



FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE FARMACIA Y BIOQUÍMICA

**RELACIÓN ENTRE LA LECTURA DE LOS OCTÓGONOS
NUTRICIONALES Y HÁBITOS DE ALIMENTACIÓN
SALUDABLE EN CONSUMIDORES DE ALIMENTOS
ENVASADOS DE JULIACA, PUNO, 2020**

**TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE QUÍMICO
FARMACÉUTICO**

AUTORES

Bach. FLORES RAMOS, ENMA DANITZA

Bach. QUISPE QUISPE, ROSSI BELGICA

ASESOR

Mg. QF. INOCENTE CAMONES, MIGUEL ANGEL

LIMA – PERÚ

2021

DEDICATORIA

A Dios por darme fortaleza para continuar adelante, a mis dos amores Camila y Jesús. Camila, quien es mi mayor motivación, la razón que me impulsa a seguir cada día, a mi novio y amigo Jesús por apoyarme en cada decisión, motivándome en cada oportunidad para jamás rendirme y cumplir mis metas.

A mis maravillosos padres Policarpo y Genoveva, por haberme brindado su apoyo y por hacer de mí una mejor persona, a mis hermanos, por sus palabras de aliento para seguir mis sueños.

A toda mi familia y amigos por su apoyo incondicional.

Gracias a todos ustedes he logrado llegar hasta aquí.

Enma Danitza Flores Ramos

Dedico esta tesis a mis padres que siempre me apoyaron incondicionalmente, me motivaron constantemente para alcanzar mis anhelos y llegar a ser una profesional de la salud.

A mis hermanas y demás familia en general por el apoyo que siempre me brindaron día a día en el transcurso de cada año de mi carrera universitaria.

Rossi Belgica Quispe Quispe

AGRADECIMIENTO

Primeramente, agradecemos a la Universidad María Auxiliadora por habernos aceptado ser parte de ella.

Agradecemos a nuestro asesor de tesis Mg. QF. Inocente Camones, Miguel Ángel por su orientación, su paciencia para guiarnos durante la elaboración de esta investigación, siempre estaremos agradecidas por su apoyo.

Estamos agradecidas con todas las personas que tomaron parte de esta investigación.

Índice General

| | |
|--|-----------|
| DEDICATORIA | ii |
| AGRADECIMIENTO | iii |
| Índice de Tablas | v |
| Índice de Figuras | vi |
| Índice de Anexos | vi |
| RESUMEN..... | vii |
| ABSTRACT | viii |
| I. INTRODUCCIÓN..... | 1 |
| II. MATERIALES Y MÉTODOS..... | 6 |
| 2.1 ENFOQUE Y DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN..... | 6 |
| 2.2 POBLACIÓN, MUESTRA Y MUESTREO | 6 |
| 2.3 VARIABLES DE INVESTIGACIÓN..... | 7 |
| 2.4 TÉCNICAS E INSTRUMENTO DE RECOLECCIÓN DE DATOS..... | 7 |
| 2.5. PROCESO DE RECOLECCIÓN DE DATOS | 8 |
| 2.5.1 recolección de datos | 8 |
| 2.6. MÉTODOS DE ANÁLISIS ESTADÍSTICOS..... | 8 |
| 2.7. ASPECTOS ÉTICOS | 8 |
| IV. DISCUSIÓN..... | 17 |
| 4.1 Discusión de resultados | 17 |
| 4.2 Conclusiones | 19 |
| 4.3 Recomendaciones..... | 20 |
| REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS..... | 21 |

Índice de Tablas

| | | |
|-----------------|--|--------------------------------------|
| Tabla 1 | Lugar de procedencia de la muestra estudiada..... | 10 |
| Tabla 2 | Grado de instrucción en los consumidores de alimentos envasados. | 11 |
| Tabla 3 | Tipo de trabajo de los consumidores de alimentos envasados | 12 |
| Tabla 4 | Nivel de conocimiento acerca del octógono nutricional por parte de los consumidores de alimentos envasados..... | 12 |
| Tabla 5 | nivel de conocimiento acerca de la función del octógono nutricional en consumidores de alimentos envasados..... | 13 |
| Tabla 6 | Relación entre la información del octógono en la decisión de compra de los alimentos en consumidores de alimentos envasados | 13 |
| Tabla 7 | Comportamiento del consumidor ante la información poco saludable del octógono nutricional con respecto al producto. 14 | |
| Tabla 8 | Percepción acerca de la lectura del octógono y la mejora en la alimentación | ¡Error! Marcador no definido. |
| Tabla 9 | Razones para la NO lectura del octógono nutricional por los consumidores de alimentos envasados | 15 |
| Tabla 10 | Frecuencia en la lectura de los octógonos por parte de los consumidores de alimentos envasados | 15 |
| Tabla 11 | Calidad de la información de los octógonos nutricionales según los consumidores de alimentos envasados..... | 16 |

Índice de Figuras

| | | |
|-----------------|--|----|
| Figura 1 | Distribución por edad de los consumidores de alimentos envasados..... | 10 |
| Figura 2 | Distribución por sexo de los consumidores de alimentos envasados | 11 |

Índice de Anexos

| | | |
|-----------------|--|----|
| Anexo A. | Operacionalización de la variable | 18 |
| Anexo B. | Instrumento de recolección de datos | 19 |
| Anexo C. | Evidencias fotográficas del trabajo de campo | 20 |

RESUMEN

Objetivo: establecer la relación entre la lectura de los octógonos nutricionales y hábitos de vida saludable en consumidores de productos empaquetados de Juliaca, Puno, 2020.

Métodos: se realizó una investigación de con enfoque cuantitativo no experimental, descriptivo y correlacional, cuya muestra fue de 249 personas que consumen productos empacados, el cuestionario utilizado fue de elaboración propia y consta de 10 preguntas con alternativas múltiples, y se analizaron dos variables.

Resultados: los resultados demostraron que más del 50% conocen sobre los octógonos, y el porcentaje complementario no conocen su función y revisan algunas veces, contrariamente consumen menos productos cuando revisan que en el empaque se muestran ingredientes poco saludables.

Conclusiones: los consumidores de Juliaca no perciben la lectura correcta del octógono como un hábito de vida saludable, pero mantienen intención de lectura.

Palabras claves: *Octógonos nutricionales, hábitos saludables, nutrición*

ABSTRACT

Objective: to establish the relationship between the reading of nutritional octagons and healthy life habits in consumers of packaged products in Juliaca, Puno, 2020.

Methods: a non-experimental, descriptive and correlational quantitative research was conducted, with a sample of 249 people who consume packaged products, the questionnaire used was self-made and consists of 10 questions with multiple alternatives, and two variables were analyzed.

Results: the results showed that more than 50% know about the octagons, and the complementary percentage do not know their function and sometimes review them; on the contrary, they consume fewer products when they review that unhealthy ingredients are shown on the packaging.

Conclusions: Consumers in Juliaca do not perceive the correct reading of the octagons as a healthy lifestyle habit, but they maintain their intention to read them.

Key words: Nutritional octagons, healthy habits, nutrition.

I. INTRODUCCIÓN

Los octógonos nutricionales son etiquetados entendibles y de fácil comprensión, que ayuda al consumidor a estar informado y tomar una decisión consciente al momento de realizar una compra (1). Nacen en el marco de la Ley de Promoción de la Alimentación Saludable para Niños, Niñas y Adolescentes fue promovido y normado por el Ministerio de Salud del Perú, con la intención de prevenir el sobrepeso y la obesidad, promoviendo un estilo de vida saludable (2).

Este tipo de etiquetados es promovido por la Organización Panamericana de la Salud (OPS), con el fin de informar y educar a la población acerca de los valores nutricionales en los alimentos que se comercializan en los diferentes países, y advertir los elementos dañinos o que pudiesen afectar la salud de los individuos (3).

El Mercado Común del Sur (MERCOSUR) acordó un conjunto de principios para impulsar sistemas de etiquetado frontal obligatorios que proporcione información fácil y rápida al consumidor, para su posterior comprensión (3).

En mayo de 2018, la Asamblea de la Salud aprobó el 13.º Programa General de Trabajo (PGT), que orientará la labor de la OMS en 2019-2023 (4). En cuanto a la reducción de la ingesta de sal/sodio y la supresión de las grasas trans de producción industrial en el suministro de alimentos se identifican como parte de las medidas prioritarias de la OMS dirigidas a alcanzar los objetivos de asegurar vidas sanas y promover el bienestar a todas las edades. Esto sirvió de antecedentes para que buena parte de los países se ocuparan en reglamentar este tipo de advertencias en los alimentos.

En el año 2019, en Perú se propuso la ley N° 30021; donde todos los alimentos industrializados que se comercializan están obligados a llevar octógonos de advertencia que informen de manera comprensible, si su contenido excede los parámetros establecidos, con la frase “Alto en” para el azúcar, sodio, grasas saturadas o grasas trans; según el Manual de Advertencias Publicitarias de la Ley de Alimentación Saludable (4); establecido para aquellos alimentos empaquetados que superen los estándares de azúcar, grasas saturadas o sodio (sal) (5).

Debido a que contribuyen al sobrepeso y obesidad, estos estándares fueron establecidos según la necesidad nutricional de la población, y cada país debe adaptarlos según sus patrones de nutrición. Los octógonos nutricionales han estado en el ojo de la tormenta; debido a que un sector de la sociedad, los dueños de las grandes cadenas de alimentos lo ven como una invitación clara a no consumir sus productos (6).

Sin embargo, el MINSA, como los organismos encargados de regular el consumo de alimentos consideran que la lectura de los octógonos nutricionales, nacieron de la necesidad de brindar a la población la posibilidad de escoger productos sanos y concientizar acerca del consumo de sustancias que en exceso deterioran la salud. Por tal motivo, la lectura de los octógonos es considerado un hábito de vida saludable (7,8). La promoción de la buena alimentación va de la mano con el conocimiento sobre lo que se está consumiendo y los efectos de los alimentos en el organismo.

El sobrepeso y la obesidad son problemas de salud pública que afectan a gran parte de la población mundial, en la cual los peruanos no están exentos, esto lo afirma la Revista Peruana de Medicina Experimental y Salud Pública (9), la cual realizó un estudio entre los años 2008 y 2014 que expuso los niveles de obesidad de los peruanos en varias provincias del Perú.

Según el Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI), indica que el 35,5% de personas entre 15 y más años presenta sobrepeso y el 17,8% obesidad; según esta encuesta se puede observar que no se realiza una buena elección al momento de elegir alimentos y bebidas gasificadas (10). En Puno no hay datos recientes sin embargo un reciente estudio realizado en todo Perú (11), resaltó que Puno tenía riesgo bajo de Obesidad, pero en riesgo alto de obesidad abdominal.

Esta situación acontece debido al desconocimiento del consumidor y la falta de educación por parte de las autoridades sanitarias sobre el etiquetado de octógonos nutricionales en alimentos empaquetados comercializados en el mercado.

Según la situación problemática se describe la siguiente pregunta:

¿Cuál es la relación entre la lectura de los octógonos nutricionales y hábitos de vida saludable en consumidores de productos empaquetados de Juliaca, Puno, 2020?

Las preguntas específicas que se derivan son:

- ¿Qué conocimiento tienen los consumidores acerca de los octógonos nutricionales?
- ¿Cuál es la frecuencia de lectura de los consumidores de productos empaquetados sobre los octógonos nutricionales?
- ¿Cuál es la relación entre la lectura del octógono nutricional y los hábitos de consumo de los compradores de productos empaquetados?

Los alimentos procesados llevan en la parte frontal de sus empaques uno o hasta cuatro sellos de advertencia “octógonos”, unas figuras que en forma clara y sencilla advierten si el producto tiene altos contenidos de sodio (sal), azúcar, grasas saturadas o grasas trans. Por ello, es fundamental dar a conocer la importancia de estos octógonos a los consumidores, para que tome una decisión saludable a la hora de realizar la compra de un producto procesado (10).

El cliente experimenta a la hora de comprar un producto, procesamiento de información, evaluación y compra; determinado por una necesidad (12).

Un estudio titulado “Impacto de los octógonos en los hábitos alimenticios de los limeños”, elaborado por Axel Consultores concluyó que, a raíz de la implementación del etiquetado octogonal, en promedio el 84% de los consumidores limeños modificará sus hábitos reduciendo o eliminando la adquisición de algunos productos, al enterarse de la advertencia de los octógonos (7).

De acuerdo con la situación problemática y el marco teórico referencial se dispone de los siguientes antecedentes del estudio a desarrollarse:

Baudin (2019), analizar si los consumidores realizan la lectura de las etiquetas de los alimentos, resultados fueron que un 69% de consumidores leen las etiquetas y un 33% indican no leerlas (13).

Cruz (2018), determino el porcentaje de uso del etiquetado nutricional en la decisión de compra de alimentos, mostró como resultado que los consumidores tienen un nivel bajo de lectura de las etiquetas nutricionales (14).

Raggio y Berrondo (2017), evaluó conocimientos relacionados con el etiquetado de alimentos envasados, los resultados fueron que presentan un buen hábito de lectura de las etiquetas de los alimentos (15).

Amaya y Castillo (2017), determinar los factores asociados a la decisión de lectura de etiquetas alimenticios, en consumidores de Trujillo. Solo el 27.8% de los encuestados leen las etiquetas y todos le dan más importancia al nombre del producto y luego a la marca (16).

Ugarriza (2017), conocer la incidencia de las etiquetas de los alimentos en la decisión de compra del consumidor de la ciudad de Trujillo. Los consumidores tienen un bajo nivel de entendimiento respecto a la información nutricional además los datos influyen poco en la decisión de compra. En relación a las propuestas de etiquetado, el 59% del público prefirió el semáforo (17).

Carrillo, (2016), Identificar, uso e impacto potencial del Sistema gráfico de rotulado de alimentos semáforos en Quito. Los participantes indicaron que no tienen conocimiento de los semáforos por lo cual es necesaria la implementación de educación nutricional para mejorar el uso del rotulo de alimentos (18).

Como profesionales de salud, es necesario investigar temas que promuevan estilos de vida saludables. Las normas y reglamento en el Perú impusieron el uso de los octógonos nutricionales para mejorar la alimentación de la población; sin embargo, no todos los consumidores asocian la lectura de esta etiqueta como un hábito saludable y siguen con el consumo de productos que contienen datos como: alto en grasas saturadas, alto en sodio, alto en azúcar, contenido de grasas trans.

Por consecuencia, en forma teórica y práctica este estudio busca conocer la relación de lectura con los hábitos de los consumidores, con la intención de seguir profundizando este tema de investigación. La trascendencia de esta investigación radica en motivar la lectura de los octógonos y que sean, parte de los hábitos

saludables de la población. Las investigaciones que promuevan los hábitos de vida saludable siempre serán importantes para todo profesional del área de la salud.

En cuanto al aspecto social se quiere abordar el estudio del nivel sociocultural de los consumidores, para crear antecedentes que propicien un mejor uso de los octógonos nutricionales. (19)

El objetivo general de la investigación es establecer la relación entre la lectura de los octógonos nutricionales y hábitos de vida saludable en consumidores de productos empaquetados de Juliaca, Puno, 2020.

Los objetivos específicos son:

- Establecer el nivel de conocimiento que tienen los consumidores acerca de los octógonos nutricionales.
- Evaluar la frecuencia de lectura de los consumidores de productos empaquetados que presenten octógonos.
- Relacionar la lectura del octógono nutricional y los hábitos de consumo de los compradores de alimentos empaquetados.

II. MATERIALES Y MÉTODOS

2.1 ENFOQUE Y DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN

El enfoque del estudio es cuantitativo y de diseño no experimental.

Analítico: Porque son estudios que establecen relaciones entre las variables de asociación o causalidad.

Deductivo: Utilizado para deducir conclusiones lógicas a partir de una serie de premisas o principios. En este sentido, es un pensamiento que va de lo general a lo particular.

Prospectivo: Porque se recolectará datos después de iniciada la investigación.

Transversal: Porque los datos son recogidos en un solo tiempo de la investigación.

2.2 POBLACIÓN, MUESTRA Y MUESTREO

En el estudio se trabajó con una población de consumidores de alimentos envasados, debido a la pandemia se tomó una población de 249 personas seleccionadas al azar.

-En cuanto a los criterios de inclusión tenemos:

- Personas mayores de 18 años.
- Personas que estén de acuerdo con participar en el estudio.
- Personas que dispongan de WhatsApp o correo electrónico para realizar la encuesta.
- Personas que mantengan una frecuencia de consumo y adquisición de alimentos empaquetados de al menos un año.

En cuanto a los criterios de exclusión tenemos:

- Consumidores que no deseen participar en el estudio.
- Menores de 18 años.

- Personas que no posean WhatsApp o correo electrónico.
- Personas que no sean consumidoras directas de alimentos empaquetados.

2.3 VARIABLES DE INVESTIGACIÓN

Presenta dos variables de estudio; lectura de los octógonos nutricionales y hábitos de vida saludables, ambas son de naturaleza cuantitativa.

Variable 1: Lectura de los octógonos

Definición conceptual: información nutricional resumida en las etiquetas de los productos con el fin de proporcionar alertas a los consumidores del contenido de los alimentos²⁰

Definición operacional: dicha variable se medirá a través de un cuestionario de preguntas cerradas con opciones de respuesta múltiple que explora el nivel de conocimiento de los octógonos

Variable 2: Hábitos de alimentación saludable

Definición conceptual: interacción entre las condiciones de vida en un sentido amplio y los patrones individuales de conducta determinados por factores socioculturales y características personales²¹.

Definición operacional: dicha variable se medirá a través de un cuestionario de preguntas cerradas con opciones de respuesta múltiple que explora el nivel influencia de los octógonos en los hábitos de vida saludable.

2.4 TÉCNICAS E INSTRUMENTO DE RECOLECCIÓN DE DATOS

La técnica que se utilizó durante la recolección de datos fue la encuesta, mediante la cual se obtuvo una cantidad importante de información de forma óptima y eficaz^{22,23}.

En cuanto al instrumento de recolección de datos para la medición de ambas variables, se utilizó y diseño un cuestionario de respuesta múltiple, que evaluó ambas variables. para su validación fue sometido a juicio de expertos, y su confiabilidad estará dada a través del coeficiente Alpha de Cronbach.

2.5. PROCESO DE RECOLECCIÓN DE DATOS

2.5.1 recolección de datos

La recolección de datos se llevó a cabo previo permiso de la universidad se virtualizo las encuestas y se envió a la muestra vía WhatsApp y email.

Esta virtualización se ve obligada a realizarse debido al decreto de emergencia aún vigente en nuestro país que limita el contacto de personas en lugares públicos. Luego de alcanzada la muestra se procesó la base de datos Excel, y luego se realizó la importación de los datos al programa SPSS en su v.25.

2.6. MÉTODOS DE ANÁLISIS ESTADÍSTICOS

Luego de la obtención de resultados de los análisis mencionados, se realizó las evaluaciones mediante estadística descriptiva utilizando el paquete informático SPSS v.25 también se realizó estadística inferencial para obtener la prueba de normalidad y confiabilidad requerida.

2.7. ASPECTOS ÉTICOS

Para la realización de este estudio es preciso emplear el consentimiento informado, para lo cual se tomará en cuenta los aspectos bioéticos de autonomía, beneficencia, no maleficencia, y justicia; para proteger a los participantes ⁽²⁶⁾⁽²⁷⁾.

En cuanto a los principios bioéticos tenemos:

Principio de Autonomía

El principio de autonomía se refiere a decisión que toma el participante y esta deberá ser respetada (27) y promovida como objeto de investigación (28).

Esta investigación aplicará este principio, debido a que el participante firmará el consentimiento informado, estos documentos reflejan el involucramiento del participante.

Principio de justicia

Este principio está referido a su expresión operativa en la ética de la investigación es la no discriminación en la selección de los sujetos de investigación (29).

Los participantes merecen igual consideración y respeto.

III. RESULTADOS

3.1 Características de la población

En la tabla 1 se puede observar que el 89,2% son procedentes de Juliaca mientras que el 10,8% son de otros puntos del país.

Tabla 1: Lugar de procedencia de la muestra estudiada

| Procedencia | Frecuencia | Porcentaje |
|---------------|------------|------------|
| Juliaca | 222 | 89,2 |
| otros lugares | 27 | 10,8 |
| Total | 249 | 100,0 |

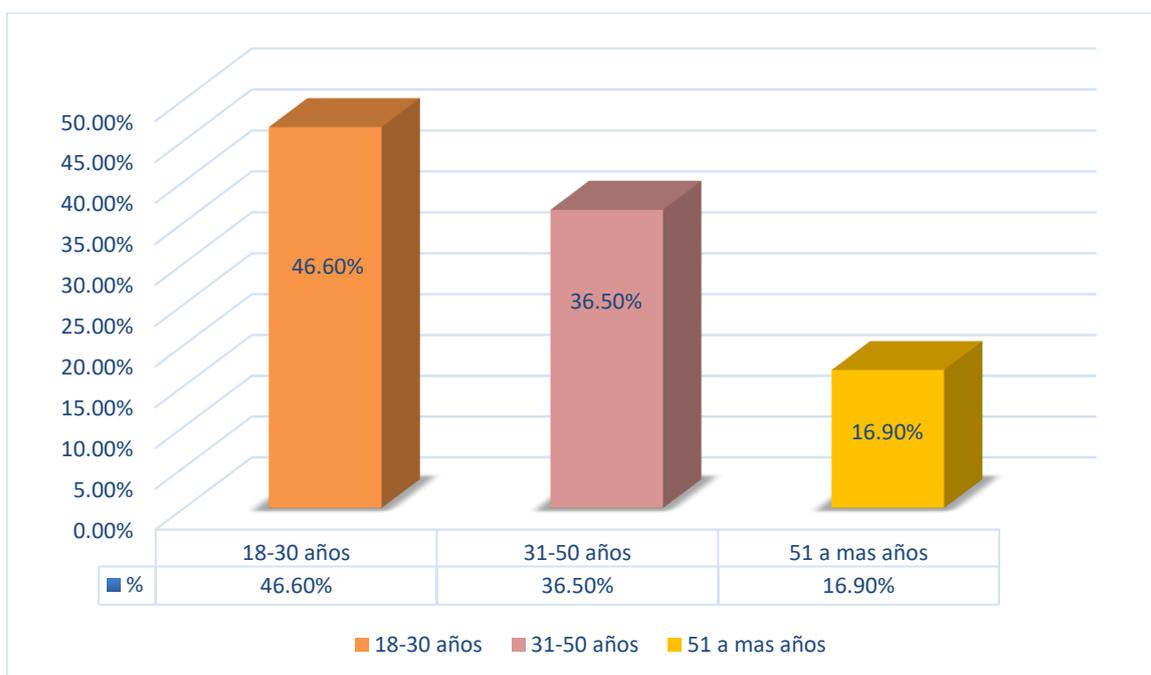


Figura 1: Distribución por edad de los consumidores de alimentos envasados

En la figura 1 se observa que el 46,60% de los encuestados esta entre los 18-30 años, el 36,50% entre 31-50 años y el 16,90% tiene entre 51 o más años.

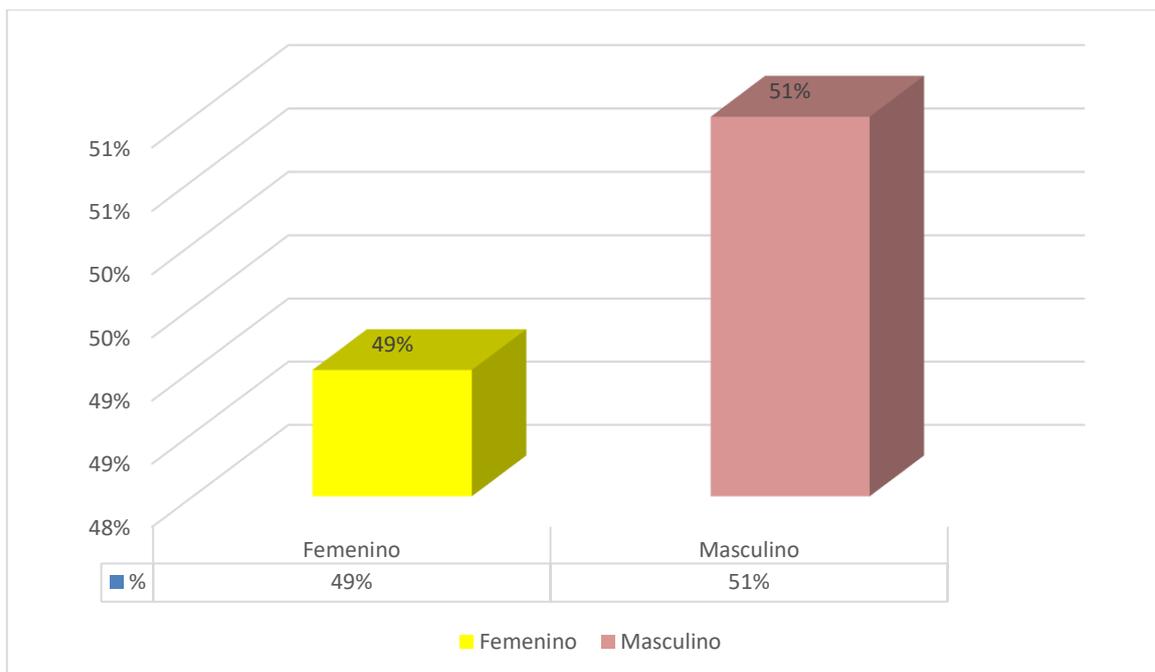


Figura 2 :Distribución por sexo de los consumidores de alimentos envasados

En la figura 2 se observa la distribución de la población de estudio por sexo, el 51% son de sexo masculino y el 49% es de sexo femenino.

Tabla 2: Grado de instrucción en los consumidores de alimentos envasados.

| Nivel de estudio | Frecuencia | Porcentaje |
|----------------------|------------|------------|
| educación secundaria | 62 | 24,9 |
| universidad | 144 | 57,8 |
| ninguna | 24 | 9,6 |
| Total | 249 | 100,0 |

En la tabla 2 se observa que el 57,8% de los encuestados tienen un nivel universitario, mientras que el 24,9% solo educación secundaria y el 9,6% no posee ningún grado de escolaridad.

Tabla 3 : Tipo de trabajo de los consumidores de alimentos envasados

| Tipo de trabajo | Frecuencia | Porcentaje |
|------------------------|-------------------|-------------------|
| trab. dependiente | 61 | 24,5 |
| trab. independiente | 127 | 51,0 |
| oficios del hogar | 34 | 13,7 |
| no trabaja | 27 | 10,8 |
| Total | 249 | 100,0 |

En la tabla 3 se observa el tipo de trabajo que realiza los consumidores encuestados, el 51% realiza trabajo independiente, mientras que el 24,5% es dependiente, el 13,7% se ocupa de los oficios del hogar y el 10,8% no trabaja.

Tabla 4 : Nivel de conocimiento acerca del octógono nutricional por parte de los consumidores de alimentos envasados

| Nivel de conocimiento acerca del octógono | Frecuencia | Porcentaje |
|--|-------------------|-------------------|
| Si | 127 | 51,0 |
| No | 122 | 49,0 |
| Total | 249 | 100,0 |

En la tabla 4 se observa que el 51% de los encuestados si sabe lo que es el octógono mientras que el 49% dice que NO.

Tabla 5 : Nivel de conocimiento acerca de la función del octógono nutricional en consumidores de alimentos envasados

| Función del octógono | Frecuencia | Porcentaje |
|-----------------------------|-------------------|-------------------|
| si | 98 | 39,4 |
| no | 151 | 60,6 |
| Total | 249 | 100,0 |

En la tabla 5 se observa que el 60,6% de los encuestados dice no conocer la función del octógono, mientras que el 39,4% dice que si lo conoce

Tabla 6: Relación entre la información del octógono en la decisión de compra de los alimentos en consumidores de alimentos envasados

| Influencia del octógono en la compra | Frecuencia | Porcentaje |
|---|-------------------|-------------------|
| Si | 125 | 50,2 |
| No | 124 | 49,8 |
| Total | 249 | 100,0 |

En la tabla 6 se puede observar las respuestas acerca de la influencia que tiene el octógono nutricional en la decisión de compra de los alimentos, el 50,2% dice que si influye en su decisión de compra; mientras que el 49,8% dice que no

Tabla 7: Comportamiento del consumidor ante la información poco saludable del octógono nutricional con respecto al producto.

| Comportamiento del consumidor | Frecuencia | Porcentaje |
|--------------------------------------|-------------------|-------------------|
| compraría mas | 8 | 3,2 |
| compraría igual | 65 | 26,1 |
| compraría menos | 129 | 51,8 |
| no compraría | 47 | 18,9 |
| Total | 249 | 100,0 |

En la tabla 7 se observa el comportamiento del consumidor ante la información de ingredientes poco saludables en los octógonos nutricionales, el 51,8% de los encuestados aseguro que compraría menos productos mientras el 26,1% compraría igual, por su parte el 18,9% no compraría y el 3,2% compraría más.

Tabla 8: Percepción acerca de la lectura del octógono y la mejora en la alimentación

| Mejora en la alimentación | Frecuencia | Porcentaje |
|----------------------------------|-------------------|-------------------|
| SÍ | 216 | 86.7 |
| NO | 33 | 13.3 |
| TOTAL | 249 | 100.0 |

En la tabla 8 se observa la respuesta de los consumidores acerca de su percepción acerca de la mejora en sus hábitos alimenticios gracias a la lectura del octógono, el 86,7% dice que si influye de forma positiva en su alimentación y el 13,3% dice que no mejora en nada sus hábitos alimenticios.

Tabla 8 : Razones para la NO lectura del octógono nutricional por los consumidores de alimentos envasados

| Razones para no leer el octógono nutricional | Frecuencia | Porcentaje |
|---|-------------------|-------------------|
| falta de tiempo | 126 | 50,6 |
| confianza en la marca | 45 | 18,1 |
| no le interesa | 29 | 11,6 |
| no entiende la información | 49 | 19,7 |
| Total | 249 | 100,0 |

En la tabla 9 acerca de las razones para que los consumidores no lean los octógonos, se tiene que el 50,6% no lo hace por falta de tiempo, el 19,7% no entiende la información, el 18,1% tiene confianza en la marca que está adquiriendo, y el 11,6% no le interesa

Tabla 9 : Frecuencia en la lectura de los octógonos por parte de los consumidores de alimentos envasados

| Frecuencia de lectura | Frecuencia | Porcentaje |
|------------------------------|-------------------|-------------------|
| Siempre | 39 | 15,7 |
| Algunas veces | 150 | 60,2 |
| Nunca | 60 | 24,1 |
| Total | 249 | 100,0 |

En la tabla 10 se observa la frecuencia de lectura de los octógonos el 60,2% lee algunas veces los octógonos, el 24,1% nunca los lee, y el 15,7% siempre los lee.

Tabla 10: Calidad de la información de los octógonos nutricionales según los consumidores de alimentos envasados

| Información del octógono | Frecuencia | Porcentaje |
|---------------------------------|-------------------|-------------------|
| SI | 112 | 45,0 |
| NO | 137 | 55,0 |
| Total | 249 | 100,0 |

En la tabla 11 se ve reflejada la opinión de los consumidores con respecto a la cantidad y calidad de información en los octógonos, el 55% dice que no hay suficiente información, y el 45% considera que si es suficiente.

IV. DISCUSIÓN

4.1 Discusión de resultados

La función del etiquetado nutricional es informar a los consumidores sobre las propiedades nutricionales de un alimento. Su uso no solo previene el consumo de determinados nutrientes que, consumidos en exceso son perjudiciales para la salud, sino también permite identificar a aquellos que, consumidos adecuadamente, son beneficiosos para el objetivo de esta investigación fue indagar la lectura del octógono como hábito de vida saludable. En el estudio participaron 249 consumidores de productos empaquetados, de la ciudad de Juliaca en su mayoría, con más de 50% siendo hombres y el resto mujeres, los participantes tenían en su mayoría un rango de edad de 18 a 30 años.

Los participantes en la investigación declararon conocer lo que es el octógono (51% y 49% respectivamente) lo que es el etiquetado nutricional. Sin embargo, en un porcentaje similar declararon que no conocían bien la función del octógono. Otro dato curioso es que más de un 60% declaró que solo algunas veces lo leían. Esto es coincidente con la investigación de Baudin¹⁶ realizado en el año 2019, la cual arrojó como resultado que más del 60% reconociera que no lee de forma frecuente los octógonos, los alimentos y donde se consultó cuáles son los productos que más frecuentemente se lee, estos fueron los lácteos y derivados, las conservas y productos cárnicos, los cereales y derivados, los biscochos, galletas y queques y las fórmulas infantiles.

Dentro de este marco es importante señalar que, según una investigación realizada por el Instituto Nacional de Salud (2014) en lugares de expendio de la ciudad de Lima - Perú, los lácteos y derivados, los biscochos, galletas y queques, las golosinas y las bebidas no alcohólicas, sobrepasan las recomendaciones de azúcar propuestas por la OMS, mientras que las golosinas, los snacks y los biscochos, galletas y queques sobrepasan las recomendaciones de grasas saturadas. Con respecto a esto los consumidores encuestados reconocen que en su mayoría si les prestan atención a los ingredientes nocivos y que en si mayoría tratan de comprar menos los alimentos poco saludables. Continuando con el análisis, la información que leen en el mismo y asimismo consideran que el etiquetado nutricional influye

en su decisión de compra de alimentos envasados. Aunque estos resultados a primera vista parezcan alentadores, la realidad es que el uso del etiquetado nutricional en la decisión de compra de alimentos envasados entre los consumidores de la ciudad de Juliaca es aún incipiente. La falta de costumbre para leer el etiquetado nutricional, la dificultad para comprender el lenguaje técnico empleado y la falta de atención al mismo, al momento de elegir un producto, son algunas de las barreras a superar por los consumidores; los cuales sugieren, entre otras consideraciones, que el etiquetado nutricional sea específico y comprensible, que muestre la información nutricional más importante junto con los porcentajes de valor diario recomendados en la parte frontal de los empaques y que llame más la atención de modo que sientan la motivación de consultarlo. Asimismo, recomiendan que sea obligatorio en todos los alimentos envasados. En el Perú, el uso del etiquetado nutricional es un tema que comienza a investigarse, por lo que la información nutricional que se proporciona a los consumidores en el etiquetado de los alimentos envasados puede mejorar.

En ese sentido, los resultados de esta investigación demuestran que los consumidores se sienten más interesados por la información nutricional en sí que brinda el etiquetado, esto es importante ya que existe la intención al menos en los consumidores de la ciudad de Juliaca de tener una alimentación más saludable. Aunado a ello, en concordancia con Ludeña (2018), sería de suma utilidad incorporar el hábito de leer y comprender las etiquetas de los alimentos envasados desde la edad escolar, incluyendo la educación nutricional en los planes curriculares, así como impulsar acciones conjuntas de sensibilización en la población entre las instituciones del estado, los medios de comunicación, los centros de educación, la industria de alimentos y las organizaciones de fomento de la salud, de modo que los consumidores puedan comparar y elegir productos envasados considerando como mínimo el contenido de calorías y nutrientes críticos: grasas, azúcares, sodio y grasas trans. Finalmente, corresponde a la industria e ingeniería de alimentos, como parte de su rol social de velar por la salud de los consumidores, promover estilos de vida saludables mediante la investigación y el desarrollo de productos saludables y asequibles a la población.

4.2 Conclusiones

Los estudios realizados en el presente trabajo nos permiten llegar a las siguientes conclusiones:

Se determinó que los consumidores de la ciudad de Juliaca - Perú presentan interés en la lectura de los octógonos, y por lo tanto uso, del etiquetado nutricional.

- Se determinó un alto porcentaje de los consumidores declaran leer el etiquetado nutricional, lee la información de los octógonos en su decisión de compra de alimentos envasados.
- Los principales motivos de la no lectura de los octógonos de alimentos envasados referidos por los consumidores es la falta de tiempo, luego por desinterés en la información
- Se concluye que a pesar de que existe intención de lectura aún no se consolida la lectura como un hábito de vida saludable.

4.3 Recomendaciones

1. Se recomienda Realizar un estudio integral en el Perú sobre el uso del octógono nutricional y su efecto en las elecciones alimentarias de los consumidores para el diseño e implementación de políticas públicas en la materia, de alcance nacional.
2. Motivar el uso de los octógonos nutricionales mediante estrategias de educación nutricional dirigidas a la población en general, que familiaricen a los consumidores de alimentos envasados con la lectura y correcta interpretación de la información nutricional
3. Se recomienda que el Ministerio de Salud (MINSa) desarrolle programas donde se incluya el uso de los porcentajes de valor diario recomendado (%VDR) y las declaraciones de propiedades nutricionales y saludables en las etiquetas de los alimentos envasados como herramientas para un mejor entendimiento de la tabla de información nutricional, en las elecciones alimenticias de los consumidores.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Instituto Nacional de Salud. ¿Qué son los octógonos de advertencia? [acceso 17 de agosto]. [Internet]. Disponible en: <http://insteractua.ins.gob.pe/2019/07/que-son-los-octogonos-de-advertencia.html>.
2. Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura. FAO/OPS: Sobrepeso afecta a casi la mitad de la población de todos los países de América Latina y el Caribe salvo por Haití [sede Web]. Santiago-Chile: FAO/OPS; 2017 [accede 21 de agosto]. [Internet]. Disponible en: <http://www.fao.org/americas/noticias/ver/es/c/463396/>
3. Organización Mundial de la Salud y Organización Panamericana de la Salud. OMS/OPS. Avanza el etiquetado frontal en las Américas [sede Web]. Washington: OMS/OPS; 2018 [accede de 22 de agosto de 2020]. [Internet]. Disponible en: https://www.paho.org/hq/index.php?option=com_content&view=article&id=14541:avanza-el-etiquetado-frontal-en-las-americas&Itemid=4327&lang=es
4. Replace: An action package to eliminate industrially-produced *trans*-fatty acids. WHO/NMH/NHD/18.4. Geneva: World Health Organization; 2018
5. El Comercio. Octógonos de advertencia ¿Qué son y por qué su uso divide a las entidades del Estado? [sede Web]. Lima-Perú: Indecopi; 2020 [actualizado 20 de junio del 2020; acceso 9 de agosto de 2020]. [Internet]. Disponible en: <https://elcomercio.pe/tecnologia/ciencias/octogonos-advertencia-obligatorios-caracteristicas-ley-alimentacion-saludable-peru-noticia-610351-noticia/>.
6. La República. Es cierto que hay gaseosas que no llevan octógonos de advertencia. [sede Web]. Lima-Perú: La república; 2019 [acceso el 09 de agosto de 2020]. [Internet]. Disponible en: <https://larepublica.pe/salud/2019/07/23/octogonos-es-cierto-que-hay-gaseosas-que-no-necesitan-llevar-advertencia-alto-en-azucar/>.
7. Universidad del Pacífico. Perú se suma a los países que aumentan impuestos a las bebidas azucaradas. [sede Web] Lima-Perú: UP; 2018 [accede 5 de setiembre de 2020]. [Internet]. Disponible en:

- <https://clers.up.edu.pe/blog/peru-se-suma-a-los-paises-que-aumentan-impuestos-a-las-bebidas-azucaradas/>
8. Perú Retail. Ley de Octógonos: El 84% de los limeños modificará sus hábitos de compra. [sede web]. Lima-Perú: Retail; 2019 [acceso 9 de setiembre de 2020]. [Internet]. Disponible en: <https://www.peru-retail.com/ley-octagonos-limenos-habitos-compra/>.
 9. Díez-Canseco F, Saavedra-García L. Programas sociales y reducción de la obesidad en el Perú: reflexiones desde la investigación. Rev Peru Med Exp Salud Pública. 2017;34(1):105-12. doi: 10.17843/rpmesp.2017.341.2772.
 10. Organización Panamericana de Salud. Salud del Adolescente [sede Web]. Washington, D.C: OPS; 2019 [actualizado enero de 2019; acceso 21 de agosto de 2020]. [Internet]. Disponible en: https://www.paho.org/hq/index.php?option=com_topics&view=article&id=223&Itemid=40879&lang=es
 11. Pajuelo Ramírez Jaime, Torres Aparcana Lizardo, Agüero Zamora Rosa, Bernui Leo Ivonne. El sobrepeso, la obesidad y la obesidad abdominal en la población adulta del Perú. An. Fac. med. [Internet]. 2019 Ene [citado 2020 Nov 30] ; 80(1): 21-27. Disponible en: http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1025-55832019000100004&lng=es. <http://dx.doi.org/10.15381/anales.v80i1.15863>.
 12. Instituto Nacional de Estadística e Informática. Población Peruana. [sede Web]. Lima-Peru: INEI; 2016 [acceso 10 de setiembre de 2020]. [Internet]. Disponible en: <https://www.inei.gob.pe/prensa/noticias/el-355-de-la-poblacion-peruana-de-15-y-mas-anos-de-edad-padece-de-sobrepeso-9161/>.
 13. Compañía Peruana de Estudios de Mercados y Opinión Pública S.A.C. Los octógonos: Su impacto sobre el consumidor [sede Web]. Lima-Perú: CPI; 2019 [accede de 2 de agosto]. [Internet]. Disponible en: http://cpi.pe/images/upload/paginaweb/archivo/26/mr_febrero_2_2020_oct_ok_1202.pdf
 14. Ministerio de salud. (2017). Manual de advertencias publicitarias del Reglamento de la Ley N°30021, Ley de Promoción de la alimentación saludable para niños, niñas y adolescentes, y su reglamento aprobado por

- decreto supremo N° 017- 2017-SA. [accede de 2 de agosto]. [Internet]. Disponible en: ftp://ftp2.minsa.gob.pe/normaslegales/2017/RM_N%C2%B0_683-2017-MINSA.pdf
15. Assael, H. (1998). *Comportamiento del Consumidor* (6ta ed.). International Thomson Editores [accede de 22 de agosto]. Disponible en: <http://ri.uaemex.mx/bitstream/handle/20.500.11799/108772/Tesis%20pedro.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
 16. Baudin F. y Romero M. Comprensión de los consumidores del etiquetado nutricional para la compra de alimentos envasados. Argentina. Rev. Esp. Nutr. Comunitaria [accede de 18 de agosto de 2020]. Disponible en: http://www.renc.es/imagenes/auxiliar/files/RENC_2020_3_0X._-RENC-D-19-0041.pdf
 17. Cruz C. Uso del etiquetado nutricional en la decisión de compra de alimentos por consumidores de la ciudad de Piura [Tesis Pregrado], [Perú]: Universidad Nacional De Piura; 2018
 18. Raggio L. y Berrondo V. Conocimiento y percepciones sobre la lectura de la etiqueta de los alimentos: estudio de un caso en Uruguay. Demetra [en línea] 2018 [citado el 18 de julio del 2020]; 13(4); 891-900. Disponible: <https://www.e-publicacoes.uerj.br/index.php/demetra/article/view/32827/27396>
 19. Amaya C.V. y Castillo L. T. Factores asociados a la decisión de lectura de etiquetas de productos alimenticios, en consumidores de los distritos de Trujillo y El Porvenir [Tesis Pregrado], [Perú]: Universidad Nacional de Trujillo; 2017
 20. Valverde-Aguilar M, Espadín-Alemán CC, Torres-Ramos NE, Liria Domínguez R. Preferencia de etiquetado nutricional frontal: octógono frente a semáforo GDA en mercados de Lima, Perú. Acta Med Peru. 2018;35(3):145-52
 21. World Health Organization (1986). Life-Styles and Health. Social Science & Medicine, 22, 117-124.

22. Ugarriza G. A. El etiquetado nutricional de los alimentos y su incidencia en la decisión de compra de los consumidores de Trujillo [Tesis Pregrado] [Perú]: Universidad César Vallejo de Trujillo; 2017.
23. Carrillo E, Flores N, Fornasini M y Baldeón M. Identificación, uso e impacto potencial del Sistema gráfico de rotulado de alimentos tipo semáforo en Quito. Rev. Ecu. Med. Eugenio Espejo [en línea] 2017 [citado el 18 de julio del 2020]; 7(8). Disponible: file:///C:/Users/INTEL/Downloads/Rotulado.pdf
24. López L, Restrepo S. Etiquetado Nutricional, una mirada desde los consumidores de alimentos, Perspectivas en Nutrición Humana, programa de extensión de la Universidad de Antioquia, Medellín, Colombia, 2014.
25. Grove S, Gray J. Investigación en Enfermería: Desarrollo de la práctica enfermera basada en evidencia. 7ma ed. Barcelona - España: Elsevier; 2019. 487 p.
26. Casas J, Labrador R, Donado J. La encuesta como técnica de investigación. Elaboración de cuestionarios y tratamiento estadístico de los datos (I). Atención Primaria [revista en Internet] 2003 [acceso 12 de mayo de 2018]; 31(8): 527-538. Disponible en: https://ac.els-cdn.com/S0212656703707288/1-s2.0-S0212656703707288-main.pdf?_tid=aabec56e-d85a-44a2-ad95-0284a73eb906&acdnat=1531250315_484aa3aed494923ea02bdf8a663ea69a
27. Alvira-Martin F. La encuesta: una perspectiva general metodológica. 2ª ed. Madrid - España: Centro de Investigaciones Socioológicas; 2011. 122 p.
28. Malhotra, N. (2008). Investigación de Mercados (5ta ed). Naucalpan de Juárez: Pearson Educación.
29. Prieto P. Comités de ética en investigación con seres humanos: relevancia actual en Colombia. Experiencia de la Fundación Santa Fe de Bogotá. Acta Med Colomb [revista en Internet] 2011 [acceso 12 de mayo de 2018]; 36(2): 98-104. Disponible en: <http://www.scielo.org.co/pdf/amc/v36n2/v36n2a09.pdf>
30. Gomez P. Principios básicos de bioética. Revista Peruana de Ginecología y Obstetricia [revista en Internet] 2009 [acceso 10 de abril de 2018]; 55(4): 230-233. Disponible en:

http://sisbib.unmsm.edu.pe/BVRevistas/ginecologia/vol55_n4/pdf/A03V55N4.pdf

31. Velasco J. La Bioética y el Principio de Autonomía. Revista Facultad de Odontología [revista en Internet] 2013 [acceso 27 de setiembre de 2019]; 1(2): 72-
32. Aparisi J. Los principios de la bioética y el surgimiento de una bioética intercultural. Veritas [revista en Internet] 2010 [acceso 23 de setiembre de 2019]; 22: 121-157.
33. Arias S, Peñaranda F. La investigación éticamente reflexionada. Revista Facultad Nacional de Salud Pública [revista en Internet] 2015 [acceso 27 de setiembre de 2019]; 33(3): 444-451. Disponible en: http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0120-386X2015000300015
34. Mendoza A. La relación médico paciente: consideraciones bioéticas. Rev Peru Ginecol Obstet [revista en Internet] 2017 [acceso 20 de junio de 2019]; 63(4): 555-564. Disponible en: <http://www.scielo.org.pe/pdf/rgo/v63n4/a07v63n4.pdf>

ANEXOS

Anexo A. Operacionalización de variables

| VARIABLE | Tipo de variable según su naturaleza y escala de medición | DEFINICIÓN CONCEPTUAL | DEFINICIÓN OPERACIONAL | DIMENSIONES | INDICADORES | N° DE ITEMS |
|--|---|---|---|---------------------------------------|--|-------------|
| Lectura de los octógonos nutricionales | Variable: independiente Según su naturaleza: Cuantitativa y cualitativa Escala de medición: Nominal | Los octógonos nutricionales son señales de advertencia y deben colocarse en las etiquetas de alimentos y bebidas procesadas que tengan un exceso de grasas saturadas, sodio (sal), azúcar o contengan grasas trans, según unos parámetros fijados por el Ministerio de Salud (Minsa). | Las variables se estudiarán a través de la perspectiva del consumidor, se utilizarían una serie de ítems para poder dar respuesta a los indicadores propuestos. | Frecuencia | Cantidad de productos en los que el consumidos revisa el octógono. | 3 |
| | | | | Atención a la información | Conocimiento sobre el octógono y su información. | 3 |
| | | | | Importancia | Cambios en la alimentación por la información del octógono. Relevancia del octógono en el criterio de compra. | 2 |
| Hábitos de alimentación saludable | Variable: dependiente Según su naturaleza: Cualitativa Escala de medición: Nominal | Estilo de vida saludable se define como el engranaje de aquellos factores como, el ejercicio físico, la prevención de la salud, el trabajo, la relación con el medio ambiente y la actividad social. | | Hábito de lectura del octógono | Lectura del octógono nutricional | 2 |
| | | | | Influencia del octógono en el consumo | Causas de la no lectura del octógono nutricional. | |

ANEXO B. INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS

FORMATO DE RELACIÓN ENTRE LA LECTURA DE LOS OCTÓGONOS NUTRICIONALES Y HÁBITOS DE ALIMENTACIÓN SALUDABLE EN CONSUMIDORES DE ALIMENTOS ENVASADOS

DATOS GENERALES:

1. Características sociodemográfico, llenar o marcar con una "x" la respuesta.

a) Distrito donde vive:
 Juliaca Otros Especifique.....

b) Edad:
 18 – 30 años
 31 – 50 años
 51 – a más

c) Género:
 Femenino Masculino

d) Grado de instrucción:
 Educación Básica
 Educación Secundaria
 Universidad
 Ninguna

e) Oficio y/o labor:
 Dependiente
 Independiente
 Su casa
 Ninguna

2. ¿Conoce usted qué es el octógono nutricional?

Sí No

3. Sabe usted, ¿cuál es la función de los octógonos nutricionales?

Sí No

4. ¿Conoce usted la razón de la presencia del octógono en los paquetes de alimento que consume?

Desconoce Muy poco Poco Mucho

5. ¿Cree usted que la información que contiene el octógono influye en su decisión de compra?

Si No

6. Si un alimento muestra una información similar a las siguientes figuras, usted:



Compraría mucho más
Compraría más
Compraría Igual
Compraría menos
Dejará de Comprar

7. ¿Cree usted que leer los octógonos nutricionales pueden mejorar su alimentación y la de su familia?

Si No

8. ¿Cuál de las siguientes razones influiría en usted para que no leyera la información del octógono?

Falta de tiempo
Confía en la marca
No le interesa
No entiende

9. ¿Con qué frecuencia suele leer los empaques incluyendo los octógonos nutricionales de los alimentos que consume?

Siempre

Algunas veces

Nunca

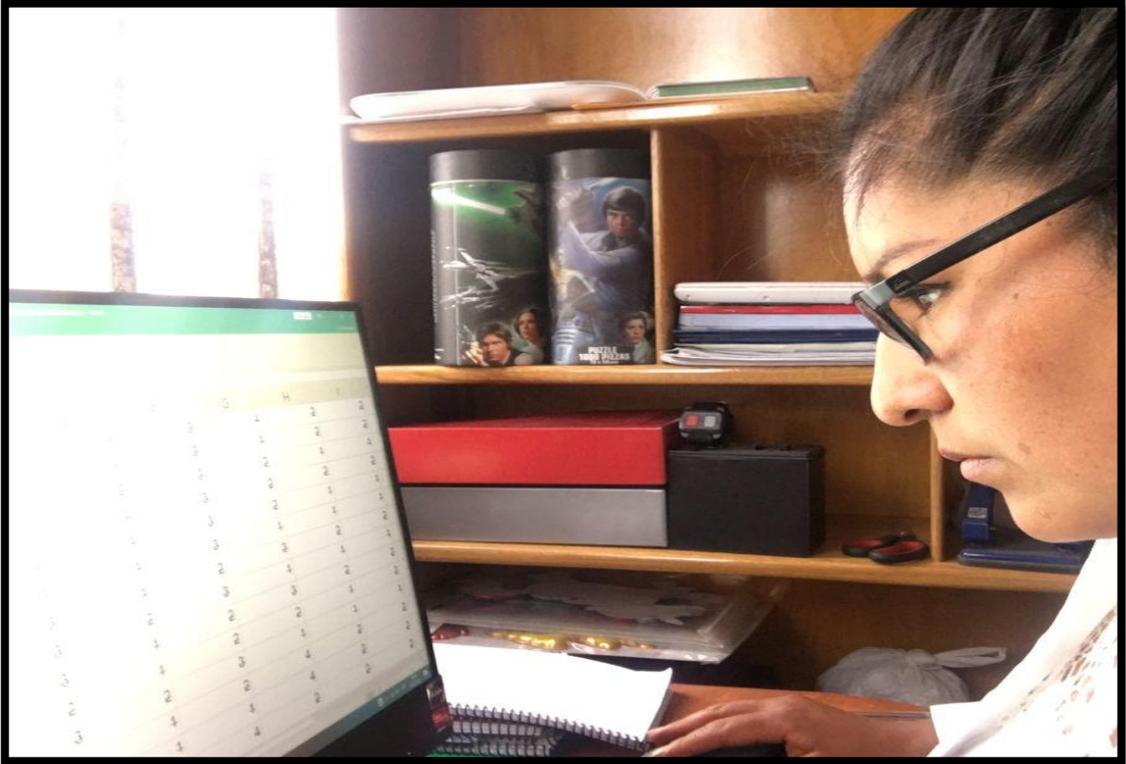
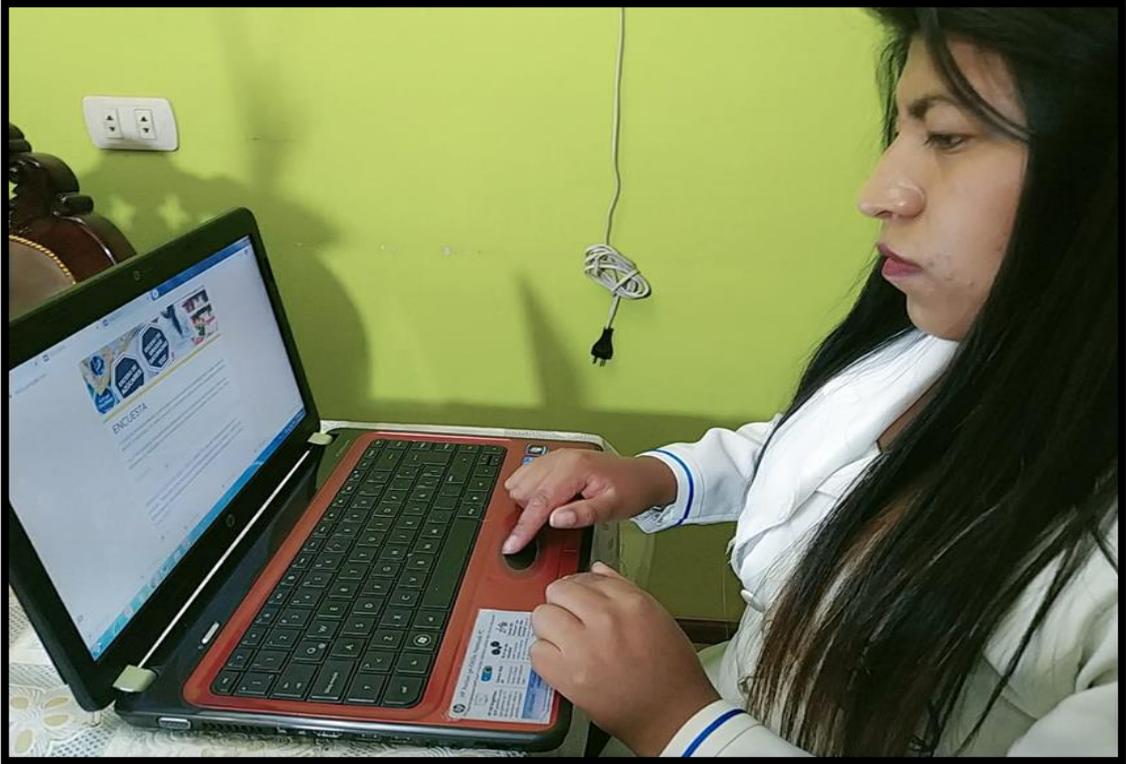
10. ¿Cree que la información proporcionada en el octógono es suficiente?

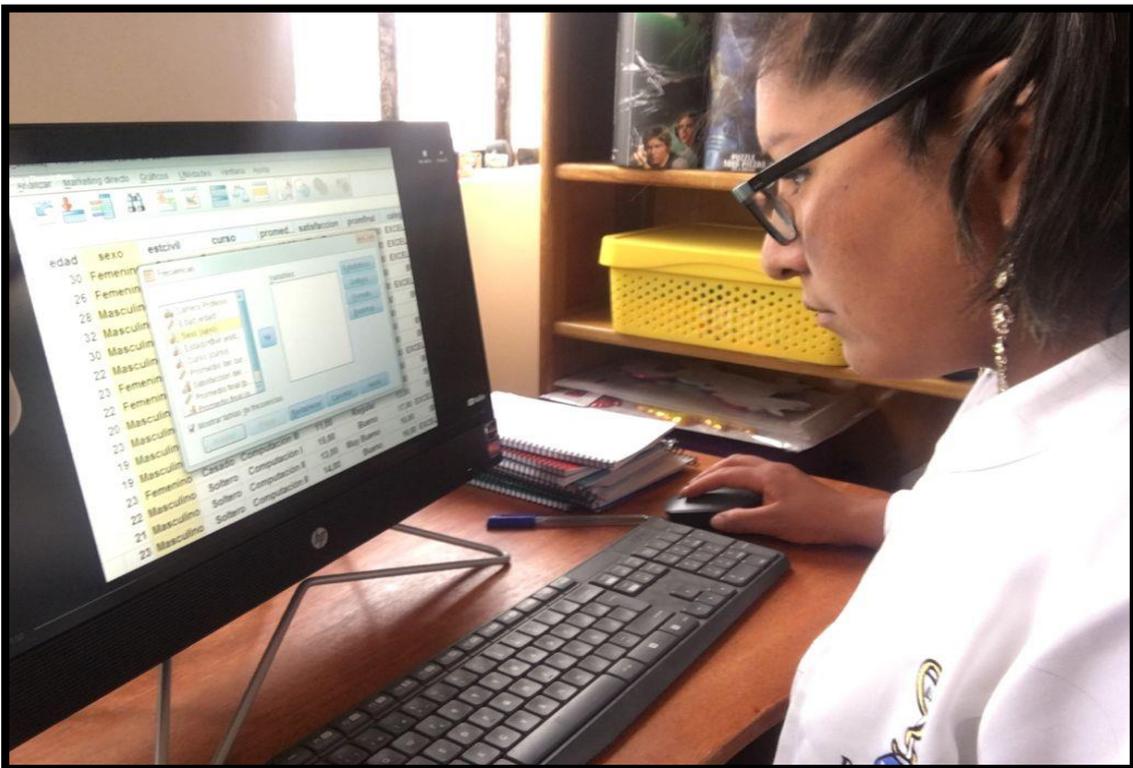
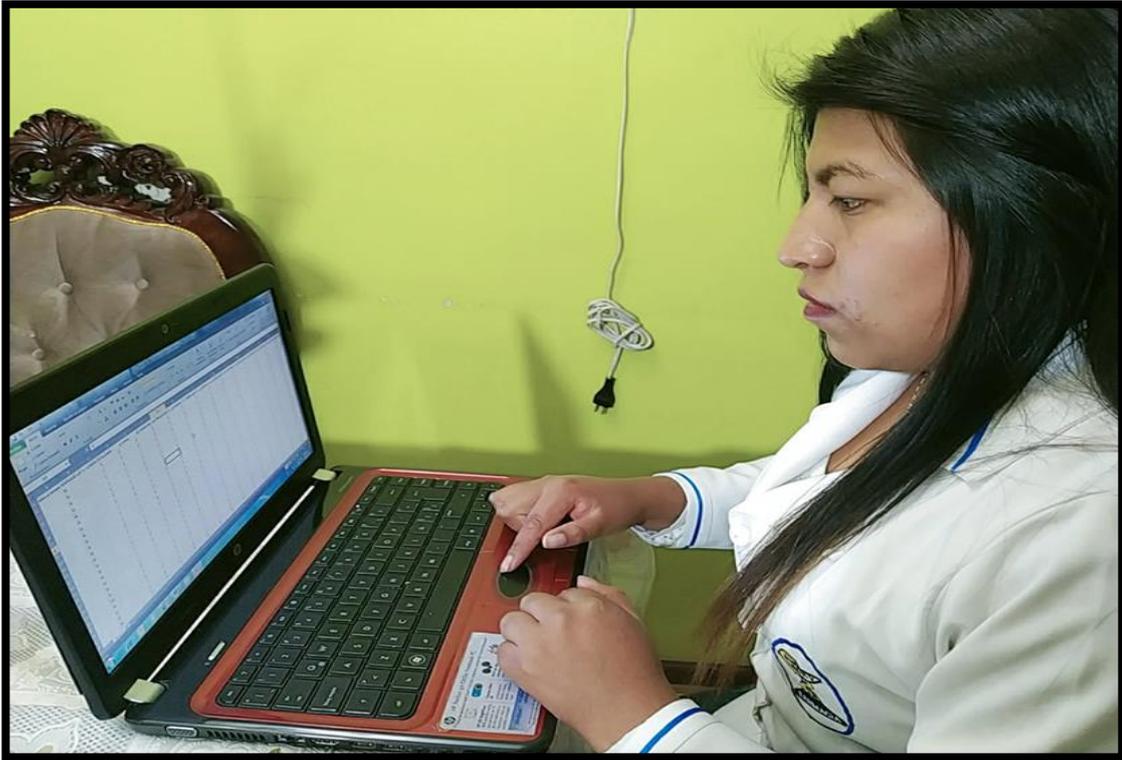
Sí

No

Gracias por su colaboración

ANEXO D. EVIDENCIAS FOTOGRÁFICAS DEL TRABAJO DE CAMPO







ENCUESTA

A usted se le está invitando a participar en este estudio de investigación en salud. Antes de decidir si participa o no, debe conocer y comprender cada uno de los siguientes apartados.

Título del proyecto: Relación entre la lectura de los octógonos nutricionales y hábitos de alimentación saludable en consumidores de alimentos envasados de Juliaca, Puno, 2020.

*Obligatorio

MARQUE LA OPCIÓN QUE CREA CORRECTA: Desea usted participar en el estudio "Relación entre la lectura de los octógonos nutricionales y hábitos de alimentación saludable en consumidores de alimentos envasados de Juliaca, Puno, 2020." *

- Sí
 No

1.- CARACTERÍSTICAS SOCIODEMOGRÁFICAS *

a) Distrito donde vive

- Juliaca
 Otros: _____

b) Edad *

- 18 - 30 Años
 31 - 50 Años
 51 - más

c) Sexo *

- Mujer
 Hombre

d) Grado de instrucción *

- Educación Básica
 Educación Secundaria
 Universitaria
 No poseo educación formal

e) Oficio/Labor *

- Trabajador dependiente
 Trabajador independiente
 Oficios del hogar
 No trabaja

2.- ¿Conoce usted qué es el octógono nutricional? *

- Sí
 No

3.- Sabe usted, ¿Cuál es la función de los octógonos nutricionales? *

- Sí
 No

4.- ¿Conoce usted la razón de la presencia del octógono en los paquetes de alimento que consume? *

- Desconoce
 Muy poco
 Poco
 Mucho

5.- ¿Cree usted que la información que contiene el octógono influye en su decisión de compra? *

- Sí
 No

6.- Si un alimento muestra una información similar a las siguientes figuras, usted: *



- Compraría más
 Compraría menos
 Compraría igual
 No compraría

7.- ¿Cree usted que leer los octógonos nutricionales pueden mejorar su alimentación y la de su familia? *

- Sí
 No

8.- ¿Cuál de las siguientes razones influiría en usted para que no leyera la información del octógono? *

- Falta de tiempo
 Confía en la marca del producto
 No le interesa esa información
 No entiende la información

7.- ¿Cree usted que leer los octógonos nutricionales pueden mejorar su alimentación y la de su familia? *

- Sí
 No

8.- ¿Cuál de las siguientes razones influiría en usted para que no leyera la información del octógono? *

- Falta de tiempo
 Confía en la marca del producto
 No le interesa esa información
 No entiende la información

9.- ¿Con qué frecuencia suele leer los empaques incluyendo los octógonos nutricionales de los alimentos que consume? *

- Siempre
 Algunas veces
 Nunca

10.- ¿Cree que la información proporcionada en el octógono es suficiente

- Sí
 No

Enviar

Página 1 de 1

Nunca envíes contraseñas a través de Formularios de Google.

Google no creó ni aprobó este contenido. [Denunciar abuso](#) - [Condiciones del Servicio](#) - [Política de Privacidad](#)

Google Formularios



ENCUESTA

Gracias por su colaboración

[Enviar otra respuesta](#)

Google no creó ni aprobó este contenido. [Denunciar abuso](#) - [Condiciones del Servicio](#) - [Política de Privacidad](#)

Google Formularios