

# Influencia de factores sociodemográficos en la percepción del etiquetado nutricional

Ana Lucia Segura F., Melissa Daniela González H.\* y Melissa Hazel García V.

Unidad Académica de Trabajo Social y Ciencias para el Desarrollo Humano

Universidad Autónoma de Tamaulipas

Ciudad Victoria, Tams. México

\*Autor de correspondencia: mdgonzalez@docentes.uat.edu.mx

**Abstract**— Nutrition labelling becomes crucial when making informed food decisions. This study analyzes the correlation amongst labelling knowledge, and various sociodemographic factors in Mexico, based on the Health and Nutrition National Survey 2021. This research is also descriptive, correlational, observational, and retrospective so to estimate perception how healthy cereal is, hence five models and a descriptive analysis, related to the level of health of the food and sociodemographic characteristics, were applied. Results indicate lower-income consumers living in rural areas identify cereals as healthier, compared to those with higher incomes living in urban areas, this highlights the need to simplify labelling to make it more comprehensible.

**Keyword**— Perception, sociodemographic, nutritional labeling.

**Resumen**— El etiquetado nutricional es crucial para tomar decisiones alimentarias informadas. En este estudio se analiza la relación entre el conocimiento del etiquetado y diversos factores sociodemográficos en México, basado en la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición 2021, es descriptivo, correlacional, observacional y retrospectivo; para estimar la percepción de qué tan saludable es el cereal se aplicaron 5 modelos y un análisis descriptivo relacionado al nivel de salud del alimento y características sociodemográficas. Los resultados indican que los consumidores con menores ingresos residentes de áreas rurales perciben los cereales como más saludables, en comparación con aquellos con ingresos más altos o que viven en áreas metropolitanas, lo que resalta la necesidad de simplificar el etiquetado para que sea más comprensible.

**Palabras claves**—Percepción, sociodemográficos, etiquetado nutricional

## I. INTRODUCCIÓN

En la actualidad la evidencia científica señala que, con base a los factores como lo son los sociales, demográficos, edad, educativos, género y situación económica influyen en la forma en que los individuos interpretan y utilizan la información nutricional de los alimentos procesados; por tanto, para que los consumidores tengan un buen criterio con relación a la alimentación es idóneo que están facultados la interpretación adecuada del etiquetado nutricional. No obstante, la eficacia de esta herramienta varía notablemente en función de las en cómo las personas interpretan y utilizan la información nutricional en los productos alimenticios. Comprender estas variaciones es esencial para desarrollar políticas de salud pública más efectivas que promuevan una mejor alimentación y, en última instancia, una salud óptima (Campos-Hammond et al., 2011).

Las características sociodemográficas juegan un papel fundamental en el conocimiento y uso del etiquetado nutricional. La edad, el nivel educativo y los ingresos están estrechamente relacionados con la frecuencia y la forma en que los consumidores utilizan las etiquetas alimentarias. En general, los consumidores con mayor educación e ingresos tienden a tener un mayor conocimiento y son más propensos a utilizar esta información (Sanlier-Kocabas et al., 2024).

Por ejemplo, aquellos con niveles educativos más altos suelen utilizar las etiquetas nutricionales con mayor frecuencia, ya que poseen una mejor capacidad para interpretar y comprender la información presentada (Adasme-Carreño et al., 2022). En contraste, los consumidores más jóvenes tienden a mostrar menos interés en el etiquetado nutricional en comparación con los mayores, quienes lo usan regularmente para gestionar su salud. Además, las mujeres suelen utilizar la información del etiquetado más que los hombres, debido a una mayor responsabilidad percibida en la gestión de la alimentación del hogar. Asimismo, los consumidores con mayores ingresos tienen más conocimientos y son más propensos a utilizar las etiquetas nutricionales, puesto que se observa una mayor preocupación por la salud y un mejor acceso a productos con etiquetado detallado (Velázquez-Galeano et al., 2023).

Finalmente, la presente investigación tiene como objetivo evaluar la influencia de los factores sociodemográficos en la percepción del etiquetado nutricional en la población mexicana, con el fin de identificar patrones que puedan mejorar la educación nutricional en México.

## II. MATERIAL Y MÉTODO

El presente estudio tiene como objetivo analizar la relación entre el conocimiento del etiquetado nutricional y diversos factores sociodemográficos. Dado este enfoque, la investigación se clasifica como descriptiva y correlacional, de carácter observacional retrospectivo, utilizando datos secundarios provenientes de la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición (ENSANUT, 2021). Esta encuesta, realizada por el INEGI en colaboración con el Instituto Nacional de Salud Pública (INSP), ofrece una visión integral de la salud pública en México, abordando temas como alimentación, servicios de salud, nutrición, lactancia y, en esta edición, el conocimiento del etiquetado nutricional.

Para obtener una muestra representativa, se utilizó un muestreo estratificado por etapas (polietápico), resultando en una muestra total de 42,719 sujetos a nivel nacional. De estos, se derivó una submuestra de 10,159 encuestas relacionadas específicamente con el etiquetado nutricional, completadas por 7,314 individuos.

A partir de los datos recopilados por la ENSANUT (2021), se seleccionó como variable dependiente la percepción del nivel de salud del alimento mostrado (un cereal con 3 sellos de advertencia), mientras que como variables independientes se consideraron características sociodemográficas tales como: nivel de ingresos, estrato, tipo de material del hogar, disponibilidad de cuarto de cocina, acceso a internet, preocupación por los alimentos y capacidad para leer el contenido nutricional.

De la muestra inicial de 7,314 individuos que completaron la encuesta sobre etiquetado nutricional, se excluyeron aquellos que no calificaron el alimento mostrado. Esto dio como resultado una muestra final de 3,775 cuestionarios. Con esta muestra, se realizó un análisis descriptivo para caracterizar a los encuestados en relación con las variables independientes y la variable dependiente.

Posteriormente, se llevó a cabo un análisis descriptivo adicional para identificar posibles relaciones entre las variables. Finalmente, se emplearon modelos de regresión ordinal para predecir la percepción de qué tan saludable es el cereal, utilizando las variables sociodemográficas seleccionadas. La regresión ordinal es una técnica estadística apropiada cuando la variable de respuesta es categórica y ordenada, pero sin distancias definidas entre categorías. Este enfoque permitió estimar las probabilidades de que una observación cayera en cada categoría de percepción saludable o no del cereal, basándose en las variables independientes seleccionadas.

### III. RESULTADOS

En primer lugar, se realizó un análisis descriptivo de las variables predictoras y de la variable a predecir, presentados en la Tabla 1 donde se observa que las personas con ingresos bajos tienden a percibir los cereales como más saludables, particularmente en las categorías de "Saludable" y "Muy saludable". Sin embargo, a medida que el nivel de ingreso aumenta, esta percepción positiva disminuye, lo que sugiere que las personas con mayores ingresos son más críticas respecto a que tan saludables son los cereales, los resultados de este análisis revelan que el nivel de ingreso tiene una influencia significativa en la percepción saludable de los cereales. Este hallazgo es especialmente relevante dado que el cereal evaluado posee tres sellos de advertencia, por lo que considerarlo menos saludable sería la respuesta esperada.

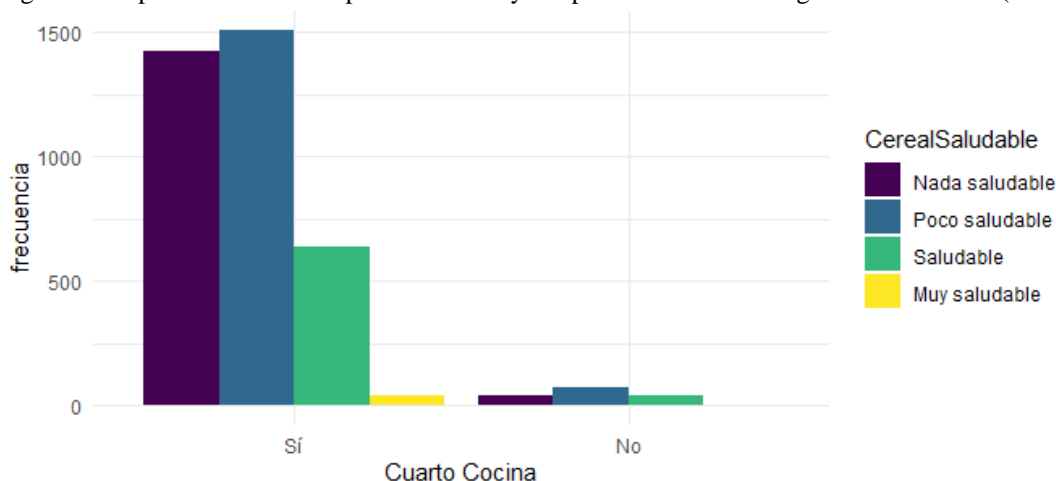
Tabla 1. Descriptivos de la muestra ENSANUT (2021)

	<b>Percepción de salud en el cereal con sellos de advertencia nutricional</b>				
	Nada saludable (N=1468)	Poco saludable (N=1583)	Saludable (N=678)	Muy saludable (N=46)	Overall (N=3775)
<b>Ingreso</b>					
Bajo (hasta 5,999)	751 (51.2%)	893 (56.4%)	445 (65.6%)	32 (69.6%)	2121 (56.2%)
Bajo Medio (6,000-9,999)	385 (26.2%)	426 (26.9%)	168 (24.8%)	11 (23.9%)	990 (26.2%)
Medio (10,000-13,999)	228 (15.5%)	182 (11.5%)	44 (6.5%)	1 (2.2%)	455 (12.1%)
Medio Alto (14,000-21,999)	80 (5.4%)	58 (3.7%)	13 (1.9%)	2 (4.3%)	153 (4.1%)
Alto (22,000 o más)	24 (1.6%)	24 (1.5%)	8 (1.2%)	0 (0%)	56 (1.5%)
<b>Estrato</b>					
Rural	254 (17.3%)	363 (22.9%)	230 (33.9%)	17 (37.0%)	864 (22.9%)
Urbano	424 (28.9%)	462 (29.2%)	196 (28.9%)	12 (26.1%)	1094 (29.0%)
Metropolitano	790 (53.8%)	758 (47.9%)	252 (37.2%)	17 (37.0%)	1817 (48.1%)
<b>Tipo de Material</b>					
Tierra	14 (1.0%)	26 (1.6%)	20 (2.9%)	2 (4.3%)	62 (1.6%)
Cemento	756 (51.5%)	867 (54.8%)	428 (63.1%)	27 (58.7%)	2078 (55.0%)
Madera, mosaico u otro recubrimiento	698 (47.5%)	690 (43.6%)	230 (33.9%)	17 (37.0%)	1635 (43.3%)
<b>Cuenta con Cuarto Cocina</b>					
Sí	1426 (97.1%)	1511 (95.5%)	640 (94.4%)	42 (91.3%)	3619 (95.9%)
No	42 (2.9%)	72 (4.5%)	38 (5.6%)	4 (8.7%)	156 (4.1%)
<b>Sabe Leer e Interpretar el Contenido Nutricional</b>					
Sí	1232 (83.9%)	1356 (85.7%)	488 (72.0%)	30 (65.2%)	3106 (82.3%)
No	236 (16.1%)	227 (14.3%)	190 (28.0%)	16 (34.8%)	669 (17.7%)
<b>Internet</b>					
Sí	985 (67.1%)	976 (61.7%)	288 (42.5%)	17 (37.0%)	2266 (60.0%)
No	483 (32.9%)	607 (38.3%)	390 (57.5%)	29 (63.0%)	1509 (40.0%)
<b>Se Preocupo por los Alimentos</b>					
Sí	763 (52.0%)	902 (57.0%)	423 (62.4%)	31 (67.4%)	2119 (56.1%)
No	705 (48.0%)	681 (43.0%)	255 (37.6%)	15 (32.6%)	1656 (43.9%)

Además, se encontró que el estrato socioeconómico también influye en la percepción de qué tan saludable es el cereal. Las personas que residen en áreas rurales tienden a considerar los cereales como más saludables, mientras que aquellos que viven en áreas metropolitanas son más críticos. Este patrón puede reflejar diferencias en el acceso a la información y en las costumbres alimentarias entre las distintas regiones.

La figura 1 describe la relación con el tipo de material de construcción del hogar, los resultados indican que individuos quienes viven en casas de cemento son más propensos a percibir los cereales como saludables, mientras que aquellos que habitan en viviendas construidas con materiales como madera o mosaico tienden a ser más críticos. Estos resultados permiten inferir que contar con un adecuado hogar, ayuda a que las personas tengan una percepción más adecuada de un alimento, como en el caso del cereal con tres sellos nutrimentales, que 756 personas con hogares construidos en cemento lo clasificaron correctamente, mientras que solo 27 con el mismo tipo de material, lo clasificaron erróneamente. En el caso de los hogares con piso de tierra, la proporción de personas que perciben el cereal como "nada saludable" es menor, con solo 14 individuos clasificándolo de esta manera.

Figura 1. Proporción entre Percepción de Salud y el tipo de material del hogar de ENSANUT (2021)



El comportamiento relacionado con la lectura del contenido nutricional muestra una clara tendencia: quienes lo leen tienden a considerar los cereales como menos saludables, mientras que aquellos que no lo hacen suelen verlos de manera más positiva. Esto destaca la importancia de la información nutricional en la formación de percepciones críticas sobre qué tan saludables son los cereales.

Finalmente, el acceso a internet y la preocupación por los alimentos también son factores influyentes. Las personas sin acceso a internet o que no se preocupan significativamente por el consumo saludable de alimentos tienden a ver los cereales como más saludables, lo que sugiere que el acceso limitado a la información puede llevar a percepciones menos críticas. En contraste, aquellos con acceso a internet y una mayor preocupación por la alimentación tienden a ser más críticos con relación al consumo saludable de cereales.

En cuanto a la variable de contar con un cuarto asignado como cocina, se observó que la gran mayoría de los encuestados contaban con este espacio en su hogar, lo cual representó el 95.9% de la muestra total. Al analizar las diferentes categorías de la percepción de salud de un cereal con tres sellos de advertencia nutricional, se encontró que el 97.1% de las personas que percibían los cereales como

"nada saludables" (1426), mientras que el 95.5% percibieron el cereal como "poco saludables" (1511) disponían de una cocina dentro del hogar. Sin embargo, la proporción de personas sin el espacio antes citado fue mayor entre aquellos que consideraban los cereales como "muy saludables" (4 individuos) y "saludables" (38 individuos), en comparación con el resto de las categorías. Este hallazgo sugiere que la presencia de un cuarto asignado como cocina podría estar asociada con una percepción más crítica sobre el consumo saludable de los cereales, aunque la relación específica entre estas variables merece un análisis más profundo.

A. *Resultados de los modelos sobre la percepción de qué tan saludable es el cereal.*

A partir de lo encontrado en el análisis descriptivo se procedió a probar cinco modelos mediante la técnica de regresión logística para evaluar cómo diversas características sociodemográficas y de comportamiento influían en la percepción de qué tan saludables son los cereales. En el Modelo 1, se incluyeron las variables Cuarto asignado para Cocina, estrato, Tipo de Material, y Nivel de Ingreso. El Modelo 2 amplió este análisis al incorporar las variables Leer e Contenido e Internet. En el Modelo 3, se añadió la variable Preocupación por los Alimentos, proporcionando una visión más detallada de cómo las preocupaciones relacionadas con la alimentación afectaban las percepciones. El Modelo 4 se enfocó exclusivamente en variables relacionadas con la salud y la nutrición, como Leer el Contenido, Preocupación por los Alimentos, y Sabe Leer el Contenido Nutricional. Finalmente, el Modelo 5 combinó todas las variables mencionadas para ofrecer un análisis integral.

Posteriormente para la evaluación y comparación de estos modelos se realizó utilizando varios indicadores estadísticos. El Akaike Information Criterion (AIC) y el Bayesian Information Criterion (BIC) se utilizaron para medir la calidad relativa de cada modelo, penalizando tanto el ajuste excesivo como la complejidad del modelo. Un AIC o BIC más bajo indicó un mejor ajuste relativo. También se utilizó el indicador de máxima verosimilitud (Log Likelihood), que evaluó la probabilidad de que el modelo ajustado haya generado los datos observados; valores más altos (menos negativos) reflejaron un mejor ajuste. Finalmente, la desviación se empleó para medir la discrepancia entre el modelo ajustado y un modelo perfecto, donde un valor más bajo indicó un ajuste superior.

Los resultados de los modelos (Tabla 2) revelaron hallazgos significativos, particularmente en relación con variables sociodemográficas y características del hogar. Un resultado consistente y altamente significativo fue el impacto del estrato socioeconómico en la percepción de los cereales. Los datos inferidos de los modelos mostraron que vivir en áreas urbanas (coeficiente de  $-0.41^{***}$  en el Modelo 1 y  $-0.36^{***}$  en el Modelo 5) o metropolitanas (coeficiente de  $-0.55^{***}$  en el Modelo 1 y  $-0.44^{***}$  en el Modelo 5) se asoció consistentemente con una menor probabilidad de considerar un cereal como saludable. Este efecto fue respaldado por coeficientes negativos significativos en las categorías estrato Urbano y estrato Metropolitano en múltiples modelos, lo que sugiere que las personas en áreas rurales tienden a tener una percepción más favorable sobre el consumo salud de los cereales en comparación con aquellas en áreas urbanas.

Otro hallazgo clave fue la relación entre el tipo de material de construcción del hogar y la percepción del consumo saludable de los cereales. Los modelos indicaron que los hogares construidos con cemento (coeficiente de  $-0.61^*$  en el Modelo 1 y  $-0.43$  en el Modelo 5) o madera (coeficiente de  $-0.70^{**}$  en el Modelo 1 y  $-0.46$  en el Modelo 5) están asociados con una menor probabilidad de clasificar un cereal como saludable. Los coeficientes negativos significativos observados para Tipo de Material Cemento y Tipo de Material Madera sugieren que las condiciones de vida, reflejadas en el material de construcción,

pueden influir en las percepciones alimentarias, posiblemente debido a diferencias en el acceso a alimentos percibidos como más saludables o variaciones en los patrones dietéticos.

La variable Cuarto asignado como Cocina mostró un efecto significativo en la percepción de salud de los cereales. En el Modelo 4, la ausencia de un cuarto de cocina se asoció con una mayor probabilidad de considerar un cereal como saludable, con un coeficiente positivo de 0.45\*\*. Específicamente, la ausencia de este espacio (Cuarto de Cocina No) se asoció con una mayor probabilidad de considerar un cereal como saludable, como lo indica el coeficiente positivo significativo de 0.45\*\* en uno de los modelos. Esto sugiere que en hogares donde no existe un espacio designado para cocinar, las personas podrían depender más de alimentos procesados, lo que influiría en una percepción más positiva de los cereales.

El análisis de la variable Ingreso, tratada como ordinal y descompuesta en términos polinomiales, reveló una relación no lineal con la percepción saludable del cereal. Los coeficientes positivos significativos para el ingreso medio (Ingreso. Q) en los Modelos 1, 2 y 5 (coeficientes de 0.38\*, 0.35\*, y 0.34\* respectivamente) sugieren que ciertos niveles intermedios de ingreso están asociados con una mayor probabilidad de percibir los cereales como saludables. Este hallazgo es crucial porque indica que la relación entre ingreso y percepción de salud no es simplemente lineal, sino que sigue un patrón en el que los niveles medios de ingreso favorecen una percepción más positiva.

Además, se identificó que la falta de acceso a internet incrementa la probabilidad de que los cereales sean percibidos como saludables, con coeficientes positivos y significativos de 0.48\*\*\* en el Modelo 2 y 0.38\*\*\* en el Modelo 5. Este resultado podría reflejar una brecha digital, donde las personas sin acceso a internet tienen menos acceso a información actualizada sobre nutrición, lo que podría llevar a percepciones menos críticas y más favorables hacia ciertos productos alimenticios.

El Modelo 5 destacó como el más robusto entre los modelos analizados, con el AIC más bajo (8100.45) y el BIC más bajo (8212.70), lo que sugiere que ofrece el mejor ajuste con una penalización adecuada por el número de parámetros. Además, presentó el Log Likelihood más alto (-4032.22) y la desviación más baja (8064.45), reforzando su solidez para explicar las variaciones en la percepción saludable sobre los cereales. Aunque el Modelo 5 fue el mejor, otros modelos, como el Modelo 3, también mostraron un buen ajuste y podrían considerarse alternativas viables dependiendo del enfoque del análisis.

Finalmente, aunque el Modelo 4, que se centró exclusivamente en variables de salud y nutrición, no fue el mejor en términos de ajuste global, su enfoque específico lo hace valioso en estudios que buscan entender cómo estas variables influyen en la percepción alimentaria sin la interferencia de factores sociodemográficos. En contextos donde las intervenciones se centran en mejorar la educación nutricional, el Modelo 4 puede ofrecer un marco útil para evaluar la efectividad de dichas estrategias. En resumen, los resultados de estos modelos de regresión ordinal subrayan la importancia de los factores socioeconómicos y del entorno del hogar en la percepción de la salud alimentaria. Se infiere que las percepciones sobre la salud de los cereales están influenciadas por una combinación de factores, incluyendo el ingreso, el tipo de vivienda, y el acceso a información a través de internet, lo que tiene importantes implicaciones para las políticas públicas y estrategias de comunicación en salud.

Tabla 2. Comparación de modelos ordinales

	Modelo 1	Modelo 2	Modelo 3	Modelo 4	Modelo 5
Cuarto de Cocina No	0.29		0.24	0.45**	0.23
	-0.15		-0.15	-0.15	-0.15
Estrato Urbano	-0.41***		-0.37***		-0.36***
	-0.09		-0.09		-0.09
Estrato Metropolitano	-0.55***		-0.44***		-0.44***
	-0.08		-0.08		-0.08
Tipo Material Cemento	-0.61*		-0.48*		-0.43
	-0.24		-0.24		-0.24
Tipo Material Madera	-0.70**		-0.53*		-0.46
	-0.24		-0.25		-0.25
Comparte Gastos No	0.48		0.44		0.4
	-0.44		-0.44		-0.43
Ingreso. L	-0.24	-0.16	-0.14		-0.08
	-0.17	-0.17	-0.17		-0.17
Ingreso. Q	0.38*	0.35*	0.34*		0.34*
	-0.15	-0.15	-0.15		-0.15
Ingreso. C	0.25	0.25	0.25		0.25
	-0.13	-0.13	-0.13		-0.13
Ingreso^4	-0.09	-0.07	-0.07		-0.07
	-0.11	-0.11	-0.11		-0.11
Nada saludable  Poco saludable	-1.33***	-0.19*	-1.01***	-0.48***	-1.02***
	-0.25	-0.08	-0.26	-0.05	-0.26
Poco saludable  Saludable	0.62*	1.76***	0.95***	1.44***	0.95***
	-0.25	-0.08	-0.26	-0.05	-0.26
Saludable  Muy saludable	3.61***	4.76***	3.95***	4.41***	3.96***
	-0.29	-0.16	-0.29	-0.15	-0.3
Internet No		0.48***	0.42***		0.38***
		-0.07	-0.07		-0.07
Preocupo Alimentos No		-0.16**		-0.26***	-0.16*
		-0.06		-0.06	-0.06
Sabe Leer el Contenido Nutricional No		0.17		0.25	0.1
		-0.14		-0.14	-0.15
Leer Contenido No		0.26**		0.38***	0.24**
		-0.09		-0.09	-0.09
AIC	8144.26	8161.49	8109.78	8209.08	8098.45
BIC	8225.33	8230.13	8197.09	8252.73	8204.46
Log Likelihood	-4059.13	-4069.74	-4040.89	-4097.54	-4032.22
Deviance	8118.26	8139.49	8081.78	8195.08	8064.45
Num. obs.	3775	3790	3775	3775	3775

\*\*\*p < 0.001; \*\*p < 0.01; \*p < 0.05

#### IV. DISCUSIÓN

Los diversos tipos de etiquetado nutricional buscan proporcionar a los consumidores la información necesaria para que, en el momento de comprar alimentos, puedan tomar decisiones informadas y optar por opciones más saludables. No obstante, aunque el etiquetado nutricional se presenta como una herramienta trascendental para la promoción de decisiones alimentarias informadas, su efectividad varía significativamente entre diferentes grupos demográficos. Este hecho pone en evidencia los contrastes en la comprensión y el uso de la información proporcionada por el etiquetado (Abril-Mendivil et al., 2022).

La Encuesta Nacional de Salud y Nutrición (ENSANUT) 2021 en México indican que, aunque la mayoría de los productos procesados cumplen con las normativas de etiquetado, la capacidad de los consumidores para interpretar y utilizar esta información difiere sustancialmente según factores sociodemográficos como el nivel educativo, el ingreso, el estrato socioeconómico y el tipo de vivienda.

El ingreso emerge como un factor determinante en la percepción saludable de los cereales. Los consumidores con menores ingresos tienden a considerar los cereales como "saludables" o "muy saludables," independientemente de la presencia de sellos de advertencia en los productos evaluados. Este fenómeno podría estar vinculado a una menor exposición a la educación nutricional y a una mayor dependencia de productos procesados en contextos de bajos recursos. Es decir, los consumidores con mayores ingresos tienden a ser más críticos si los cereales son o no saludables, lo que podría reflejar un mayor acceso a información nutricional y una mayor conciencia sobre los riesgos asociados con el consumo de alimentos procesados.

El estrato socioeconómico y el contexto geográfico también juegan un papel crucial en la percepción saludable de los cereales. Las personas que residen en áreas rurales, por ejemplo, suelen percibir los cereales como más saludables en comparación con aquellos que viven en áreas metropolitanas. Este patrón podría indicar diferencias en el acceso a la información y en las costumbres alimentarias, sugiriendo que la proximidad a fuentes de educación y recursos nutricionales influye en la percepción de la salud de alimentaria.

Además, el tipo de material de construcción del hogar y la presencia de un cuarto asignado como cocina están relacionados con percepciones saludables diferenciadas de los cereales. Los resultados muestran que quienes viven en casas de cemento tienden a considerar los cereales como más saludables en comparación con aquellos que habitan en viviendas de madera o mosaico, quienes son más críticos. Asimismo, la existencia de un espacio específico para cocinar (cuarto de cocina) se asocia con percepciones más positivas sobre los cereales, sugiriendo que factores ambientales y del hogar podrían influir en la percepción de la salud de los alimentos.

Este análisis subraya la necesidad de reformar el etiquetado nutricional para que sea más accesible y comprensible para todos los segmentos de la población, especialmente aquellos en situaciones desfavorecidas. Simplificar y estandarizar las etiquetas podría ayudar a superar las barreras de comprensión y percepción, fomentando así el autocuidado. Por lo tanto, las políticas públicas deben orientarse a reducir las disparidades en la utilización del etiquetado, prestando especial atención a las diferencias culturales, económicas y geográficas.

Una educación nutricional más firme, complementada con un etiquetado nutricional optimizado, podría fortalecer significativamente la capacidad de los consumidores para tomar decisiones alimentarias informadas. Es por ello, que la combinación de un etiquetado nutricional mejorado y una educación inclusiva puede ser una herramienta poderosa para mejorar la salud pública y reducir las desigualdades en el acceso a la información nutricional.



## V. CONCLUSIONES

El etiquetado nutricional juega un papel vital en la educación alimentaria, pero su efectividad varía significativamente entre diferentes grupos demográficos. Las diferencias en la comprensión y el uso de las etiquetas están estrechamente relacionadas con el nivel socioeconómico: las personas de ingresos más bajos suelen tener menos conocimientos sobre nutrición y enfrentan barreras como la baja alfabetización y el acceso limitado a recursos educativos. Estas dificultades se ven agravadas por factores culturales, ya que ciertos grupos pueden estar menos expuestos a educación nutricional adecuada.

La Encuesta Nacional de Salud y Nutrición (ENSANUT, 2021) en México indica que, aunque la mayoría de los productos procesados cumplen con las normativas de etiquetado frontal, la comprensión y la utilización de esta información varían ampliamente. Muchos consumidores reconocen los sellos de advertencia, pero la capacidad de interpretar correctamente la información y utilizarla para tomar decisiones informadas sobre la alimentación puede depender del nivel educativo y la familiaridad con el etiquetado. A pesar de que muchos consideran que el etiquetado frontal es útil, la influencia real en las decisiones de compra varía, especialmente en poblaciones con menos recursos y en áreas rurales.

Este análisis subraya la necesidad de reformar el etiquetado nutricional para hacerlo más accesible y comprensible para todos los segmentos de la población. Simplificar y estandarizar las etiquetas, así como reforzar la educación nutricional, puede mejorar significativamente la capacidad de los consumidores para tomar decisiones alimentarias saludables. Las políticas públicas deben enfocarse en reducir las barreras para los grupos desfavorecidos y considerar las diferencias culturales en la implementación del etiquetado.

Una mejor comprensión del etiquetado nutricional puede fomentar el autocuidado y promover decisiones dietéticas más saludables. Por lo tanto, es fundamental crear etiquetas más claras y uniformes que sean fácilmente interpretables por todos, y desarrollar estrategias de comunicación adaptadas a las diversas realidades sociodemográficas. La optimización del etiquetado nutricional, junto con una educación más robusta, puede ser una herramienta poderosa para mejorar la salud pública y reducir las desigualdades en el acceso a la información nutricional.

## REFERENCIAS

- Abril Valdez, E., & Mendivil Apodaca, G. D. (2022). Impacto del etiquetado frontal en el comportamiento de compra de alimentos preenvasados. *RESPYN Revista Salud Pública y Nutrición*, 21(3), 31–40. <https://doi.org/10.29105/respyn21.3-4>
- Adasme-Berrios, C., Carreño, C., Aliaga-Ortega, L., Schnettler, B., & Lobos, G. (2022). Factores que determinan la elección de alimentos procesados por estudiantes universitarios en el contexto de las etiquetas de advertencia nutricional. *Revista Chilena de Nutrición: Órgano Oficial de La Sociedad Chilena de Nutrición, Bromatología y Toxicología*, 49(4), 451–458. <https://doi.org/10.4067/s0717-75182022000500451>
- Bobbio Gonzales, P. A. (2024). Factores socioeconómicos asociados a la influencia del semáforo nutricional en la decisión de compra de alimentos procesados en la población adulta de Ecuador, 2018. Universidad Científica del Sur.
- Campos, S., Doxey, J., & Hammond, D. (2011). Nutrition labels on pre-packaged foods: a systematic review. *Public Health Nutrition*, 14(8), 1496–1506. <https://doi.org/10.1017/s1368980010003290>
- Campos, S., Doxey, J., & Hammond, D. (2023). "Nutrition labels on pre-packaged foods: a systematic review of consumer understanding and preferences." *Journal of Nutrition Education and Behavior*, 55(4), 329–338.

- De la Cruz Villalovos, L. B., & Zúñiga Martínez, F. C. (2024). Percepción del etiquetado octogonal de productos procesados y la decisión de compra de los jóvenes del distrito de Trujillo, 2023. Universidad Privada Antenor Orrego.
- Encuesta Nacional de Salud y Nutrición. (s/f). ENCUESTAS. <https://ensanut.insp.mx/encuestas/ensanutcontinua2021/>
- Galvez, R., & Samantha, J. (2023). Factores asociados a la lectura del etiquetado nutricional al decidir comprar alimentos en estudiantes de una universidad privada, 2023. Universidad Privada del Norte.
- Instituto Nacional de Salud Pública (INSP). (2021). Encuesta Nacional de Salud y Nutrición 2021 sobre COVID-19. Recuperado de [https://ensanut.insp.mx/encuestas/ensanutcontinua2021/doctos/informes/220804\\_Ensa21\\_digital\\_4ago.pdf](https://ensanut.insp.mx/encuestas/ensanutcontinua2021/doctos/informes/220804_Ensa21_digital_4ago.pdf)
- Leon, C., & Ruth, S. (2024). Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida en adultos de la Iglesia Cristiana Pentecostés Jerusalén\_La Esperanza\_Trujillo, 2024. Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote.
- Mauludyani, A. V. R., Nasution, Z., Aries, M., Rimbawan, R., & Egayanti, Y. (2021). Knowledge on nutrition labels for processed food: Effect on purchase decision among Indonesian consumers. *Jurnal Gizi dan Pangan*, 16(1), 47–56. <https://doi.org/10.25182/jgp.2021.16.1.47-56>
- Miller, L. M., & Cassady, D. L. (2023). "The effects of nutrition knowledge on food label use: A review of the literature." *Journal of the Academy of Nutrition and Dietetics*, 123(2), 213-224.
- Miller, L. M. S., & Cassady, D. L. (2015). The effects of nutrition knowledge on food label use. A review of the literature. *Appetite*, 92, 207–216. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2015.05.029>
- Mendoza Arocutipa, E. E. (2024). Evaluación del consumo de alimentos ultraprocesados bajo el enfoque del sistema de advertencias con octógonos. *INGENIERÍA INVESTIGA*, 6. <https://doi.org/10.47796/ing.v6i00.925>
- Romero Martínez, M., Barrientos-Gutiérrez, T., Cuevas-Nasu, L., Bautista-Arredondo, S., Colchero, M. A., Gaona-Pineda, E. B., Martínez-Barnetche, J., Alpuche-Aranda, C. M., Gómez-Acosta, L. M., Mendoza-Alvarado, L. R., Lazcano-Ponce, E., Rivera-Dommarco, J., & Shamah-Levy, T. (2021). Metodología de la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición 2021. *Salud Pública De México*, 63(6, Nov-Dic), 813-818. <https://doi.org/10.21149/13348>
- (S/f). [Saludpublica.mx. Recuperado el 30 de agosto de 2024, de https://www.saludpublica.mx/index.php/spm/article/view/13348/12173](https://www.saludpublica.mx/index.php/spm/article/view/13348/12173)
- Sanlier, N., Kocaay, F., Kocabas, S., & Ayyildiz, P. (2024). The effect of sociodemographic and anthropometric variables on nutritional knowledge and nutrition literacy. *Foods (Basel, Switzerland)*, 13(2), 346. <https://doi.org/10.3390/foods13020346>
- Velázquez Comelli, P. C., & Galeano, C. (2023). Lectura, interpretación y uso del etiquetado nutricional en la decisión de compra de adultos de un barrio de Asunción. *Revista científica ciencias de la salud*, 5, 01–08. <https://doi.org/10.53732/rccsalud/2023.e5106>