

PROYECTO DE TESIS:

“IMPACTO DE LAS POLÍTICAS DE  
ETIQUETADO DE ALIMENTOS EN LA  
REDUCCIÓN DE LA OBESIDAD  
INFANTIL EN MÉXICO”

LICENCIATURA EN MEDICINA HUMANA

PRESENTA:

**ANDREA DÍAZ SANTIAGO**

ASESOR:

ROMAN CAMPOS MARÍA VERÓNICA

“IMPACTO DE LAS POLÍTICAS DE ETIQUETADO DE  
ALIMENTOS EN LA REDUCCIÓN DE LA OBESIDAD INFANTIL  
EN MÉXICO”

## ÍNDICE

Introducción .....	4
Objetivos .....	6
Planteamiento del problema:.....	7
Justificación .....	13
Pregunta de investigación.....	15
Hipótesis.....	16
Marco teórico .....	17
Metodología .....	27
Soluciones .....	30
Conclusión tentativa.....	34
Bibliografía.....	38
Anexos.....	40

## **Introducción:**

La obesidad infantil ha alcanzado proporciones epidémicas en diversas regiones del mundo, convirtiéndose en un problema de salud pública de creciente preocupación y más en la edad infantil. Más en la edad infantil que presentan sobrepeso u obesidad, lo que coloca al país entre los primeros lugares en prevalencia de obesidad infantil a nivel mundial. Las consecuencias de esta condición van más allá de los efectos inmediatos sobre la salud, ya que predispone a los niños a desarrollar enfermedades crónicas como la diabetes tipo 2, hipertensión y trastornos cardiovasculares a edades tempranas, además de tener un impacto significativo en la calidad de vida y en el gasto del sistema de salud pública.

El aumento en las tasas de obesidad infantil en México ha sido impulsado por varios factores, entre ellos, los cambios en los patrones alimentarios, caracterizados por un mayor consumo de alimentos procesados, ricos en azúcares, grasas y sodio, y bajos en nutrientes esenciales. Estos cambios alimenticios han estado acompañados por una mayor disponibilidad y accesibilidad a productos con bajo valor nutricional, lo que ha dificultado la adopción de hábitos alimentarios saludables entre los niños y adolescentes.

Ante esta crisis, las políticas públicas orientadas a mejorar la alimentación de la población infantil han adquirido un papel crucial en la lucha contra la obesidad. Entre las estrategias implementadas, el etiquetado frontal de advertencia se ha posicionado como una medida central. En octubre de 2020, México introdujo un nuevo sistema de etiquetado en productos alimenticios,

diseñado para advertir de manera clara y sencilla sobre el contenido excesivo de azúcares, grasas saturadas, sodio y calorías, con el propósito de que los consumidores, incluidas las familias y los niños, puedan tomar decisiones informadas sobre su alimentación. Este etiquetado busca reducir el consumo de productos nocivos para la salud y promover dietas más equilibradas.

Este estudio se centrará en evaluar el impacto que ha tenido el etiquetado frontal en la reducción de la obesidad infantil en México. Para ello, se analizarán los cambios en los hábitos de consumo de productos procesados en la población infantil desde la implementación de esta medida, así como la efectividad de la misma en generar conciencia entre los padres y tutores sobre los riesgos asociados a ciertos productos. Además, se explorarán los desafíos actuales que enfrentan estas políticas, como la resistencia de la industria alimentaria, la falta de educación nutricional, y el acceso limitado a alimentos saludables, especialmente en zonas rurales y marginadas.

Al comprender el impacto de las políticas de etiquetado de alimentos, este estudio pretende ofrecer recomendaciones sobre cómo mejorar y fortalecer estas intervenciones para lograr una reducción sostenible de la obesidad infantil en México, contribuyendo así a la promoción de hábitos alimenticios saludables y la prevención de enfermedades crónicas a largo plazo.

# Objetivos:

## Objetivo general:

Concientizar a la población sobre los riesgos a largo plazo en la salud

## Objetivos específicos:

1. Elecciones de alimentos más saludables por parte de los padres y cuidadores.
2. Disminuir el consumo de alimentos procesados y azúcares añadidos.
3. Implementar de la educación nutricional y la promoción de hábitos saludables.
- 4.- Concientizar el daño por el consumo de productos procesados y con azúcares añadidos

## Planteamiento del problema:

La obesidad es una de las principales problemáticas de salud pública a nivel mundial, alcanzando dimensiones epidémicas que afectan tanto a países desarrollados como a aquellos en vías de desarrollo.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) estima que, a nivel global, más de 1.9 mil millones de adultos tienen sobrepeso y, de ellos, al menos 650 millones son obesos. Esta situación es particularmente preocupante en América Latina y en México, donde los índices de obesidad han crecido de manera alarmante en las últimas décadas. De acuerdo con la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición (ENSANUT) de 2022, más del 70% de los adultos en México y cerca del 38% de los niños en edad escolar presentan sobrepeso u obesidad. Esta prevalencia de obesidad no solo afecta la calidad de vida de las personas, sino que también está relacionada con el aumento de enfermedades crónicas no transmisibles, tales como diabetes tipo 2, hipertensión, enfermedades cardiovasculares y ciertos tipos de cáncer.

La obesidad no es solo una cuestión de salud física, sino que también está vinculada a múltiples factores sociales, económicos y conductuales.

La globalización va de la mano con los cambios significativos en los patrones alimentarios, especialmente en países en vías de desarrollo como México, donde el consumo de alimentos ultraprocesados ha reemplazado a una dieta tradicionalmente basada en alimentos frescos y naturales.

La industria alimentaria ha facilitado el acceso a productos ricos en grasas saturadas, azúcares y sodio, los cuales, a menudo, son más accesible y

atractivos debido a las intensas campañas publicitarias dirigidas a la población en general, y de manera especial a los niños. Estos productos no solo son de bajo costo, sino que además se presentan como convenientes para el ritmo de vida acelerado de las familias mexicanas, lo que contribuye al aumento del consumo y, en consecuencia, a la prevalencia de obesidad.

En relación con la acción del etiquetado de alimentos de la política pública para ayudar a disminuir la obesidad en México, es indispensable conocer si esta medida es efectiva y si los consumidores pueden hacer uso de la información para su beneficio, correlacionando la desinformación e inadecuada ingesta de alimentos industrializados que por su excesivo contenido calórico condiciona sobrepeso y obesidad de origen exógeno.

Se necesita conocer si el etiquetado de alimentos es de utilidad en la vida cotidiana en el caso de la compra de alimentos.

En México se tiene la problemática con relación al etiquetado, mismo que al estar expresado en porcentajes respecto al requerimiento diario a una dieta basada en 2000 calorías suelen perderse en la información quienes lo leen según la Encuesta de salud y Nutrición 76.3% de la población no sabe cuántas calorías debe consumir una persona adulta aproximadamente (ENSANUT MC, 2016). Este desconocimiento podría ocasionar en el consumidor un exceso de calorías en la dieta mismo que al prolongarse podría condicionar sobrepeso, obesidad o propiciar problemas de salud en los consumidores.

La complejidad es una problemática que ha llevado a que los gobiernos desarrollen estrategias multifacéticas para intentar mitigar el impacto de la obesidad en sus poblaciones. Una de las políticas públicas más relevantes y



recientes ha sido la implementación de etiquetados frontales en los alimentos y bebidas no alcohólicas.

Estas etiquetas proporcionan información clara y directa sobre el contenido de ingredientes como azúcares, sodio, grasas saturadas y calorías en los productos, con el objetivo de advertir a los consumidores sobre aquellos alimentos que superan los límites recomendados por las autoridades de salud. En 2020, México adoptó una nueva norma de etiquetado de advertencia, que exige que los productos con altos contenidos de estos nutrientes críticos lleven sellos negros en la parte frontal del empaque, facilitando a los consumidores la identificación de productos que pueden afectar su salud si son consumidos en exceso.

El propósito de esta política de etiquetado es promover la toma de decisiones informadas por parte de los consumidores, incentivando la reducción del consumo de productos ultraprocesados y, en consecuencia, contribuir a la disminución de los índices de obesidad. Sin embargo, el éxito de esta política ha generado debates en torno a su verdadero impacto en la salud pública. Aunque algunos estudios internacionales han demostrado que el etiquetado puede influir en las decisiones de compra de los consumidores, promoviendo elecciones más saludables, los efectos a largo plazo y su capacidad para reducir la obesidad no son aún concluyentes. Además, existen factores que podrían limitar la efectividad de estas políticas, tales como el nivel de educación de los consumidores, la accesibilidad de opciones más saludables, las estrategias de marketing de las empresas y las respuestas de la industria alimentaria.

En México las primeras evaluaciones del etiquetado frontal han mostrado un cambio en el comportamiento de algunos consumidores, quienes reportan

tener una mayor conciencia sobre el contenido de los productos que compran y han comenzado a reducir el consumo de aquellos alimentos con etiquetados de advertencia. Sin embargo, este impacto positivo no se ha reflejado de manera uniforme en toda la población. Estudios preliminares sugieren que las personas con niveles educativos más altos tienden a comprender mejor el etiquetado y a modificar sus hábitos de consumo, mientras que las personas con menor nivel educativo o acceso limitado a información de salud enfrentan mayores dificultades para interpretar y aplicar las advertencias nutricionales en sus decisiones de compra. Esto plantea un desafío importante, ya que la efectividad del etiquetado no depende únicamente de su diseño y contenido, sino también del contexto socioeconómico y educativo de los consumidores.

Asimismo, es crucial examinar cómo la industria alimentaria ha respondido a esta regulación. Si bien algunas empresas han optado por reformular sus productos para cumplir con los nuevos criterios y evitar el etiquetado de advertencia, otras han recurrido a estrategias de marketing que buscan minimizar el impacto negativo del etiquetado en la percepción de los consumidores, por ejemplo, en lugar de reducir el contenido de azúcares o grasas saturadas, algunas marcas han utilizado empaques más atractivos o campañas publicitarias que desvían la atención de las etiquetas de advertencia. Estas estrategias pueden limitar el impacto real de la política, pues dificultan el objetivo de modificar las conductas alimentarias de los consumidores de manera efectiva.

Un enfoque adicional que merece ser considerado en la evaluación del etiquetado es su interacción con otras políticas y programas de salud pública. La obesidad es un problema multifactorial que no puede ser abordado únicamente desde la regulación del etiquetado de alimentos. La promoción de una alimentación saludable y la prevención de la obesidad requieren un

enfoque integral que combine diversas estrategias, como campañas de educación nutricional, promoción del acceso a alimentos frescos y saludables, incentivos fiscales para productos saludables y la creación de entornos que faciliten la actividad física. En este sentido, es importante analizar si las políticas de etiquetado están siendo complementadas con otras medidas efectivas y si las sinergias entre estas iniciativas están generando un impacto más significativo en la reducción de la obesidad.

Las políticas de etiquetado en las diversas regiones y grupos de población en México. La obesidad no afecta de manera homogénea a toda la población mexicana; de hecho, existen disparidades significativas entre áreas urbanas y rurales, así como entre grupos socioeconómicos. Las comunidades con menores ingresos y con acceso limitado a productos saludables pueden verse menos beneficiadas por el etiquetado, ya que su capacidad para elegir opciones alimenticias más saludables puede estar restringida por la disponibilidad y el costo de los alimentos. Esto sugiere que el etiquetado, por sí solo, podría no ser suficiente para influir en los hábitos de consumo de las poblaciones más vulnerables, quienes a menudo dependen de alimentos ultraprocesados debido a su bajo costo.

Aunque el etiquetado frontal en México representa un avance significativo en la lucha contra la obesidad, es necesario realizar un análisis exhaustivo para evaluar si ha logrado un impacto real en la reducción de la prevalencia de la obesidad en el país. Dado que la obesidad sigue siendo un problema creciente, resulta fundamental identificar las áreas en las que la política de etiquetado podría mejorarse para lograr resultados más contundentes. Es posible que se requiera una mayor inversión en programas de educación nutricional, políticas de subsidios para alimentos saludables, así como una

regulación más estricta sobre la publicidad y comercialización de productos no saludables, especialmente cuando están dirigidos a niños y adolescentes.

Este estudio busca, entonces, analizar de manera integral el impacto de las políticas de etiquetado de alimentos en la reducción de la obesidad en México, teniendo en cuenta tanto los factores positivos que han facilitado la adopción de hábitos alimenticios más saludables, como las barreras estructurales que aún persisten y limitan la efectividad de esta política. La investigación también abordará la respuesta de la industria alimentaria frente a la regulación y la manera en que los consumidores han reaccionado ante las etiquetas de advertencia, con un enfoque particular en las disparidades entre diferentes grupos de población.

## Justificación

¿Cuál es el problema que se investiga?

El problema que se investiga es el aumento de la obesidad infantil en México, un fenómeno que se ha intensificado en los últimos años y que tiene múltiples causas, incluyendo la mala alimentación y la falta de educación sobre hábitos saludables. Las políticas de etiquetado de alimentos buscan informar a los consumidores sobre el contenido nutricional, con la esperanza de influir en sus decisiones alimentarias.

¿Cuál es la emergencia del problema del estudio?

La obesidad infantil es una crisis de salud pública en México, que no solo afecta la calidad de vida de los niños, sino que también incrementa el riesgo de enfermedades crónicas en la adultez, como diabetes y enfermedades cardiovasculares. La emergencia radica en la necesidad urgente de abordar este problema para prevenir futuras complicaciones en la salud de la población infantil.

¿Qué tan viable es la realización de la investigación?

La investigación es viable debido a la disponibilidad de datos secundarios y la posibilidad de realizar encuestas y entrevistas a padres, educadores y expertos en nutrición. Además, el interés creciente en políticas de salud pública y la cooperación de instituciones gubernamentales y organizaciones no gubernamentales facilitarán el acceso a la información necesaria.

¿Qué beneficios metodológicos tiene el estudio?

Este estudio proporcionará una metodología robusta para evaluar el impacto de las políticas de etiquetado de alimentos, lo que puede incluir análisis cuantitativos y cualitativos. Además, contribuirá al desarrollo de herramientas para medir la efectividad de las políticas de salud pública en la promoción de hábitos alimentarios saludables.

¿A qué segmento de la población beneficia el estudio?

El estudio beneficiará principalmente a la población infantil, especialmente a aquellos en situaciones de vulnerabilidad socioeconómica, quienes son más susceptibles a la obesidad y sus efectos. También beneficiará a padres, educadores y responsables de políticas de salud pública, al proporcionar información valiosa para la toma de decisiones.

## **Pregunta de investigación**

¿Cómo afecta la obesidad en los niños y niñas y que tiene que ver la comida o alimentos con azúcares añadidas?

## Hipótesis

Hipótesis Nula: Las políticas de etiquetado de alimentos no tienen un efecto significativo en la reducción de la obesidad infantil en México.

Hipótesis Alternativa: Las políticas de etiquetado de alimentos tienen un efecto significativo en la reducción de la obesidad infantil en México.



# Marco teórico

## 1.- Obesidad en la salud pública

La organización mundial de la salud lo define como la acumulación anormal o excesiva de grasa que puede ser perjudicial para la salud (OMS 1995)

### 1.1.- Definir la obesidad:

La obesidad es una condición caracterizada por el exceso de grasa corporal que puede poner en riesgo la salud de los individuos. Según la Organización Mundial de la Salud, la obesidad ha alcanzado proporciones epidémicas a nivel global, afectando tanto a países desarrollados como en vías de desarrollo. ‘Esta condición se relaciona con un balance energético positivo, donde la ingesta calórica supera el gasto energético, y se ve influenciada por múltiples factores, incluidos los genéticos, conductuales, socioeconómicos y ambientales.’ (OMS 2020),

### 1.2.- causas principales de la obesidad

- Estrés
- Genética
- Falta de sueño
- Falta de actividad física
- Hipotiroidismo
- Hipertensión arterial
- Diabetes
- Apnea

### 1.3.- consecuencias de obesidad infantil

La Guía de práctica clínica en la obesidad infantil, 2018, menciona que existen diversas consecuencias a enfermedades a temprana edad como las cuales destacan:

- HT craneal
- Baja autoestima (ansiedad, TCA, dificultad para socializar)
- Musculo esquelético: pie plano, epifisiolisis, desviación de columna)
- Cardiovasculares : HTA, dislipidemia, coagulopatías, disfunción endotelial.
- Respiratorias: asma, apnea, intolerancia a ejercicio.
- Endocrinas: Diabetes tipo 2, pubertad precoz, hipogonadismo, sx de ovario poliquístico.
- Gastrointestinales: hígado graso, esteatopatitis, coledoclitiasis.
- Oncológicas: mayor riesgo de CA de mama, colon, útero, hígado, tiroides.

## 2.- Etiquetado de alimentos como estrategia en la salud pública

El etiquetado de alimentos ha sido reconocido como una estrategia clave en la promoción de una alimentación saludable y la prevención de enfermedades asociadas a la dieta. Se trata de un mecanismo que busca informar a los consumidores sobre el contenido nutricional de los productos, facilitando decisiones más informadas y saludables. “La OMS ha promovido el uso de etiquetas claras y comprensibles como una medida esencial para enfrentar las crecientes tasas de obesidad y sobrepeso” (2020).

Así mismo la OMS menciona que existen diferentes enfoques de etiquetado, entre los más comunes:

- Etiquetado semáforo: Utiliza colores (verde, amarillo, rojo) para indicar los niveles de nutrientes como azúcares, grasas y sal.
- Etiquetas por porción: Indican la cantidad de calorías y nutrientes en una porción específica del alimento.

- Etiquetado frontal de advertencia: Adoptado en países como Chile y México, advierte sobre el exceso de nutrientes críticos como azúcares, grasas y sodio mediante símbolos de advertencia claros, generalmente en forma de octágonos negros.

## 2.1: Impacto del etiquetado frontal en la salud pública

Estudios realizados por la OMS, sintetizó la información disponible sobre el efecto del etiquetado nutricional frontal en la elección, compra y consumo de alimentos y bebidas, y el estado nutricional de los consumidores, e identificó los factores que influyen en su efectividad.

### 2.1.1: Los resultados

Señalan que la etiqueta frontal facilitó la elección correcta de alimentos saludables y tuvo un efecto variable sobre las dimensiones de consumo y compra, mientras que factores relacionados con el individuo y su entorno parecen tener una influencia importante en su salud, y a cual tiene como propósito proteger a los menores de 14 años de la sobreexposición a la publicidad.

## 2.2: La ley de etiquetado

cómo se le conoce, se ha considerado por organismos internacionales como ejemplo de estrategia para la rotulación frontal de alimentos. Esta se destaca como política regulatoria integral para hacer frente a la epidemia de la obesidad, dado que facilita el diseño e implementación de políticas públicas de alimentación saludable, e incentiva a la industria a reformular sus productos, haciéndolos más sanos.

Respecto a su impacto, el Instituto de Nutrición y Tecnología de los Alimentos (INTA) señala que esta iniciativa tiene el potencial de mejorar la comprensión nutricional de la población y modificar conductas de compra en algunas

categorías de alimentos. Sin embargo, indica que para evaluar el efecto de su implementación sobre la salud pública se requiere de un mayor tiempo de exposición, que permita evidenciar cambios en la dieta y adiposidad de la población.

(Instituto de Nutrición y Tecnología de los Alimentos (INTA), 2016)

## 2.3.- evolución de las políticas y recomendaciones de la organización mundial de la salud

La OMS y la Obesidad: Desde hace décadas, la Organización Mundial de la Salud (OMS) ha reconocido el aumento de enfermedades no transmisibles (ENT), como la obesidad, que están asociadas a malos hábitos alimenticios. A partir de esto, ha desarrollado estrategias para promover la salud y reducir los factores de riesgo relacionados con la dieta y el estilo de vida. Recomendaciones y Estrategias Clave: + 1. 2004: Estrategia Mundial sobre Régimen Alimentario, Actividad Física y Salud - Esta estrategia promovió políticas nacionales para mejorar la alimentación y fomentar la actividad física. 2. 2013: Plan de Acción Mundial para la Prevención y el Control de las ENT 2013-2020 - La OMS propuso metas específicas, como reducir la ingesta de azúcares, grasas trans y grasas saturadas en productos alimenticios.

Objetivo de Reducción de Obesidad y Sobrepeso en la Agenda 2030, se fijó como meta reducir el incremento de la obesidad a través de políticas alimentarias, entre ellas, el etiquetado frontal de alimentos.

Énfasis en el Etiquetado de Alimentos:

La OMS sugiere a los gobiernos que implementen etiquetas claras para advertir sobre el contenido excesivo de azúcares, sodio y grasas en alimentos y bebidas procesadas. Esto se ha vuelto clave para concientizar a la población y reducir el consumo de productos no saludables.

## 2.2.- ¿Qué es el etiquetado frontal de advertencia en alimentos y bebidas?

El etiquetado frontal de advertencia es un sistema gráfico y visual colocado en el frente de los envases de alimentos y bebidas para informar al consumidor sobre los niveles altos de ciertos nutrientes críticos (azúcar, grasa, sodio).

Este etiquetado busca advertir, de manera sencilla y rápida, sobre los riesgos de consumir productos que contienen altos niveles de estos nutrientes.

## 3.- impacto de la importancia en el etiquetado al consumidor

El nuevo etiquetado brinda al consumidor información clara y visible sobre el producto que está comprando. Así, el consumidor tendrá la libertad y la responsabilidad de decidir sobre su consumo.

El etiquetado de alimentos tiene el potencial de modificar el comportamiento de los consumidores al brindar información que les permita tomar decisiones más informadas sobre su alimentación. Según teorías del comportamiento, como el Modelo Transteórico del Cambio o el Modelo de Creencias de Salud (MCS), las personas están más dispuestas a modificar sus hábitos cuando perciben un riesgo claro para su salud y tienen acceso a información comprensible que les permita actuar. (MTT 2012)

Diversos estudios han demostrado que el etiquetado frontal de advertencia puede reducir significativamente la compra de productos altos en azúcar, sodio y grasas saturadas. Por ejemplo, en Chile, la implementación de este tipo de etiquetado provocó una disminución en la compra de alimentos no

saludables, especialmente entre grupos de consumidores con mayor preocupación por la salud. En México, las etiquetas de advertencia han llevado a una mayor conciencia sobre los riesgos asociados a ciertos alimentos y un cambio positivo en las preferencias de compra.

### 3.1.- Evaluar cómo influye el etiquetado en los compradores

Sin embargo, el impacto del etiquetado depende también de factores como el nivel educativo, el contexto socioeconómico y la exposición a campañas de información complementarias. Mientras algunos grupos pueden beneficiarse de manera significativa del etiquetado, otros pueden no tener la capacidad o el conocimiento para interpretar correctamente la información, lo que sugiere la necesidad de políticas educativas y comunicacionales paralelas.

### 4.-Consideraciones bioéticas que pueden favorecer la efectividad del etiquetado nutricional frontal

La ética de la salud pública merece especial atención por ser el área de desarrollo más reciente de la bioética como disciplina, por la ubicuidad de la acción en salud. Se diferencia de la ética clínica esencialmente en su objeto central de análisis. A pesar de compartir la salud como categoría genérica, ambos contextos tienen finalidades diferentes.

Dicho de otra manera, la medicina permite prevenir y curar las enfermedades humanas, mientras que la salud pública corresponde a una actividad encaminada a mejorar la salud de la población, lo que origina finalidades diferentes y, por tanto, una ética asumida desde el objeto central de cada una de ellas.

### 5.- Empoderamiento del consumidor

La Declaración de México sobre el derecho al cuidado nutricional y la lucha contra la malnutrición hace referencia al "empoderamiento" como una acción necesaria para mejorar el cuidado nutricional. Lo define como un proceso basado en el principio de que al aumentar la educación se mejora la capacidad de pensar en forma crítica y de actuar de manera autónoma, con un resultado alcanzado mediante el sentido de autoeficacia, correspondiendo a la parte final del proceso.

(Declaración de México, 2019)

### 5.1.- Información veraz y confiable respecto al alimento que compra

Es un derecho ineludible, y que, por tanto, la mejor forma de presentarla es en la parte frontal del empaque. En ese sentido, el Observatorio de Bioética y Derecho (OBD) de la Universidad de Barcelona menciona que "la tesis fundamental de los poderes públicos es que la información alimentaria permite garantizar la libertad del consumidor para realizar elecciones informadas, así, si el ciudadano consume alimentos poco saludables, ello ocurre en el contexto de una elección individual de la que él es responsable, la etiqueta le informó e, incluso así, decidió consumir el alimento"

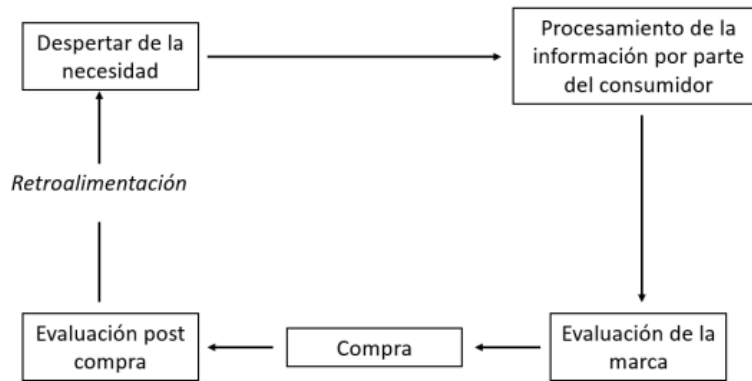
(Observatorio de Bioética y Derecho, 2019)

### 6.- Decisión de compra y problema multifactorial

Es un proceso que el cliente experimenta a la hora de comprar un producto, este proceso está compuesto según Henry Assael por una necesidad, procesamiento de la información por parte del cliente, evaluación y compra; así como por una evaluación post compra que repercutirá en compras posteriores y retroalimenta el proceso

(Henry Assael, 1998)

Figura 1. Proceso de decisión de compra según la teoría de Henry Assael



### 6.1.- Problema multifactorial:

Durante mucho tiempo se ha abordado la obesidad como un problema puramente biológico, dividido en causales endógenos y exógenos donde las causas obedecen a problemas hormonales y metabólicos o a un desorden alimenticio en donde el individuo introduce una excesiva cantidad de alimentos en su dieta mismos que se ven reflejados en su incremento de peso y porcentaje de masa grasa causando obesidad (Soto Sáenz & Gallegos, 2004). Se ha abordado el tema de la obesidad desde los distintos causantes sociales que conllevan ya sea de forma individual (Martinez-Munguia & Navarro-Contreras, 2014) o colectiva (Medina, Aguilar & Solé-Sedeño, 2014) a desarrollar el problema de obesidad, tales son; factores sociales (Stunkard, 2000), económicos (Peña & Bacallo, 2000) y políticos (Plasencia, Rodríguez, Pérez Santana, Caballero Riveri, & González Pérez, 2010) dentro de los cuales existe una gran variedad de interrelaciones entre estos, dependiendo del lugar de estudio.. Particularmente en países como México donde las dietas tradicionales antropológicamente saludables fueron remplazadas por otras con mayor densidad energética cambiando preferencias de consumo de diversos productos e influyendo en la salud alimentaria coadyuvado por conductas cambiantes al ritmo de vida incluso en zonas recónditas de México (García Urigüen, 2012; Pérez Izquierdo y otros, 2011). Desde hace tiempo la política pública se orienta a informar a la población como alimentarse de forma correcta; sin embargo, se debe de tomar en cuenta el nuevo dinamismo



y exigencia laboral contemporánea donde el tiempo de descanso y de la preparación de alimentos generan un impacto en la calidad de los mismos, siendo la población afectada por la desinformación y la creciente gama de productos alimentarios de entre los cuales tiene la posibilidad de elegir (García Urigüen, 2012, pág. 117).

## 7.- El análisis de la política pública

se debe realizar con base al modelo de la teoría de “la acción social” propuesto por Max Weber (Weber, 2002), el cual muestra un fundamento metodológico que presenta a las ciencias sociales y la sociología científica, junto con Durkheim, planteando la acción social como la única realidad social, la teoría de la acción social de los individuos está marcada por las regularidades o comportamientos generalizados que se repiten en situaciones similares constituyendo modelos de acción, tales generalidades con fin de poder ser desarrolladas como una ley y acercarse a presentar una explicación científica deben de tener su explicación causal analizado la conducta humana partiendo de las generalizaciones suscitadas por el suceso o fenómeno en estudio (Lutz, 2010). “La acción social se orienta por las acciones de otros, las cuales pueden ser pasadas, presentes o futuras (venganza por previos ataques, replica a ataques presentes, medidas de defensa frente a ataques futuros)” (Weber, 2002, pág. 18).

### 7.1.- La sociología

es capaz de analizar la conducta humana partiendo del comportamiento de un cumulo de personas apoyadas de estadísticas generadas en encuestas y datos del grupo de estudio como lo son locación, religión, factores

económicos y culturales que generen actitudes sociales de respuesta (Solé, 2009).

Al describir dichos hechos sociales se debe plasmar la interpretación del sociólogo de los hechos suscitados, la explicación causal. Evidentemente el investigador debe tener una escala de valores que le permitan ser objetivo para no plantear percepciones particulares en el estudio, sesgos que limitan los resultados de la investigación y la vuelven imprecisa (Mavares, 2002).

# Metodología

## TIPO DE INVESTIGACIÓN

Esta investigación es de tipo aplicada y descriptiva. Se centra en analizar cómo las políticas de etiquetado de alimentos implementadas en México (por ejemplo, el etiquetado frontal de advertencia azúcares añadidas, calorías) han afectado los índices de obesidad en la población. La finalidad es generar información útil que podría apoyar la creación o mejora de políticas de salud pública en el país.

## ENFOQUE DE LA INVESTIGACIÓN

Se usará un enfoque mixto.

Cuantitativo: medirá datos objetivos sobre los índices de obesidad antes y después de la implementación del etiquetado.

Cualitativo: explorará la percepción de los consumidores mexicanos respecto al etiquetado de advertencia y cómo influye en sus decisiones de compra. Esta combinación busca ofrecer una visión completa de los efectos del etiquetado.

## POBLACIÓN Y MUESTRA

- Población: La población objetivo serán niños, adolescentes y adultos en México, ya que representan los grupos que suelen consumir productos ultra procesados y tienen un mayor riesgo de desarrollar obesidad.
- Muestra: La muestra estará formada por un número representativo de niños, adolescentes y adultos en diversas regiones del país, seleccionados a través de un muestreo

aleatorio para asegurar que los datos sean diversos y representativos.

## TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS

- Cuantitativo: Se usará una base de datos nacional de salud pública, como la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición (ENSANUT), para obtener datos sobre los índices de obesidad en los últimos años, además, se aplicarán encuestas estructuradas a consumidores en la región para conocer sus hábitos de compra y si el etiquetado ha influido en ellos.
- Cualitativo: Se realizarán entrevistas semiestructuradas a una muestra de consumidores para entender sus opiniones y experiencias con el etiquetado frontal de advertencia, identificando cómo perciben su eficacia y si ha cambiado su consumo.

## PROCEDIMIENTO

Paso 1: Recolección de datos históricos sobre los índices de obesidad en México antes de la implementación del etiquetado, utilizando fuentes como ENSANUT y registros de salud.

Paso 2: Aplicación de encuestas a consumidores para analizar sus hábitos de compra y percepción del etiquetado, junto con entrevistas para obtener perspectivas cualitativas.

Paso 3: Comparación de los datos obtenidos antes y después de la implementación del etiquetado para observar posibles variaciones en los índices de obesidad y cambios en el comportamiento de consumo.

## TÉCNICAS DE ANÁLISIS DE DATOS

Cuantitativo: Los datos serán analizados con software estadístico y utilizando la tecnología, realizando análisis descriptivos y pruebas de significancia para identificar cambios en los índices de obesidad y su posible relación con el etiquetado.

Cualitativo: Se hará un análisis de contenido de las entrevistas para identificar temas recurrentes sobre la percepción de los consumidores respecto al etiquetado y su influencia en las decisiones de compra.

# Soluciones

## 1. Introducción al apartado

En este apartado se presentan soluciones prácticas y estratégicas para mejorar la efectividad del etiquetado de alimentos en México en la reducción de la obesidad. Estas propuestas se basan en el análisis de los principales desafíos identificados en el estudio, con el objetivo de promover un cambio positivo en los hábitos alimenticios de la población y fortalecer la política pública en salud.

## 2. Identificación de los principales problemas

1. Baja comprensión del etiquetado: Muchos consumidores no entienden plenamente el etiquetado frontal, especialmente en zonas rurales o con menor acceso a la educación.

2. Falta de educación alimentaria: Existe un déficit en programas que enseñen a interpretar etiquetas y a tomar decisiones informadas.

3. Publicidad de alimentos ultra procesados: Las estrategias publicitarias de estos productos afectan negativamente la percepción del consumidor.

4. Debilidad en la supervisión de políticas: Las instituciones enfrentan dificultades para monitorear y garantizar el cumplimiento de las normas.

5. Falta de innovación tecnológica: No se aprovechan herramientas tecnológicas para facilitar el acceso a la información nutricional de forma interactiva y atractiva.

## 3. Propuesta de soluciones

#### A. Solución tecnológica

1. Apps móviles: Crear aplicaciones que permitan a los consumidores escanear etiquetas y recibir recomendaciones personalizadas basadas en su perfil de salud.
2. Códigos QR: Incluir en los envases códigos que enlacen a videos o infografías simples sobre los riesgos del consumo excesivo.
3. Alianzas con redes sociales: Difundir información educativa utilizando plataformas como TikTok o Instagram para llegar a públicos jóvenes.

#### B. Solución metodológica

1. Simplificar aún más el etiquetado: Usar colores o formas adicionales para reforzar el mensaje (por ejemplo, un semáforo nutricional).
2. Diseñar campañas de evaluación periódica para medir su impacto en el cambio de comportamiento alimenticio.
3. Realizar estudios piloto en comunidades específicas para adaptar el etiquetado según sus necesidades culturales y educativas.

#### C. Solución formativa

1. Incluir módulos de educación alimentaria en el currículo escolar desde edades tempranas.
2. Organizar talleres comunitarios en colaboración con centros de salud.
3. Crear materiales educativos accesibles (folletos, videos) para grupos con bajo nivel de alfabetización.

#### D. Solución institucional

1. Fortalecer las capacidades de la COFEPRIS para monitorear la implementación de las políticas de etiquetado.
2. Establecer incentivos fiscales para empresas que reformulen productos y mejoren su perfil nutricional.
3. Fomentar la creación de alianzas entre gobierno, academia y sector privado para desarrollar campañas de sensibilización.
4. Justificación de las soluciones

Estas soluciones son fundamentales porque:

1. Responden directamente a los problemas identificados.
2. Están respaldadas por evidencia científica que demuestra su eficacia en otros contextos similares.
3. Son adaptables a la diversidad sociocultural y económica de México.
4. Su implementación es costo-efectiva, especialmente a través de alianzas interinstitucionales.

#### 5. Implementación de las soluciones

##### 1. Corto plazo:

- Realizar estudios piloto para probar aplicaciones móviles y nuevas metodologías de etiquetado.
- Diseñar materiales educativos para su distribución masiva.

##### 2. Mediano plazo:

- Ampliar los talleres educativos y reforzar la fiscalización por parte de las instituciones.



### 3. Largo plazo:

- Evaluar el impacto de las soluciones y ajustarlas según los resultados obtenidos.

### 6. Limitaciones de las soluciones

1. Resistencia al cambio: Algunas empresas pueden oponerse a modificar etiquetados o reformular productos.
2. Costos iniciales elevados: El desarrollo tecnológico y la capacitación institucional requieren financiamiento.
3. Acceso desigual: Las zonas rurales podrían tener dificultades para beneficiarse de las herramientas tecnológicas.

### 7. Conclusión del apartado

Las soluciones propuestas abarcan diferentes áreas clave: tecnología, metodología, educación e institucionalidad. Su implementación tiene el potencial de mejorar la comprensión y el uso del etiquetado frontal como herramienta para reducir la obesidad en México. Aunque enfrentan ciertos retos, estas estrategias representan un paso necesario hacia la promoción de hábitos alimenticios más saludables y el fortalecimiento de las políticas públicas de salud.

# Conclusión tentativa

## 1. Introducción al apartado

“La conclusión de este trabajo aborda una síntesis de los resultados obtenidos, evaluando la eficacia de las políticas de etiquetado de alimentos en la promoción de hábitos saludables y la reducción de la obesidad en México. Asimismo, se reflexiona sobre las aportaciones de la investigación y se plantean recomendaciones para avanzar en este campo.”

## 2. Resumen de los objetivos del estudio

Objetivo general: Evaluar el impacto de las políticas de etiquetado de alimentos en la reducción de la obesidad en México, considerando su efectividad en la modificación de hábitos alimenticios.

Objetivos específicos:

1. Analizar el grado de comprensión y uso del etiquetado por parte de la población.
2. Identificar las barreras principales que limitan la eficacia de esta política.
3. Proponer soluciones tecnológicas, metodológicas, formativas e institucionales para mejorar su impacto.

“El estudio permitió abordar cada uno de estos objetivos a través de un análisis crítico de la política actual de etiquetado de alimentos en México. Se identificaron importantes avances, como una mayor visibilidad de la información nutricional, pero también retos persistentes, como la baja

comprensión del etiquetado en sectores vulnerables. Además, se plantearon propuestas concretas para fortalecer esta herramienta de salud pública.”

### 3. Expectativas con base en el marco teórico y antecedentes

De acuerdo con el marco teórico y los antecedentes revisados, se esperaba que las políticas de etiquetado frontal de alimentos en México facilitaran decisiones alimentarias más informadas y, con ello, contribuyeran a la reducción de la obesidad. Teorías como la del cambio de comportamiento y la economía conductual plantean que la información clara y accesible puede influir significativamente en las elecciones de los consumidores.

Sin embargo, los hallazgos del estudio muestran que, aunque estas políticas han incrementado la visibilidad de la información nutricional, su impacto en los hábitos alimenticios ha sido desigual. Mientras ciertos segmentos de la población, como los urbanos y con mayor nivel educativo, han adoptado cambios positivos, otros grupos, como los de menores recursos o con menor nivel educativo, enfrentan barreras significativas para interpretar y aplicar esta información. Esto refuerza la idea de que el etiquetado, aunque necesario, no es suficiente por sí mismo y requiere ser complementado con estrategias educativas y de regulación más amplias.

### 4. Posibles implicaciones y contribuciones

Este estudio tiene importantes implicaciones tanto teóricas como prácticas.

A nivel teórico, contribuye al entendimiento de las políticas públicas en nutrición, destacando la interacción entre factores individuales (educación, hábitos) y estructurales (publicidad, regulación) en la lucha contra la obesidad. Asimismo, amplía el debate sobre la efectividad de las políticas de etiquetado en contextos como el mexicano, caracterizado por una alta desigualdad socioeconómica.

A nivel práctico, los resultados pueden guiar a los responsables de políticas públicas para:

- Optimizar el diseño del etiquetado nutricional.
- Implementar estrategias educativas que acompañen estas políticas.
- Fortalecer las regulaciones relacionadas con la publicidad de alimentos poco saludables.

Por último, las propuestas planteadas en este estudio, como soluciones tecnológicas y metodológicas, podrían servir como modelo para otros países con desafíos similares en la región.

## 5. Reconocimiento de las limitaciones provisionales

Aunque este estudio aporta hallazgos valiosos, es importante reconocer sus limitaciones:

1. Alcance temporal limitado: Los datos analizados no permiten evaluar los efectos a largo plazo del etiquetado en los hábitos alimenticios y las tasas de obesidad.

2. Heterogeneidad cultural y socioeconómica: México es un país diverso, y las barreras identificadas pueden variar significativamente entre regiones, lo que podría afectar la generalización de las conclusiones.

3. Enfoque restringido al etiquetado: Aunque se analizaron otros factores contextuales, el estudio se centró principalmente en la política de etiquetado, dejando fuera otras intervenciones importantes, como campañas de sensibilización o regulación de la publicidad infantil.

Reconocer estas limitaciones no invalida los resultados, pero sí invita a futuras investigaciones que aborden estos aspectos para ofrecer un panorama más completo.

## 6. Cierre reflexivo

En conclusión, el etiquetado de alimentos en México representa un avance significativo en la política pública para combatir la obesidad, pero aún enfrenta importantes retos en su implementación y efectividad. Este estudio destaca la necesidad de enfoques más integrales que incluyan soluciones tecnológicas, educativas e institucionales para maximizar su impacto.

La lucha contra la obesidad no solo depende de la disponibilidad de información, sino también de la capacidad de las personas para interpretarla y aplicarla en un entorno que promueva decisiones saludables. Este trabajo invita a los responsables de políticas públicas a reflexionar sobre la importancia de crear condiciones estructurales que faciliten el cambio, asegurando que estas estrategias lleguen a los grupos más vulnerables.

# Bibliografía

- ENSANUT (Encuesta Nacional de Salud y Nutrición)
- Organización Panamericana de la Salud (OPS) y Organización Mundial de la Salud (OMS), Ambas organizaciones han emitido informes sobre la obesidad infantil en América Latina, con un enfoque particular en México. <https://www.paho.org/es>(<https://www.paho.org/es>) -Jiménez-Cruz, A., et al. (2010). "Consumption of soft drinks among Mexican children and adolescents."\*Public Health Nutrition
- Shama Levy T, Romero-Martínez M, Barrientos-Gutiérrez T, Cuevas-Nasu L, Bautista-Arredondo S, Colchero M, et al. Encuesta Nacional de Salud y Nutrición 2020 sobre Covid-19. Resultados nacionales. Cuernavaca, México; 2021.
- INEGI. Mortalidad ¿De qué mueren los mexicanos? [Internet]. [cuentame.inegi.org.mx](http://cuentame.inegi.org.mx). 2015 [cited 2020 Dec 2]. Available from: <http://cuentame.inegi.org.mx/poblacion/defunciones.aspx?tema=P>
- Pan American Health Organization. Ultra-processed Food and Drink Products in Latin America [Internet]. 2019. Available from: [http://imp-primo.hosted.exlibrisgroup.com/openurl/44IMP/44IMP\\_services\\_page?sid=OVID&isbn=&issn=02506807&volume=63&issue=1&date=2013&title=Annals+of+Nutrition+and+Metabolism&atitle=Ultraprocesado+de+alimentos+y+bebidas+en+América+Latina&aulast=Benjelloun+S.&s](http://imp-primo.hosted.exlibrisgroup.com/openurl/44IMP/44IMP_services_page?sid=OVID&isbn=&issn=02506807&volume=63&issue=1&date=2013&title=Annals+of+Nutrition+and+Metabolism&atitle=Ultraprocesado+de+alimentos+y+bebidas+en+América+Latina&aulast=Benjelloun+S.&s) Pan American Health Organization. Ultra-processed food and drink products in Latin America: Trends, impact on obesity, policy implications [Internet]. Pan American Health Organization. 2015. 1–58 p. Available from: [http://iris.paho.org/xmlui/bitstream/handle/123456789/7699/9789275118641\\_eng.pdf](http://iris.paho.org/xmlui/bitstream/handle/123456789/7699/9789275118641_eng.pdf)
- 5. Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación, Organización Mundial de la Salud (OMS);

Organización Panamericana de la Salud (OPS). Políticas y programas alimentarios para prevenir el sobrepeso y la obesidad. Lecciones aprendidas. [Internet]. 2018. Available from: <http://www.fao.org/3/i8156es/l8156ES.pdf>

- Organización Panamericana de la Salud. (2020). El etiquetado frontal de advertencia en alimentos y bebidas: Una política clave para la prevención de la obesidad y enfermedades no transmisibles en las Américas. Recuperado de <https://www.paho.org>.
- Secretaría de Salud. (2020). Modificación a la Norma Oficial Mexicana NOM-051-SCFI/SSA1-2010: Especificaciones generales de etiquetado para alimentos y bebidas no alcohólicas preenvasados. Diario Oficial de la Federación. Recuperado de <http://www.dof.gob.mx>.
- World Health Organization. (2016). Report of the Commission on Ending Childhood Obesity. Geneva: WHO. Recuperado de <https://www.who.int>.
- Corvalán, C., Garmendia, M. L., Jones-Smith, J., et al. (2013). Nutrition labeling systems and their influence on consumer behavior and obesity prevention. *Revista Panamericana de Salud Pública*, 34(4), 289–292.
- Nieto, C., Jauregui, A., Contreras-Manzano, A., et al. (2019). Understanding and use of food labeling systems among Mexican consumers. *Public Health Nutrition*, 22(11), 2001–2009.

# Anexos

## Conocimiento sobre el etiquetado

- ¿Está familiarizado(a) con las etiquetas de advertencia en los alimentos (como “¿Exceso de azúcares”, “Exceso de calorías”)?
  - a) Sí
  - b) No
- ¿Sabe lo que significa cada etiqueta de advertencia?
  - a) Sí
  - b) No
  - c) Algunas

## Actitudes hacia el etiquetado

- ¿Cree que estas etiquetas influyen en sus decisiones de compra?
  - a) Mucho
  - b) Algo
  - c) Poco
  - d) Nada
- ¿Considera que las etiquetas son claras y fáciles de entender?
  - a) Si
  - b) No
  - c) Algo

## Comportamiento de consumo

- ¿Con qué frecuencia verifica las etiquetas de los alimentos antes de comprarlos?
  - a) Siempre
  - b) A veces
  - c) Rara vez
  - d) Nunca
- ¿Ha cambiado su consumo de productos con etiquetas de advertencia?
  - a) Sí he reducido
  - b) No, consumo igual



c) No, consumo más

#### Percepción de impacto en la salud

• ¿Cree que las etiquetas ayudan a prevenir problemas de salud como la obesidad o la diabetes?

- a) Sí
- b) No
- c) No estoy seguro(a)

• ¿Qué tan satisfecho está con la implementación de estas políticas en México?

- a) Escala de 1 a 5, donde 1 es “Nada satisfecho”
- b) 5 es “Muy satisfecho”

R: \_\_\_\_\_

#### Datos sociodemográficos:

• Edad: \_\_\_\_\_ años

• Género:

- a) Femenino
- b) Masculino

• Nivel educativo: \_\_\_\_\_

• Frecuencia de compra de alimentos procesados: \_\_\_\_\_