: azúcares, sodio, grasas saturadas, grasas totales y calorías; prevenir la malnutrición en la población y reducir las enfermedades crónicas no transmisibles.

Los alimentos y bebidas analcohólicas envasadas y comercializadas con nutrientes críticos y valor energético superiores a los valores establecidos en esta ley deben incluir en la cara principal un sello de advertencia indeleble por cada nutriente crítico en exceso según corresponda: “EXCESO EN AZUCARES”; “EXCESO EN SODIO”; “EXCESO EN GRASAS SATURADAS”; “EXCESO EN GRASAS TOTALES”; “EXCESO EN CALORIAS”.



“Evaluación del consumo de alimentos ultraprocesados según Sistema Nova, en niños de 3 a 5 años que asisten a la Unidad Educativa de Nivel Inicial N°222 “DE COLORES” de la ciudad de Paraná, durante el mes de Julio 2023.”

Si contiene edulcorantes, el envase debe contener debajo de los sellos de advertencia la siguiente leyenda: “CONTIENE EDULCORANTES, NO RECOMENDABLE EN NIÑOS/AS”.

Si contiene cafeína, el envase debe contener debajo de los sellos de advertencia la siguiente leyenda: “CONTIENE CAFEINA. EVITAR EN NIÑOS/AS”.

La ley prohíbe la publicidad, promoción y patrocinio de los alimentos y bebidas sin alcohol que contengan al menos un sello de advertencia dirigida a niños, niñas y adolescentes.

Los sujetos obligados⁽²⁾, tienen prohibido incluir personajes infantiles, animaciones, dibujos animados, celebridades, deportistas o mascotas, elementos interactivos, la entrega o promesa de entrega de obsequios, premios, regalos, accesorios, adhesivos juegos visual-espaciales, descargas digitales, o cualquier otro elemento, como así también la participación o promesa de participación en concursos, juegos, eventos deportivos, musicales, teatrales o culturales, que contengan al menos un (1) sello de advertencia o leyendas precautorias, según corresponda, que inciten, promuevan o fomenten el consumo, compra o elección de éste.

El Consejo Federal de Educación deberá promover la inclusión de los contenidos mínimos de educación alimentaria nutricional en los establecimientos educativos de nivel inicial, primario y secundario del país. Los alimentos y bebidas

⁽²⁾ Sujetos obligados: todas las personas, humanas o jurídicas, que fabriquen, produzcan, elaboren, fraccionen, envasen, encomienden envasar o fabricar, distribuyan, comercialicen, importen, pongan su marca o integren la cadena de comercialización de alimentos y bebidas analcohólicas de consumo humano en la República Argentina (Ministerio de Justicia y Derechos Humanos, 2022).



“Evaluación del consumo de alimentos ultraprocesados según Sistema Nova, en niños de 3 a 5 años que asisten a la Unidad Educativa de Nivel Inicial N°222 “DE COLORES” de la ciudad de Paraná, durante el mes de Julio 2023.”

analcohólicas que contengan al menos un sello de advertencia o leyendas precautorias no pueden ser vendidos ni promocionados en estos establecimientos (Ministerio de Justicia y Derechos Humanos, 2022).

Según los datos del mapa normativo de Argentina, Entre Ríos hasta el momento (septiembre 2023) no se pronunció sobre la ley de etiquetado frontal (Fundeps y Fundación Sanar, 2023).



“Evaluación del consumo de alimentos ultraprocesados según Sistema Nova, en niños de 3 a 5 años que asisten a la Unidad Educativa de Nivel Inicial N°222 “DE COLORES” de la ciudad de Paraná, durante el mes de Julio 2023.”

MATERIAL Y MÉTODO

- Localidad: Paraná, Entre Ríos.
- Fecha de realización: Julio 2023.
- Tipo de estudio: Para el cumplimiento de los objetivos previstos en la presente tesina, se llevó a cabo un estudio transversal, ya que analizamos la información obtenida a través de un análisis de consumo en un momento único en el tiempo y no se requirió de un control constante. El tipo de estudio fue descriptivo, buscó especificar características de la alimentación de los niños, con enfoque cuantitativo con recolección de datos.
- Población: Niños de 3 a 5 años que asisten a la Unidad Educativa de Nivel Inicial N°222 “DE COLORES” de la ciudad de Paraná.
- Muestra: 30 padres/madres/tutor/a responsables de la alimentación de los niños que asisten a la Unidad Educativa de Nivel Inicial N°222 “DE COLORES” de la ciudad de Paraná y que cumplieron con los criterios de inclusión.
- Criterios de inclusión:
 - Niños y niñas que asisten a la Unidad Educativa de Nivel Inicial N°222 “DE COLORES” de la ciudad de Paraná.
 - Niños y niñas de 3 a 5 años.
 - Padres, madres o tutores de los niños y niñas que dieron su consentimiento informado.
 - Padres, madres o tutores de los niños y niñas que quisieron completar la encuesta.
- Criterios de exclusión:



“Evaluación del consumo de alimentos ultraprocesados según Sistema Nova, en niños de 3 a 5 años que asisten a la Unidad Educativa de Nivel Inicial N°222 “DE COLORES” de la ciudad de Paraná, durante el mes de Julio 2023.”

- Niños y niñas que no asisten a la Unidad Educativa de Nivel Inicial N°222 “DE COLORES” de la ciudad de Paraná.
- Niños y niñas menos de 3 años y mayores de 5 años.
- Padres, madres o tutores de los niños y niñas que durante la investigación retiraron el consentimiento informado.
- Padres, madres o tutores de los niños y niñas que no quisieron completar la encuesta.
- Variables de estudio y su operacionalización:
 - Ingesta alimentaria: se determinó la ingesta alimentaria total del niño, y se clasificó según Sistema Nova.
 - Frecuencia de consumo de alimentos ultraprocesados: se determinó el porcentaje de alimentos UP que consumen los niños según las respuestas de la encuesta.
- Técnicas e instrumentos de recolección de datos:

En el presente trabajo la recolección de datos para medir las variables en estudio se realizó a través de una encuesta cuyo instrumento fue el cuestionario de frecuencia de consumo. Con respecto al cuestionario, éste fue elaborado por las alumnas, confeccionado con preguntas de opción múltiple sobre la ingesta alimentaria.

Se llevó a cabo de manera digital a través de la plataforma informática Formularios de Google. El mismo fue dinámico y sencillo de responder y les llegó a los padres a través de un enlace que fue enviado a la institución; la



“Evaluación del consumo de alimentos ultraprocesados según Sistema Nova, en niños de 3 a 5 años que asisten a la Unidad Educativa de Nivel Inicial N°222 “DE COLORES” de la ciudad de Paraná, durante el mes de Julio 2023.”

directora, junto a las docentes, se encargaron posteriormente de hacérselo llegar a los padres/ madres/tutores.

La recopilación y el análisis de los datos del cuestionario se realizó por medio del Formulario de Google y su correspondiente Hoja de Cálculo.

El diseño de los gráficos se confeccionó a través del Software Microsoft Excel Office 2019.

○ Unidades a utilizar:

➤ Recursos humanos:

- Alumnas de la carrera Licenciatura en Nutrición de la Universidad de Concepción del Uruguay, Centro Regional Santa Fe.
- Personal docente del jardín.
- Padres/madres/tutor/a de los niños y niñas de 3 a 5 años de la Unidad Educativa de Nivel Inicial N°222 “DE COLORES”.

➤ Recursos materiales:

- 2 notbook.
- Teléfonos celulares de las investigadoras, de la directora del jardín, de las docentes del jardín y de los responsables de completar la encuesta.
- Servicio de internet.



“Evaluación del consumo de alimentos ultraprocesados según Sistema Nova, en niños de 3 a 5 años que asisten a la Unidad Educativa de Nivel Inicial N°222 “DE COLORES” de la ciudad de Paraná, durante el mes de Julio 2023.”

PLAN DE TRABAJO

Para la realización de esta tesina de grado, se tuvo en cuenta el reglamento propuesto por la Universidad de Concepción del Uruguay. En una primera instancia se envió la carta de intención a la Lic. Stamatti Delfina, coordinadora de la carrera Licenciatura en Nutrición de la Universidad de Concepción del Uruguay. (Anexo I)

Una vez que se obtuvo el aval de la Universidad de Concepción del Uruguay, se procedió al planteamiento de las siguientes tareas, las cuales se desprenden de cada uno de los objetivos específicos:

Tarea 1: Determinar la ingesta de alimentos en niños.

Tarea 1.1: Elaboración del cuestionario (Anexo IV) destinado a los padres, madres o tutores de los niños y niñas que asisten a la Unidad Educativa N°222 “DE COLORES”.

Tarea 1.2: Envío de la solicitud de permiso al establecimiento educativo. (Anexo II)

Tarea 1.3: Envío de la Carta de Consentimiento informado a padres, madres o tutores de los niños. (Anexo III)

Tarea 1.4: Envío del cuestionario a través de un formulario de Google a padres, madres o tutores.

Tarea 1.5: Recopilación y análisis de los datos obtenidos del cuestionario para estimar la ingesta de alimentos de los niños.

Tarea 2: Clasificar los alimentos que consumen según Sistema Nova.



“Evaluación del consumo de alimentos ultraprocesados según Sistema Nova, en niños de 3 a 5 años que asisten a la Unidad Educativa de Nivel Inicial N°222 “DE COLORES” de la ciudad de Paraná, durante el mes de Julio 2023.”

Tarea 2.1: Recopilación y clasificación según Sistema Nova de los datos obtenidos en el cuestionario.

Tarea 3: Analizar el consumo de alimentos ultraprocesados en niños.

Tarea 3.1: Cuantificar los resultados obtenidos en porcentajes.

Tarea 3.2: Plasmar los resultados obtenidos a través de gráficas.

Tarea 3.3: Evaluar el porcentaje de consumo de alimentos ultraprocesados.



“Evaluación del consumo de alimentos ultraprocesados según Sistema Nova, en niños de 3 a 5 años que asisten a la Unidad Educativa de Nivel Inicial N°222 “DE COLORES” de la ciudad de Paraná, durante el mes de Julio 2023.”

RESULTADOS ALCANZADOS

La muestra estuvo conformada por 30 niños y niñas de 3 a 5 años que asisten a la Unidad Educativa de Nivel Inicial N°222 “DE COLORES” de la ciudad de Paraná, durante el mes de Julio 2023.

El gráfico 1 representa la distribución porcentual acerca de la edad de los niños/as de la muestra. Los niños/as de 3 años representan el 73% de la muestra; los niños/as de 4 años, representan el 27% de la muestra; mientras que los niños/as de 5 años, representan el 0% de la muestra.

Tabla I: Frecuencias absolutas y porcentuales de la edad de los niños/as.

| Categorías | Frecuencia Absoluta | Frecuencia Relativa |
|------------|---------------------|---------------------|
| 3 años | 22 | 73% |
| 4 años | 8 | 27% |
| 5 años | 0 | 0% |
| TOTAL | 30 | 100% |

GRÁFICO 1: Distribución porcentual de la edad de los niños/as de la muestra.



Gráfico de elaboración propia.



“Evaluación del consumo de alimentos ultraprocesados según Sistema Nova, en niños de 3 a 5 años que asisten a la Unidad Educativa de Nivel Inicial N°222 “DE COLORES” de la ciudad de Paraná, durante el mes de Julio 2023.”

Tabla II: Frecuencias absolutas y porcentuales del género de los niños/as de la muestra.

| Categorías | Frecuencia Absoluta | Frecuencia Relativa |
|------------|---------------------|---------------------|
| Femenino | 14 | 47% |
| Masculino | 16 | 53% |
| TOTAL | 30 | 100% |

El gráfico 2 representa el género de los niños/as, perteneciendo un 53% de la muestra al género masculino, mientras que el 47% restante, al género femenino.

GRÁFICO 2: Distribución porcentual del género de los niños/as de la muestra.

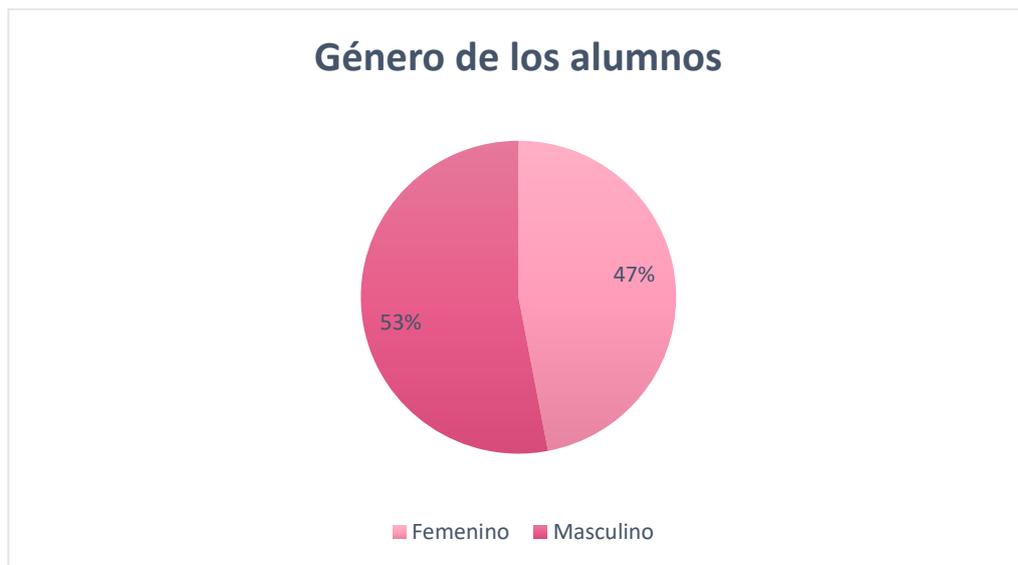


Gráfico de elaboración propia.

Para analizar el consumo de alimentos Ultraprocesados, analizamos la ingesta de alimentos de los niños/as a través de un cuestionario de frecuencia de consumo; a los resultados alcanzados los clasificamos según Sistema Nova, obteniendo así 4 tablas con sus respectivos gráficos.



“Evaluación del consumo de alimentos ultraprocesados según Sistema Nova, en niños de 3 a 5 años que asisten a la Unidad Educativa de Nivel Inicial N°222 “DE COLORES” de la ciudad de Paraná, durante el mes de Julio 2023.”

Tabla III: Frecuencias absolutas del consumo de Alimentos sin procesar o mínimamente procesados.

| Alimento | Frecuencia de Consumo | Cant de Alumnos | Frecuencia Relativa |
|--|------------------------|-----------------|---------------------|
| Huevos y/o carnes (vaca, pollo, cerdo y pescado) | No consume | 0 | 0% |
| | 1 a 2 veces por semana | 2 | 7% |
| | 3 a 4 veces por semana | 12 | 40% |
| | 5 a 7 veces por semana | 16 | 53% |
| Frutas | No consume | 3 | 10% |
| | 1 a 2 veces por semana | 5 | 17% |
| | 3 a 4 veces por semana | 13 | 43% |
| | 5 a 7 veces por semana | 9 | 30% |
| Verduras | No consume | 4 | 13% |
| | 1 a 2 veces por semana | 7 | 23% |
| | 3 a 4 veces por semana | 16 | 54% |
| | 5 a 7 veces por semana | 3 | 10% |

El gráfico 3 representa la cantidad de alumnos que consumen cada grupo de los *Alimentos sin procesar o mínimamente procesados*. En cuanto a el grupo de huevos y/o carnes, ninguna familia manifestó que los niños/as no los consumen, 2 expresaron que los consumen de 1 a 2 veces por semana, 12 los consumen de 3 a 4 veces por semana, mientras que 16 los consumen de 5 a 7 veces por semana. Con lo que respecta a las frutas, 3 familias manifestaron no consumirlas, 5 las consumen de 1 a 2 veces por semana, 13 niños/as las consumen de 3 a 4 veces por semana, y los 9 restantes, las consumen de 5 a 7 veces por semana. Por último, en cuanto a las verduras, 4 familias expresaron que los niños/as no las consumen, 7 las consumen de 1 a 2 veces por semana, 16 las consumen de 3 a 4 veces por semana, mientras que sólo 3 las consumen de 5 a 7 veces por semana.



“Evaluación del consumo de alimentos ultraprocesados según Sistema Nova, en niños de 3 a 5 años que asisten a la Unidad Educativa de Nivel Inicial N°222 “DE COLORES” de la ciudad de Paraná, durante el mes de Julio 2023.”

GRÁFICO 3: Distribución de frecuencia de consumo de Alimentos sin procesar o mínimamente procesados.

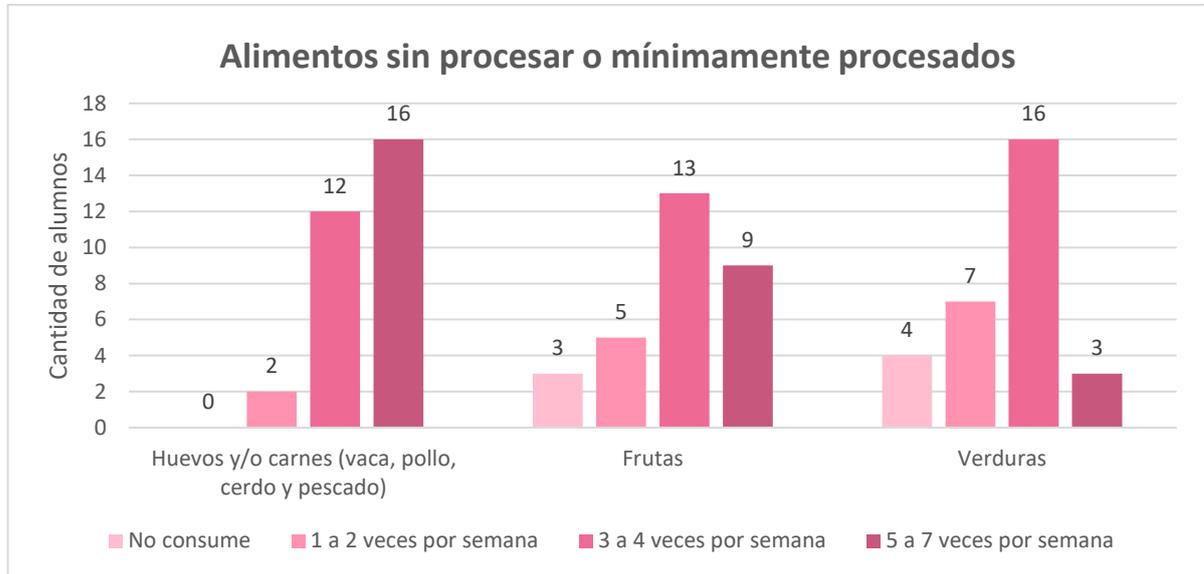


Gráfico de elaboración propia.

Tabla IV: Frecuencias absolutas del consumo de Ingredientes culinarios procesados.

| Alimento | Frecuencia de Consumo | Cant de Alumnos | Frecuencia Relativa |
|--|------------------------|-----------------|---------------------|
| Aceites y grasas (sin cocción, para condimentar) | No consume | 12 | 40% |
| | 1 a 2 veces por semana | 13 | 44% |
| | 3 a 4 veces por semana | 4 | 13% |
| | 5 a 7 veces por semana | 1 | 3% |

El gráfico 4 representa la frecuencia de consumo de los niños/as, con respecto a los *Ingredientes culinarios procesados*; este grupo incluye las grasas y aceites, donde 12 familias manifestaron que los niños/as no los consumen, 13 expresaron consumirlo de 1 a 2 veces por semana, 4 los consumen de 3 a 4 veces por semana, mientras que sólo una familia señaló que el niño/a lo consume de 5 a 7 veces por semana.



“Evaluación del consumo de alimentos ultraprocesados según Sistema Nova, en niños de 3 a 5 años que asisten a la Unidad Educativa de Nivel Inicial N°222 “DE COLORES” de la ciudad de Paraná, durante el mes de Julio 2023.”

GRÁFICO 4: Distribución de frecuencia de consumo de Ingredientes culinarios procesados.

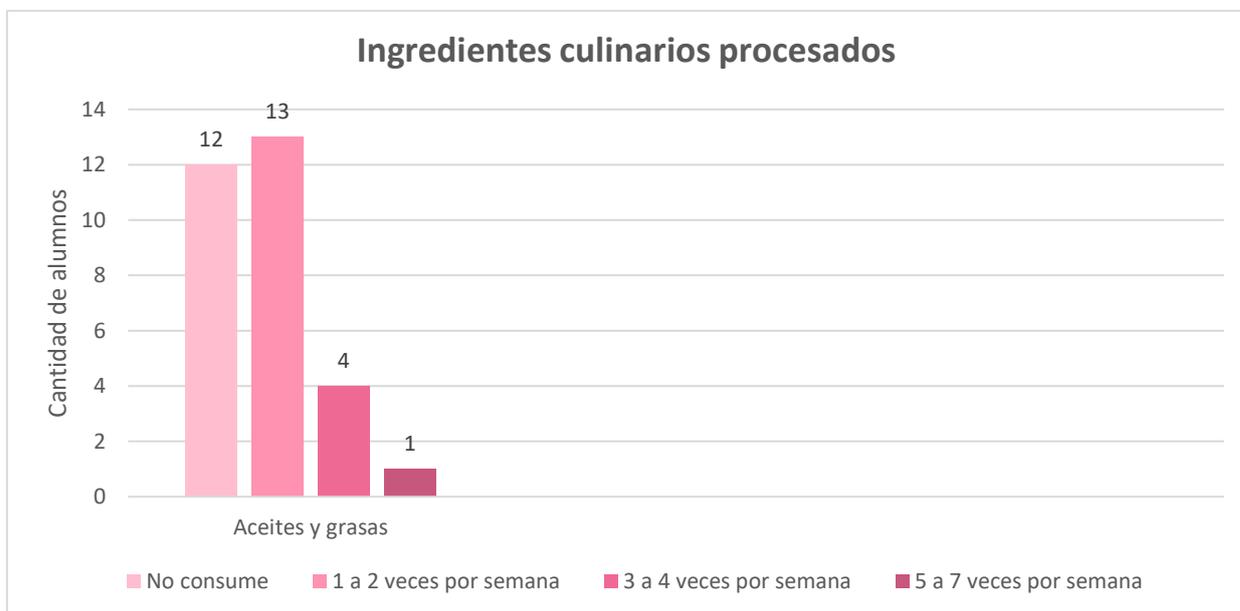


Gráfico de elaboración propia.

Tabla V: Distribución de frecuencia de consumo de Alimentos procesados.

| Alimento | Frecuencia de Consumo | Cant de Alumnos | Frecuencia Relativa |
|--|------------------------|-----------------|---------------------|
| Lácteos (leche, yogurt (natural) y/o queso) | No consume | 0 | 0% |
| | 1 a 2 veces por semana | 2 | 6% |
| | 3 a 4 veces por semana | 5 | 17% |
| | 5 a 7 veces por semana | 23 | 77% |
| Legumbres y cereales (pan, arroz, fideos, etc.) | No consume | 1 | 3% |
| | 1 a 2 veces por semana | 6 | 20% |
| | 3 a 4 veces por semana | 14 | 47% |
| | 5 a 7 veces por semana | 9 | 30% |
| Enlatados (legumbres como choclo, tomate; o fruta) | No consume | 19 | 63% |
| | 1 a 2 veces por semana | 6 | 20% |
| | 3 a 4 veces por semana | 3 | 10% |
| | 5 a 7 veces por semana | 2 | 7% |

El gráfico 5 representa la frecuencia de consumo de el grupo *Alimentos Procesados*; en cuanto a los lácteos, podemos destacar que ningún encuestado expresó no consumirlos, 2 familias señalaron que los niños/as los consumen de 1 a 2



“Evaluación del consumo de alimentos ultraprocesados según Sistema Nova, en niños de 3 a 5 años que asisten a la Unidad Educativa de Nivel Inicial N°222 “DE COLORES” de la ciudad de Paraná, durante el mes de Julio 2023.”

veces por semana, 5 los consumen de 3 a 4 veces por semana, mientras que 23 refirieron consumirlos de 5 a 7 veces por semana; en lo que respecta a el grupo de legumbres y cereales, sólo 1 familia manifestó que el niño/a no los consume, 6 los consumen de 1 a 2 veces por semana, 14 fueron las que expresaron consumirlos de 3 a 4 veces por semana, y 9 los consumen de 5 a 7 veces por semana; por último, con respecto a los enlatados, 19 familias alegaron que los niños/as no los consumen, 6 los consumen de 1 a 2 veces por semana, 3 expresaron consumirlos de 3 a 4 veces por semana y 2 de 5 a 7 veces por semana.

GRÁFICO 5: Distribución de frecuencia de consumo de Alimentos procesados.

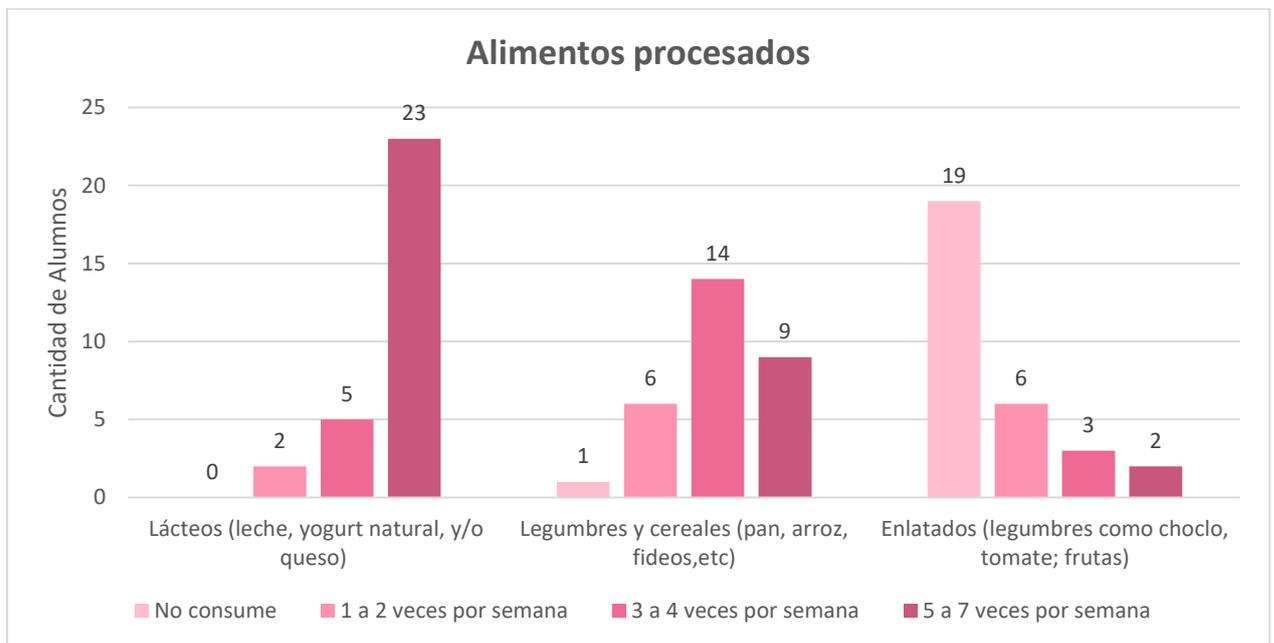


Gráfico de elaboración propia.



“Evaluación del consumo de alimentos ultraprocesados según Sistema Nova, en niños de 3 a 5 años que asisten a la Unidad Educativa de Nivel Inicial N°222 “DE COLORES” de la ciudad de Paraná, durante el mes de Julio 2023.”

Tabla VI: Distribución de frecuencia de consumo de Alimentos ultraprocesados.

| Alimento | Frecuencia de Consumo | Cant de Alumnos | Frec. Relativa |
|--|------------------------|-----------------|----------------|
| Fiambres y embutidos | No consume | 16 | 54% |
| | 1 a 2 veces por semana | 13 | 43% |
| | 3 a 4 veces por semana | 1 | 3% |
| | 5 a 7 veces por semana | 0 | 0% |
| Facturas y productos de panadería | No consume | 2 | 6% |
| | 1 a 2 veces por semana | 20 | 67% |
| | 3 a 4 veces por semana | 8 | 27% |
| | 5 a 7 veces por semana | 0 | 0% |
| Dulces/golosinas (helados, caramelos, gomitas, chupetines, chocolates, bombones) | No consume | 5 | 17% |
| | 1 a 2 veces por semana | 10 | 33% |
| | 3 a 4 veces por semana | 12 | 40% |
| | 5 a 7 veces por semana | 3 | 10% |
| Cereales (anillitos frutales, almohaditas, copos de cereales, bolitas de chocolate) | No consume | 8 | 27% |
| | 1 a 2 veces por semana | 9 | 30% |
| | 3 a 4 veces por semana | 9 | 30% |
| | 5 a 7 veces por semana | 4 | 13% |
| Galletitas dulces, alfajores, turrón | No consume | 0 | 0% |
| | 1 a 2 veces por semana | 9 | 30% |
| | 3 a 4 veces por semana | 15 | 50% |
| | 5 a 7 veces por semana | 6 | 20% |
| Snacks y productos de copetín (papas fritas, chizitos, palitos salados, conitos, doritos, saladix, etc.) | No consume | 11 | 37% |
| | 1 a 2 veces por semana | 17 | 57% |
| | 3 a 4 veces por semana | 2 | 6% |
| | 5 a 7 veces por semana | 0 | 0% |
| Bebidas azucaradas (gaseosas, aguas saborizadas, jugos y jugos en polvo) | No consume | 12 | 40% |
| | 1 a 2 veces por semana | 10 | 34% |
| | 3 a 4 veces por semana | 4 | 13% |
| | 5 a 7 veces por semana | 4 | 13% |
| Postres (gelatina, flan, mousse o postrecitos) | No consume | 12 | 40% |
| | 1 a 2 veces por semana | 13 | 43% |
| | 3 a 4 veces por semana | 3 | 10% |
| | 5 a 7 veces por semana | 2 | 7% |
| Aderezos (mayonesa, ketchup, mostaza, salsa golf) | No consume | 12 | 40% |
| | 1 a 2 veces por semana | 11 | 37% |
| | 3 a 4 veces por semana | 5 | 17% |
| | 5 a 7 veces por semana | 2 | 6% |
| Salchichas y congelados (hamburguesas, patitas, Nuggets, formitas, etc.) | No consume | 11 | 37% |
| | 1 a 2 veces por semana | 14 | 47% |
| | 3 a 4 veces por semana | 4 | 13% |
| | 5 a 7 veces por semana | 1 | 3% |



“Evaluación del consumo de alimentos ultraprocesados según Sistema Nova, en niños de 3 a 5 años que asisten a la Unidad Educativa de Nivel Inicial N°222 “DE COLORES” de la ciudad de Paraná, durante el mes de Julio 2023.”

El gráfico 6 representa la frecuencia de consumo de los *Productos Ultraprocesados* por parte de los niños/as. En lo que respecta al grupo de fiambres y embutidos, 16 familias expresaron que los niños/as no los consumen, 13 alegaron que los consumen de 1 a 2 veces por semana, sólo 1 niño/a lo consume 3 a 4 veces por semana, mientras que ninguna familia refirió que los niños/as los consumen de 5 a 7 veces por semana.

En cuanto a facturas y productos de panadería, 2 familias manifestaron que los niños/as no consumen, 20 manifestaron que las consumen 1 a 2 veces por semana, 8 los consumen de 3 a 4 veces por semana, y ningún encuestado expresó que el niño/a los consuma de 5 a 7 veces por semana.

Del grupo de dulces y golosinas, 5 familias refirieron no consumirlos, 10 niños/as las consumen 1 a 2 veces por semana, 12 manifiestan un consumo de 3 a 4 veces por semana, y 3 los consumen de 5 a 7 veces por semana.

8 familias refirieron que el niño/a no consume cereales, 9 los consumen de 1 a 2 veces por semana, igual número de familias expresaron que el niño/a tiene un consumo de 3 a 4 veces por semana, y los 4 restantes, los consumen de 5 a 7 veces por semana.

Sobre la frecuencia de consumo de galletitas dulces, alfajores y turrón, ninguna familia manifestó que el niño/a no los consume, 9 los consumen 1 a 2 veces por semana, 15 expresaron consumirlos 3 a 4 veces por semana y 6 los consumen de 5 a 7 veces por semana.



“Evaluación del consumo de alimentos ultraprocesados según Sistema Nova, en niños de 3 a 5 años que asisten a la Unidad Educativa de Nivel Inicial N°222 “DE COLORES” de la ciudad de Paraná, durante el mes de Julio 2023.”

En lo que concierne a snacks y productos de copetín, 11 familias expresaron no consumirlos, 17 niños/as los consumen 1 a 2 veces por semana, 2 los consumen 3 a 4 veces por semana, mientras que ninguno los consume de 5 a 7 veces por semana.

En lo que refiere a las bebidas azucaradas, 12 familias alegaron que los niños/as no consumen, 10 las consumen 1 a 2 veces por semana, 4 expresaron consumirlos 3 a 4 veces por semana, misma cantidad que los que consumen de 5 a 7 veces por semana.

Sobre los postres, 12 familias refirieron que los niños/as no tienen consumo de este grupo, 13 los consumen con una frecuencia de 1 a 2 veces por semana, 3 los consumen 3 a 4 veces por semana, mientras que 2 los consumen de 5 a 7 veces por semana.

Respecto a los aderezos, 12 familias marcaron que los niños/as no los consumen, 11 los consumen 1 a 2 veces por semana, 5 manifestaron consumirlos 3 a 4 veces por semana y 2 los consumen 5 a 7 veces por semana.

Por último, lo que concierne a salchichas y congelados, 11 fueron las familias que expresaron que los niños/as no consumen, 14 los consumen de 1 a 2 veces por semana, 4 refirieron consumir 3 a 4 veces por semana y una sola familia manifestó que el niño/a los consume de 5 a 7 veces por semana.



“Evaluación del consumo de alimentos ultraprocesados según Sistema Nova, en niños de 3 a 5 años que asisten a la Unidad Educativa de Nivel Inicial N°222 “DE COLORES” de la ciudad de Paraná, durante el mes de Julio 2023.”

GRÁFICO 6: Distribución de frecuencia de consumo de Alimentos ultraprocesados.

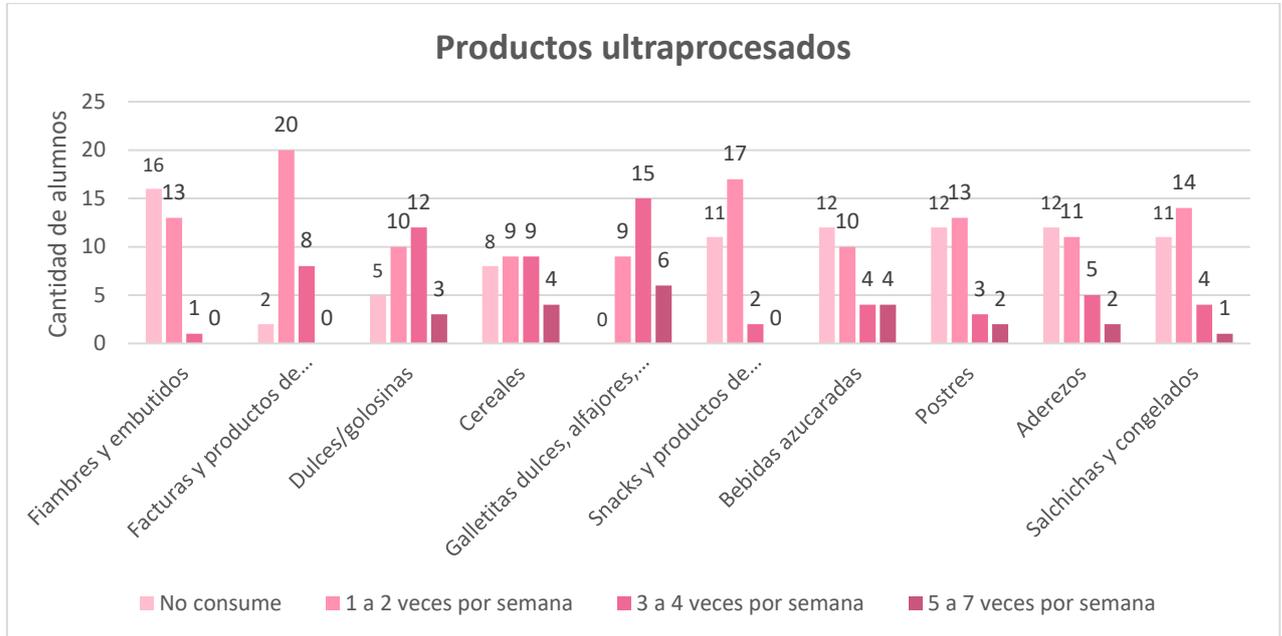


Gráfico de elaboración propia.

Tabla VII: Frecuencias absolutas y porcentuales de lo que suelen llevar los niños/as de merienda.

| Categorías | Frecuencia Absoluta | Frecuencia Relativa |
|-------------------------------|---------------------|---------------------|
| Nada | 0 | 0% |
| Fruta | 1 | 3% |
| Turrón o barrita de cereal | 1 | 3% |
| Cereales | 3 | 10% |
| Galletitas dulces o saladas | 19 | 63% |
| Snacks o productos de copetín | 0 | 0% |
| Galletitas o budines caseros | 1 | 3% |
| Golosinas | 0 | 0% |
| Yogurt | 5 | 17% |
| TOTAL | 30 | 100% |

El gráfico 7 representa la distribución porcentual sobre las opciones de merienda que suelen llevar los niños/as al jardín; en su mayoría, un 63% llevan galletitas dulces o saladas, en orden decreciente, la opción que le sigue con un 17%



“Evaluación del consumo de alimentos ultraprocesados según Sistema Nova, en niños de 3 a 5 años que asisten a la Unidad Educativa de Nivel Inicial N°222 “DE COLORES” de la ciudad de Paraná, durante el mes de Julio 2023.”

es yogurt, un 10% de las familias les envían cereales, un 3% refirió llevar fruta, turrón o barrita de cereal y en igual cantidad, galletitas o budines caseros, mientras que las opciones que no fueron elegidas por ninguna familia, con un 0%, fueron: nada, snacks o productos de copetín y golosinas.

GRÁFICO 7: Distribución porcentual sobre lo que suelen llevar los alumnos al jardín.

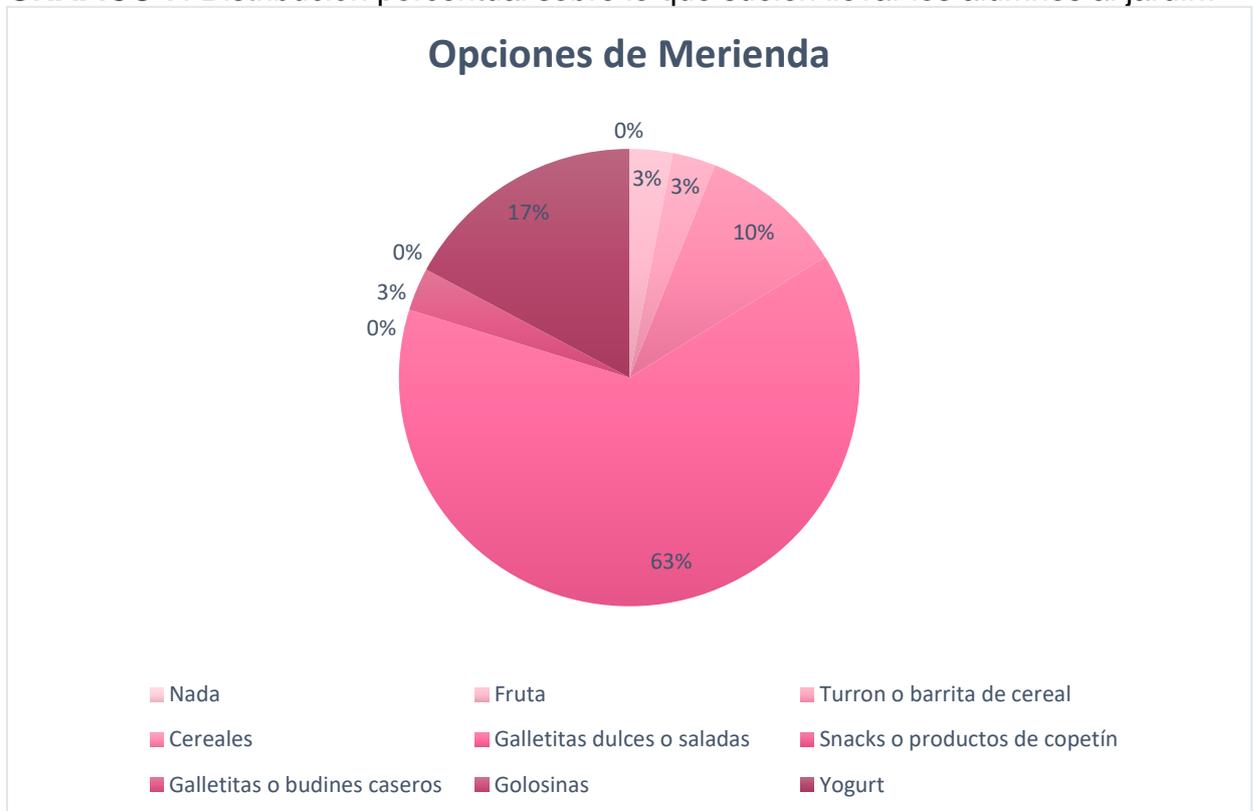


Gráfico de elaboración propia.

Tabla VIII: Frecuencias absolutas y porcentuales de lo que suelen tomar los niños/as durante el día.

| Categorías | Frecuencia Absoluta | Frecuencia Relativa |
|-----------------|---------------------|---------------------|
| Agua | 24 | 80% |
| Agua saborizada | 1 | 3% |
| Gaseosa | 0 | 0% |
| Jugos | 5 | 17% |
| TOTAL | 30 | 100% |



“Evaluación del consumo de alimentos ultraprocesados según Sistema Nova, en niños de 3 a 5 años que asisten a la Unidad Educativa de Nivel Inicial N°222 “DE COLORES” de la ciudad de Paraná, durante el mes de Julio 2023.”

El gráfico 8 representa la distribución porcentual de lo que suelen tomar los niños/as durante el día, las opciones eran agua, agua saborizada, gaseosas y jugos, los porcentajes arrojados fueron 80%, 3%, 0% y 17% respectivamente.

GRÁFICO 8: Distribución porcentual de lo que suelen tomar los niños/as durante el día.

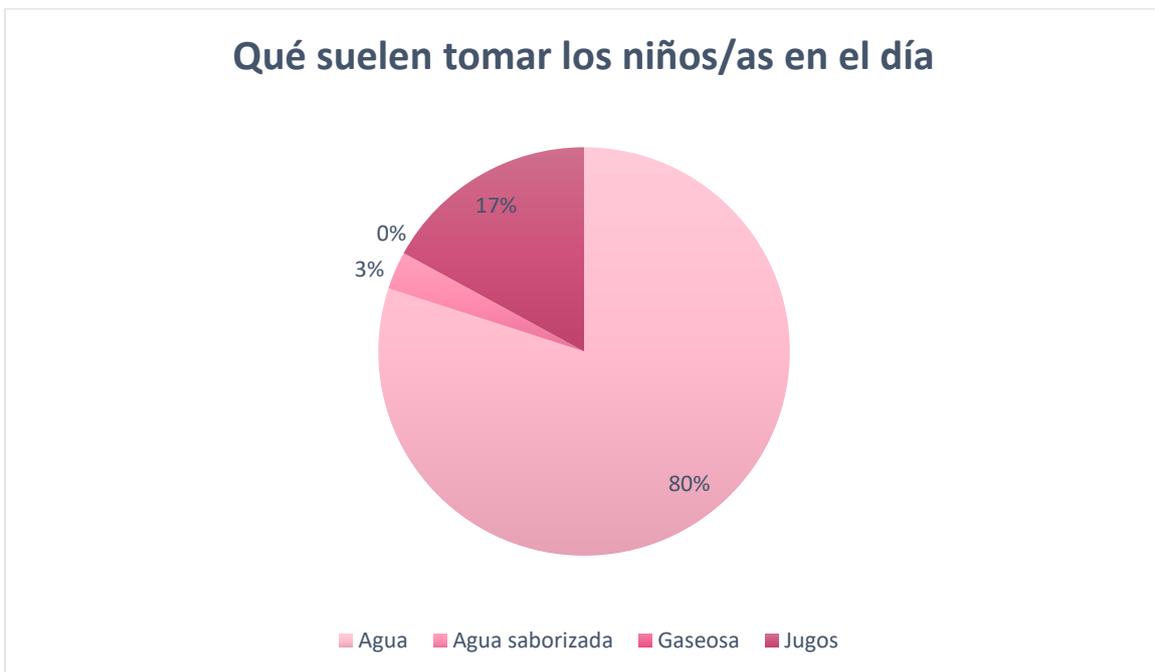


Gráfico de elaboración propia.



“Evaluación del consumo de alimentos ultraprocesados según Sistema Nova, en niños de 3 a 5 años que asisten a la Unidad Educativa de Nivel Inicial N°222 “DE COLORES” de la ciudad de Paraná, durante el mes de Julio 2023.”

DISCUSIÓN

Luego de determinar la ingesta de alimentos de los niños y niñas, se clasificaron los datos obtenidos según Sistema Nova y se analizó el consumo de alimentos ultraprocesados. Se estudiaron los datos recolectados en el trabajo de campo y se compararon los mismos con otras investigaciones semejantes.

El objetivo general de la presente tesina fue evaluar el consumo de alimentos ultraprocesados según Sistema Nova, en niños de 3 a 5 años que asisten a la Unidad Educativa de Nivel Inicial N°222 “DE COLORES” de la ciudad de Paraná.

Se ha demostrado que la población en estudio presenta un tipo de alimentación donde, si bien el consumo de alimentos ultraprocesados no es diario, la mayoría de los niños/as los consumen más de 2 veces por semana, siendo ésta una frecuencia demasiado elevada, teniendo en cuenta la etapa de desarrollo en la que se encuentran los niños/as y las recomendaciones dietéticas necesarias para un óptimo crecimiento y desarrollo.

Si bien, en el estudio realizado por Moszoro y Paiz (2017), encontramos similitudes en cuanto a un elevado consumo de productos ultraprocesados por parte de los niños, también encontramos discrepancias en el hecho de que ellas compararon sus resultados calculando kcal y VET de la alimentación de los niños.

En el estudio de García Huamani (2016), se observó un patrón en la alimentación de los niños similar al observado en nuestro estudio, en dicha investigación se evidenció que un 86,6% de los chicos consumen ultraprocesados en el colegio, siendo mayormente las gaseosas, cereales, papas fritas, galletitas saladas



“Evaluación del consumo de alimentos ultraprocesados según Sistema Nova, en niños de 3 a 5 años que asisten a la Unidad Educativa de Nivel Inicial N°222 “DE COLORES” de la ciudad de Paraná, durante el mes de Julio 2023.”

y chocolates los más elegidos, con una frecuencia de 2 o más veces por semana; en nuestro estudio, un 90% de los niños/as evidenció llevar para merienda al jardín productos ultraprocesados, siendo galletitas dulces o saladas, yogures industriales y cereales las opciones más elegidas, junto con otros productos ultraprocesados que también consumen más de 2 veces por semana. Si bien los resultados son similares, en el estudio comparado, la muestra es de niños entre 8 y 10 años, siendo la de nuestro trabajo, niños de 3 a 5 años.

En cuanto al estudio realizado por Meza Miranda y Núñez Martínez (2020), podemos ver similitudes en el hecho de que también clasificaron la alimentación de los niños según Sistema Nova, si bien ellos sólo hicieron hincapié en el total de Sodio, azúcares y grasas consumidas en los ultraprocesados, encontramos semejanzas en cuanto a que el total de ultraprocesados con al menos un nutriente crítico consumido por parte de los niños es alto, por lo que se sugiere evitar al máximo su consumo.

En el trabajo de investigación de Berón et al. (2022), obtuvieron a partir de un recordatorio de 24 hs que el 50% de los niños consumieron 3 o más productos con exceso de alguno de los nutrientes vinculados con enfermedades no transmisibles. Llegando a la conclusión de que al menos 9 de cada 10 niños consumen productos con exceso, de al menos 1 nutriente crítico. En concordancia con nuestro estudio, al clasificar los alimentos según Sistema Nova, y después de analizar los resultados obtenidos de el cuestionario de frecuencia de consumo, también podemos evidenciar que los productos ultraprocesados, son consumidos más de 1 vez por semana por parte de los niños.



“Evaluación del consumo de alimentos ultraprocesados según Sistema Nova, en niños de 3 a 5 años que asisten a la Unidad Educativa de Nivel Inicial N°222 “DE COLORES” de la ciudad de Paraná, durante el mes de Julio 2023.”

CONCLUSIONES

Luego de analizar los resultados obtenidos mediante esta investigación, podemos concluir que:

La muestra total fue de 30 niños/as que asisten a la Unidad Educativa de Nivel Inicial N°222 “DE COLORES” de la ciudad de Paraná. Con respecto al rango etario, predominó una participación de 73% de niños/as de 3 años y un 27% de 4 años, destacándose la presencia del genero masculino (53%) frente al femenino (47%).

Con respecto a la frecuencia de consumo de Alimentos Ultraprocesados pudimos observar que es alarmante el alto consumo de los grupos de dulces y golosinas, cereales y galletitas dulces, ya que estos son los consumidos con mayor frecuencia, siendo además la de galletitas dulces y saladas, la opción más elegida para llevar de merienda al jardín, con un 63%, en contraposición de las frutas, que sólo un 3% las elige.

En cuanto a las facturas y productos de panadería son consumidas por un 67% de 1 a 2 veces por semana, con la misma frecuencia, un 43% de los niños/as consume postres como gelatinas, flan, mousse o postrecitos.

Aproximadamente un 50% de los encuestados consumen salchichas y congelados por lo menos 1 vez por semana. A su vez, el grupo de fiambres y embutidos y el de aderezos, es el consumido con menor frecuencia.

El Agua fue la bebida más elegida en un 80%, frente a el agua saborizada, las gaseosas y jugos.



“Evaluación del consumo de alimentos ultraprocesados según Sistema Nova, en niños de 3 a 5 años que asisten a la Unidad Educativa de Nivel Inicial N°222 “DE COLORES” de la ciudad de Paraná, durante el mes de Julio 2023.”

Respecto a los lácteos, estos son consumidos a diario por un 77% de la muestra; huevos y carnes son consumidos por la mayoría con una alta frecuencia semanal, cabe destacar, en cuanto a frutas y verduras, que, si bien estas son consumidas por la mayoría de los niños/as, las frecuencias de consumo que mas se repiten, son muy similares a la de alimentos ultraprocesados.

En pocas palabras y para concluir, seria de gran importancia la educación alimentaria nutricional a la población a cerca del consumo de alimentos ultraprocesados para que la elección de los mismos sea consciente.



“Evaluación del consumo de alimentos ultraprocesados según Sistema Nova, en niños de 3 a 5 años que asisten a la Unidad Educativa de Nivel Inicial N°222 “DE COLORES” de la ciudad de Paraná, durante el mes de Julio 2023.”

LIMITACIONES

Como principal limitación se podría señalar el reducido tamaño muestral, ya que nuestra población fue sólo de 30 padres, madres o tutor/es responsables de la alimentación de los niños/as, por lo que los resultados obtenidos no serían muy representativos.

Al realizar el cuestionario de frecuencia de consumo semanal, no pudimos cuantificar la cantidad de veces al día que se consume determinado alimento ultraprocesado, ni la porción consumida de este.

Y, por último, al utilizar como instrumento de medición una encuesta, los resultados dependen de la veracidad de las respuestas.



“Evaluación del consumo de alimentos ultraprocesados según Sistema Nova, en niños de 3 a 5 años que asisten a la Unidad Educativa de Nivel Inicial N°222 “DE COLORES” de la ciudad de Paraná, durante el mes de Julio 2023.”

RECOMENDACIONES

Teniendo en cuenta los resultados obtenidos en nuestra investigación, mencionamos algunas recomendaciones que nos parecen pertinentes y de competencia de una Licenciada en Nutrición.

Debido a robusta evidencia que nos respalda, consideramos que, sin información y capacitación continua a los adultos a cargo de las infancias, no es posible acceder a una alimentación saludable y nutritiva que actúe de manera preventiva hacia el desarrollo de enfermedades crónicas no transmisibles.

Dentro de esos adultos responsables e intervinientes en el desarrollo del vínculo con la alimentación, contemplamos tanto a padres, madres, tutores, docentes y personal del jardín. Al grupo anteriormente nombrado, recomendamos realizar instancias de capacitación continua en educación alimentaria como talleres o charlas informativas respecto a la importancia de la alimentación saludable en esta primera infancia y lo contraproducente del consumo habitual de ultraprocesados.

Por otro lado, es de suma importancia que la provincia de Entre Ríos, desde el poder legislativo, como así también el Honorable Concejo Deliberante en la ciudad de Paraná puedan iniciar acciones tendientes a la adhesión a la nueva Ley de Promoción de la Alimentación Saludable³, para que, una vez generado el avance, desde lo normativo cada ministerio y/o secretaria pueda impulsar proyectos destinados a la educación en alimentación saludable.

³ Ley explicada en página 27



“Evaluación del consumo de alimentos ultraprocesados según Sistema Nova, en niños de 3 a 5 años que asisten a la Unidad Educativa de Nivel Inicial N°222 “DE COLORES” de la ciudad de Paraná, durante el mes de Julio 2023.”

CONSIDERACIONES ÉTICAS

La investigación fue realizada por dos estudiantes, Nuñez Mauro, Marianela Giuliana y Tropini, Maia, de la carrera Licenciatura en Nutrición de la Universidad de Concepción del Uruguay, Facultad de Ciencias Médicas, bajo el consentimiento de la misma.

Esta investigación se conformó por principios científicos aceptados y se apoyó en un profundo conocimiento de la bibliografía científica, así como en otras fuentes de información pertinentes. Obedeció a los principios éticos de la Declaración de Helsinki (Asociación Médica Mundial, 2013).

En primera instancia, para llevar a cabo la investigación, se solicitó autorización a la Unidad Educativa de Nivel Inicial N°222 “DE COLORES” de la ciudad de Paraná, para realizar dicho trabajo en el lugar mencionado (Anexo II).

Posteriormente, previo a la realización del trabajo, se solicitó autorización por escrito a los padres/madres/tutores, mediante una carta de consentimiento informado (Anexo III) donde se les explicó el propósito de la investigación, la descripción del procedimiento a llevar a cabo, y la confidencialidad de la información obtenida, siendo en todo momento voluntaria su participación.

Los resultados obtenidos en esta investigación no serán divulgados públicamente, sino que se utilizaron con el fin de desarrollar el proyecto de Tesina final de la carrera.



“Evaluación del consumo de alimentos ultraprocesados según Sistema Nova, en niños de 3 a 5 años que asisten a la Unidad Educativa de Nivel Inicial N°222 “DE COLORES” de la ciudad de Paraná, durante el mes de Julio 2023.”

BIBLIOGRAFIA

- Abeyá Gilardon, Enrique O., Calvo, Elvira B., Durán, Pablo., Longo, Elsa N., Mazza, Carmen. (2009). Evaluación del estado nutricional de niñas, niños y embarazadas mediante antropometría. Buenos Aires: Ministerio de Salud de la Nación. Recuperado de: <https://cesni-biblioteca.org/archivos/manual-evaluacionnutricional.pdf? t=1587919707>
- Allemandi, L., Tiscornia, M. V., Castronuovo, L., y Guarnieri, L. (2018). Etiquetado frontal de productos alimenticios en Argentina. *Salud colectiva*, 14, 645-648.
- Araujo Batalha, M., Teixeira da Cunha França, A. K., Oliveira da Conceição, S. I., Miranda dos Santos, A., Silva, F. S., Lopes Padilha, L., & Moura da Silva, A. A. (2017). *Processed and ultra-processed food consumption among children aged 13 to 35 months and associated factors. Cadernos de Saúde Pública*, 33(11). doi: 10.1590/0102-311X00152016.
- Berón, C., Toledo, C., Köncke, F., Klaczko, I., Carriquiry, A., Cediél, G., & Gomes, F.S. (2022). Productos procesados y ultraprocesados y su relación con la calidad de la dieta en niños. *Revista Panamericana de Salud Pública*, 46 (67), doi:10.26633/RPSP.2022.67
- De Girolami, D.H. (2014). *Fundamentos de valoración nutricional y composición corporal*. Buenos Aires: El Ateneo.
- Departamento de Enfermedades No Transmisibles y Salud Mental. (2015). *Alimentos y bebidas ultraprocesados en América Latina: tendencias, efecto sobre la obesidad*



“Evaluación del consumo de alimentos ultraprocesados según Sistema Nova, en niños de 3 a 5 años que asisten a la Unidad Educativa de Nivel Inicial N°222 “DE COLORES” de la ciudad de Paraná, durante el mes de Julio 2023.”

e implicaciones para las políticas públicas. Recuperado de https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/7698/9789275318645_esp.pdf

Drake, I., Abeyá Gilardon, E., Mangialavori, G., & Biglieri, A. (2018). Descripción del consumo de nutrientes según el nivel de procesamiento industrial de los alimentos. Encuesta Nacional de Nutrición y Salud – 2005. *Sociedad Argentina de Pediatría*, 116 (5), 345-352.

Fajardo, A., Martínez, C., Moreno, Z., Villaveces, M., & Céspedes, J. (2020). Percepción sobre alimentación saludable en cuatro instituciones escolares. *Revista Colombiana de Cardiología*, 27(1), 49-54. doi: 10.1016/j.rccar.2018.08.010

Fundeps & Fundación Sanar. (2023). *Mapa normativo en Argentina*. Recuperado de <https://www.etiquetadoenargentina.org/entrierios>

García Huamani, M.M. (2016). *Relación entre consumo de alimentos ultra procesados del quiosco escolar e índice de masa corporal en estudiantes de nivel primaria de una institución educativa del Cercado de Lima*. Tesis de licenciatura no publicada, Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Lima, Perú.

Hassink, S.G. (2007). *Obesidad Infantil*. Buenos Aires, Argentina: Panamericana.

Instituto Nacional de Estadísticas y Censos. (2022). *Incidencia de la pobreza y la indigencia en 31 aglomerados urbanos*. Recuperado de https://www.indec.gob.ar/uploads/informesdeprensa/eph_pobreza_03_2302A7EB_AFE4.pdf



“Evaluación del consumo de alimentos ultraprocesados según Sistema Nova, en niños de 3 a 5 años que asisten a la Unidad Educativa de Nivel Inicial N°222 “DE COLORES” de la ciudad de Paraná, durante el mes de Julio 2023.”

López, L.B., & Suarez, M.M. (2005). *Fundamentos de nutrición normal*. Buenos Aires: El ateneo.

Lorenzo, J., Guidoni, M.E., Díaz, M., Marenzi, M.S., Lestingi, M.E., Lasitiva, J., Isely, M.B., Bozal, A., Bondarczuk, B. (2015). *Nutrición del niño sano*. Buenos Aires: Corpus Libros Médicos y Científicos.

Macías, A.I., Gordillo, L.G. & Camacho, E.J. (2012). Hábitos alimentarios de niños en edad escolar y el papel de la educación para la salud. *Revista chilena de nutrición*, 39(3), 40-43.

Medina Alva M.D.P, Kahn I.C., Muñoz Huerta P., Leyva Sánchez, J., Moreno Calixto, J, & Vega Sánchez, S. M. (2015). Neurodesarrollo infantil: características normales y signos de alarma en el niño menor de cinco años. *Revista Peruana de Medicina Experimental y Salud Pública*, 32, 565-573.

Meza Miranda, E.R., & Nuñez Martinez, B.E. (2020). Nutrientes críticos de los alimentos procesados y ultraprocesados destinados a los niños y su adecuación al perfil de la Organización Panamericana de la Salud. *Revista Española de Nutrición Humana y Dietética*, 25 (2), 128-142.

Ministerio de Justicia y Derechos Humanos. (2022). *Ley de etiquetado frontal*.

Recuperado

de

<https://www.argentina.gob.ar/justicia/derechofacil/leysimple/salud/ley-de-etiquetado-frontal>



“Evaluación del consumo de alimentos ultraprocesados según Sistema Nova, en niños de 3 a 5 años que asisten a la Unidad Educativa de Nivel Inicial N°222 “DE COLORES” de la ciudad de Paraná, durante el mes de Julio 2023.”

Ministerio de Salud de la Nación (2016). *Guías alimentarias para la población Argentina*. Recuperado de <https://bancos.salud.gob.ar/recurso/guias-alimentarias-para-la-poblacion-argentina>

Ministerio de Salud y Desarrollo Social (2019). *2° Encuesta Nacional de Nutrición y Salud*. Recuperado de https://cesni-biblioteca.org/wp-content/uploads/2019/10/0000001565cnt-ennys2_resumen-ejecutivo-20191.pdf

Moreno Villares, J.M., & Galiano Segovia, M.J. (2015) Alimentación del niño preescolar, escolar y del adolescente. *Revista Pediatría Integral*, 4, 268-276.

Moszoro, M., & Paiz, G. (2017). *Consumo de productos ultraprocesados y su asociación con malnutrición por exceso en niños que asisten a primer año de escuelas públicas y privadas de la ciudad de Villa Carlos Paz en el año 2016*. Tesis de licenciatura no publicada, Universidad Nacional de Córdoba, Córdoba, Argentina.

Murcho, M.A. (2017). *¡Podemos comer de todo!*. Ciudad Autónoma de Buenos Aires: El Ateneo.

Rivero Urgell, M., Moreno Aznar, L.A., Dalmau Serra, J., Moreno Villares, J.M., Aliaga Pérez, A., García Perea, A., Varela Moreiras, G., & Ávila Torres, J.M. (2015). *Libro blanco de la nutrición infantil*. España: Tripolínea.

Román, V., & Quintana, M. (2010). Nivel de influencia de los medios de comunicación sobre la alimentación saludable en adolescentes de colegios públicos de un distrito de Lima. *Anales de la Facultad de Medicina*, 71(3), 185-189.



“Evaluación del consumo de alimentos ultraprocesados según Sistema Nova, en niños de 3 a 5 años que asisten a la Unidad Educativa de Nivel Inicial N°222 “DE COLORES” de la ciudad de Paraná, durante el mes de Julio 2023.”

Segovia Galiano, M.J., y Vilares Moreno, J.M. (2015). Lactancia materna: ventajas, técnica y problemas. *Pediatría Integral*, 19(4), 243-50.

Serafín, P. (2012). Hábitos saludables para crecer sanos y aprender con salud. Recuperado de <https://www.fao.org/3/as234s/as234s.pdf>

Setton, D., & Fernández, A. (2014). *Nutrición en Pediatría*. Buenos Aires, Argentina: Panamericana.

Suárez Cortina, L (2007). *Manual práctico de Nutrición en Pediatría*. Majadahonda, Madrid: Ergon.

Torresani, M. E. (2008). *Cuidado nutricional pediátrico*. Buenos Aires: Eudeba.



“Evaluación del consumo de alimentos ultraprocesados según Sistema Nova, en niños de 3 a 5 años que asisten a la Unidad Educativa de Nivel Inicial N°222 “DE COLORES” de la ciudad de Paraná, durante el mes de Julio 2023.”

ANEXOS

Anexo I: Carta de Intención

Paraná, 20 de marzo de 2023

Sr./a. Coordinador General de Tesinas

Licenciatura en Nutrición

Delfina Stamatti.

De nuestra mayor consideración:

Por la presente tenemos el agrado de comunicar a Ud. la intención de abordar en nuestro Proyecto de Tesina la temática Consumo de alimentos ultra procesados e ingesta alimentaria en primera infancia, siendo su título tentativo “Evaluación del consumo de alimentos ultra procesados según Sistema Nova, en niños de 3 a 5 años que asisten a la Unidad Educativa de Nivel Inicial N°222 “DE COLORES” de la ciudad de Paraná, durante el mes de Julio 2023”.

A continuación, se consigna la información requerida por el Reglamento de Tesina vigente:

Pregunta del problema:

¿Cuál es el consumo de alimentos ultra procesados según Sistema Nova, en niños de 3 a 5 años que asisten a la Unidad Educativa de Nivel Inicial N°222 “DE COLORES” de la ciudad de Paraná, durante el mes de julio 2023?



“Evaluación del consumo de alimentos ultraprocesados según Sistema Nova, en niños de 3 a 5 años que asisten a la Unidad Educativa de Nivel Inicial N°222 “DE COLORES” de la ciudad de Paraná, durante el mes de Julio 2023.”

Antecedentes:

En un estudio realizado por Meza Miranda y Nuñez Martinez (2020). Titulado “Nutrientes críticos de alimentos procesados y ultraprocesados destinados a niños y su adecuación al perfil de la Organización Panamericana de la Salud” expresaban que la modernización alimentaria ha llevado a una mayor disponibilidad de alimentos industrializados destinados a la población infantil, ricos en azúcares, grasas saturadas y altos en sodio. El objetivo del estudio fue determinar la adecuación de la composición nutricional de alimentos procesados y ultraprocesados destinados a niños de 2 a 12 años de edad de acuerdo al Perfil de Alimentos de la OPS respecto a los nutrientes críticos según lo declarado en el etiquetado nutricional. El método de estudio fue transversal, observacional y descriptivo en el que se analizaron 113 productos: 11 procesados y 102 ultraprocesados según la clasificación NOVA, de dos supermercados de Asunción - Paraguay. Como resultado obtuvieron que la relación sodio/kcal fue elevada en 1 categoría de alimentos procesados y en 4 categorías de ultraprocesados. La cantidad de azúcares fue elevada en los alimentos procesados y en 6 de los ultraprocesados. El total de grasas y grasas saturadas fue elevado en 3 de los ultraprocesados a excepción de los snacks que sólo sobrepasaron el máximo permitido de grasas totales. En conclusión, los alimentos procesados y ultraprocesados destinados a la población infantil analizados en este estudio, tienen al menos un nutriente crítico que sobrepasa lo establecido por la OPS, con lo cual se sugiere evitar al máximo su consumo por parte de los niños.

Los investigadores Cediel et al. (2022) estimaron en niños de 2 a 4 años pertenecientes a hogares, el efecto que representa en la calidad de la dieta de la



“Evaluación del consumo de alimentos ultraprocesados según Sistema Nova, en niños de 3 a 5 años que asisten a la Unidad Educativa de Nivel Inicial N°222 “DE COLORES” de la ciudad de Paraná, durante el mes de Julio 2023.”

primera infancia uruguaya el consumo de productos que contienen cantidades excesivas de nutrientes críticos asociados a las enfermedades no transmisibles (ENT) (azúcares libres, grasas totales, grasas saturadas y sodio), según el modelo de perfil de nutrientes de la Organización Panamericana de la Salud (OPS). Se utilizó un recordatorio de ingesta de alimentos durante 24 horas en una muestra representativa de 401 participantes de la Encuesta de Nutrición, Desarrollo Infantil y Salud del año 2018. Se usó la clasificación de alimentos propuesta por el sistema NOVA para categorizarlos según su naturaleza y los procesos industriales a los que son sometidos. A partir de esto se lo analizó con base en el modelo de perfil de nutrientes de la OPS, lo cual permitió identificar los productos con contenido excesivo de estos nutrientes. El resultado fue que el 50 % de los niños consumieron tres o más productos con exceso de alguno de los nutrientes vinculados con las ENT. Aproximadamente 9 de cada 10 niños consumen productos con exceso de al menos uno de los nutrientes críticos estudiados. En conclusión, las dietas que no contienen productos ultra procesados y procesados con exceso de azúcares libres, grasas totales, grasas saturadas y sodio fueron la mejor opción para los niños de 2 a 4 años. La ingesta de productos con exceso de nutrientes críticos según la OPS (y cada gramo adicional consumido de tales productos) empeora la calidad de la dieta de manera significativa, e impide que se cumpla con las recomendaciones de la Organización Mundial de la Salud.



“Evaluación del consumo de alimentos ultraprocesados según Sistema Nova, en niños de 3 a 5 años que asisten a la Unidad Educativa de Nivel Inicial N°222 “DE COLORES” de la ciudad de Paraná, durante el mes de Julio 2023.”

Objetivos

- **Objetivo general:**

Evaluar el consumo de alimentos ultra procesados según Sistema Nova, en niños de 3 a 5 años que asisten a la Unidad Educativa de Nivel Inicial N°222 “DE COLORES” de la ciudad de Paraná.

- **Objetivos específicos:**

- Determinar la ingesta de alimentos ultra procesados en niños.
- Clasificar los alimentos que consumen según sistema Nova.
- Analizar los resultados obtenidos.

Referente empírico:

Niños de 3 y 5 años que asisten a la Unidad Educativa de Nivel Inicial N°222 “DE COLORES” de la ciudad de Paraná, en 2023.

Tipo de estudio:

Para el cumplimiento de los objetivos previstos en la presente tesina, se llevará a cabo un estudio transversal, porque analizaremos la información obtenida a través de un análisis de consumo en un momento único en el tiempo y no se requerirá de un control constante. Es un tipo de estudio descriptivo que buscará especificar características de la alimentación de los niños, con enfoque cuantitativo con recolección de datos.

Asimismo, informamos que hemos obtenido aval de la Licenciada en Nutrición Sarricchio, Natalia quien se desempeñará como director.



“Evaluación del consumo de alimentos ultraprocesados según Sistema Nova, en niños de 3 a 5 años que asisten a la Unidad Educativa de Nivel Inicial N°222 “DE COLORES” de la ciudad de Paraná, durante el mes de Julio 2023.”

Sin más, aprovechamos la oportunidad para saludarlo/a Atte.

Firma del alumno

Aclaración: Nuñez Mauro, Marianela Giuliana DNI: 37290318

Firma del alumno

Aclaración: Tropini, Maia

DNI: 38053399

Firma del Director

Aclaración: Sarricchio, Natalia

DNI: 36001854

Recibida la Carta de Intención del alumno/a _____, y su Proyecto de Tesina titulado provisoriamente _____, la Comisión Asesora aprueba el abordaje de la temática propuesta y asigna la dirección del Proyecto de Tesina a _____.

Regístrese, comuníquese y archívese.



“Evaluación del consumo de alimentos ultraprocesados según Sistema Nova, en niños de 3 a 5 años que asisten a la Unidad Educativa de Nivel Inicial N°222 “DE COLORES” de la ciudad de Paraná, durante el mes de Julio 2023.”

Anexo II: Solicitud de permiso al establecimiento

Paraná, 2023

Sra. directora de Unidad Educativa de Nivel Inicial N° 222 “DE COLORES”

De nuestra mayor consideración:

Por la presente, nos dirigimos a usted, Nuñez Mauro, Marianela Giuliana y Tropini, Maia, en carácter de estudiantes de la carrera Licenciatura en Nutrición, de la Universidad de Concepción del Uruguay, Centro Regional Santa Fe, para solicitar su autorización para llevar a cabo el trabajo de nuestra Tesina, titulada: Evaluación del consumo de alimentos ultra procesados según Sistema Nova, en niños de 3 a 5 años que asisten a la Unidad Educativa de Nivel Inicial N°222 “DE COLORES” de la ciudad de Paraná, durante el mes de Julio 2023.”

La misma estará bajo la dirección de la Lic. en Nutrición, Sarricchio, Natalia.

Es de nuestro interés que esta investigación pueda realizarse con alumnos de 3 a 5 años de edad que asisten a dicha institución.

El objetivo del estudio es determinar el consumo de alimentos ultraprocesados en la alimentación de los niños que concurren a la Unidad Educativa de Nivel Inicial N°222 “DE COLORES”.

Para lograr dicho objetivo, se llevará a cabo una encuesta de carácter anónimo que deberá ser completada por los padres de los alumnos, utilizando como instrumento un cuestionario compuesto por, un conjunto de preguntas de opción múltiple sobre la ingesta alimentaria y la frecuencia de consumo de alimentos ultraprocesados. Para esto, se contará previamente con un consentimiento informado de los padres o tutores de los alumnos participantes.

Nuñez Mauro - Tropini



“Evaluación del consumo de alimentos ultraprocesados según Sistema Nova, en niños de 3 a 5 años que asisten a la Unidad Educativa de Nivel Inicial N°222 “DE COLORES” de la ciudad de Paraná, durante el mes de Julio 2023.”

Esperamos tenga a bien considerar nuestro pedido y quedamos a su entera disposición antes cualquier consulta al respecto, a la vez que aguardamos su pronta y favorable respuesta.

Sin otro particular, saludamos atentamente.

Nuñez Mauro, Marianela Giuliana

Tropini, Maia

Sarricchio, Natalia
Lic. En Nutrición
M.P 1598



“Evaluación del consumo de alimentos ultraprocesados según Sistema Nova, en niños de 3 a 5 años que asisten a la Unidad Educativa de Nivel Inicial N°222 “DE COLORES” de la ciudad de Paraná, durante el mes de Julio 2023.”

Anexo III: Carta de consentimiento informado

Paraná, 2023

Sr. Padre/Madre/Tutor/a del alumno/a
de la Unidad Educativa N°222 “DE COLORES”.

Por la presente, Nuñez Mauro, Marianela Giuliana y Tropini, Maia, estudiantes de la carrera Licenciatura en Nutrición de la Universidad de Concepción del Uruguay, Centro Regional Santa Fe, nos dirigimos a Ud. a efectos de solicitar su consentimiento para realizar un estudio titulado “Evaluación del consumo de alimentos ultraprocesados según Sistema Nova, en niños de 3 a 5 años que asisten a la Unidad Educativa de Nivel Inicial N°222 “DE COLORES” de la ciudad de Paraná, durante el mes de Julio 2023” dirigido por la Licenciada en Nutrición Sarricchio, Natalia.

Para ello, es necesario completar, de manera anónima, un cuestionario online, dirigido a padres/madres/tutor/a, sobre la frecuencia de consumo de alimentos de los niños y niñas.

Su participación no es obligatoria. Puede abandonar el estudio si así lo desea.

Los resultados del estudio podrán ser publicados, sin embargo, en ningún momento irán acompañados de su nombre o cualquier otro dato personal que pueda conducir a la identificación de los mismos. Solamente las personas que llevan a cabo esta investigación tendrán acceso a los datos, incluyendo esta hoja de consentimiento.



“Evaluación del consumo de alimentos ultraprocesados según Sistema Nova, en niños de 3 a 5 años que asisten a la Unidad Educativa de Nivel Inicial N°222 “DE COLORES” de la ciudad de Paraná, durante el mes de Julio 2023.”

Sin otro particular, saludamos atentamente.

Nuñez Mauro, Mariana Giuliana

Tropini, Maia

Por la presente, autorizo que se me envíe el formulario del trabajo de investigación “Evaluación del consumo de alimentos ultra procesados según Sistema Nova, en niños de 3 a 5 años que asisten a la Unidad Educativa de Nivel Inicial N°222 “DE COLORES” de la ciudad de Paraná, durante el mes de Julio 2023.”

Firma y aclaración del padre/madre/tutor/a.



“Evaluación del consumo de alimentos ultraprocesados según Sistema Nova, en niños de 3 a 5 años que asisten a la Unidad Educativa de Nivel Inicial N°222 “DE COLORES” de la ciudad de Paraná, durante el mes de Julio 2023.”

Anexo IV: Cuestionario

El siguiente cuestionario trata sobre: ingesta alimentaria y frecuencia de consumo de alimentos ultraprocesados.

La información que se obtendrá, será utilizada para la elaboración de la tesina titulada “Evaluación del consumo de alimentos ultraprocesados según Sistema Nova, en niños de 3 a 5 años que asisten a la Unidad Educativa de Nivel Inicial N°222 “DE COLORES” de la ciudad de Paraná, durante el mes de Julio 2023.”

Las respuestas serán anónimas y voluntarias. Deberán ser respondidas con datos sobre los niños y niñas que asistan a la Unidad Educativa N°222 “DE COLORES”.

No hay opciones correctas o incorrectas.

Muchas gracias por su colaboración.

1) Indique la edad del niño/a:

- 3
- 4
- 5

2) Indique el género:

- Femenino
- Masculino

3) ¿Cuántas veces a la semana el niño/a consume lácteos (leche, yogurt (natural) y/o queso)?



“Evaluación del consumo de alimentos ultraprocesados según Sistema Nova, en niños de 3 a 5 años que asisten a la Unidad Educativa de Nivel Inicial N°222 “DE COLORES” de la ciudad de Paraná, durante el mes de Julio 2023.”

- No consume
 - 1 a 2 veces por semana
 - 3 a 4 veces por semana
 - 5 a 7 veces por semana
- 4) ¿Cuántas veces a la semana el niño/a consume huevos y/o carnes (vaca, pollo, cerdo y pescado)?
- No consume
 - 1 a 2 veces por semana
 - 3 a 4 veces por semana
 - 5 a 7 veces por semana
- 5) ¿Cuántas veces a la semana el niño/a consume frutas?
- No consume
 - 1 a 2 veces por semana
 - 3 a 4 veces por semana
 - 5 a 7 veces por semana
- 6) ¿Cuántas veces a la semana el niño/a consume verduras?
- No consume
 - 1 a 2 veces por semana
 - 3 a 4 veces por semana
 - 5 a 7 veces por semana
- 7) ¿Cuántas veces a la semana el niño/a consume legumbres y cereales (pan, arroz, fideos, etc.)?
- No consume



“Evaluación del consumo de alimentos ultraprocesados según Sistema Nova, en niños de 3 a 5 años que asisten a la Unidad Educativa de Nivel Inicial N°222 “DE COLORES” de la ciudad de Paraná, durante el mes de Julio 2023.”

- 1 a 2 veces por semana
 - 3 a 4 veces por semana
 - 5 a 7 veces por semana
- 8) ¿Cuántas veces a la semana el niño/a consume aceites y grasas (sin cocción, para condimentar)?
- No consume
 - 1 a 2 veces por semana
 - 3 a 4 veces por semana
 - 5 a 7 veces por semana
- 9) ¿Cuántas veces a la semana el niño/a consume fiambres y embutidos?
- No consume
 - 1 a 2 veces por semana
 - 3 a 4 veces por semana
 - 5 a 7 veces por semana
- 10) ¿Cuántas veces a la semana el niño/a consume facturas y productos de panadería?
- No consume
 - 1 a 2 veces por semana
 - 3 a 4 veces por semana
 - 5 a 7 veces por semana
- 11) ¿Cuántas veces a la semana el niño/a consume dulces/golosinas (helados, caramelos, gomitas, chupetines, chocolates, bombones)?
- No consume



“Evaluación del consumo de alimentos ultraprocesados según Sistema Nova, en niños de 3 a 5 años que asisten a la Unidad Educativa de Nivel Inicial N°222 “DE COLORES” de la ciudad de Paraná, durante el mes de Julio 2023.”

- 1 a 2 veces por semana
- 3 a 4 veces por semana
- 5 a 7 veces por semana

12) ¿Cuántas veces a la semana el niño/a consume cereales (anillitos frutales, almohaditas, copos de cereales, bolitas de chocolate)?

- No consume
- 1 a 2 veces por semana
- 3 a 4 veces por semana
- 5 a 7 veces por semana

13) ¿Cuántas veces a la semana el niño/a consume galletitas dulces, alfajores, turrón?

- No consume
- 1 a 2 veces por semana
- 3 a 4 veces por semana
- 5 a 7 veces por semana

14) ¿Cuántas veces a la semana el niño/a consume snacks y productos de copetín (papas fritas, chizitos, palitos salados, conitos, doritos, saladix, etc.)?

- No consume
- 1 a 2 veces por semana
- 3 a 4 veces por semana
- 5 a 7 veces por semana



“Evaluación del consumo de alimentos ultraprocesados según Sistema Nova, en niños de 3 a 5 años que asisten a la Unidad Educativa de Nivel Inicial N°222 “DE COLORES” de la ciudad de Paraná, durante el mes de Julio 2023.”

15) ¿Cuántas veces a la semana el niño/a consume bebidas azucaradas

(gaseosas, aguas saborizadas, jugos y jugos en polvo)?

- No consume
- 1 a 2 veces por semana
- 3 a 4 veces por semana
- 5 a 7 veces por semana

16) ¿Cuántas veces a la semana el niño/a consume postres (gelatina, flan,

mousse o postrecitos)?

- No consume
- 1 a 2 veces por semana
- 3 a 4 veces por semana
- 5 a 7 veces por semana

17) ¿Cuántas veces a la semana el niño/a consume aderezos (mayonesa,

kétchup, mostaza, salsa golf)?

- No consume
- 1 a 2 veces por semana
- 3 a 4 veces por semana
- 5 a 7 veces por semana

18) ¿Cuántas veces a la semana el niño/a consume enlatados (legumbres

como choclo, tomate; o fruta)?

- No consume
- 1 a 2 veces por semana
- 3 a 4 veces por semana



“Evaluación del consumo de alimentos ultraprocesados según Sistema Nova, en niños de 3 a 5 años que asisten a la Unidad Educativa de Nivel Inicial N°222 “DE COLORES” de la ciudad de Paraná, durante el mes de Julio 2023.”

- 5 a 7 veces por semana

19) ¿Cuántas veces a la semana el niño/a consume salchichas y congelados (hamburguesas, patitas, Nuggets, formitas, etc.)?

- No consume
- 1 a 2 veces por semana
- 3 a 4 veces por semana
- 5 a 7 veces por semana

20) ¿Qué suele llevar el niño/a de merienda al jardín?

- Nada
- Fruta
- Turrón o barrita de cereal
- Cereales
- Galletitas dulces o saladas
- Snack o productos de copetín
- Galletitas o budines caseros
- Golosinas
- Yogurt

21) ¿Qué suele tomar el niño/a durante el día?

- Agua
- Agua saborizada
- Gaseosa
- Jugos