

La educación alimentaria en contextos de alto consumo de ultraprocesados

Food education in contexts of high consumption of ultra-processed foods

Lcdo. Manuel Ignacio Bermeo Aguirre

Unidad educativa Chunchi
ignacio.bermeo@educacion.gob.ec
<https://orcid.org/0009-0004-4798-4390>
Chimborazo-Ecuador

Ing. Walter Joffre Balseca Pérez

Instituto Superior Tecnológico 17 de Julio
wbalseca@ist17dejulio.edu.ec
<https://orcid.org/0009-0002-7744-1448>
Ibarra-Ecuador

Ing. Johana Aracely Cadena Peralta

Industria Láctea de Cotopaxi
cadenaaracelyjc@gmail.com
<https://orcid.org/0009-0003-8443-3603>
Salcedo-Ecuador

Mgs. Mariela Maribel Gallegos Talavera

Unidad educativa municipal Antonio José de Sucre
mariela.gallegos@quito.gob.ec
<https://orcid.org/0009-0003-4341-2267>
Pichincha-Ecuador

Ing. Anderson Ronaldo Ashqui Silva

Independiente
ronaldito162001@gmail.com
<https://orcid.org/0009-0002-3475-767X>
Cotopaxi-Ecuador

Lcda. Mayra Jasmín Zea Celorio

Unidad Educativa Honorato Vásquez
mayra.zea@educacion.edu.ec
<https://orcid.org/0009-0006-0671-716X>
Pichincha-Ecuador

Lcda. Joba Felicita Franco González

Institución donde labora Unidad Educativa General Antonio Elizalde
joba.franco@docenteseducacion.educ.ec
<https://orcid.org/0009-0005-8594-1516>
Ecuador

Formato de citación APA

Bermeo, M. Balcesa, W. Cadena, J. Gallegos, M. Ashqui, A. Zea, M. & Franco, J. (2026). La educación alimentaria en contextos de alto consumo de ultraprocesados. Revista REG, Vol. 5 (Nº. 2), p. 297 – 311.

INTELIGENCIA COLECTIVA

Vol. 5 (Nº. 2). abril – mayo 2026.

ISSN: 3073-1259

Fecha de recepción: 08-04-2025

Fecha de aceptación: 17-04-2026

Fecha de publicación: 30-06-2026



RESUMEN

En el contexto actual, caracterizado por cambios en estilos de vida y patrones de consumo, por ende, la educación alimentaria adquiere un papel fundamental frente al incremento del consumo de alimentos ultraprocesados en la población estudiantil. El presente análisis investigativo permitió considerar la problemática existente en estudiantes de 10mo. EGB. La investigación está enfocada cuantitativamente, con diseño correlacional, encuesta semi estructurada para recolectar datos sobre nivel de consumo y grado de conocimiento, gestión de riesgos y cambios de hábitos en alimentos. Los resultados alcanzados un consumo frecuente en alimentos saturados y ultraprocesados, lo que acompaña a una percepción parcial de riesgos asociados a sobrepeso y obesidad. Se identificó que el clima escolar influye directamente en la preferencia a este tipo seleccionado de productos. En tanto, se observó que existe una disposición positiva al cambio en actitudes de consumo saludable en alimentos nutritivos. Se destaca la necesidad imperante en fortalecer estrategias inclusivas de educación alimentaria saludable que sean buenas prácticas, participativas y según el contexto, con el propósito en promover hábitos saludables y mejorar la calidad de los estudiantes.

PALABRAS CLAVE: Educación alimentaria; alimentos ultraprocesados; hábitos alimentarios; adolescentes; salud nutricional

ABSTRACT

In the current context, characterized by changes in lifestyles and consumption patterns, food education plays a fundamental role in addressing the increasing consumption of ultra-processed foods among the student population. The present research analysis made it possible to consider the existing problem in 10th grade EGB students. The study is represented by quantitatively focused, with a correlational design and a structured survey that is used to collect information on consumption levels, degree of knowledge, perception of risk, and changes in habits. Results can revealed a frequent consumption that is saturated foods, accompanied by a partial perception of risks like overweight or obesity. School environment directly influences the preference for each type of product. A positive disposition toward change in attitudes regarding healthy consumption of nutritious alimentation. The study exist an urgent need to strengthen food education strategies which are based on qualities practices, participatory active, and contextual scolar, with the aim of promoting habits that improving students' quality.

KEYWORDS: Food education; ultra-processed foods; eating habits; adolescents; nutritional health.

INTRODUCCIÓN

La educación alimentaria se enfrenta actualmente a una problemática creciente asociada al elevado consumo de alimentos ultraprocesados, especialmente en la población infantil y adolescente. Este fenómeno social responde a cambios en preferencias de alimentación, urbanización y disponibilidad de productos que son procesados e industrializados para lograr bajo costo, grandes volúmenes y alto gusto al paladar. Niños y jóvenes desarrollan preferencias de consumo de alimentos que son de alta grasa saturada ya que padres de familia les compran para asegurar el gusto por ellos, creando hábitos alimentarios no saludables que a la postre, inciden en el desarrollo tanto físico, a nivel cognitivo, socioemocional, centrándose en un desafío prioritario para actual sistema nacional de salud.

La situación de obesidad en edades tempranas se agrava por industrialización, economías de escala de normalización de productos que son ultraprocesados y saturados, donde se prioriza rapidez de lunch poco nutritivo y conveniencia sin considerar calidad nutritiva. De acuerdo a Alvarado et al. (2025), el consumo de alimentos saturados en niños aumentó significativamente, lo que afecta a adquisición de enfermedades dietéticas y de obesidad. Esta tendencia favorable evidencia poner en práctica propuestas de intervención académica en promoción de conductas alimentarias sustitutivas de alimentos vegetarianos en reemplazo de comidas de alta grasa saturada y azúcar.

El consumo de alimentos saturados con alto grado de grasa está relacionado directamente a problemas de salud como obesidad juvenil, sobrepeso, mala circulación, hígado graso Grado 1 al 3, y otras enfermedades de tipo crónico. Castro y Rojas (2021) indica que “la ingesta excesiva de productos saturados impacta de forma negativa en la salud, con consecuencias a largo plazo como hipertensión o diabetes. Así mismo, autores como Gómez et al. (2020) evidencian que, mediante revisión sistemática, consumo elevado de alimentos ultraprocesados incrementan riesgo de obesidad y hasta paros cardiacos, sin precedencia o justificación.

Investigaciones recientes en América Latina y Ecuador permitieron analizar patrones o frecuencias de consumo que son preocupantes según López y García (2021) manifiesta que existe una población latente escolar donde existe una elevada prevalencia en consumo de alimentos que son saturados y ultraprocesados, lo que pone en manifiesto el grado de influencia tanto del entorno social y cultural en cuanto a utilidad de consumo en vegetales, alimentos hechos en casa y buenas prácticas alimentarias. Mamallacta (2026) evidencia que jóvenes con consumo de alimentos chatarra están estrechamente relacionados a alteraciones en el estado nutricional a veces con sobrepeso y otras veces con anemia, lo que refuerza tratar el problema localmente.

Teóricamente, la clasificación NOVA o agrupación de alimentos según sus categorías permite comprender el impacto de alimentos ultraprocesados o saturados y su nivel de impacto en el bienestar social y salud pública. Autores mencionados como Cediel et al. (2021) manifiestan que estos productos tienen un elevado contenido de azúcares, grasas saturadas y aditivos que producen conductas de adicción, con valores mínimos nutricionales, convirtiéndose en factores de riesgo en la dieta habitual de cada persona, lo que resulta clave para orientar campañas educativas que promuevan consumo de alimentos equilibrados en nutrientes con fuentes de fibra y energía para niños, adultos y ancianos.

La educación en alimentos nutritivos constituye una estrategia didáctica prometedora para inspirar a padres y estudiantes a transformar sus hábitos de consumo saludables con dieta nutritiva proporcional a su contextura, peso promedio y tamaño corporal. Dichos procesos formativos, permiten enfatizar habilidades críticas para elegir alimentos saludables ricos en fibra, nutrientes y proteínas para fortalecer el crecimiento y energía, comprendiendo consecuencias de consumir saludablemente evitando exceso de grasas. La escuela constituye un espacio privilegiado integral donde se fomenta habilidades para elegir alimentos nutritivos saludables que permitan prevenir enfermedades a la postre. Existe una necesidad latente en abordar esta problemática articulando conocimientos científicos, buenas prácticas alimentarias en sostenimiento a enfoques socioculturales. Al promover una educación alimentaria de calidad basada en una planificación, seguimiento y evaluación, no solo permite mejorar la salud y bienestar, sino que se mejora la autonomía y responsabilidad compartida, respondiendo a desafíos en cuanto a una salud pública eficiente, con estrategias de prevención como papel fundamental. Se requiere analizar la problemática actual en cuanto a consumo y preferencia de alimentos saturados o ultraprocesados y proponer propuestas de intervención en educación alimentaria que para fomentar hábitos saludables de acuerdo a la edad y preferencias alimentarias. El artículo se desarrolla en aspectos teóricos y críticos para abordar conceptos, seguido de una propuesta intervención pedagógica alimenticia, y conclusiones que sintetizan principales hallazgos y resultados estadísticos.

METODOS Y MATERIALES

A través de un enfoque a nivel cuantitativo, diseño no experimental con corte transversal, se analizaron hábitos alimenticios ultraprocesados y su relación directa con educación alimentaria preventiva en planes dietéticos que mantienen el peso ideal conforme a la edad (Torres & Mendoza, 2022). El estudio se llevó a cabo en la UE. Mejía, localizada en la Región Sierra, cuya población está estructurada por alumnos de 10mo EGB., con una muestra de 30 personas, cuyos criterios elegidos

son accesibilidad y participación. Este grupo representativo pertenece a una una etapa clave que está en crecimiento y desarrollo, aspectos consolidados para requerir hábitos alimentarios saludables con decisiones autónomas. Se utilizó una encuesta a nivel estructurada, que permitió diseñar preguntas cerradas en escala de Likert relacionadas a frecuencia de consumo, conocimientos alimenticios saludables, grado de riesgos, dicha información es valiosa estadísticamente. El instrumento se validó a través de juicio de expertos científicos en el área de salud, por lo que se aplicó en una hora específica de jornada escolar, previo consentimiento informado y confidencialidad de resultados obtenidos por participantes. Luego, los datos cuantificables se procesaron y tabularon en tablas de frecuencias con porcentajes, identificando patrones de consumo y conocimiento general respecto a una educación alimentaria de calidad.

ANÁLISIS DE RESULTADOS

Se evidencia que la derivación o tendencia a consumo de alimentos ultraprocesados son prácticas frecuentes en lunch de recreo sobre todo en estudiantes de 10mo. EGB, lo cual se influye a decisión de sus padres quienes llenan el lunch con alimentos más fáciles de conseguir en lugar de cocinarlos con menor grasa influenciado por factores socioculturales y hábitos imperantes de alimentación no saludable. La mayoría de los participantes manifiesta consumir este tipo de productos varias veces por semana, lo que pone en evidencia la necesidad de fortalecer procesos de educación alimentaria en el contexto escolar.

Tabla 1.

Frecuencia de consumo de alimentos ultraprocesados

Frecuencia de consumo	Número de estudiantes	Porcentaje (%)	Interpretación
Diario	12	40%	Consumo alto
3-4 veces por semana	10	33%	Consumo frecuente
1-2 veces por semana	6	20%	Consumo moderado
Rara vez	2	7%	Bajo consumo

Los datos muestran que el 40% de los estudiantes consume alimentos ultraprocesados diariamente, mientras que un 33% lo hace entre tres y cuatro veces por semana, lo que suma un 73% de consumo frecuente. Por otro lado, el 20% presenta un consumo moderado y solo el 7% reporta consumirlos rara vez, evidenciando una alta prevalencia de hábitos alimentarios poco saludables

dentro del grupo analizado. En relación con el conocimiento sobre alimentación saludable, se identificó que existe un nivel intermedio de comprensión en los estudiantes, aunque aún persisten vacíos conceptuales importantes sobre los efectos de los alimentos ultraprocesados en la salud.

Tabla 2.

Nivel de conocimiento sobre alimentación saludable

Nivel de conocimiento	Número de estudiantes	Porcentaje (%)	Interpretación
Alto	8	27%	Buen conocimiento
Medio	14	47%	Conocimiento básico
Bajo	8	26%	Escaso conocimiento
Nulo	0	0%	Sin conocimiento

Se observa que el 47% de los estudiantes posee un nivel medio de conocimiento, seguido de un 27% con nivel alto y un 26% con bajo conocimiento. Esto indica que, aunque existe cierta información sobre alimentación saludable, no es suficiente para generar cambios significativos en los hábitos alimentarios (Sánchez & Aguilar, 2022).

En cuanto a la percepción de los riesgos asociados al consumo de ultraprocesados, los estudiantes muestran una conciencia parcial, lo cual influye en la toma de decisiones alimentarias.

Tabla 3.

Percepción de riesgos del consumo de ultraprocesados

Nivel de percepción	Número de estudiantes	Porcentaje (%)	Interpretación
Alta	9	30%	Reconoce riesgos
Media	13	43%	Reconocimiento parcial
Baja	6	20%	Poca conciencia
Nula	2	7%	Sin percepción

El 43% de los estudiantes presenta una percepción media del riesgo, mientras que el 30% tiene alta percepción. Sin embargo, un 27% (entre baja y nula) no reconoce adecuadamente los riesgos, lo que podría explicar la continuidad del consumo frecuente de estos productos (Ruiz, 2023).

Respecto a los hábitos alimentarios en el entorno escolar, se identificó una preferencia significativa por productos ultraprocesados frente a opciones saludables.

Tabla 4.

Preferencia de alimentos en el entorno escolar

Tipo de alimento	Número de estudiantes	Porcentaje (%)	Interpretación
Ultraprocesados	16	53%	Alta preferencia
Comida casera	8	27%	Preferencia moderada
Frutas	4	13%	Baja preferencia
Otros	2	7%	Mínima preferencia

Se evidencia que el 53% de los estudiantes prefiere alimentos ultraprocesados, mientras que solo el 27% opta por comida casera y un 13% por frutas. Esto refleja una tendencia clara hacia elecciones poco saludables dentro del contexto escolar. También se analizó la disposición de los estudiantes hacia el cambio de hábitos alimentarios mediante educación nutricional.

Tabla 5.

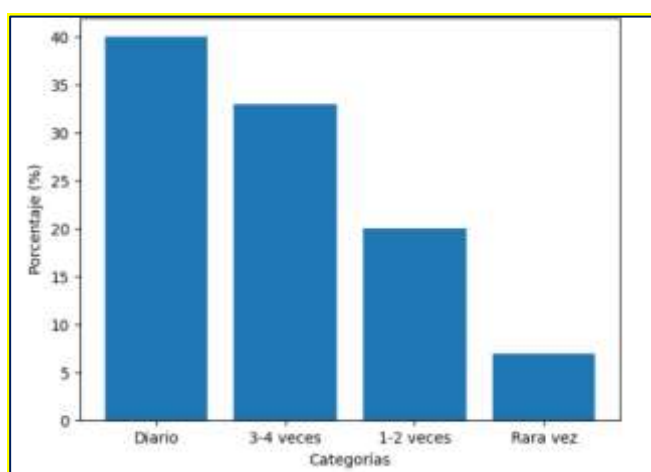
Disposición al cambio de hábitos alimentarios

Nivel de disposición	Número de estudiantes	Porcentaje (%)	Interpretación
Alta	11	37%	Dispuesto al cambio
Media	12	40%	Posible cambio
Baja	5	17%	Resistencia
Nula	2	6%	Sin interés

Los resultados indican que el 37% de los estudiantes tiene alta disposición al cambio y un 40% presenta disposición media, lo que suma un 77% con posibilidades de modificar sus hábitos. Sin embargo, un 23% muestra baja o nula disposición, lo que sugiere la necesidad de estrategias educativas más motivadoras y contextualizadas.

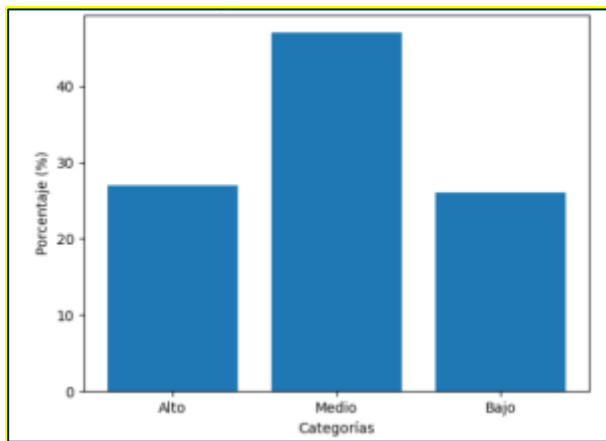
Figura 1.

Grado de frecuencia alimentos ultraprocesados



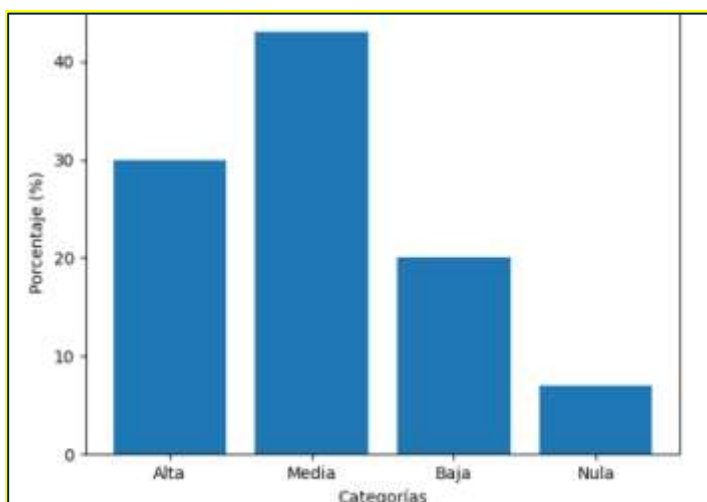
En la figura N. 1 el 40% de alumnos consume ultraprocesados de forma diaria lo que genera estudiantes con obesidad, alto colesterol o triglicéridos; en tanto, 33%, consume en promedio 3 y 4 veces a la semana, equivalente a un 73% de nivel de consumo con frecuencia. Por último, el 20% consume moderadamente estos alimentos y apenas un 7% lo hace rara vez, esto confirma con la incidencia elevada por alimentos saturados con alto contenido de grasa.

Figura 2.
 Conocimiento en alimentación nutritiva y saludable



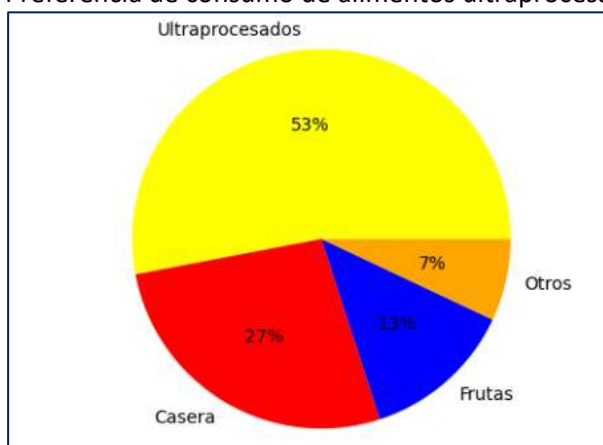
La figura N. 2 demuestra científicamente que el 47% mantiene conocimiento medio en alimentos nutritivos, luego el 27% posee altos niveles de conocimiento y un 26% bajo nivel, lo que refleja que casi la mitad de alumnos posee conocimientos breves, pero poco suficientes para tomar decisiones alimentarias nutritivas y beneficiosas para su salud y desarrollo.

Figura 3.
 Riesgos en consumo de alimentos que son ultraprocesados



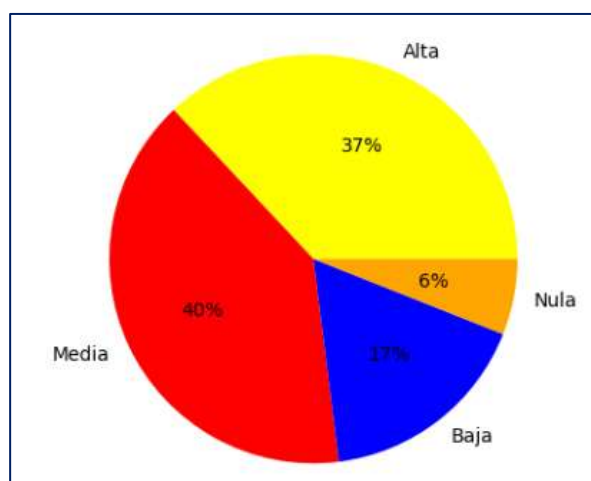
En la figura analizada se observó que existe un 43% de alumnos que tienen una percepción media o conocimiento del riesgo en ingerir estos productos, el 30% indica alta percepción y el 20% mantiene una baja percepción y un 7% de encuestados posee ninguna, esto indica que un 27% de los encuestados no reconoce riesgos asociados a consumo de alimentos ultraprocesados.

Figura 4.
Preferencia de consumo de alimentos ultraprocesados



Se evidencia en la Figura 4, que el 53% prefiere alimentos que están ultraprocesados con grado de grasa saturada y transgénicos, frente a un 27% de alumnos que prefiere comida hecha en casa y el 13% consume frutas en su lunch escolar. Solo el 7% exige nuevas opciones, lo que demuestra una inclinación elevada a alimentos poco saludables, pero aparentemente de buen sabor sin considerar sus aspectos nutricionales.

Figura 5.
Disposición al cambio de hábitos alimentarios



En la figura 5 se identifica que el 37% presenta alta disposición al cambio y el 40% disposición media, sumando un 77% con potencial de mejora. Sin embargo, el 17% muestra baja disposición y el 6% ninguna, lo que indica resistencia en un grupo minoritario.

Tabla 6.

Síntesis general de resultados sobre hábitos y educación alimentaria

Variable analizada	Categoría principal	Frecuencia (n)	Porcentaje (%)	Nivel de riesgo	de Interpretación general
Consumo de ultraprocesados	Diario	12	40%	Alto	Hábito frecuente perjudicial
Conocimiento alimentario	Medio	14	47%	Moderado	Conocimiento insuficiente
Percepción de riesgo	Media	13	43%	Moderado	Reconocimiento parcial del problema
Preferencia alimentaria	Ultraprocesados	16	53%	Alto	Elección predominante no saludable
Disposición al cambio	Media	12	40%	Bajo	Posibilidad de intervención educativa
Disposición al cambio	Alta	11	37%	Bajo	Alta oportunidad de mejora

Los resultados revelan que existe un elevado nivel de frecuencia elevado para consumir alimentos que están ultraprocesados, acompañada de un nivel de conocimiento intermedio en alimentos saludables y grado de riesgo a enfermedades como sobrepeso, obesidad y mala circulación, esto limita adoptar hábitos saludables en la dieta de un niño. Existe una disposición de la gran mayoría es decir un 77%, lo que constituye una gran oportunidad para proponer buenas prácticas de educación alimentaria saludable. Dichos resultados obtenidos evidencian la necesidad de proponer planes nutricionales dietéticos que no solo informen, sino que generen cambios favorables en el comportamiento de hábitos alimenticios de la sociedad.

DISCUSIÓN DE RESULTADOS

Los resultados obtenidos evidencian una alta frecuencia de consumo de alimentos ultraprocesados entre los estudiantes, lo cual coincide con lo planteado por Martínez et al. (2020), quienes señalan que estos productos han desplazado progresivamente a los alimentos frescos en la dieta cotidiana en América Latina. Esta situación refleja un patrón alimentario caracterizado por la inmediatez, la accesibilidad y la influencia del entorno, factores que inciden directamente en la calidad nutricional de la dieta.

El elevado consumo identificado no es un hecho aislado, sino que corresponde a una tendencia regional de consumo que viene desde la publicidad masiva en televisión, posters promocionales por reconocidas figuras de pantalla, quienes consumen y no engordan, esta tendencia de consumo de productos hechos al instante como sopas instantáneas, comidas chatarras, son elegidas por los padres sobre todo aquellos que trabajan y no tienen tiempo para preparar los alimentos de sus hijos para el lunch, y prefieren contentarlos comprando alimentos que son ricos al paladar, pero que son perjudiciales en la salud que con los años, pasan factura en enfermedades que luego no podrán ser curadas o requieren tratamientos prolongando con exigencia de planes nutricionales que deben ser puestos en marcha sin opción alguna.

En relación a efectos en la salud, cuyos hallazgos se articulan con lo que ha expuesto Monteiro et al. (2020), al indicar que alimentos que son ultraprocesados presentan elevados niveles de azúcares, edulcorantes, grasas saturadas y aditivos como anilina, lo cual incrementa el nivel de riesgo que son enfermedades crónicas no curables con tratamiento preventivo. La elevada prevalencia de consumo que es diario observado y evidente a una exposición constante en grado de riesgo con efectos nocivos en la salud.

Existe un conocimiento intermedio y de información en cuanto a alimentos nutritivos que se pueden optar para llenar el estómago y disminuir el consumo de dulces, lo cual se puede reemplazar por frutas e hidratación sobre todo en tiempos de calor. Según Pérez (2020), la educación alimentaria en América Latina enfrenta desafíos relacionados con la falta de continuidad, contextualización y aplicación práctica en los entornos escolares. Esto explica por qué, a pesar de poseer cierta información, los estudiantes no logran traducir ese conocimiento en prácticas alimentarias saludables, evidenciando una brecha entre saber y actuar.

Los resultados se sustentan científicamente en autores como Naranjo y Cedeño (2022), destacan que buenas prácticas alimentarias envuelven estrategias didácticas más solubles e innovadoras adaptadas a un plan nutricional en función del peso, edad, estatura, etc. La preferencia por alimentos ultraprocesados y saturados refleja el alto nivel de influencia que ejerce el entorno y la sociedad, sin embargo, existe una predisposición a optar por propuestas interventoras que promuevan cambios en hábitos alimentarios saludables con alto contenido proteico, energético, buen sabor y de agrado al paladar.

Existe una tendencia al cambio ejercido por gran parte de encuestados, esto es una respuesta favorable que puede ser aprovechada a través de educación alimentaria como lo indica Ponce y Pinargote (2023), quienes manifiestan que promover hábitos alimentarios nutritivos se focalizan en

estrategias interventoras que motivan, sensibilizan y generen impacto con responsabilidad compartida en estudiantes. En este sentido, los resultados evidencian que, aunque existen prácticas inadecuadas, también hay un potencial significativo para la transformación de hábitos, lo que refuerza la importancia de implementar programas de educación alimentaria sostenibles y contextualizados.

CONCLUSIONES

Los resultados del estudio permiten concluir que existe una alta prevalencia en el consumo de alimentos ultraprocesados en estudiantes de décimo año de EGB, lo cual se relaciona directamente con riesgos para la salud, como el sobrepeso y alteraciones en el estado nutricional. En este sentido, Ramos (2025) señala que el consumo frecuente de estos productos incide de manera significativa en el incremento del sobrepeso en la población joven, lo que coincide con los hallazgos obtenidos. Vega (2026) menciona que dichos hábitos alimentarios ultraprocesados o saturados generan cambios que son antropométricos negativos en edades tempranas.

El nivel de conocimiento actual en alimentación saludable es nulo lo que permite reflexionar sobre cambios conductuales, cuya brecha se evidencia a nivel de teoría y práctica. Sánchez y Aguilar (2022), indica que una educación nutricional en nutrientes, proteínas, grasas no saturadas, fibra, carbohidrato, si son consumidas en proporción en función de una dieta y acompañamiento de un nutricionista son esenciales para trascender el proceso de transmisión de información para desarrollar competencias con decisiones saludables y racionales. Torres y Mendoza (2022) indican que hábitos alimentarios en edades tempranas están directamente influenciados por el entorno social y cultural, a través de prácticas inadecuadas en alimentación.

El entorno tanto alimenticio como socioemocional constituye un papel configurativo de prácticas saludables deseables con alta preferencia en alimentos saturados no nutritivos como lo menciona Vandevijvere (2021) al indicar que entornos híbridos alimentarios saludables se relacionan con decisiones de consumo racionales influenciados por cambiar patrones de consumo no saludable por hábitos alimenticios nutritivos identificando oportunidades claves para implementar estrategias alimenticias efectivas.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Alvarado, K., López, J., & Torres, P. (2025). Consumo de ultraprocesados en población infantil. *Revista GEN*, 3(1), 30–42. <https://revistagen.com/index.php/GEN/article/view/787>
- Castro, A., & Rojas, P. (2021). Influencia del consumo de ultraprocesados en la salud infantil. *Revista Médica de Chile*, 149(8), 1120–1128. https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0212-16112021000100177
- Cediel, G., Reyes, M., Corvalán, C., & Levy, R. B. (2021). Clasificación NOVA y su aplicación en la salud pública. *Revista Chilena de Nutrición*, 48(2), 182–190. <https://www.scielosp.org/article/csp/2022.v38n5/e00252021/>
- Gómez, C., Martínez, M., & Bes, M. (2020). Consumo de alimentos ultraprocesados y obesidad: revisión sistemática. *Nutrición Hospitalaria*, 37(1), 150–156. https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0212-16112020000100018
- López, M., & García, R. (2021). Consumo de alimentos ultraprocesados en población escolar. *Revista Peruana de Medicina Experimental y Salud Pública*, 38(4), 594–602. <https://www.scielosp.org/article/rpmesp/2021.v38n4/594-602/>
- Mamallacta, M. (2026). Impacto del consumo de ultraprocesados en adolescentes ecuatorianos. *Revista Biosana*, 4(1), 12–25. <https://soeici.org/index.php/biosana/article/view/937>
- Martínez, E., Baraldi, L., Louzada, M., & Monteiro, C. (2020). Ultraprocesados y calidad de la dieta en América Latina. *Revista de Saúde Pública*, 54, 1–10. https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-89102020000100203
- Monteiro, C. A., Cannon, G., Moubarac, J. C., Levy, R. B., & Louzada, M. L. (2020). Alimentos ultraprocesados y su impacto en la salud. *Salud Pública de México*, 62(3), 256–267. <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC10260459/>
- Naranjo, L., & Cedeño, M. (2022). Educación alimentaria en contextos escolares ecuatorianos. *Revista Educación y Salud*, 6(2), 88–99. <https://revistas.uteq.edu.ec/index.php/educacionsalud/article/view/456>
- Pérez, R. (2020). Educación alimentaria y nutricional en América Latina. *Salud Pública de México*, 62(5), 620–627. <https://revistamedicina.net/articulo/revmedicinacolombia-2207>
- Ponce, J., & Pinargote, L. (2023). Promoción de hábitos alimentarios saludables en estudiantes. *Dominio de las Ciencias*, 9(3), 120–135. <https://dominiodelasciencias.com/ojs/index.php/es/article/view/3456>
- Ramos, A. (2025). Consumo de alimentos ultraprocesados y su relación con el sobrepeso. *Revista*

- Ciencia Latina*, 33(1), 25–33. <https://ciencialatina.org/index.php/cienciala/article/view/18063>
- Ruiz, M. (2023). Intervenciones educativas para reducir el consumo de ultraprocesados. *Revista Latinoamericana de Nutrición*, 73(2), 210–220.
https://www.scielo.org/ve/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0004-06222023000200210
- Sánchez, J., & Aguilar, A. (2022). Educación nutricional en el contexto escolar. *Revista Iberoamericana de Educación*, 88(1), 45–60. <https://ve.scielo.org/pdf/pdg/v36n1/art09.pdf>
- Torres, F., & Mendoza, J. (2022). Educación nutricional y hábitos alimentarios en adolescentes. *Revista Colombiana de Salud Pública*, 24(2), 145–153.
<https://revistas.unal.edu.co/index.php/revsaludpublica/article/view/98765>
- Vandevijvere, S. (2021). Entornos alimentarios y consumo de ultraprocesados. *Revista Panamericana de Salud Pública*, 45, e36. <https://iris.paho.org/handle/10665.2/53341>
- Vega, Y. (2026). Ultraprocesados y cambios antropométricos en escolares. *Revista Reincisol*, 5(2), 55–67. <https://www.reincisol.com/ojs/index.php/reincisol/article/view/1455>

CONFLICTO DE INTERÉS:

Los autores declaran que no existen conflicto de interés posibles

FINANCIAMIENTO

No existió asistencia de financiamiento de parte de pares externos al presente artículo.

NOTA:

El artículo no es producto de una publicación anterior.

