



**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**

**ESCUELA PROFESIONAL DE NUTRICIÓN Y DIETÉTICA**

**COMPRENSIÓN DEL ETIQUETADO NUTRICIONAL POR  
ADOLESCENTES DEL QUINTO DE SECUNDARIA DE UN  
COLEGIO PRIVADO. MIRAFLORES-LIMA, 2012.**

**TESIS**

Para obtener el Título Profesional de  
**LICENCIADA EN NUTRICIÓN Y DIETÉTICA**

**PRESENTADA POR**

**BACH.CRISTINE DE LOS ANGELES ZEGARRA MESIAS**

**LIMA - PERÚ**

**2014**

## ÍNDICE DE CONTENIDOS

1. Lugar de ejecución.....	ii
2. Nombre del asesor.....	ii
3. Jurado Informante.....	ii
4. Jurado de sustentación.....	ii
5. Dedicatorias.....	iii
6. Índice.....	v
7. Resumen.....	ix
8. Summary.....	x
9. Introducción.....	1
10. Metodología.....	13
11. Resultados.....	19
12. Discusión.....	41
13. Conclusión.....	46
14. Recomendaciones.....	47
15. Bibliografía.....	48
16. Anexos.....	53

## ÍNDICE DE TABLAS Y FIGURAS

Tabla N° 1.- Distribución por edades de adolescentes del quinto de secundaria de un colegio privado. Miraflores – Lima, 2012 .....	19
Tabla N° 2.- Distribución por género de adolescentes del quinto de secundaria de un colegio privado. Miraflores – Lima, 2012 .....	20
Tabla N° 3.- Comprensión de la tabla nutricional según dimensiones, por adolescentes del quinto de secundaria de un colegio privado. Miraflores – Lima, 2012 .....	29
Tabla N° 4.- Respuestas de la comprensión de alegaciones de propiedades nutricionales, por adolescentes del quinto de secundaria de un colegio privado. Miraflores – Lima, 2012 .....	32
Tabla N° 5.- Comprensión de la alegación “Los minerales son esenciales para el cuerpo”, por adolescentes del quinto de secundaria de un colegio privado. Miraflores – Lima, 2012 .....	34
Tabla N° 6.- Comprensión de la alegación “La fibra ayuda a mantener el tránsito intestinal”, por adolescentes del quinto de secundaria de un colegio privado. Miraflores – Lima, 2012 .....	35
Tabla N° 7.- Comprensión de la alegación “Las proteínas son esenciales para un adecuado crecimiento y desarrollo”, por adolescentes del quinto de secundaria de un colegio privado. Miraflores – Lima, 2012 .....	36

Tabla N° 8.- Comprensión de la alegación “Disminuir el consumo de grasas saturadas ayuda a disminuir el colesterol y mantener un corazón sano”, por adolescentes del quinto de secundaria de un colegio privado. Miraflores – Lima, 2012 .....	37
Tabla N° 9.- Comprensión de la alegación “Los lácteos reducen el riesgo de osteoporosis”, por adolescentes del quinto de secundaria de un colegio privado. Miraflores – Lima, 2012 .....	38
Tabla N° 10.- Comprensión de la alegación “El consumo de ácidos grasos omegas como parte de una dieta balanceada puede reducir el riesgo de enfermedades cardiovasculares”, por adolescentes del quinto de secundaria de un colegio privado. Miraflores – Lima, 2012 .....	39
Figura N° 1.- Respuestas sobre la definición del etiquetado nutricional, por adolescentes del quinto de secundaria de un colegio privado. Miraflores – Lima, 2012 .....	21
Figura N° 2.- Respuestas sobre la función del etiquetado nutricional, por adolescentes del quinto de secundaria de un colegio privado. Miraflores – Lima, 2012 .....	22
Figura N° 3.- Uso del etiquetado nutricional, por adolescentes del quinto de secundaria de un colegio privado. Miraflores – Lima, 2012 .....	23
Figura N° 4.- Motivo de lectura del etiquetado nutricional, por adolescentes del quinto de secundaria de un colegio privado. Miraflores – Lima, 2012 .....	24

Figura N° 5.- Respuestas sobre si considera comprender el etiquetado nutricional, por adolescentes del quinto de secundaria de un colegio privado. Miraflores – Lima, 2012 .....26

Figura N° 6.- Comprensión general adecuada del etiquetado nutricional según puntaje total, por adolescentes del quinto de secundaria de un colegio privado. Miraflores – Lima, 2012 .....27

Figura N° 7.- Comprensión real del etiquetado nutricional por adolescentes del quinto de secundaria de un colegio privado, según indicaron considerar comprender el etiquetado nutricional en Miraflores – Lima, 2012 .....28

Figura N° 8.- Comprensión adecuada de las declaraciones nutricionales y de salud, por adolescentes del quinto de secundaria de un colegio privado. Miraflores – Lima, 2012 .....31