

Asociación entre el conocimiento del etiquetado octogonal y el consumo de alimentos procesados en estudiantes de una institución privada de San Juan de Miraflores, Perú

Association between knowledge of octagonal labeling and consumption of processed foods in students from a private institution in San Juan de Miraflores, Perú

William Junior ADANAQUE RAMOS, Clara Bertha PISCOYA PEREZ, Kelly Milagritos CASANA JARA, Zoila Rita MOSQUERA FIGUEROA

Universidad César Vallejo.

Recibido: 19/febrero/2026. Aceptado: 27/abril/2026.

RESUMEN

Introducción. El bajo conocimiento del etiquetado octogonal y el aumento del consumo de los alimentos procesados en estudiantes representan un desafío en la salud pública, debido a su asociación con los patrones alimentarios poco saludables.

Objetivo. Determinar la asociación entre el conocimiento del etiquetado octogonal y el consumo de alimentos procesados en estudiantes.

Material y métodos. Estudio transversal analítico, realizado en 90 estudiantes por medio de la muestra censal. Para la variable, conocimiento del etiquetado octogonal se evaluó con un cuestionario de 10 ítems, asignándose 2 puntos por respuesta correcta. Se clasificó en nivel bajo (0 – 10 puntos) y alto (11 - 20 puntos). La otra variable, el consumo de alimentos procesados se midió por medio de un cuestionario de 62 ítems con escala ordinal. Se aplicó la estadística descriptiva y las pruebas de correlación según la distribución de los datos, evaluada por medio de la prueba de Kolmogorov-Smirnov.

Resultados. El análisis inferencial mediante Rho de Spearman mostró una relación positiva baja y significativa entre el conocimiento y el consumo de alimentos procesados

($Rho=0,391$; $p<0,05$), indicando que, aunque existe asociación, su magnitud es baja.

Discusión. El bajo índice en la asociación señala que, aparte del conocimiento, otros elementos pueden influir en el consumo de alimentos procesados.

Conclusión. Se determinó que, aunque existe una relación significativa entre variables, el nivel de conocimiento mayor no garantiza una reducción en el consumo de alimentos procesados.

PALABRAS CLAVE

Factores de riesgo dietético, consumo alimentario, jóvenes adultos, comportamiento alimentario, educación alimentaria, salud pública nutricional.

ABSTRACT

Introduction. Low awareness of the octagonal label and the rise in processed food consumption among students pose a public health challenge due to their association with unhealthy eating patterns.

Objective. To determine the association between knowledge of the octagonal label and the consumption of processed foods among students.

Materials and methods. An analytical cross-sectional study was conducted among 90 students using a census sample. Knowledge of the octagonal label was assessed using a 10-item questionnaire, with 2 points assigned for each correct

Correspondencia:
Clara Bertha Piscoya Perez
claraberthapiscoya1@gmail.com

answer. Knowledge was classified as low (0–10 points) or high (11–20 points). The other variable, consumption of processed foods, was measured using a 62-item questionnaire with an ordinal scale. Descriptive statistics and correlation tests were applied according to the data distribution, assessed using the Kolmogorov-Smirnov test.

Results. Inferential analysis using Spearman's rho revealed a low but significant positive relationship between knowledge and consumption of processed foods ($\rho = 0.391$; $p < 0.05$), indicating that, although an association exists, its magnitude is low.

Discussion. The low strength of the association suggests that, apart from knowledge, other factors may influence the consumption of processed foods.

Conclusion. It was determined that, although there is a significant relationship between the variables, a higher level of knowledge does not guarantee a reduction in the consumption of processed foods.

KEYWORDS

Dietary risk factors, food consumption, young adults, eating behavior, nutrition education, public health nutrition.

INTRODUCCIÓN

El conocimiento del etiquetado octogonal y su asociación con el consumo de alimentos procesados constituye un tema relevante en la salud pública y la educación alimenticia. Por lo cual, el etiquetado frontal ha sido valorado como herramienta informativa, solo el 35% de los consumidores logra interpretarlo debidamente, lo que limita su impacto en la adopción de hábitos saludables¹. En el entorno educativo, los adolescentes están expuestos a una alta disponibilidad de alimentos ultraprocesados, lo que dificulta la aplicación práctica del conocimiento nutricional².

A nivel mundial, el sobrepeso y la obesidad afectan a más del 39% de los adultos y jóvenes, cuya situación es asociada al consumo de productos ultraprocesados y a decisiones alimenticias alimentarias inadecuadas³. En zonas urbanas, el 60% de la ingesta calórica proviene de estos productos⁴. En población universitaria, el 51% refieren contar con conocimiento aceptable sobre lo etiquetado, solo el 44.7% tiende a revisar la información al instante de comprar⁵. Incluso en estudiantes de ciencias de la salud, solo el 62.3% considera útil el etiquetado frontal, demostrando así una brecha entre el conocimiento y la práctica⁶.

En Latinoamérica, el etiquetado frontal con advertencias ha sido señalado como una especie de estrategia eficaz para la mejora en decisiones alimentaria⁷. En Costa Rica, el modelo octogonal triplicó la capacidad de identificar excesos nutricionales frente a otros sistemas⁸. Asimismo, la exposición al etiquetado frontal se asoció con la elección de bebidas con 11.5% menos azúcar, y 3.7% que tenga menos calorías⁹.

En Perú, pese a la implementación de la Ley N.º 30021, el impacto en el consumo sigue siendo algo limitado¹⁰. Cabe decir, que se reportó que el 8.2% de estudiantes presentó altos niveles de conocimiento; no obstante, el 78.2% continuó consumiendo productos ultraprocesados a montones¹¹. Otro estudio identificó una asociación significativa entre los conocimientos y prácticas sobre el etiquetado ($p = 0.029$)¹²; así como la correlación positiva moderada que existe entre el conocimiento y la decisión de compra ($r = 0.408$; $p = 0.000$)¹³.

Por lo cual, el conocimiento del etiquetado nutricional se comprende como la habilidad de poder identificar e interpretar la información presente en los sellos de advertencia para lograr orientar las decisiones alimenticias¹¹. Por su parte, los alimentos que son procesados son aquellos se encuentren modificados por medio de procesos industriales y con adición de ingredientes como sal, azúcar o grasas¹⁴. De modo que la frecuencia de consumo de productos altos en azúcar, grasas y sodio forman un indicador crucial referente al patrón alimenticio tanto en los jóvenes como en los adolescentes¹⁵.

OBJETIVO

La presente investigación tiene como objetivo determinar la asociación entre el conocimiento del etiquetado octogonal y el consumo de alimentos procesados en estudiantes de un instituto de Lima.

MATERIAL Y MÉTODOS

El presente estudio de tipo básico, enfoque cuantitativo, con diseño no experimental y observacional transversal analítico. Tal análisis estuvo conformado por estudiantes de un instituto de Gastronomía del distrito de San Juan de Miraflores durante el periodo del 2025. La población se constituyó por 90 estudiantes, tomando en cuenta la muestra censal al incluir la totalidad de los encuestados, considerando que, al tratarse de una sola institución, los hallazgos no son generalizables. Por lo tanto, se tuvo que cumplir con los siguientes criterios.

Para participar del estudio, se incluyeron estudiantes matriculados en el instituto durante el periodo del estudio, mayores de edad y que hayan aceptado voluntariamente participar. Se excluyeron aquellos menores de edad, así como los estudiantes que hayan participado en talleres de alimentación o nutrición en los últimos seis meses.

La variable conocimiento del etiquetado octogonal se definió como la habilidad de lograr identificar e interpretar la información presente en los sellos que colocan como una medida de advertencia, y así poder orientar las decisiones en la alimentación¹¹. Se evaluó por medio del Cuestionario elaborado por Castillo y Paico¹⁶, compuesta por 10 ítems distribuidos en cuatro componentes: identificación del etiquetado (ítems 1 y 2), concepto (ítems 3 y 4), contenido (ítems 5, 7 y 9) y los riesgos para la salud (ítems 6, 8 y 10). Cada respuesta correcta recibió 2 puntos, y la incorrecta 0 puntos, con

una puntuación total de 0 a 20; los puntajes se clasificaron en nivel (0 a 10 puntos) y nivel alto (11 – 20). La validez fue evaluada por medio de un juicio de tres expertos en la materia, obteniéndose una V de Aiken de 0,89 y un 85% de concordancia. La confiabilidad reportada por Alfa Cronbach fue de 1.

Respecto a la variable consumo de alimentos procesados, fue conceptualizada como la ingesta de productos que han sido modificados o alterados industrialmente con adición de sal, azúcar o grasas¹⁴. Se empleó el cuestionario desarrollado por Vásquez y Ochoa¹⁷, el cual consta de 62 ítems, con una escala de respuestas de cinco opciones: nunca, 1 – 3 días por semana, 4-6 días por semana, diario y una o más veces al día. Los ítems se agruparon en tres componentes: altos en azúcar (ítems 1-21), altos en grasa (ítems 22-42); y los altos en sodio (ítems 43 - 62). Este instrumento fue elegido por su cobertura en diversos grupos de alimentos procesados y su aplicación previa en población estudiantil, lo que lo hace aceptable. La validez fue analizada mediante juicio de tres expertos, obteniéndose una V de Aiken de 0.85 siendo viable. En cuanto a la confiabilidad, se realizó una prueba piloto a 20 educandos, obteniéndose un Alfa de Cronbach de 0.778, lo que indica que este recurso es fiable.

Para la presente investigación se elaboró una nueva evaluación de validez a través de un juicio a tres expertos, llegando a obtener un valor de V de Aiken de 1. Asimismo, se ejecutó una prueba piloto en 15 participantes, dando como resultado un coeficiente Omega de McDonald de 0.587 para la variable conocimiento y 0.956 para la variable consumo de alimentos procesados. La baja fiabilidad para el cuestionario de conocimiento resalta que los resultados deben interpretarse con cautela y que futuras investigaciones podrían requerir de ajustes.

Los datos recopilados fueron luego procesados en el programa SPSS versión 27. Se empleó la estadística descriptiva por medio de frecuencias absolutas, relativas y porcentajes. La prueba de normalidad fue analizada con la prueba de Komogorov-Smirnov a causa de que la muestra fue mayor a 50 participantes en total. Ahora bien, para el análisis correlacional se empleó el coeficiente de Spearman cuando las variables no seguían una distribución normal, y el coeficiente de Pearson cuando las variables cumplían con normalidad.

Por tal motivo, el estudio respetó los principios éticos conforme al Comité de Ética para la investigación en individuos que vayan conforme a la Declaración de Helsinki¹⁸. Por ende, se garantizó la participación de forma voluntaria a través del consentimiento informado, así como la confidencialidad de los datos recopilados y la autorización institucional correspondiente.

RESULTADOS

La tabla 1 muestra que todas las variables presentan valores de significancia $p < 0.001$, siendo bajos a 0,05. Esto indica que los datos no persiguen una distribución normal, lo que se

Tabla 1. Análisis de normalidad

	Kolmogorov-Smirnov ^a		
	Estadístico	GI	Sig.
Conocimiento del etiquetado octogonal	,241	90	,000
Consumo de alimentos procesados	,158	90	,000
Alimentos altos en azúcar	,183	90	,000
Alimentos altos en grasas	,201	90	,000
Alimentos altos en sodio	,173	90	,000

explica el uso de la prueba estadística no paramétrica Rho de Spearman, para el análisis de correlación.

Como se visualiza en la tabla 2, luego de analizar mediante el Rho de Spearman la relación se tuvo un $p < 0.001$; y Rho= 0,391. De esta forma, se concluye que existe relación positiva baja entre las variables.

Tabla 2. Relación entre el conocimiento del etiquetado octogonal y consumo de alimentos procesados

Variables	Consumo de alimentos procesados
Conocimiento del etiquetado octogonal	0,391**
Sig. (bilateral)	0,001
N	90

Rho de Spearman=0,391**; $p < 0,01$.

El análisis mediante la prueba Rho de Spearman evidenció relaciones positivas bajas entre el conocimiento del etiquetado octogonal y el consumo de alimentos altos en azúcar

Tabla 3. Correlaciones específicas

Variable	Conocimiento del etiquetado octogonal	Sig. (bilateral)
Consumo de alimentos procesados	0,391**	0,000
Alimentos altos en azúcar	0,380**	0,000
Alimentos altos en grasas	0,316**	0,002
Alimentos altos en sodio	0,378**	0,000

($Rho = 0,380$; $p < 0.001$), grasas ($Rho = 0,316$; $p = 0,002$) y sodio ($Rho = 0,378$; $p = 0,002$).

DISCUSIÓN

Se formuló como objetivo general determinar la relación entre las variables de investigación. En este sentido, la teoría de la alfabetización en salud propuesta por Ratzan y Parker señala que la comprensión de la información relacionada con la salud permite a los sujetos tomar decisiones más informadas sobre su bienestar. Desde esta perspectiva, la cabida de interpretar adecuadamente la información presente en las etiquetas nutricionales facilita reconocer advertencias sobre nutrientes críticos como azúcar, sodio o grasas, lo que podría intervenir en la selección de alimentos¹⁹. Asimismo, cuando el diseño de las etiquetas es claro y fácil de entender, como ocurre con el sistema de advertencias octogonales, se favorece que los consumidores identifiquen con mayor rapidez los productos que presentan excesos nutricionales y evalúen su consumo de manera más consciente²⁰.

Considerando lo anterior, en la presente indagación se encontró que existe una relación positiva baja ($Rho = 0,391$; $p < 0.001$). Este resultado sugiere que, no necesariamente se traduce en una reducción significativa del consumo de alimentos procesados. Desde una visión práctica, la baja magnitud de la correlación denota que el conocimiento por sí solo tiene un impacto limitado en la modificación de los hábitos alimentarios, lo que requiere la necesidad de intervenciones más integrales.

Estos resultados coinciden con Oliveira et al. (2023), los cuales encontraron una correlación positiva baja ($r = 0,201$; $p = 0,035$), lo que evidencia que el conocimiento sobre el rotulado alimentario no siempre se refleja en cambios concretos en las prácticas alimentarias. AIBlooshi et al. (2025) observaron que, aunque los estudiantes presentaban actitudes favorables hacia el etiquetado nutricional y un nivel moderado de conocimiento, sus prácticas de uso eran limitadas, lo que demuestra que existe una brecha entre lo que las personas saben y lo que realmente aplican en su vida diaria²². No obstante, estos descubrimientos difieren parcialmente de lo conseguido por García et al. (2023), encontraron que no utilizar el etiquetado frontal de advertencia se asocia con una mayor probabilidad de consumir alimentos no recomendados ($OR = 1,6$; $p = 0,020$), lo que sugiere que el uso frecuente de esta información puede contribuir a reducir el consumo de productos poco saludables²³.

En ese sentido, los resultados podrían explicarse porque el consumo de alimentos procesados no depende únicamente del conocimiento nutricional, sino también de otros factores como las preferencias personales, la disponibilidad de productos en el entorno, los hábitos alimentarios previamente establecidos y el contexto social en el que se despliegan los estudiantes. Además, al tratarse de estudiantes de gastronomía,

es posible que tengan una mayor exposición a distintos tipos de alimentos procesados durante su formación académica, lo que podría influir en su consumo habitual a pesar de conocer las advertencias nutricionales presentes en los productos. De esta manera, el conocimiento del etiquetado constituye un elemento importante para la educación alimentaria, pero su impacto en los hábitos de consumo puede verse condicionado por diversos factores del entorno.

Como primer objetivo específico, la teoría de la alfabetización en salud señala que comprender la información nutricional presente en los alimentos permite a las personas interpretar los riesgos asociados al consumo de ciertos nutrientes y tomar elecciones más sabias con relación a su alimentación²⁴. En el caso del etiquetado octogonal, este sistema de advertencias busca comunicar de forma clara cuando un producto contiene exceso de azúcar, lo que facilita que los consumidores identifiquen rápidamente aquellos alimentos que podrían afectar su salud si se consumen con frecuencia²⁰.

Según el análisis de los datos recolectados, en la presente indagación se encontró que existe una relación positiva baja ($Rho = 0,380$; $p = 0,000$). Este hallazgo indica que el grado de conocimiento que poseen los alumnos sobre el significado de las advertencias nutricionales se relaciona con la frecuencia de consumo de productos altos en azúcar, aunque la fuerza de esta relación es baja. Esto indica que, en términos prácticos, el conocimiento del etiquetado posee una influencia limitada en la disminución del consumo de alimentos altos en azúcar.

Esto es coherente con lo logrado por Hunter et al. (2024), quienes señalaron que el conocimiento sobre los riesgos conectados al consumo de bebidas azucaradas puede influir en las decisiones alimentarias de los consumidores, aunque este conocimiento no siempre se traduce en una reducción efectiva de su consumo²⁵. Asimismo, Prada et al. (2021) identificaron que los estudiantes universitarios pueden presentar conocimientos adecuados sobre el consumo de azúcar y sus efectos en la salud, pero aun así mantienen hábitos de consumo elevados debido a factores relacionados con el gusto, la disponibilidad de productos y las costumbres alimentarias²⁶. Estos hallazgos reflejan que la comprensión de la información nutricional constituye un elemento importante para promover elecciones más saludables, aunque no siempre es suficiente para modificar conductas alimentarias arraigadas.

En esa perspectiva, los hallazgos podrían explicarse por la influencia de diversos factores no evaluados en el estudio, como las preferencias personales, la accesibilidad de productos azucarados en el entorno cotidiano y los hábitos alimentarios adquiridos desde edades tempranas. Asimismo, variables sociodemográficas como la edad, género, etc., podrían actuar como elementos de confusión en la relación visualizada. Además, en el caso de los estudiantes de gastronomía, la exposición constante a distintos tipos de alimentos y preparaciones puede favorecer la frecuencia de consumo de ser-

vicios con elevado adjunto de azúcar, lo que podría limitar el impacto del conocimiento sobre el etiquetado nutricional en sus decisiones alimentarias.

En base al segundo objetivo, la teoría de la alfabetización en salud sostiene que la comprensión de la información nutricional permite a las personas reconocer los riesgos asociados al consumo excesivo de ciertos nutrientes y orientar sus decisiones alimentarias hacia opciones más saludables²⁴. En particular, el etiquetado octogonal fue diseñado para advertir de forma clara y notable cuando un servicio muestra abundancia de grasas saturadas, lo que facilita que los consumidores identifiquen rápidamente aquellos alimentos que podrían representar un riesgo para la salud si se ingiere de manera frecuente²⁵.

En relación con ello, al analizar la información obtenida en el trabajo se halló que existe una relación positiva baja ($Rho = 0,316$; $p = 0,002$). Este resultado evidencia que el conocimiento que poseen los estudiantes sobre las advertencias nutricionales se relaciona con la frecuencia de ingesta de productos ricos en grasas, aunque la intensidad de esta relación es baja, lo que sugiere que el conocimiento nutricional no es suficiente por sí solo para cambiar el consumo de alimentos ricos en grasas, siendo necesario considerar otros factores del entorno.

Estos resultados se contrastan con Thapsuwan et al. (2024), quienes evidenciaron que el consumo de alimentos con alto contenido de grasas, azúcar o sodio continúa siendo frecuente en diferentes poblaciones, incluso cuando existe información disponible sobre sus riesgos para la salud²⁷. Mackenbach et al. (2023) encontraron que la presencia de establecimientos de comida rápida y la facilidad de acceso a alimentos ricos en grasa influyen considerablemente en las decisiones alimentarias de los consumidores, lo que puede mantener elevados niveles de consumo independientemente del conocimiento nutricional que posean²⁸. Estos hallazgos muestran que la información nutricional constituye un elemento relevante para orientar las decisiones alimentarias, pero no siempre es suficiente para modificar hábitos que están influenciados por factores ambientales y sociales.

En esa línea, podrían explicarse porque el consumo de alimentos altos en grasas suele estar condicionado por diversos factores, como el gusto por preparaciones fritas o comidas rápidas, la accesibilidad de estos productos y las costumbres alimentarias propias del entorno. Además, al tratarse de estudiantes de gastronomía, es posible que durante su formación académica tengan un contacto frecuente con alimentos que contienen altos niveles de grasas, lo que podría favorecer su consumo habitual. Por ello, aunque el conocimiento del etiquetado octogonal contribuye a mejorar el entendimiento de la pesquisa nutricional, su huella en los hábitos alimentarios puede verse limitado por factores culturales, sociales y del propio entorno educativo.

Respecto al tercer objetivo, la teoría de la alfabetización en salud señala que comprender la información nutricional permite a las personas interpretar los riesgos asociados al consumo de ciertos nutrientes y tomar decisiones más responsables respecto a su alimentación²⁴. Bajo esta perspectiva, el etiquetado octogonal cumple una función informativa importante al advertir de manera clara cuando un producto presenta exceso de sodio, facilitando que los consumidores identifiquen aquellos alimentos que podrían afectar su salud si se consumen con frecuencia²⁵.

De acuerdo al análisis de los datos adquiridos en el trabajo, se encontró que existe una relación positiva baja ($Rho = 0,378$; $p = 0,000$). Este descubrimiento señala que un grado de conocimiento que poseen los alumnos sobre el significado de las advertencias nutricionales se relaciona con la frecuencia de ingesta de productos con alto contenido de sodio; sin embargo, la fuerza de esta relación es baja, lo que evidencia que el conocimiento por sí solo no siempre logra modificar de manera significativa los hábitos alimentarios de los estudiantes, lo cual denota una limitada relevancia práctica del conocimiento como único elemento de modificación en la conducta alimenticia.

Estos hallazgos coinciden con lo reportado por Keast y Guenther (2024), los cuales encontraron que una parte importante del consumo de sodio proviene de alimentos procesados y preparados fuera de una casa, lo que evidencia la influencia del entorno alimentario en los patrones de consumo²⁹. De manera similar, Enriquez y Gollub (2023) apuntaron que la ingesta frecuente de snacks y alimentos procesados continúa siendo elevada en diversas poblaciones, incluso cuando existe información disponible sobre su contenido nutricional, lo que refleja que el conocimiento no siempre se traduce en cambios conductuales inmediatos³⁰. Estos hallazgos sugieren que la información nutricional es relevante para orientar decisiones de consumo, pero otros factores también influyen en los hábitos alimentarios.

Asimismo, al tratarse de estudiantes de gastronomía, es posible que tengan una mayor exposición a productos procesados o preparados que contienen sodio durante su formación académica, lo que podría favorecer su consumo frecuente. Por ello, aunque el conocimiento del etiquetado octogonal permite reconocer los riesgos agrupados al exceso de sodio, su impacto en la reducción del consumo puede verse condicionado por factores del entorno, preferencias personales y hábitos alimentarios previamente establecidos.

CONCLUSIONES

Según el objetivo general, se determinó que existe relación positiva baja y significativa entre las variables de estudios en estudiantes de un instituto de Gastronomía de San Juan de Miraflores ($Rho=0,391$; $p < 0.001$).

Con relación al primer objetivo específico, se halló que existe relación positiva baja y significativa en los estudiantes ($Rho=0,380$; $p<0,001$).

Respectivamente al segundo objetivo específico, se evidenció que existe relación positiva baja y significativa en los educandos ($Rho=0,316$; $p=0,002$).

Acorde al tercer objetivo específico, se demostró que existe relación positiva baja y significativa en los estudiantes ($Rho=0,316$; $p=0,002$).

RECOMENDACIONES

A las autoridades de la institución abordada, se sugiere implementar programas permanentes sobre educación alimentaria y nutricional para fortalecer el uso práctico del etiquetado octogonal.

A los docentes del área de nutrición y gastronomía, se propone llevar a cabo actividades educativas y talleres de peligros de la ingesta frecuente de alimentos altos en azúcar que busquen promover la lectura del etiquetado frontal y fomentando decisiones más saludables.

A las instituciones educativas y profesionales de salud se sugiere promover estrategias de sensibilización acerca del consumo de alimentos altos en grasa, buscando incentivar el análisis crítico sobre la información nutricional respecto a los productos procesados.

A las autoridades educativas y profesionales de salud se recomienda fortalecer las estrategias de educación nutricional dirigidas a decrecer el consumo de alimentos altos en sodio, buscando promover la correcta interpretación del etiquetado octogonal.

BIBLIOGRAFÍA

- García A, Bermúdez J, Barberá R, Alegría A. Percepción del etiquetado nutricional en población con obesidad y sobrepeso. *Rev Esp Nutr Comunit*. [Internet]. 2020 [citado 11 jul 2025];26(6):1-12. Disponible en: https://www.renc.es/imagenes/auxiliar/files/RENC_2020_1_06._Percepcion_del_EN_en_poblacion_con_S-O.pdf
- Martínez V, Peña C, Sandoval J, Peralta L. El acceso y disponibilidad de alimentos y su influencia en los hábitos alimentarios de jóvenes en Veracruz. *Rev Med Univ Veracruz*. [Internet]. 2024 [citado 11 jul 2025];24(1):7-28. Disponible en: <https://doi.org/10.25009/rmuv.2024.1.116>
- Organización Mundial de la Salud. Obesidad y sobrepeso. [Internet]. 7 may 2025 [citado 11 jul 2025]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>
- Fondo Internacional de Desarrollo Agrícola; Organización Mundial de la Salud; Programa Mundial de Alimentos; Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia. El estado de la seguridad alimentaria y la nutrición en el mundo 2023: urbanización, transformación de los sistemas agroalimentarios y dietas saludables a lo largo del continuo rural-urbano. Roma: FAO; 2023 [citado 11 jul 2025]. Disponible en: <https://www.fao.org/publications/sofi/2023/es/>
- Feyisa E, Wondimu R, Kaba Z. Knowledge, reading practice and associated factors of nutrition labeling on packaged food among consumers in Addis Ababa, Ethiopia. *J Food Nutr Sci*. [Internet]. 2021 [citado 11 jul 2025];9:48-56. Disponible en: <https://doi.org/10.11648/j.jfns.20210902.13>
- Nayak RR, Jadhav J, NG PK, TS R. Knowledge, attitude, and practice regarding food labels among undergraduate medical students of a government medical college, Bengaluru. *Natl J Physiol Pharm Pharmacol*. [Internet]. 2023 [citado 11 jul 2025];13(8):1739-1739. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.5455/njppp.2023.13.06313202319062023>
- Organización Panamericana de la Salud. Etiquetado nutricional en la parte frontal del envase en América Latina y el Caribe: nota orientadora. Washington (DC): OPS; 2022 [citado 11 jul 2025]. Disponible en: <https://doi.org/10.4060/cc1545es>
- Gomes FS, Madriz-Morales K, Valenzuela DR, Blanco-Metzler A, Amador N, Benavides-Aguilar K, et al. Comparison of front-of-package nutrition labelling schemes in Costa Rica: a multi-arm parallel-group randomised controlled trial assessing objective understanding and purchase intention. *Appetite*. 2025;206:107774.
- da Costa Soares AP, Pereira CG, Santana ML, da Silva Gomes F, Anastácio LR. Efficacy of Brazilian and Mexican front-of-package nutrition labeling systems on simulated online purchase of non-alcoholic beverages by adolescents: a randomized controlled study. *Food Res Int*. 2025;202:539-548. <https://doi.org/10.1016/j.foodres.2024.115539>
- Ministerio de Salud del Perú. Octógonos en la publicidad de productos procesados son parte de Ley de Alimentación Saludable (Comunicado N.º 136). [Internet]. 18 jun 2020 [citado 11 jul 2025]. Disponible en: <https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/187513-octogonos-en-la-publicidad-de-productos-procesados-son-parte-de-ley-de-alimentacion-saludable-comunicado-n-136>
- Calero J. Conocimiento del etiquetado octogonal y consumo de alimentos ultraprocesados en adolescentes de la IE N° 100, San Juan de Lurigancho, 2024 [Internet]. [Tesis de pregrado en Nutrición]. Lima: Universidad Nacional Federico Villarreal; 2024 [citado 11 jul 2025]. Disponible en: https://repositorio.unfv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13084/9205/TESIS_CALERO_ORITZ_JAZMIN_MELANI.pdf
- Castillo V, González P, Quispe L, Montero JN. Conocimientos, actitudes y prácticas sobre etiquetado con octógonos en estudiantes de nivel secundaria. *Nutr Clin Diet Hosp*. [Internet]. 2023 [citado 16 jul 2025];43(3):137-142. Disponible en: <https://doi.org/10.12873/433castillo>
- Arroyo J. Nivel de conocimiento de advertencia publicitaria y decisión de compra de alimentos etiquetados con octógono en los estudiantes de la Facultad de Ciencias Agrarias de la Universidad Nacional de Huancavelica-2021 [Tesis de Posgrado]. Huancavelica: Universidad Nacional de Huancavelica; 2021 [citado 16 jul 2025]. Disponible en: <https://apirepositorio.unh.edu.pe/server/api/core/bitstreams/f5c6efed-762a-4c17-990c-c7dca5647eed/content>

14. Persoskie A, Hennessy E, Nelson WL. US consumers' understanding of nutrition labels in 2013: the importance of health literacy. *Prev Chronic Dis*. [Internet]. 2017 [consultado 21 jul 2025];14: 86-94. Disponible en: <https://doi.org/10.5888/pcd14.170066>
15. Mansfield E, Wahba R, De Grandpré E. Integrating a health literacy lens into nutrition labelling policy in Canada. *Int J Environ Res Public Health*. [Internet]. 2020 [consultado 21 jul 2025];17(11):4130-4148. Disponible en: <https://doi.org/10.3390/ijerph17114130>
16. Castillo J, Paico J. Conocimientos y actitudes acerca del etiquetado octogonal de los productos procesados en los pobladores del barrio El Tablazo, Tumbes 2024. [Tesis de Licenciatura en Nutrición y Dietética]. Tumbes: Universidad Nacional de Tumbes; 2024. <http://repositorio.untumbes.edu.pe/items/0da6ed10-7a39-4c6c-a618-952fad5459cd>
17. Vásquez D, Ochoa V. Estrés académico y consumo de alimentos altos en azúcar, sodio y grasas, en estudiantes de nivel superior en Huancavelica – 2021. [Tesis de Licenciatura en Nutrición Humana]. Huancayo: Universidad Peruana Los Andes; 2022. <https://repositorio.upla.edu.pe/handle/20.500.12848/5756>
18. Asociación Médica Mundial. Declaración de Helsinki de la AMM: Principios éticos para las investigaciones médicas en seres humanos [Internet]. 2013 [citado 2025 agosto 22]. Disponible en: <https://www.wma.net/es/polices-post/declaracion-de-helsinki-de-la-amm-principios-eticos-para-las-investigaciones-medicas-en-seres-humanos/>
19. Amorós-Miró G, Rambla-Alsina S. Alfabetización en salud: Proceso de aprendizaje significativo personal y comunitario. *Comunidad* [Internet]. 2024 [citado 31 jul 2025]; 26(1): 39-43. Disponible en: <https://doi.org/10.55783/comunidad.260106>
20. Juvinyà-Canal D. Alfabetización en salud en la comunidad. *Innovación educativa* [Internet]. 2021 [citado 31 jul 2025];31:589-598. Disponible en: <https://doi.org/10.15304/ie.31.7952>
21. Oliveira L, Manoel C, Ribeiro M, Pedro D, Rodrigues CS, Rossoni C. Food labeling-knowledge among university students in the Lisbon region: an exploratory study. *Biomed Biopharm Res*. [Internet]. 2023 [citado 16 jul 2025];20(1):25-36. Disponible en: <https://doi.org/10.19277/bbr.20.1.306>
22. AlBlooshi S, Smail L, Aldayyani A, Zeb F, Ibrahim A. University students' understanding and utilization of food labels: a cross-sectional study. *Int J Food Sci*. [Internet]. 2025 [citado 16 jul 2025]; 2025(1):7391826. Disponible en: <https://doi.org/10.1155/ijfo/7391826>
23. García D, Ramos R, Maldonado K, Márquez M, Arciniega A. Asociación del consumo de alimentos con la aceptación, uso y comprensión objetiva del etiquetado frontal de advertencia en jóvenes mexicanos. *Latam Rev Latam Cienc Soc Humanid*. [Internet]. 2023 [citado 16 jul 2025];4(3):60. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=9586355>
24. Amorós-Miró G, Rambla-Alsina S. Alfabetización en salud: Proceso de aprendizaje significativo personal y comunitario. *Comunidad* [Internet]. 2024 [citado 31 jul 2025]; 26(1): 39-43. Disponible en: <https://doi.org/10.55783/comunidad.260106>
25. Hunter JR, Oza-Frank R, Park S, Sauer AG, Gunn JP. Associations between knowledge of health conditions and sugar-sweetened beverage intake among US adults, 2021. *Nutrients* [Internet]. 2024 [citado 30 jul 2025];16(24):4317. Disponible en: <https://doi.org/10.3390/nu16244317>
26. Prada M, Godinho CA, Garrido MV, Rodrigues DL, Coelho I, Lopes D. A qualitative study about college students' attitudes, knowledge and perceptions regarding sugar intake. *Appetite* [Internet]. 2021 [citado 30 jul 2025];159:105059. Disponible en: <https://doi.org/10.1016/j.appet.2020.105059>
27. Thapsuwan S, Phulkard S, Chamrathirong A, Gray RS, Jindaratnaporn N, Loyfah N, Pattaravanich U. Relationship between consumption of high fat, sugar or sodium (HFSS) food and obesity and non-communicable diseases. *BMJ Nutr Prev Health* [Internet]. 2024 [citado 30 jul 2025];7(1):78. Disponible en: <https://doi.org/10.1136/bmjnp-2023-000794>
28. Mackenbach JD, Widener MJ, van der Gaag E, Pinho MG. Survey-derived activity space-based exposures to fast food outlets and associations with use of outlets, diet quality and BMI. *Health Place* [Internet]. 2023 [citado 30 jul 2025];79:102966. Disponible en: <https://doi.org/10.1016/j.healthplace.2023.102966>
29. Keast D, Guenther P. Sodium content and sodium intake contributions of store-bought and restaurant-prepared foods in their as-eaten form: NHANES 2009–2018. *Curr Dev Nutr* [Internet]. 2024 [citado 30 jul 2025];8(10):104455. Disponible en: <https://doi.org/10.1016/j.cdnut.2024.104455>
30. Enriquez JP, Gollub E. Snacking consumption among adults in the United States: a scoping review. *Nutrients* [Internet]. 2023 [citado 30 jul 2025];15(7):1596. Disponible en: <https://doi.org/10.3390/nu15071596>