

Regulación de la comida chatarra en la UTVT: entre la norma y la realidad

María de la Luz del Carmen García Zúñiga

Universidad Tecnológica del Valle De Toluca

ORCID: 0009-0003-6611-2793

luz.garcia@utvtol.edu.gob.mx

María del Pilar Azamar Vilchis

Universidad Tecnológica del Valle De Toluca

pilar.azamar@utvtol.edu.mx

ORCID: 0009-0002-8222-830X

Jorge Cuevas Sanabria

Universidad Tecnológica del Valle De Toluca

Jorge.cuevas@utvtol.edu.mx

RESUMEN

Recientemente en nuestro país, se inició la regulación del control de comida chatarra en las escuelas, esto motivado por las carencias nutricionales y epidemia de obesidad, este factor aumenta el riesgo de desarrollar enfermedades crónicas, como: la diabetes y enfermedades cardiovasculares, además del bajo rendimiento académico. El consumo de la comida chatarra en las escuelas y en las Universidades genera dependencia alimentaria que desplaza los alimentos naturales y saludables. El objetivo de esta investigación es conocer hábitos alimentarios de estudiantes universitarios, factores de riesgo y opciones para una mejor alimentación.

Palabras clave: Chatarra, políticas y estudiantes.

Junk food regulation at UTVT: between the norm and reality

ABSTRACT

Recently in our country, the regulation of the control of junk food in schools began, this motivated by nutritional deficiencies and the obesity epidemic, this factor increases the risk of developing chronic diseases, such as: diabetes and cardiovascular diseases, in addition to poor academic performance. The consumption of junk food in schools and universities generates a food dependence that displaces natural and healthy foods. The objective of this research is to know the eating habits of university students, risk factors and options for a better diet.

Key words: Junk, policies and students.

INTRODUCCIÓN

En México se decretaron emergencias epidemiológicas por obesidad y diabetes desde 2016. Es decir, lleva ya 9 años con estas emergencias epidemiológicas que se han incrementado. El 31 de marzo del 2025, entraron en vigor los lineamientos para alimentos y bebidas en todo el sistema escolar. (OMS) 2024.

En el país se han mostrado diversas normativas para regular la venta de estos productos en instituciones educativas, sin embargo, su conocimiento y aplicación aun representa un reto.

Esta investigación se enfoca en analizar los hábitos alimenticios de estudiantes Universitarios de la carrera de negocios de la Universidad Tecnológica del Valle de Toluca, con el objetivo de comprender su relación con el consumo de comida chatarra y su percepción respecto a las normativas que regulan este tipo de alimentos en espacios académicos.

La comida chatarra ha crecido de forma significativa en los jóvenes universitarios, esta situación se ha convertido en una preocupación de salud pública debido a la conexión con enfermedades crónicas, y obesidad.

Los resultados obtenidos después de aplicar la encuesta a los estudiantes de la carrera muestran una tendencia a la neutralidad o falta de interés, en cuanto a sus hábitos alimenticios con un consumo frecuente de productos como refrescos carbonatados, botanas saladas, bollería y otros productos ultraprocesados, esta respuesta muestra una falta de análisis crítico sobre su alimentación, ya que muchos estudiantes no consideran que su dieta impacte en su bienestar personal.

Respecto a la regulación actual, los encuestados mostraron tener pocos conocimientos sobre las normativas mexicanas que limitan la venta de comida chatarra en las instituciones educativas. La mayoría de la respuesta reconoce la importancia de estas medidas y proteger la salud pública.

Por otro lado, los factores que influyen directamente en el consumo de estos productos son los precios y la falta de opciones saludables dentro la universidad. En general los estudiantes están de acuerdo con el derecho a elegir libre y responsablemente sobre su alimentación, además de mostrar interés en la necesidad de generar conciencia y promover entornos saludables en la universidad.

Esta investigación pretende aportar elementos para comprender la relación de la alimentación, el desempeño académico y apoyar a la creación de estrategias efectivas para fomentar una alimentación saludable en la universidad.

Marco de Referencia:

La Etapa universitaria es el tiempo de la **formación de hábitos** de vida entre ellos los relacionados con la alimentación. Durante este periodo los estudiantes toman decisiones sobre su dieta diaria (Moreno 2021)

La falta de tiempo en elaborar su alimento, estrés académico, recursos económicos limitados, y la disponibilidad de alimentos en los entornos universitarios influyen directamente en sus decisiones alimentarias. Diversos estudios muestran que los universitarios tienden a consumir productos de bajo aporte nutricional (González y Ramírez 2019).

La comida chatarra se caracteriza por su alto contenido de azúcares añadidas, grasas saturadas, sodios aditivos y bajo valor nutricional, el consumo frecuente de estos alimentos está relacionados de con el aumento de enfermedades crónicas.

La regulación de la comida en instituciones educativas en México Una de las más importantes es la Ley General de Salud en su artículo 75, además de las disposiciones de educación Pública que prohíben la comercialización de alimentos ultra procesados en escuelas de nivel básico y medio superior (DOF 2020).

El **Consumo responsable** implica tomar decisiones de compra y consumo basada en el deseo personal y la información sobre el impacto de la salud y la nutrición

Objetivo general: Analizar hábitos alimenticios de los estudiantes de la carrera de Negocios en la UTVT, con énfasis en el consumo de comida chatarra, su percepción sobre las regulaciones que controla la venta de alimentos ultra procesados en la Universidad, además de factores que influyen en sus elecciones de consumo.

Objetivos específicos:

Evaluar el nivel de conocimiento y percepción de los estudiantes sobre las normativas mexicanas que regulan la venta de alimentos ultra procesados en las escuelas.

Determinar principales factores que influyen en el consumo de comida chatarra de los estudiantes

Indagar la postura de los estudiantes referente al derecho a decidir libre y responsablemente sobre alimentos que consumen.

METODOLOGÍA

Este estudio se realizará por medio de análisis cuantitativo descriptivo con el objetivo de entender las opiniones, percepciones y hábitos alimenticios de los estudiantes, el conocimiento de las normas mexicanas que regulan la venta de alimentos ultra procesados en escuelas. Cualitativo se midió algunas respuestas respecto a su a las percepciones en general descriptivo y correlacional

La población fue 320 estudiantes del noveno cuatrimestre de la Licenciatura en Innovación de Negocios de la Universidad Tecnológica del Valle de Toluca; determinando una muestra de 175 estudiantes, partiendo de un nivel de confianza del 95% y un margen de error del 5%.

Para la recolección de datos se diseñó y aplicó un cuestionario compuesto por preguntas cerradas utilizando una escala de tipo Likert de cinco puntos desde totalmente de acuerdo hasta totalmente en desacuerdo, con el fin de medir la frecuencia de consumo de comida chatarra. Se aplicó de manera virtual

Instrumento: Se aplicó una encuesta a 175 alumnos, con preguntas, como frecuencias, preferencias, motivos de consumo, percepción de salud.

Las preguntas fueron las siguientes:

Tabla No. 1:

Preguntas

	PREGUNTAS
1	Consumo regularmente comida chatarra dentro del campus universitario.
2	Prefiero alimentos ultra procesados sobre opciones naturales o nutritivas cuando estoy en la universidad.
3	Considero que mi alimentación diaria durante el cuatrimestre académico es saludable y equilibrada.
4	Estoy familiarizado con las normativas mexicanas que regulan la venta de comida chatarra en escuelas.
5	Considero que estas regulaciones son necesarias para prevenir enfermedades crónicas en la población juvenil
6	En la Universidad, el acceso a alimentos ultra procesados es más fácil que a las opciones saludables
7	El consumo frecuente de comida chatarra influye negativamente en el rendimiento académico.
8	A pesar de conocer los riesgos, consumo comida chatarra por falta de tiempo, precio o falta de opciones saludables
9	Como estudiante universitario, creo que es posible equilibrar el derecho al consumo libre de alimentos con una responsabilidad saludable

Nota: Desarrollo del autor

Tabla No. 2:

Respuestas

RESPUESTAS	Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	Ni de acuerdo, Ni en desacuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo
la mayoría de las respuestas coincidió que no esta de acuerdo ni en	22.7%	18.60%	32.60%	16.30%	9.90%
la mayoría de las respuestas coincidió que no esta de acuerdo ni en	29.50%	28.30%	29.50%	5.20%	7.50%
respuestas coincidió que no esta de acuerdo ni en desacuerdo	9.80%	16.80%	42.80%	20.20%	10.40%
la mayoría de las respuestas coincidió que no esta de acuerdo ni en desacuerdo	12.20%	13.40%	40.70%	23.30%	10.50%
la mayoría de las respuestas responde que esta de acuerdo	9.20%	7.50%	25.30%	32.80%	25.30%
la mayoría de las respuestas coincidió que no esta de acuerdo ni en desacuerdo	9.20%	8.70%	33.50%	27.20%	21.40%
la mayoría de las respuestas coincidió que no esta de acuerdo ni en desacuerdo	9.8%	10.40%	38.20%	23.70%	17.90%
la mayoría de las respuestas responde que esta de acuerdo	12.70%	13.90%	30.60%	30.60%	12.10%
la mayoría de las respuestas responde estar de acuerdo	8.10%	5.80%	21.30%	43.40%	21.40%

Nota: Desarrollo del autor

Análisis de datos: los datos fueron analizados mediante técnicas de estadística descriptiva utilizando porcentajes. El estudio se desarrolló bajo principios éticos. La participación fue voluntaria y los datos fueron utilizados exclusivamente con fines académicos.

RESULTADOS Y DISCUSION

Los resultados de la encuesta aplicada a los estudiantes universitarios, para conocer sus hábitos alimenticios y percepciones sobre el consumo de comida chatarra y reconocimiento de las normativas mexicanas que regula la venta de alimentos ultraprocesados en instituciones educativas es el siguiente:

Hábitos alimenticios dentro de la universidad: las respuestas muestran una tendencia a la neutralidad, respecto al consumo de comida chatarra, como refrescos carbonatados, bocadillos grasos o salados dulces, panes y bollos, además de llevar una dieta saludable y equilibrada durante el cuatrimestre, entendiéndose que no tienen una evaluación crítica de hábitos alimenticios o creen que no le afecta a su bienestar personal.

Conocimiento de respecto a las regulaciones: Los estudiantes mostraron una posición poco crítica respecto al conocimiento de las normativas mexicanas sobre la venta de comida de chatarra en las universidades, además de que la mayoría de los estudiantes considera que las regulaciones con respecto al control de venta de comida ultraprocesada es importante la salud pública,

Respecto a factores que afectan al consumo: La mayoría de los estudiantes reconoció que la comida chatarra está condicionada al precio, a la falta de opciones saludables en la universidad.

Decisión del consumo responsable: La mayoría de los estudiantes manifestaron estar de acuerdo en tener derecho a decidir a consumir libre y responsable los alimentos que desean comer.

CONCLUSIÓN

Los resultados obtenidos muestran que los estudiantes no adoptan posturas claras respecto al consumo saludable de alimentos. La mayoría de las respuestas con tendencia neutra puede deberse a la falta de información o tener la idea de que sus hábitos no tienen consecuencias relevantes a su salud. Además, los factores como el precio, la falta de tiempo y la escasa oferta de alimentos saludables en la universidad representan obstáculos. Se encuentran abiertos en el sentido de admitir y adentrarse en conocer los riesgos que tiene consumir alimentos chatarra y reconocer las ventajas de alimentarse saludablemente.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Castillo, L., & Ramírez, M. (2021). *Consumo alimentario y responsabilidad social en jóvenes universitarios*. Revista de Nutrición y Salud Pública, 18(2), 45-52.
- DOF (Diario Oficial de la Federación). (2020). *Ley General de Salud*.
- ENSANUT. (2022). *Encuesta Nacional de Salud y Nutrición*. INSP.
- González, F., & Ramírez, S. (2019). *Hábitos alimenticios en universitarios mexicanos: un análisis descriptivo*. Revista Mexicana de Ciencias de la Salud

Torres, J., Mendoza, L., & Salas, P. (2018). *Percepción del riesgo alimentario en estudiantes universitarios*.
Nutrición y Ciencia, 9(4), 66-72.

[https://www.inegi.org.mx/app/saladeprensa/noticia/6036#:~:text=La%20prevalencia%20de%20obesidad%20en,brecha%20\(un%20punto%20porcentual\).](https://www.inegi.org.mx/app/saladeprensa/noticia/6036#:~:text=La%20prevalencia%20de%20obesidad%20en,brecha%20(un%20punto%20porcentual).)

gob.mx/issste/articulos/la-obesidad-en-mexico 2024