

Victor Quinde Rosales | Ahmed El Salous | Darlyn Tenelanda Mora
Luis Mejia Cervantes | Rina Bucaram Leverone

ALIMENTACIÓN Y SOCIEDAD

UN ESTUDIO SOBRE EL CONSUMO
DE ALIMENTOS EN GUAYAQUIL



Universidad
Agraria
del Ecuador

Atena
Editora
Año 2025

Victor Quinde Rosales | Ahmed El Salous | Darlyn Tenelanda Mora
Luis Mejia Cervantes | Rina Bucaram Leverone

ALIMENTACIÓN Y SOCIEDAD

UN ESTUDIO SOBRE EL CONSUMO
DE ALIMENTOS EN GUAYAQUIL



Universidad
Agraria
del Ecuador

Atena
Editora
Año 2025

2025 by Atena Editora

Copyright © 2025 Atena Editora

Copyright do texto © 2025, o autor

Copyright da edição © 2025, Atena Editora

Os direitos desta edição foram cedidos à Atena Editora pelo autor.

Open access publication by Atena Editora

Editora chefe

Prof^a Dr^a Antonella Carvalho de Oliveira

Editora executiva

Natalia Oliveira Scheffer

Imagens da capa

iStock

Edição de arte

Yago Raphael Massuqueto Rocha



Todo o conteúdo deste livro está licenciado sob a Licença Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional (CC BY 4.0).

A Atena Editora mantém um compromisso firme com a integridade editorial em todas as etapas do processo de publicação, assegurando que os padrões éticos e acadêmicos sejam rigorosamente cumpridos. Adota políticas para prevenir e combater práticas como plágio, manipulação ou falsificação de dados e resultados, bem como quaisquer interferências indevidas de interesses financeiros ou institucionais.

Qualquer suspeita de má conduta científica é tratada com máxima seriedade e será investigada de acordo com os mais elevados padrões de rigor acadêmico, transparência e ética.

O conteúdo da obra e seus dados, em sua forma, correção e confiabilidade, são de responsabilidade exclusiva do autor, não representando necessariamente a posição oficial da Atena Editora. O download, compartilhamento, adaptação e reutilização desta obra são permitidos para quaisquer fins, desde que seja atribuída a devida autoria e referência à editora, conforme os termos da Licença Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional (CC BY 4.0).

Os trabalhos nacionais foram submetidos à avaliação cega por pares, realizada pelos membros do Conselho Editorial da editora, enquanto os internacionais passaram por avaliação de pareceristas externos. Todos foram aprovados para publicação com base em critérios de neutralidade e imparcialidade acadêmica.

ALIMENTACIÓN Y SOCIEDAD: UN ESTUDIO SOBRE EL CONSUMO DE ALIMENTOS EN GUAYAQUIL

| Autores:

Victor Quinde Rosales
Ahmed El Salous
Darlyn Tenelanda Mora
Luis Mejia Cervantes
Rina Bucaram Leverone

| Revisão:

Os autores

| Diagramação:

Thamires Camili Gayde

Datos de catalogación en publicación internacional (CIP)

A411 Alimentación y sociedad: un estudio sobre el consumo de alimentos en guayaquil / Victor Quinde Rosales, Ahmed El Salous, Darlyn Tenelanda Mora, et al. – Ponta Grossa - PR: Atena, 2025.

Otros autores
Luis Mejia Cervantes
Rina Bucaram Leverone

Formato: PDF
Requisitos del sistema: Adobe Acrobat Reader
Modo de acceso: World Wide Web
Incluye bibliografía
ISBN 978-65-258-3634-8
DOI: <https://doi.org/10.22533/at.ed.348250509>

1. Alimentos. I. Quinde Rosales, Victor. II. El Salous, Ahmed. III. Tenelanda Mora, Darlyn. IV. Título.

CDD 641.3

Preparado por Bibliotecario Janaina Ramos – CRB-8/9166

Atena Editora

+55 (42) 3323-5493

+55 (42) 99955-2866

www.atenaeditora.com.br

contato@atenaeditora.com.br

CONSELHO EDITORIAL

CONSELHO EDITORIAL

Prof. Dr. Alexandre Igor Azevedo Pereira – Instituto Federal Goiano
Profª Drª Amanda Vasconcelos Guimarães – Universidade Federal de Lavras
Prof. Dr. Antonio Pasqualetto – Pontifícia Universidade Católica de Goiás
Profª Drª Ariadna Faria Vieira – Universidade Estadual do Piauí
Prof. Dr. Arinaldo Pereira da Silva – Universidade Federal do Sul e Sudeste do Pará
Prof. Dr. Benedito Rodrigues da Silva Neto – Universidade Federal de Goiás
Prof. Dr. Cirênio de Almeida Barbosa – Universidade Federal de Ouro Preto
Prof. Dr. Cláudio José de Souza – Universidade Federal Fluminense
Profª Drª Daniela Reis Joaquim de Freitas – Universidade Federal do Piauí
Profª Drª. Dayane de Melo Barros – Universidade Federal de Pernambuco
Prof. Dr. Eloi Rufato Junior – Universidade Tecnológica Federal do Paraná
Profª Drª Érica de Melo Azevedo – Instituto Federal do Rio de Janeiro
Prof. Dr. Fabrício Menezes Ramos – Instituto Federal do Pará
Prof. Dr. Fabrício Moraes de Almeida – Universidade Federal de Rondônia
Profª Drª Glécilla Colombelli de Souza Nunes – Universidade Estadual de Maringá
Prof. Dr. Humberto Costa – Universidade Federal do Paraná
Prof. Dr. Joachin de Melo Azevedo Sobrinho Neto – Universidade de Pernambuco
Prof. Dr. João Paulo Roberti Junior – Universidade Federal de Santa Catarina
Profª Drª Juliana Abonizio – Universidade Federal de Mato Grosso
Prof. Dr. Julio Candido de Meirelles Junior – Universidade Federal Fluminense
Profª Drª Keyla Christina Almeida Portela – Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Paraná
Profª Drª Miranilde Oliveira Neves – Instituto de Educação, Ciência e Tecnologia do Pará
Prof. Dr. Sérgio Nunes de Jesus – Instituto Federal de Educação Ciência e Tecnologia
Profª Drª Talita de Santos Matos – Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro
Prof. Dr. Tiago da Silva Teófilo – Universidade Federal Rural do Semi-Árido
Prof. Dr. Valdemar Antonio Paffaro Junior – Universidade Federal de Alfenas

PRÓLOGO

PRÓLOGO

La alimentación es mucho más que una necesidad biológica: constituye un reflejo de la cultura, las estructuras sociales, la economía y el entorno en que vivimos. En un mundo marcado por la transformación acelerada de los hábitos alimenticios, el estudio de estos patrones se vuelve imprescindible para entender los desafíos que enfrentan las sociedades contemporáneas. Este libro nace del interés por analizar, con rigurosidad académica, la realidad alimentaria del cantón Guayaquil, una ciudad caracterizada por su diversidad cultural y complejidad socioeconómica.

Los capítulos que conforman esta obra representan un esfuerzo por conectar la investigación científica con las problemáticas reales que enfrenta la población urbana. A partir del análisis del consumo de alimentos no procesados y procesados, diferenciados por género y ubicación geográfica, se ofrece una radiografía profunda sobre los determinantes del comportamiento alimenticio y su impacto en la salud pública. La información aquí presentada no solo será útil para investigadores, estudiantes y académicos, sino también para autoridades, planificadores urbanos y profesionales de la nutrición comprometidos con el desarrollo de políticas alimentarias más justas y sostenibles.

Invitamos al lector a reflexionar, a cuestionar y, sobre todo, a actuar. Porque comprender lo que comemos es también comprender quiénes somos y qué sociedad queremos construir.

PRESENTACIÓN

PRESENTACIÓN

Este libro titulado “Alimentación y Sociedad: Un estudio sobre el consumo de alimentos en Guayaquil” es el resultado de una investigación exhaustiva que analiza los patrones alimentarios en esta importante ciudad del Ecuador. Organizado en cuatro capítulos, el texto examina el consumo de alimentos desde una perspectiva cuantitativa, basándose en encuestas estructuradas aplicadas a una muestra representativa de la población guayaquileña.

El primer capítulo caracteriza los alimentos más consumidos, identificando diferencias clave entre productos procesados y no procesados. El segundo capítulo aborda las variaciones en el consumo según el género, revelando tendencias diferenciales entre hombres y mujeres. El tercer capítulo profundiza en cómo la ubicación geográfica condiciona los hábitos alimenticios, mientras que el cuarto y último capítulo presenta las conclusiones y recomendaciones derivadas de los hallazgos.

Con un enfoque técnico pero accesible, este libro ofrece insumos relevantes para la toma de decisiones en políticas públicas, educación nutricional y planificación urbana. Más allá de los datos, esta obra busca ser una herramienta de transformación que contribuya al bienestar de las familias guayaquileñas y al fortalecimiento de un sistema alimentario más equitativo y saludable.

SUMÁRIO

SUMÁRIO

INTRODUCCIÓN	1
---------------------------	----------

CAPÍTULO 1	4
-------------------------	----------

CARACTERIZACIÓN DE LOS PRODUCTOS MÁS CONSUMIDOS

Victor Quinde Rosales

Ahmed El Salous

Darlyn Tenelanda Mora

Luis Mejia Cervantes

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.3482505091>

CAPÍTULO 2.....	14
------------------------	-----------

TIPO DE CONSUMO POR GÉNERO

Victor Quinde Rosales

Ahmed El Salous

Darlyn Tenelanda Mora

Luis Mejia Cervantes

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.3482505092>

CAPÍTULO 3.....	21
------------------------	-----------


TIPO DE CONSUMO POR UBICACIÓN GEOGRÁFICA

Victor Quinde Rosales

Ahmed El Salous

Darlyn Tenelanda Mora

Luis Mejia Cervantes

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.3482505093>

CAPÍTULO 4	42
-------------------------	-----------


CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

Victor Quinde Rosales

Ahmed El Salous

Darlyn Tenelanda Mora

Luis Mejia Cervantes

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.3482505094>

REFLEXIÓN FINAL	45
------------------------------	-----------



INTRODUCCIÓN

El estudio del consumo alimenticio es un tema de relevancia creciente debido a su impacto en la salud pública, la sostenibilidad y el bienestar social. La alimentación no solo es un reflejo de las necesidades biológicas, sino también de factores socioeconómicos, culturales y geográficos que influyen en la dieta de la población. En este contexto, analizar los patrones de consumo de alimentos en Guayaquil permite comprender mejor las tendencias alimenticias y su relación con aspectos como el género, la ubicación geográfica y la accesibilidad a ciertos productos.

Este documento se estructura en tres capítulos, cada uno abordando una dimensión clave del consumo alimenticio. El primer capítulo se centra en la **caracterización de los alimentos más consumidos**, distinguiendo entre productos procesados y no procesados y analizando su frecuencia de consumo. Se identifican tendencias en la dieta local, destacando el rol de factores como la educación alimentaria, el acceso económico y las preferencias individuales en la selección de alimentos.

El segundo capítulo examina las **diferencias de consumo según el género**, revelando patrones diferenciados entre hombres y mujeres en la elección de alimentos procesados y no procesados. Estudios previos han demostrado que las mujeres tienden a consumir más frutas y verduras, mientras que los hombres muestran una preferencia por productos agroalimentarios y comidas rápidas, tendencia que también se confirma en el contexto guayaquileño.

Finalmente, el tercer capítulo analiza el **consumo alimenticio en función de la ubicación geográfica**, evidenciando disparidades en los hábitos de consumo según la zona de residencia. Se observa que los sectores urbanos con mayor acceso a supermercados presentan un consumo más elevado de alimentos procesados, mientras que, en áreas con menor disponibilidad de productos frescos, los hábitos alimentarios pueden estar condicionados por factores socioeconómicos.

A través de estos capítulos, el estudio busca ofrecer una visión integral de los hábitos alimenticios en Guayaquil, proporcionando información clave para el diseño de políticas públicas enfocadas en mejorar la seguridad alimentaria y fomentar

prácticas de consumo más saludables. A continuación, se presenta una clasificación de los alimentos considerados en el análisis, diferenciando entre los productos procesados y no procesados incluidos en la investigación.

TABLA DE ALIMENTOS NO PROCESADOS

Tabla 1. Grupo de alimentos que se incluye en la categoría de alimentos no procesados.

Sección de alimentos	Descripción
Cereales y granos	Incluye alimentos como el trigo, arroz, maíz, avena, cebada, centeno, entre otros.
Verduras y hortalizas	Comprende una amplia variedad de vegetales, como espinacas, zanahorias, brócoli, tomates, pimientos, entre otros.
Frutas	Incluye todas las frutas frescas, como manzanas, plátanos, naranjas, fresas, uvas, etc.
Lácteos	Engloba productos lácteos como leche, yogur, queso y sus derivados.
Proteínas	Incluye alimentos ricos en proteínas como carne (pollo, res, cerdo, pescado), huevos, legumbres (frijoles, lentejas, garbanzos), nueces y semillas.
Aceites y grasas	Comprende aceites vegetales, mantequilla, margarina y otros productos ricos en grasas.
Azúcares y dulces	Engloba azúcar refinado, miel, jarabes y otros productos dulces.
Bebidas	Incluye agua, jugos, té, café y otras bebidas no alcohólicas.



TABLA DE ALIMENTOS PROCESADOS


Tabla 1. Grupo de alimentos que se incluye en la categoría de alimentos procesados.

Sección de alimentos agroindustriales	Descripción
Alimentos procesados para el desayuno	Ejemplo: cereales azucarados, barras de granola.
Galletas y snacks salados	Ejemplo: galletas dulces, papas fritas, pretzel, palomitas de maíz procesadas.
Refrescos y bebidas azucaradas	Ejemplo: soda, jugos procesados, bebidas energéticas, bebidas deportivas, té helado endulzado.
Comidas rápidas	Ejemplo: hamburguesas, pizzas, tacos.
Alimentos enlatados	Ejemplo: sopa enlatada, verduras enlatadas, frutas enlatadas.
Carnes procesadas	Ejemplo: salchichas, jamón, tocino, embutidos (como chorizo y mortadela).
Alimentos precocidos congelados	Ejemplo: Nuggets de pollo, papas fritas congeladas, pizza congelada, comidas congeladas listas para calentar.
Productos de panadería procesados	Ejemplo: pan blanco, pasteles envasados.
Grasas y Aceites	Ejemplo: aceites vegetales refinados (como aceite de maíz, aceite de soja), margarina, manteca vegetal, aceites para freír.
Conservas	Ejemplo: frutas en conserva, verduras en conserva, salsas en conserva (como salsa de tomate en frascos), mermeladas y jaleas.
Lácteos Procesados	Ejemplo: leche con sabores añadidos, yogur con azúcar agregado y sabores artificiales, quesos procesados (por ejemplo, queso en lonchas), helados con sabores y aditivos agregados, bebidas de leche saborizadas.



C A P Í T U L O 1

CARACTERIZACIÓN DE LOS PRODUCTOS MÁS CONSUMIDOS

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.000000000000>

Víctor Quinde Rosales

Ahmed El Salous

Darlyn Tenelanda Mora

Luis Mejía Cervantes

La alimentación constituye un pilar fundamental para la salud y el bienestar de las poblaciones, siendo los patrones alimenticios un reflejo de factores culturales, socioeconómicos y urbanos que modelan la dieta diaria. En las últimas décadas, los sistemas alimentarios han adquirido una relevancia creciente en la investigación interdisciplinaria, vinculando la producción, distribución y consumo de alimentos con la sostenibilidad, la salud pública y el diseño urbano (Parham, 2020). En este contexto, el análisis de los hábitos alimenticios en Guayaquil, una ciudad caracterizada por sus dinámicas urbanas complejas y su diversidad cultural ofrece una oportunidad única para comprender los retos y oportunidades que enfrentan los sistemas alimentarios modernos.

Estudios recientes han revelado patrones específicos de consumo en Guayaquil, destacando diferencias en las preferencias hacia alimentos frescos y procesados según el entorno de compra, como mercados y supermercados (Vargas & Morán, 2024). Productos como la leche entera, el yogurt y el queso cremoso figuran entre los lácteos más consumidos, influenciados por factores como precio, facilidad de almacenamiento y presentación. Este análisis resalta la importancia de los productos lácteos en la dieta local, especialmente aquellos provenientes de mercados tradicionales, que suelen ser menos procesados y más accesibles para sectores vulnerables.

Por otro lado, el estudio de los alimentos tradicionales (AT) en Ecuador evidencia su potencial para promover la equidad social y la sostenibilidad alimentaria. En los Andes ecuatorianos, los AT se han consolidado como una opción nutritiva y culturalmente significativa, destacando su capacidad para abordar problemas de

salud pública mediante estrategias alimentarias basadas en datos empíricos (April-Lalonde et al., 2023). Este enfoque se vuelve particularmente relevante en ciudades como Guayaquil, donde la gentrificación y las políticas neoliberales han modificado los patrones de acceso y consumo de alimentos frescos y procesados.

En comunidades de bajos ingresos, tanto en Ecuador como en otros contextos internacionales, los hábitos alimenticios poco saludables son una preocupación recurrente. Investigaciones realizadas en Malasia, por ejemplo, han identificado un consumo insuficiente de frutas y verduras, así como una alta ingesta de comidas rápidas y bebidas azucaradas, tendencias que también se observan en sectores específicos de Guayaquil (Azizan et al., 2018). Estos hallazgos subrayan la necesidad de estrategias de intervención que consideren factores sociodemográficos como edad, género y nivel educativo, promoviendo estilos de vida más saludables y sostenibles.

La metodología utilizada para este capítulo se basa en un enfoque cuantitativo, empleando encuestas estructuradas diseñadas para captar información detallada sobre la frecuencia de consumo de diversos grupos alimenticios. Esta encuesta, adaptada a las particularidades de la población guayaquileña, han permitido identificar patrones de consumo que van desde alimentos básicos como los cereales y las proteínas, hasta productos procesados y ultra procesados. Los resultados obtenidos, presentados mediante tablas, ofrecen una interpretación clara de las tendencias alimentarias, facilitando el análisis crítico y la formulación de recomendaciones.

En definitiva, este capítulo busca no solo describir los alimentos más consumidos en Guayaquil, sino también establecer conexiones entre estos hábitos y los nutrientes presentes en los grupos alimenticios analizados. Este enfoque permitirá comprender de manera integral los desafíos relacionados con la dieta local, promoviendo iniciativas para mejorar la salud pública, la sostenibilidad alimentaria y el bienestar de la población.

DESARROLLO DEL CONTENIDO

Frecuencia de consumo de alimentos no procesados

La mayoría de los alimentos no procesados que se pueden observar en la tabla 1, como cereales y granos, verduras, frutas, proteínas y bebidas, presentan un porcentaje alto de consumo diario. Esto refleja una tendencia favorable hacia hábitos alimenticios saludables. Sin embargo, ciertos grupos, como lácteos, aceites y grasas, y azúcares y dulces, muestran diferencias significativas, ya que su consumo se centra principalmente en la categoría de 1 a 3 veces por semana. Esto sugiere que, aunque se consumen, no son parte de la dieta diaria de la mayoría de los encuestados.

De hecho, existen diferencias notables como por ejemplo en la proteína, que es el grupo con mayor frecuencia de consumo diario (73%), lo que evidencia que las carnes, huevos y legumbres son fundamentales en la dieta. El grupo de lácteos en cambio reporta 33.2% de consumo diario, mientras que el 59.3% lo consume 1 a 3 veces por semana. Esto puede deberse a preferencias individuales, acceso limitado o sustitución por otros alimentos ricos en calcio. Azúcares y dulces en cambio tiene el menor porcentaje de consumo diario (19.1%) y un porcentaje considerable de personas que nunca los consumen (24.1%), posiblemente reflejando un aumento en la concienciación sobre los riesgos de su consumo excesivo. Por último, aceites y grasas, solo el 26.6% los consume diariamente, con un 60.6% en la categoría de 1 a 3 veces por semana, lo que puede indicar un uso más moderado debido a su naturaleza calórica.

Tabla 1. Frecuencia de consumo de alimentos no procesados

Grupo de Alimentos No Procesados	Diario (%)	1 a 3 veces por semana (%)	Nunca (%)
Cereales y granos	58.5	32.8	8.7
Verduras y hortalizas	51.0	42.3	6.6
Frutas	49.4	47.7	2.9
Lácteos	33.2	59.3	7.5
Proteínas	73.0	23.2	3.7
Aceites y grasas	26.6	60.6	12.9
Azúcares y dulces	19.1	56.8	24.1
Bebidas	55.6	33.2	11.2

ANÁLISIS DE LOS NUTRIENTES

Cereales y Granos: Importancia del Consumo de Granos Integrales

El consumo de cereales y granos es esencial para una dieta balanceada, especialmente si se priorizan los granos integrales sobre los refinados. Según Skeie & Fadnes (2024), los granos integrales, como el trigo integral y la avena, ofrecen beneficios significativos para la salud, incluyendo una reducción del riesgo de enfermedades cardiovasculares, diabetes tipo 2 y cáncer colorrectal. Estos alimentos son ricos en fibra, vitaminas del complejo B y minerales como el hierro y el magnesio. Estudios recientes sugieren que consumir entre 90 y 210 gramos de granos integrales por día podría minimizar los riesgos de morbilidad y mortalidad prematura. Por el contrario, los granos refinados carecen de estas propiedades debido a la eliminación del salvado y el germen durante su procesamiento, lo que subraya la necesidad de sustituirlos por opciones integrales en la dieta diaria.

Proteínas: Calidad y Función Nutricional

Las proteínas son macronutrientes fundamentales que proporcionan aminoácidos esenciales para el cuerpo humano. De acuerdo con Calvez et al. (2024) amino acids (AA, las proteínas de alta calidad, como las presentes en carnes magras, legumbres y huevos, son esenciales para el mantenimiento de las funciones corporales, el crecimiento muscular y la síntesis de enzimas. La calidad de las proteínas se mide mediante el contenido de aminoácidos esenciales, como la lisina y la metionina. Además, la ingesta adecuada de proteínas puede mejorar la calidad metabólica y reducir el riesgo de enfermedades crónicas, especialmente cuando se combinan con fuentes bajas en grasas saturadas.

Frutas: Bioactivos en la Prevención de Enfermedades

Las frutas son ricas en compuestos bioactivos, incluyendo flavonoides, antocianinas y carotenoides, que juegan un papel crucial en la prevención de enfermedades crónicas. Martínez et al. (2022) destacan que frutas como los cítricos, las bayas y las frutas tropicales tienen propiedades antioxidantes y antiinflamatorias, lo que las convierte en herramientas eficaces para mitigar los efectos de la obesidad y otros trastornos metabólicos. Estas propiedades también regulan biomarcadores como las adipocinas y las citocinas inflamatorias, contribuyendo a la mejora de la salud metabólica y la prevención de enfermedades cardiovasculares.

Verduras: Nutrientes y Defensa Antioxidante

El consumo de verduras es vital para una dieta equilibrada debido a su alta densidad nutricional. Según Chaudhari et al. (2024) las verduras proporcionan vitaminas esenciales como la vitamina C, minerales como el potasio, y compuestos bioactivos que actúan como antioxidantes, mejorando la sensibilidad a la insulina y promoviendo la salud intestinal. Además, su bajo índice glucémico ayuda a regular los niveles de azúcar en sangre, mientras que los polifenoles y antioxidantes presentes en ellas disminuyen el riesgo de enfermedades metabólicas.

Lácteos: Beneficios y Preocupaciones

Los lácteos son una fuente rica de calcio, proteínas y vitaminas B12 y D, esenciales para el desarrollo óseo y la prevención de enfermedades como la osteoporosis. Según Gil & Ortega (2019), el consumo moderado de productos lácteos, especialmente bajos en grasa, se asocia con un menor riesgo de enfermedades metabólicas como la diabetes tipo 2. Sin embargo, se recomienda prestar atención a las variedades procesadas con azúcares añadidos y grasas saturadas, ya que podrían contrarrestar algunos de sus beneficios.

Aceites y Grasas: Elecciones Saludables para el Corazón

Los aceites vegetales, como el de oliva y girasol, son fuentes de ácidos grasos insaturados, esenciales para la salud cardiovascular. Rabail et al. (2024) indican que las mezclas de aceites pueden reducir marcadores de riesgo cardiovascular, como los niveles de colesterol y triglicéridos. Por otro lado, las grasas saturadas y trans, presentes en productos ultra procesados, están asociadas con un mayor riesgo de enfermedades metabólicas y obesidad, lo que subraya la importancia de elegir grasas saludables para una dieta equilibrada.

Azúcares y Dulces: Impacto en la Salud Metabólica

El consumo excesivo de azúcares añadidos y alimentos ricos en carbohidratos refinados está relacionado con el envejecimiento epigenético acelerado y el aumento del riesgo de enfermedades cardiovasculares. Copp et al. (2024) encontraron asociaciones negativas entre el consumo elevado de azúcares y la salud metabólica, destacando la necesidad de reducir su ingesta y reemplazarlos con opciones más saludables, como frutas frescas.

A diferencia de los alimentos no procesados que se observan en la tabla 2, la mayoría de los productos agroalimentarios, como galletas, snacks salados, refrescos, y alimentos precocidos, tienen un consumo predominante en la categoría de 1 a 3 veces por semana. Algunos grupos, como los alimentos enlatados y los alimentos precocidos congelados, muestran porcentajes significativos en la categoría de "Nunca", lo que puede indicar que son menos atractivos o accesibles para los encuestados.

Existen diferencias notables en este grupo, por ejemplo, los refrescos y bebidas azucaradas, aunque el 21.6% las consume diariamente, un 57.7% las consume 1 a 3 veces por semana, lo que indica que, aunque frecuentes, su consumo no es diario para la mayoría. Por su lado las comidas rápidas solo el 9.1% las consume diariamente, mientras que el 30.7% reporta nunca consumirlas. Esto puede deberse a una preferencia por alimentos preparados en casa o a restricciones económicas. El grupo de alimentos enlatados y precocidos congelados tienen los porcentajes más altos en la categoría de "Nunca" (53.9% y 47.7%, respectivamente), lo que podría deberse a preocupaciones sobre su valor nutricional o contenido de conservantes. Por ultimo los productos de panadería procesados y grasas/aceites presentan porcentajes elevados de consumo diario (26.6% y 24.1%, respectivamente), lo que refleja su popularidad y utilidad en la dieta cotidiana.

Tabla 2. Frecuencia de consumo de alimentos agroalimentarios.

Grupo de Productos	Diario (%)	1 a 3 veces por semana (%)	Nunca (%)
Alimentos procesados para el desayuno	13.7	42.7	43.6
Galletas y snacks salados	15.8	57.7	25.7
Refrescos y bebidas azucaradas	21.6	57.7	20.7
Comidas rápidas	9.1	60.2	30.7
Alimentos enlatados	5.0	41.1	53.9
Carnes procesadas	19.1	57.3	23.7
Alimentos precocidos congelados	12.4	39.8	47.7
Productos de panadería procesados	26.6	54.4	19.1
Grasas y Aceites	24.1	59.3	16.6
Conservas	13.7	57.7	28.6
Lácteos Procesados	21.2	61.0	17.8

ANÁLISIS DE LOS NUTRIENTES

Alimentos Procesados para el Desayuno

El 42.7% de los encuestados consume alimentos procesados para el desayuno entre 1 a 3 veces por semana. Estos productos, como cereales azucarados y barras de granola, suelen ser fortificados con vitaminas (B1, B2, B3, y ácido fólico) y minerales como hierro y calcio, según Trumbo et al. (2024)with key roles in providing a safe, available, affordable, and nutritious food supply. The USDA Food Guides beginning in 1916 and the US Dietary Guidelines for Americans (DGA. Sin embargo, también contienen altas cantidades de azúcares añadidos, lo que puede incrementar el riesgo de obesidad y diabetes tipo 2 (Monda et al., 2024)with significant impacts on quality of life and mortality rates. Recent research has highlighted the role of ultra-processed foods (UPFs). Aunque pueden aportar energía rápida, su índice glucémico elevado puede contribuir a picos y caídas en los niveles de azúcar en sangre, afectando la sensación de saciedad.

Galletas y Snacks Salados

El consumo de galletas y snacks salados de 1 a 3 veces por semana (57.7%) refleja una dependencia moderada en este grupo alimenticio. Estos productos suelen ser ricos en sodio, grasas trans y saturadas, y aditivos, pero carecen de nutrientes esenciales como vitaminas y minerales (De Nucci et al., 2022). El consumo elevado de sodio puede aumentar la presión arterial, mientras que las grasas trans están relacionadas con el incremento del colesterol LDL (“malo”) y la disminución del HDL (“bueno”), elevando el riesgo de enfermedades cardiovasculares (Bahadoran et al., 2015).

Refrescos y Bebidas Azucaradas

El 21.6% de los encuestados consume refrescos y bebidas azucaradas diariamente. Estas bebidas aportan calorías vacías, azúcares añadidos y, en algunos casos, cafeína, pero carecen de vitaminas, minerales y fibra (Te Morenga et al., 2021). Según Pacheco et al. (2022), el consumo frecuente de estas bebidas está vinculado con un aumento del colesterol total y triglicéridos, contribuyendo al desarrollo de obesidad abdominal y enfermedades cardiovasculares.

Comidas Rápidas

El 60.2% consume comidas rápidas de 1 a 3 veces por semana. Estos alimentos, como hamburguesas y pizzas, son ricos en grasas saturadas, colesterol y sodio, mientras que aportan pocas vitaminas y fibra (Bahadoran et al., 2015). El consumo excesivo está relacionado con resistencia a la insulina, dislipidemias y un aumento del riesgo de síndrome metabólico. Por ejemplo, una hamburguesa promedio puede contener entre 50 y 75 mg de colesterol, representando hasta el 25% del consumo diario recomendado.

Alimentos Enlatados

El 41.1% reporta consumir alimentos enlatados entre 1 a 3 veces por semana. Aunque los alimentos enlatados, como verduras y legumbres, pueden conservar vitaminas hidrosolubles como la vitamina C y ácido fólico, su contenido de sodio añadido para la conservación puede ser perjudicial en altas cantidades (Trumbo et al., 2024) with key roles in providing a safe, available, affordable, and nutritious food supply. The USDA Food Guides beginning in 1916 and the US Dietary Guidelines for Americans (DGA). Por otro lado, los enlatados a base de proteínas, como pescados, pueden ser buenas fuentes de ácidos grasos omega-3, que benefician la salud cardiovascular.

Carnes Procesadas

El consumo de carnes procesadas fue reportado entre 1 a 3 veces por semana por el 57.3% de los encuestados. Estos productos, como salchichas y embutidos, son ricos en proteínas y micronutrientes como hierro y zinc, pero también contienen altas concentraciones de grasas saturadas, colesterol (hasta 70 mg por porción) y sodio (Ekmekcioglu et al., 2018). El consumo elevado se asocia con un mayor riesgo de cáncer colorrectal y enfermedades cardiovasculares debido a compuestos carcinógenos generados durante el procesamiento, como las nitrosaminas.

Productos de Panadería Procesados

Un 54.4% consume productos de panadería procesados entre 1 a 3 veces por semana. Estos productos suelen ser ricos en carbohidratos refinados y azúcares añadidos, con bajo contenido de fibra y micronutrientes esenciales. Sin embargo, los productos funcionales fortificados pueden aportar fibra y antioxidantes, como se indica en Guiné & Florença (2024). El consumo excesivo de panadería procesada está relacionado con el aumento de la glucosa en sangre y el riesgo de diabetes tipo 2.

Grasas y Aceites Procesados

El 24.1% consume grasas y aceites procesados diariamente, como margarina o aceites refinados. Según Rabail et al. (2024), estos productos pueden contener grasas trans, que aumentan el riesgo de aterosclerosis al incrementar el colesterol LDL y reducir el HDL. Por otro lado, algunos aceites vegetales fortificados con ácidos grasos esenciales, como omega-3, pueden ofrecer beneficios cardiovasculares si se consumen moderadamente.

Conservas y Lácteos Procesados

Un 57.7% reportó consumir conservas de 1 a 3 veces por semana. Estos productos pueden retener ciertos nutrientes, como vitamina A y hierro, pero su alto contenido de sodio y azúcar añadido puede contrarrestar sus beneficios (Trumbo et al., 2024). En cuanto a los lácteos procesados, un 61% los consume entre 1 a 3 veces por semana. Según Giosuè et al. (2022), el yogur y los lácteos bajos en grasa pueden ser fuentes importantes de calcio y vitamina D, con beneficios para la salud ósea y metabólica, pero las versiones azucaradas deben limitarse.

REFERENCIAS

- April-Lalonde, G., Deaconu, A., Cole, D. C., & Batal, M. (2023). Traditional Food Consumption in Andean Ecuador and Associated Consumer Characteristics, Shopping and Eating Habits. *Ecology of Food and Nutrition*, 62(5-6), 308-333. <https://doi.org/10.1080/03670244.2023.2264197>
- Azizan, N. A., Thangiah, N., Su, T. T., & Majid, H. A. (2018). Does a low-income urban population practise healthy dietary habits? *International Health*, 10(2), 108-115. <https://doi.org/10.1093/inthealth/ihy001>
- Bahadoran, Z., Mirmiran, P., & Azizi, F. (2015). Fast Food Pattern and Cardiometabolic Disorders: A Review of Current Studies. *Health Promotion Perspectives*, 5(4), 231-240. <https://doi.org/10.15171/hpp.2015.028>

Calvez, J., Azzout-Marniche, D., & Tomé, D. (2024). Protein quality, nutrition and health. *Frontiers in Nutrition*, 11, 1406618. <https://doi.org/10.3389/fnut.2024.1406618>

Chaudhari, V. M., Singh, O. B., Gouthami, N. S., Thakur, N., Singh, R., Singh, S., Thapa, U., & Nagar, B. L. (2024). Unlocking the Nutritional Power of Vegetables: A Guide to Vibrant Health. *European Journal of Nutrition & Food Safety*, 16(8), 247-261. <https://doi.org/10.9734/ejnfs/2024/v16i81512>

Copp, K., Steffen, L., Yi, S.-Y. Y., Zhou, X., Jacobs, D. R., Shikany, J. M., Rana, J. S., Joyce, B., Zheng, Y., Kim, K., & Hou, L. (2024). Abstract P194: Consumption of Added Sugar and Added Sugar-Rich Foods and Beverages is Associated With Accelerated Epigenetic Aging in the Coronary Artery Risk Development in Young Adults (CARDIA) Study. *Circulation*, 149(Suppl_1). https://doi.org/10.1161/circ.149.suppl_1.P194

De Nucci, S., Zupo, R., Castellana, F., Sila, A., Triggiani, V., Lisco, G., De Pergola, G., & Sardone, R. (2022). Public Health Response to the SARS-CoV-2 Pandemic: Concern about Ultra-Processed Food Consumption. *Foods*, 11(7), 950. <https://doi.org/10.3390/foods11070950>

Ekmekcioglu, C., Wallner, P., Kundi, M., Weisz, U., Haas, W., & Hutter, H.-P. (2018). Red meat, diseases, and healthy alternatives: A critical review. *Critical Reviews in Food Science and Nutrition*, 58(2), 247-261. <https://doi.org/10.1080/10408398.2016.1158148>

Gil, Á., & Ortega, R. M. (2019). Introduction and Executive Summary of the Supplement, Role of Milk and Dairy Products in Health and Prevention of Noncommunicable Chronic Diseases: A Series of Systematic Reviews. *Advances in Nutrition*, 10, S67-S73. <https://doi.org/10.1093/advances/nmz020>

Giosuè, A., Calabrese, I., Vitale, M., Riccardi, G., & Vaccaro, O. (2022). Consumption of Dairy Foods and Cardiovascular Disease: A Systematic Review. *Nutrients*, 14(4), 831. <https://doi.org/10.3390/nu14040831>

Guiné, R. P. F., & Florença, S. G. (2024). Development and Characterisation of Functional Bakery Products. *Physchem*, 4(3), 234-257. <https://doi.org/10.3390/physchem4030017>

Martinez, R. M., Almeida, C. D. O. R. P. D., Lima, T. P. B., Figueiredo, M. S., & Teodoro, A. J. (2022). Obesity mechanisms and importance of bioactive compounds from fruits in its regulation – a narrative review. *Research, Society and Development*, 11(4), e11411427153. <https://doi.org/10.33448/rsd-v11i4.27153>

Monda, A., De Stefano, M. I., Villano, I., Allocca, S., Casillo, M., Messina, A., Monda, V., Moscatelli, F., Dipace, A., Limone, P., Di Maio, G., La Marra, M., Di Padova, M., Chieffi, S., Messina, G., Monda, M., & Polito, R. (2024). Ultra-Processed Food Intake and Increased Risk of Obesity: A Narrative Review. *Foods*, 13(16), 2627. <https://doi.org/10.3390/foods13162627>

Parham, S. (2020). Exploring food and urbanism. *Journal of Urbanism: International Research on Placemaking and Urban Sustainability*, 13(1), 1-12. <https://doi.org/10.1080/17549175.2020.1721152>

Rabail, R., Altemimi, A. B., Maerescu, C. M., Socol, C. T., Criste, F. L., Khalid, A. R., Mahwish, Hussain, S., Liu, Z.-W., & Aadil, R. M. (2024). Consumption of edible oil blended with flax, coconut, sunflower, and olive oil can significantly improve the negative health consequences of high-fat/high-cholesterol diet in Sprague Dawley rats. *Frontiers in Nutrition*, 11, 1469601. <https://doi.org/10.3389/fnut.2024.1469601>

Skeie, G., & Fadnes, L. T. (2024). Cereals and cereal products – a scoping review for Nordic Nutrition Recommendations 2023. *Food & Nutrition Research*, 68. <https://doi.org/10.29219/fnr.v68.10457>

Te Morenga, L., Mallard, S. R., & Ormerod, F. B. (2021). No Effect of Added Sugars in Soft Drink Compared With Sugars in Fruit on Cardiometabolic Risk Factors: Results From a 4-Week, Randomized Controlled Trial. *Frontiers in Nutrition*, 8, 636275. <https://doi.org/10.3389/fnut.2021.636275>

Trumbo, P. R., Bleiweiss-Sande, R., Campbell, J. K., Decker, E., Drewnowski, A., Erdman, J. W., Ferruzzi, M. G., Forde, C. G., Gibney, M. J., Hess, J. M., Klurfeld, D. M., Latulippe, M. E., O'Connor, L. E., Reimers, K. J., Rolls, B. J., Schulz, J., Weaver, C., & Yu, L. (2024). Toward a science-based classification of processed foods to support meaningful research and effective health policies. *Frontiers in Nutrition*, 11, 1389601. <https://doi.org/10.3389/fnut.2024.1389601>

Vargas, P., & Morán, C. (2024). Characterization of the consumption of dairy foods in users of markets and supermarkets in Guayaquil, Ecuador. *Revista de investigación Agropecuaria Science and Biotechnology*, 4(4), 30-40. <https://doi.org/10.25127/riagrop.20244.1025>



C A P Í T U L O 2

TIPO DE CONSUMO POR GÉNERO

Victor Quinde Rosales

Ahmed El Salous

Darlyn Tenelanda Mora

Luis Mejia Cervantes

INTRODUCCIÓN

El análisis de los patrones de consumo alimenticio según el género representa una oportunidad clave para comprender las dinámicas que rigen los hábitos dietéticos en la sociedad actual. Diferencias en la selección de alimentos, la frecuencia de consumo y las percepciones sobre la salud alimentaria no solo reflejan factores biológicos, sino también influencias socioculturales y económicas que varían entre hombres y mujeres (Bärebring et al., 2020; Leech et al., 2021) aged 20–65 years. Questions were posed regarding which foods or food components the participants avoided due to perceived unhealthiness and how healthy they believed the food items to be. The pre-specified food components included sugar, carbohydrate, gluten, lactose, dairy, fat, saturated fat, red meat, white flour, salt, alcohol and food additives (specifically glutamate, sweetening, preservative and coloring agents). Este capítulo se enfoca en identificar y describir los tipos de consumo por género, analizando tanto alimentos no procesados como agroalimentarios, y explorando las tendencias reflejadas en los datos recopilados.

Estudios previos han demostrado que las mujeres suelen preferir alimentos no procesados, como frutas y verduras, asociándolos con un estilo de vida más saludable. Los hombres, por su parte, tienden a inclinarse hacia productos agroalimentarios y de rápida preparación, como snacks salados y carnes procesadas, favoreciendo la conveniencia y la satisfacción gustativa (Bailey et al., 2022). Este capítulo busca contrastar estas tendencias mediante el análisis de datos estadísticos y estudios

recientes, permitiendo así una comprensión más profunda de cómo los patrones de consumo se diferencian entre géneros y qué implicaciones tienen para la salud y la nutrición.

La metodología usada para este capítulo, se utilizó un diseño descriptivo basado en datos de encuestas aplicadas a una muestra representativa del cantón Guayaquil. De estos, el 55.2% eran mujeres y el 44.8% eran hombres. Las encuestas incluyeron preguntas sobre la frecuencia de consumo de alimentos procesados y no procesados, segmentadas en categorías específicas como frutas, verduras, carnes procesadas, snacks y bebidas azucaradas, entre otras.

Los datos fueron analizados mediante tablas cruzadas que permitieron evaluar las frecuencias de consumo diario, semanal y nulo para cada género. Además, se calcularon los porcentajes correspondientes para identificar tendencias y patrones predominantes. Este enfoque cuantitativo permitió un análisis detallado del nivel de consumo según el género y las categorías alimenticias seleccionadas.

DESARROLLO DEL CONTENIDO

Análisis del Consumo de Alimentos No Procesados

Las elecciones alimenticias están profundamente influenciadas por factores biológicos, psicológicos y culturales, especialmente en función del género. Los alimentos no procesados, como frutas, verduras, cereales y proteínas magras, son esenciales para la prevención de enfermedades crónicas y la promoción de la salud metabólica (Wallace et al., 2020). Diversos estudios confirman que las mujeres tienen una mayor inclinación por consumir alimentos frescos y saludables, mientras que los hombres priorizan el sabor y la practicidad en sus elecciones alimentarias (Grzymisławska et al., 2020; Spinelli et al., 2020).

Los resultados reflejados en la tabla 1 muestra diferencias significativas en el consumo de alimentos no procesados entre hombres y mujeres. Según los datos analizados, las mujeres consumen frutas diariamente en un 56.3%, en contraste con el 43.7% de los hombres, y tienen una mayor tendencia a incorporar verduras en su dieta diaria (59.3% frente a 40.7% en hombres). Este patrón refleja una mayor adherencia de las mujeres a principios de alimentación saludable, lo que también es señalado por Gil et al. (2022) en su estudio sobre comportamientos alimenticios de jóvenes adultos. Además, el consumo diario de cereales y granos es más elevado entre las mujeres (61%) que en los hombres (39%), lo que respalda la idea de que las mujeres están más inclinadas a seleccionar alimentos sanos como parte de su dieta (Kyrø et al., 2018)

Los beneficios de los alimentos no procesados van más allá de satisfacer las necesidades nutricionales básicas. Por ejemplo, el consumo de frutas y verduras se asocia con una reducción de la inflamación y un menor riesgo de enfermedades cardiovasculares. (Wallace et al., 2020) recomiendan consumir al menos cinco porciones diarias de frutas y verduras, destacando su impacto positivo en la prevención de enfermedades crónicas. Sin embargo, el análisis de las tablas muestra que tanto hombres como mujeres tienen un consumo inferior a las recomendaciones globales, especialmente en la categoría de verduras, donde solo un porcentaje limitado de individuos alcanza el consumo diario sugerido.

Tabla 1. Consumo de Alimentos No Procesados por Genero

Grupo de Alimentos	Masculino - Diario (%)	Femenino - Diario (%)	Masculino - 1 a 3 veces por semana (%)	Femenino - 1 a 3 veces por semana (%)	Masculino - Nunca (%)	Femenino - Nunca (%)
Cereales y granos	39,00	61,00	54,40	45,60	47,60	52,40
Verduras y hortalizas	40,70	59,30	50,00	50,00	43,80	56,30
Frutas	43,70	56,30	47,00	53,00	28,60	71,40
Lácteos	37,50	62,50	46,20	53,80	66,70	33,30
Proteínas	44,30	55,70	44,60	55,40	55,60	44,40
Aceites y grasas	42,20	57,80	45,90	54,10	45,20	54,80
Azúcares y dulces	50,00	50,00	41,60	58,40	48,30	51,70
Bebidas	40,30	59,70	53,80	46,30	40,70	59,30

En términos de productos lácteos, las mujeres presentan un consumo diario superior (62.5%) en comparación con los hombres (37.5%). Sin embargo, los hombres muestran una mayor proporción de abstinencia en esta categoría (66.7% frente al 33.3% en mujeres). Esto podría deberse a diferencias en las preferencias alimentarias y en la percepción de los beneficios de los productos lácteos, como se describe en investigaciones previas sobre hábitos alimenticios según el género (Grzymisławska et al., 2020).

El consumo de proteínas también refleja diferencias importantes. Mientras que el consumo diario está equilibrado entre géneros (55.7% mujeres y 44.3% hombres), los datos sugieren que las mujeres tienden a elegir fuentes de proteínas más saludables, como pescado y legumbres, en comparación con los hombres, quienes prefieren carnes rojas o alimentos ricos en grasas. Estas diferencias pueden tener implicaciones significativas para las estrategias de salud pública que buscan promover patrones de consumo más saludables.

Los aceites y grasas muestran un consumo más equilibrado, con un 57.8% de mujeres consumiéndolos diariamente frente a un 42.2% de hombres. Este patrón podría estar relacionado con la preferencia femenina por aceites más saludables, como el aceite de oliva, que ha demostrado tener efectos positivos en los perfiles lipídicos y metabólicos (Khaw et al., 2018). Por otro lado, los hombres presentan un consumo mayor de azúcares y dulces, lo que coincide con estudios que destacan su inclinación hacia alimentos más energéticos y de rápido consumo (Conner & Booth, 1988).

En cuanto a las bebidas, las mujeres consumen con mayor frecuencia opciones saludables, como infusiones o jugos naturales, con un 59.7% de consumo diario frente al 40.3% de los hombres. Este comportamiento es coherente con las recomendaciones de salud pública para evitar bebidas azucaradas y priorizar alternativas más nutritivas (Venditti et al., 2020).

Finalmente, estos hallazgos resaltan la necesidad de diseñar estrategias de intervención específicas por género para mejorar los hábitos alimenticios. Las mujeres pueden beneficiarse de programas que refuercen su interés en alimentos saludables y las motiven a mantener estos hábitos, mientras que los hombres necesitan intervenciones que reduzcan su dependencia de alimentos ricos en grasas y azúcares. La implementación de políticas públicas que promuevan el acceso a frutas, verduras y cereales integrales es esencial para abordar estas diferencias y fomentar dietas más equilibradas en toda la población (Stadlmayr et al., 2023) considerable dietary shifts, including an increase in the consumption of fruit and vegetables (FV.

Análisis del Consumo de Alimentos Agroalimentarios

El análisis del consumo de alimentos procesados evidencia claras diferencias entre hombres y mujeres. Cabe señalar que en el presente estudio participaron más mujeres (55.2%) que hombres (44.8%), lo que refuerza la representación femenina en los datos y permite profundizar en las tendencias de consumo por género.

De acuerdo con los datos recopilados que se aprecian en la tabla 2, las mujeres tienen una mayor inclinación hacia el consumo de alimentos procesados en varias categorías clave. Por ejemplo, el consumo diario de alimentos procesados para el desayuno es mayor en mujeres (57.6%) que en hombres (42.4%). Una tendencia similar se observa en productos como lácteos procesados (56.9% frente al 43.1%) y alimentos enlatados (83.3% frente al 16.7%). Estas diferencias podrían estar asociadas con una mayor predisposición femenina hacia alimentos prácticos, fáciles de consumir y percibidos como más saludables, como se menciona en (Feraco et al., 2024)2024

Tabla 2. Consumo de Agroalimentos por Género

Grupo de Alimentos Procesados	Masculino-Diario (%)	Femenino-Diario (%)	Masculino- 1 a 3 veces por semana (%)	Femenino- 1 a 3 veces por semana (%)	Masculino-Nunca (%)	Femenino-Nunca (%)
Desayuno Procesado	42,4	57,6	50,5	49,5	40	60
Galletas y Snacks	55,3	44,7	43,9	56,1	40,3	59,7
Bebidas Azucaradas	28,8	71,2	49,6	50,4	48	52
Comidas Rápidas	45,5	54,5	49	51	36,5	63,5
Enlatados	16,7	83,3	53,5	46,5	40,8	59,2
Carnes Procesadas	41,3	58,7	47,1	52,9	42,1	57,9
Precocidos Congelados	46,7	53,3	59,4	40,6	32,2	67,8
Panadería Procesada	42,2	57,8	51,1	48,9	30,4	69,6
Grasas y Aceites	41,4	58,6	46,9	53,1	42,5	57,5
Conservas	45,5	54,5	51,1	48,9	31,9	68,1
Lácteos Procesados	43,1	56,9	46,3	53,7	41,9	58,1

Por otro lado, los hombres destacan por un mayor consumo diario en categorías como galletas y snacks salados (55.3% frente al 44.7%) y alimentos precocidos congelados (46.7% frente al 53.3% en mujeres). Esto podría relacionarse con una mayor orientación masculina hacia la satisfacción inmediata y la preferencia por alimentos de alta palatabilidad.

Los productos de panadería procesados muestran que las mujeres tienen mayor consumo diario (57.8%) en comparación con los hombres (42.2%). Además, un mayor porcentaje de mujeres (69.6%) indica no consumir estos productos, frente al 30.4% de los hombres. Esto podría reflejar una mayor conciencia femenina hacia la selección de alimentos con menor carga calórica o una mayor sensibilidad a los efectos de los carbohidratos procesados en la dieta.

Las bebidas azucaradas, aunque ambos géneros consumen estas bebidas con frecuencia, el consumo diario es notablemente mayor en mujeres (71.2%) que en hombres (28.8%). Esta diferencia puede estar asociada con una mayor tendencia femenina hacia bebidas dulces como jugos o refrescos, posiblemente influenciada por percepciones de sabor y marketing dirigido (Rauber et al., 2020)

En el grupo de carnes procesadas los hombres consumen con mayor regularidad en el rango diario (41.3%) en comparación con las mujeres (58.7%). Sin embargo, el porcentaje de mujeres que nunca consume estos productos es superior (57.9%) al de los hombres (42.1%). La sección de grasas y aceites procesados tanto hombres como mujeres presentan porcentajes similares en el consumo diario, con una ligera diferencia a favor de las mujeres (58.6% frente al 41.4% en hombres). Este consumo equilibrado puede estar influido por la presencia de aceites y margarinas en recetas comunes.

Las mujeres tienen un consumo diario significativamente mayor de alimentos enlatados (83.3%) en comparación con los hombres (16.7%). Esto podría deberse a la percepción de practicidad y durabilidad que ofrecen estos productos, aunque los hombres tienden a consumirlos más de forma ocasional (53.5%, frente al 46.5% en mujeres). Por otra parte, los hombres presentan una mayor inclinación hacia alimentos precocidos congelados (46.7%) y comidas rápidas (45.5%) en comparación con las mujeres. Esto refuerza el rol de los alimentos ultra procesados como opción práctica y rápida en dietas masculinas (De Nucci et al., 2022b).

REFERENCIAS

Bailey, R. L., Dog, T. L., Smith-Ryan, A. E., Das, S. K., Baker, F. C., Madak-Erdogan, Z., Hammond, B. R., Sesso, H. D., Eapen, A., Mitmesser, S. H., Wong, A., & Nguyen, H. (2022). Sex Differences Across the Life Course: A Focus on Unique Nutritional and Health Considerations among Women. *The Journal of Nutrition*, 152(7), 1597-1610. <https://doi.org/10.1093/jn/nxac059>

Bärebring, L., Palmqvist, M., Winkvist, A., & Augustin, H. (2020). Gender differences in perceived food healthiness and food avoidance in a Swedish population-based survey: A cross-sectional study. *Nutrition Journal*, 19(1), 140. <https://doi.org/10.1186/s12937-020-00659-0>

Conner, M. T., & Booth, D. A. (1988). Preferred sweetness of a lime drink and preference for sweet over non-sweet foods, related to sex and reported age and body weight. *Appetite*, 10(1), 25-35. [https://doi.org/10.1016/S0195-6663\(88\)80030-8](https://doi.org/10.1016/S0195-6663(88)80030-8)

Feraco, A., Armani, A., Amoah, I., Guseva, E., Camajani, E., Gorini, S., Stollo, R., Padua, E., Caprio, M., & Lombardo, M. (2024). Assessing gender differences in food preferences and physical activity: A population-based survey. *Frontiers in Nutrition*, 11, 1348456. <https://doi.org/10.3389/fnut.2024.1348456>

Grzymisławska, M., Puch, E. A., Zawada, A., & Grzymisławski, M. (2020). Do nutritional behaviors depend on biological sex and cultural gender? *Advances in Clinical and Experimental Medicine*, 29(1), 165-172. <https://doi.org/10.17219/acem/111817>

Khaw, K.-T., Sharp, S. J., Finikarides, L., Afzal, I., Lentjes, M., Luben, R., & Forouhi, N. G. (2018). Randomised trial of coconut oil, olive oil or butter on blood lipids and other cardiovascular risk factors in healthy men and women. *BMJ Open*, 8(3), e020167. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2017-020167>

Kyrø, C., Tjønneland, A., Overvad, K., Olsen, A., & Landberg, R. (2018). Higher Whole-Grain Intake Is Associated with Lower Risk of Type 2 Diabetes among Middle-Aged Men and Women: The Danish Diet, Cancer, and Health Cohort. *The Journal of Nutrition*, 148(9), 1434-1444. <https://doi.org/10.1093/jn/nxy112>

Leech, R. M., Boushey, C. J., & McNaughton, S. A. (2021). What do Australian adults eat for breakfast? A latent variable mixture modelling approach for understanding combinations of foods at eating occasions. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 18(1), 46. <https://doi.org/10.1186/s12966-021-01115-w>

Rauber, F., Steele, E. M., Louzada, M. L. D. C., Millett, C., Monteiro, C. A., & Levy, R. B. (2020). Ultra-processed food consumption and indicators of obesity in the United Kingdom population (2008-2016). *PLOS ONE*, 15(5), e0232676. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0232676>

Spinelli, S., Dinnella, C., Tesini, F., Bendini, A., Braghieri, A., Proserpio, C., Torri, L., Miele, N. A., Aprea, E., Mazzaglia, A., Gallina Toschi, T., & Monteleone, E. (2020). Gender Differences in Fat-Rich Meat Choice: Influence of Personality and Attitudes. *Nutrients*, 12(5), 1374. <https://doi.org/10.3390/nu12051374>

Stadlmayr, B., Trübswasser, U., McMullin, S., Karanja, A., Wurzinger, M., Hundscheid, L., Riefler, P., Lemke, S., Brouwer, I. D., & Sommer, I. (2023). Factors affecting fruit and vegetable consumption and purchase behavior of adults in sub-Saharan Africa: A rapid review. *Frontiers in Nutrition*, 10, 1113013. <https://doi.org/10.3389/fnut.2023.1113013>

Venditti, C., Musa-Veloso, K., Lee, H. Y., Poon, T., Mak, A., Darch, M., Juana, J., Fronda, D., Noori, D., Pateman, E., & Jack, M. (2020). Determinants of Sweetness Preference: A Scoping Review of Human Studies. *Nutrients*, 12(3), 718. <https://doi.org/10.3390/nu12030718>

Wallace, T. C., Bailey, R. L., Blumberg, J. B., Burton-Freeman, B., Chen, C. O., Crowe-White, K. M., Drewnowski, A., Hooshmand, S., Johnson, E., Lewis, R., Murray, R., Shapses, S. A., & Wang, D. D. (2020). Fruits, vegetables, and health: A comprehensive narrative, umbrella review of the science and recommendations for enhanced public policy to improve intake. *Critical Reviews in Food Science and Nutrition*, 60(13), 2174-2211. <https://doi.org/10.1080/10408398.2019.1632258>



C A P Í T U L O 3

TIPO DE CONSUMO POR UBICACIÓN GEOGRÁFICA

Victor Quinde Rosales

Ahmed El Salous

Darlyn Tenelanda Mora

Luis Mejia Cervantes

INTRODUCCIÓN

El análisis del consumo de agroalimentos según ubicación geográfica es fundamental para comprender las disparidades en hábitos alimenticios y los factores que los condicionan. Estudios previos, como el de Dangerfield et al. (2021), han evidenciado que la ubicación geográfica puede influir significativamente en el gasto alimenticio, mostrando que los hogares en áreas urbanas suelen destinar mayores recursos a alimentos frescos y de mayor calidad en comparación con áreas rurales. Por otro lado, investigaciones como la de Holdsworth et al. (2020) señalan un aumento en el consumo de alimentos ultraprocesados en poblaciones urbanas en desarrollo, asociado a cambios rápidos en los entornos alimentarios.

En el contexto ecuatoriano, Vargas & Morán (2024) destacan que la pandemia de COVID-19 modificó las preferencias de consumo, aumentando la demanda de productos con propiedades beneficiosas para la salud, mientras La Mota et al. (2023) identificaron una creciente aceptación hacia productos amigables con el medio ambiente, lo cual podría influir en las tendencias de consumo. Estas transformaciones en los patrones alimenticios reflejan no solo dinámicas socioeconómicas, sino también el impacto de la urbanización y las preferencias locales.

Este capítulo tiene como objetivo analizar las características del consumo de agroalimentos en relación con la ubicación geográfica en la ciudad de Guayaquil, explorando cómo factores como el nivel de gasto quincenal, las preferencias de

compra y la accesibilidad a alimentos frescos determinan los hábitos alimenticios. Además, se busca identificar patrones que puedan contribuir al diseño de políticas públicas enfocadas en mejorar la seguridad alimentaria urbana y rural, en línea con los hallazgos de Mosquera & Hidalgo (2024) sobre los determinantes del comportamiento del consumidor en contextos urbanos.

La metodología del presente estudio se basa en un diseño transversal, utilizando datos obtenidos mediante encuestas aplicadas a una muestra representativa de residentes de la ciudad de Guayaquil. Para el análisis estadístico, se empleó el software SPSS, con el cual se generaron tablas cruzadas que relacionan la ubicación geográfica de los encuestados con diversas variables de interés:

- Frecuencia de consumo de alimentos procesados: Clasificada en diario, 1-3 veces por semana y nunca.
- Gasto quincenal en alimentos procesados: Distribuido en rangos como menos de \$10, entre \$11 y \$30, y mayores valores.
- Preferencias de compra: Lugares frecuentados para adquirir alimentos, incluyendo mercados, tiendas y supermercados.
- Acceso a alimentos frescos: Identificado mediante preguntas sobre la disponibilidad y compra de estos productos.

La metodología incluyó un enfoque descriptivo para identificar tendencias generales y un análisis comparativo para destacar diferencias significativas entre las distintas zonas de residencia (norte, sur, centro, este y oeste de la ciudad). Este enfoque permite evaluar cómo las condiciones socioeconómicas y geográficas influyen en los hábitos de consumo alimenticio, proporcionando información clave para futuras intervenciones políticas y sociales.

DESARROLLO DEL CONTENIDO

Frecuencia de consumo de alimentos no procesados por ubicación geográfica.

Cereales y granos

El consumo de cereales y granos presenta notables variaciones según la ubicación residencial, así como se aprecia en la tabla 1. En el norte de la ciudad, un 24.07% de los encuestados consume este grupo de alimentos diariamente, mientras que en el este de la ciudad este porcentaje disminuye drásticamente al 3.73%. Este patrón refleja una significativa desigualdad en la frecuencia de consumo entre zonas urbanas y suburbanas. Además, el porcentaje de individuos que nunca consumen cereales y

granos es mayor en el oeste de la ciudad (0.41%), lo que indica que, aunque marginal, hay diferencias en los hábitos de consumo dentro de las mismas zonas periféricas.

En comparación con el contexto global descrito por Landais et al. (2023), las tendencias locales pueden interpretarse bajo una óptica socioeconómica. Las áreas como el norte, con mayor consumo diario, podrían estar vinculadas a una mayor disponibilidad y acceso a estos productos, mientras que en zonas como el este y oeste se refleja una posible limitación de recursos o hábitos menos saludables, lo que podría relacionarse con un menor nivel socioeconómico, como se describe en países de ingresos medios y bajos.

Verduras y Hortalizas

El consumo de verduras y hortalizas también exhibe diferencias significativas según la ubicación geográfica. En el norte y el sur de la ciudad, un 19.09% y 19.50% de los encuestados, respectivamente, reportaron un consumo diario, mientras que en el oeste este porcentaje disminuye a solo 2.07%. Además, el consumo de verduras entre 1 y 3 veces por semana es más frecuente en el norte (20.33%) y disminuye drásticamente en zonas como el oeste (1.66%). El porcentaje de personas que nunca consumen verduras es muy bajo en todas las zonas (<2%), pero se nota una leve mayor incidencia en el este y oeste de la ciudad.

Este patrón sugiere que las áreas centrales y periféricas de la ciudad enfrentan barreras en el acceso o disponibilidad de estos alimentos, un fenómeno observado también en países de ingresos medios y bajos. Según Landais et al. (2023), el acceso limitado a alimentos frescos y saludables es una característica recurrente en poblaciones urbanas con menor nivel socioeconómico, lo que podría influir en la baja frecuencia de consumo.

Frutas

El consumo diario de frutas alcanza el 17.84% en el norte y un 19.50% en el sur, mientras que en el este y oeste de la ciudad este porcentaje disminuye a 4.15% y 2.07%, respectivamente, lo cual se aprecia en la tabla 1. En cuanto al consumo entre 1 y 3 veces por semana, los porcentajes son más consistentes en todas las zonas, con un 21.99% en el norte y un 2.90% en el este. Es notable que el consumo nulo de frutas es prácticamente inexistente en el sur (0%) y marginal en otras zonas, como el norte (1.66%).

Tabla 1. Frecuencia de consumo de alimentos no procesados por ubicación geográfica.

Grupo de alimentos	Cereales y granos	Verduras y hortalizas	Frutas	Lácteos	Proteínas	Aceites y grasas	Azúcares y dulces	Bebidas
Norte (Diario)	24.07%	19.09%	17.84%	12.45%	29.46%	11.62%	8.30%	22.82%
Norte (1-3 veces)	12.86%	20.33%	21.99%	24.48%	8.71%	25.73%	19.92%	11.62%
Norte (Nunca)	4.56%	2.07%	1.66%	4.56%	3.32%	4.15%	13.28%	7.05%
Sur (Diario)	19.50%	19.50%	19.50%	12.45%	23.65%	9.13%	5.39%	18.26%
Sur (1-3 veces)	11.62%	11.62%	12.45%	19.09%	7.88%	19.92%	23.65%	12.45%
Sur (Nunca)	0.83%	0.83%	0.00%	0.41%	0.41%	2.90%	2.90%	1.24%
Centro (Diario)	8.71%	6.64%	5.81%	5.39%	11.62%	4.56%	3.32%	8.71%
Centro (1-3 veces)	5.39%	7.05%	8.71%	8.30%	3.73%	8.71%	8.71%	4.98%
Centro (Nunca)	1.24%	1.66%	0.83%	1.66%	0.00%	2.07%	3.32%	1.66%
Este (Diario)	3.73%	3.73%	4.15%	2.07%	5.39%	0.83%	1.66%	3.73%
Este (1-3 veces)	1.66%	1.66%	2.90%	4.98%	1.66%	4.56%	2.90%	2.07%
Este (Nunca)	1.66%	1.66%	0.00%	0.00%	0.00%	1.66%	2.49%	1.24%
Oeste (Diario)	2.49%	2.07%	2.07%	0.83%	2.90%	0.41%	0.41%	2.07%
Oeste (1-3 veces)	1.24%	1.66%	1.66%	2.49%	1.24%	1.66%	1.66%	2.07%
Oeste (Nunca)	0.41%	0.41%	0.41%	0.83%	0.00%	2.07%	2.07%	0.00%

Lácteos

El consumo diario de lácteos es más alto en el norte y el sur de la ciudad (12.45%), mientras que en el oeste apenas alcanza el 0.83%. El consumo entre 1 y 3 veces por semana es dominante en el norte (24.48%) y el sur (19.09%), pero significativamente menor en el oeste (2.49%). El porcentaje de encuestados que nunca consumen lácteos es bajo en general, pero llama la atención que en el este nadie reportó consumo nulo.

Proteínas

El consumo diario de proteínas es especialmente alto en el norte (29.46%) y el sur (23.65%), en contraste con el este (5.39%) y oeste (2.90%). Asimismo, el porcentaje de quienes consumen proteínas entre 1 y 3 veces por semana es significativamente bajo en el norte (8.71%) y el sur (7.88%), indicando una tendencia hacia el consumo más frecuente en estas zonas. El consumo nulo de proteínas es inexistente en el centro, este y oeste, lo que destaca una mínima desigualdad en términos de acceso básico a este grupo alimenticio.

Aceites y Grasas

El consumo de aceites y grasas muestra un patrón de moderación en el norte y sur, con 11.62% y 9.13% de consumo diario, respectivamente, en comparación con el oeste (0.41%). El consumo entre 1 y 3 veces por semana es más frecuente en el norte (25.73%) y sur (19.92%), mientras que el este y oeste tienen porcentajes mucho más bajos. El consumo nulo es bajo en todas las zonas, pero se observa una mayor incidencia en el oeste (2.07%).

Azúcares y Dulces

El consumo de azúcares y dulces diariamente es más común en el norte (8.30%) y sur (5.39%), mientras que en el oeste y este este hábito casi desaparece (<2%). Sin embargo, el consumo entre 1 y 3 veces por semana tiene su mayor incidencia en el sur (23.65%) y es mucho menor en el oeste (1.66%). El consumo nulo es más alto en el norte (13.28%), lo que podría reflejar una mayor conciencia sobre salud en esta zona.

Bebidas

El consumo diario de bebidas es alto en el norte (22.82%) y el sur (18.26%), mientras que disminuye considerablemente en el oeste (2.07%). El consumo entre 1 y 3 veces por semana es más frecuente en el norte (11.62%) y el sur (12.45%), mientras que en el oeste y este consumo es casi inexistente (<2%). El consumo nulo es más alto en el norte (7.05%), lo que podría indicar patrones de consumo más controlados.

Frecuencia de consumo de alimentos procesados por ubicación geográfica.

Alimentos procesados para el desayuno

El consumo diario de alimentos procesados para el desayuno es bajo en todas las zonas, destacándose el norte (3.32%) y el sur (4.98%), mientras que el oeste presenta el menor porcentaje (0.83%). Sin embargo, el consumo ocasional (1-3 veces por semana) alcanza el 19.09% en el norte, mostrando una preferencia moderada en esta zona, en comparación con el oeste, donde se reduce al 2.07%. El consumo nulo es más frecuente en el norte y sur (19.09% y 13.28%, respectivamente), lo que indica una menor dependencia de estos productos en estas áreas.

Galletas y snacks salados

El norte (4.15%) y el sur (5.81%) presentan los niveles más altos de consumo diario de galletas y snacks salados, en contraste con el oeste, donde solo el 1.24% consume estos productos diariamente. El consumo ocasional es predominante en el norte (24.90%) y el sur (21.58%), mientras que el centro, este y oeste tienen una menor incidencia. El consumo nulo se encuentra entre el 1.24% y el 11.62%, dependiendo de la región.

Refrescos y bebidas azucaradas

El consumo diario de refrescos y bebidas azucaradas alcanza el 7.88% en el norte y el 6.64% en el sur, mientras que en el oeste es prácticamente inexistente (0.41%). El consumo ocasional sigue una tendencia similar, con el norte y sur liderando (21.99% y 21.58%, respectivamente) y el oeste nuevamente con cifras muy bajas. En cuanto al consumo nulo, el este y oeste muestran un patrón más saludable (0.83% y 0.41%, respectivamente), en comparación con el norte y sur.

De acuerdo con Forde et al. (2020), el alto índice de calorías por minuto de las bebidas azucaradas podría contribuir a su consumo más moderado en ciertas regiones, al asociarse con un mayor riesgo de obesidad.

Comidas rápidas

El norte y sur presentan un consumo diario más elevado (7.47% y 0.41%, respectivamente), mientras que en el este y oeste es prácticamente inexistente (0.83% y 0.41%). El consumo ocasional es consistente en todas las regiones, destacándose el norte (23.65%). Las cifras de consumo nulo son más altas en el oeste (2.07%) y más bajas en el norte (10.37%) tal como se aprecia en la tabla 2.

Tabla 2. Frecuencia de consumo de agroalimentos por ubicación geográfica.

Grupo de alimentos	Alimentos procesados para el desayuno	Galletas y snacks salados	Refrescos y bebidas azucaradas	Comidas rápidas	Alimentos enlatados	Carnes procesadas	Alimentos precocidos congelados	Productos de panadería procesados	Grasas y Aceites	Conservas	Lácteos Procesados
Norte (Diario)	3.32%	4.15%	7.88%	7.47%	2.07%	7.05%	3.73%	9.13%	10.12%	4.15%	3.32%
Norte (1-3 veces)	19.09%	24.90%	21.99%	23.65%	17.01%	23.24%	20.60%	23.24%	25.73%	23.65%	27.80%
Norte (Nunca)	19.09%	11.62%	11.62%	10.37%	22.41%	11.20%	21.58%	10.37%	5.81%	13.70%	10.37%
Sur (Diario)	4.98%	5.81%	6.64%	0.41%	0.41%	6.64%	4.56%	9.13%	8.30%	4.56%	8.30%
Sur (1-3 veces)	13.69%	21.58%	21.58%	23.24%	17.01%	20.00%	13.69%	19.50%	17.43%	20.33%	19.50%
Sur (Nunca)	13.28%	4.56%	3.73%	8.30%	14.52%	5.39%	16.58%	3.32%	6.22%	7.05%	3.73%
Centro (Diario)	2.90%	3.32%	3.73%	0.00%	1.66%	3.32%	3.32%	5.39%	2.90%	2.49%	5.39%
Centro (1-3 veces)	4.98%	6.64%	7.47%	10.37%	5.81%	10.00%	7.47%	8.71%	8.71%	9.54%	9.13%
Centro (Nunca)	7.47%	5.39%	4.15%	4.98%	7.88%	4.15%	6.64%	2.49%	2.90%	3.32%	0.83%
Este (Diario)	1.66%	1.24%	2.90%	0.83%	0.41%	3.32%	1.24%	2.07%	2.07%	1.66%	2.90%
Este (1-3 veces)	2.90%	2.90%	3.32%	1.24%	1.24%	1.66%	2.90%	3.73%	4.15%	3.32%	3.32%
Este (Nunca)	2.49%	2.90%	0.83%	4.98%	5.39%	0.83%	4.15%	1.24%	0.83%	2.07%	0.83%
Oeste (Diario)	0.83%	1.24%	0.41%	0.41%	0.41%	0.41%	0.41%	0.83%	0.41%	0.83%	1.24%
Oeste (1-3 veces)	2.07%	1.66%	3.32%	1.66%	0.00%	3.00%	2.07%	1.66%	1.66%	1.24%	1.24%
Oeste (Nunca)	1.24%	1.24%	0.41%	2.07%	3.73%	2.07%	2.49%	2.90%	0.83%	2.49%	2.07%

Estos patrones coinciden con la observación de Martini et al. (2021) sobre cómo las comidas rápidas están más relacionadas con un alto consumo de grasas saturadas y azúcares, lo que puede influir negativamente en la calidad nutricional.

Alimentos enlatados

El consumo diario de alimentos enlatados es más bajo en todas las regiones, con el norte (2.07%) y el sur (0.41%) a la cabeza. El consumo ocasional es más alto en el norte (17.01%), mientras que el consumo nulo predomina en el sur (14.52%) y el oeste (3.73%).

El bajo consumo de alimentos enlatados podría reflejar una mayor preferencia por alimentos frescos en algunas regiones, un punto destacado por Landais et al. (2023) al hablar de la necesidad de mejorar el acceso a alimentos frescos en los.

Carnes procesadas

El consumo diario de carnes procesadas es más alto en el norte (7.05%) y el sur (6.64%), pero significativamente más bajo en el oeste (0.41%). El consumo ocasional predomina en el norte (23.24%), mientras que el consumo nulo es mayor en el este y oeste (0.83% y 2.07%, respectivamente).

Lácteos procesados

El norte y sur lideran el consumo diario de lácteos procesados (3.32% y 8.30%), mientras que el oeste tiene los niveles más bajos (1.24%). El consumo ocasional predomina en el norte (27.80%), y el consumo nulo es prácticamente inexistente en todas las regiones. Los análisis revelan patrones de consumo diferenciados entre las zonas urbanas y periféricas de la ciudad, destacando un mayor consumo de alimentos procesados en el norte y sur, probablemente debido a su mayor accesibilidad económica y cultural.

Ubicación Geográfica y su relación con el acceso a alimentos frescos.

Los datos muestran que el acceso a alimentos frescos y saludables varía significativamente según la ubicación geográfica, lo cual se aprecia en la tabla 3. En el norte y oeste de la ciudad, el 90% de los residentes reportan tener acceso a estos alimentos, mientras que el sur alcanza un 93.51%, siendo esta la zona con mejor disponibilidad. Por otro lado, el este presenta la menor proporción de acceso, con un 70.59%, mientras que el centro alcanza un 83.78%. Este contraste evidencia una desigualdad geográfica que podría estar influenciada por factores económicos, logísticos o de planificación urbana.

En este contexto, Connolly & Klaiber (2024) destacan que el acceso a alimentos frescos influye significativamente en las preferencias de los consumidores y el valor de las viviendas cercanas a mercados locales de alimentos saludables. Este hallazgo sugiere que, en zonas como el este, una menor accesibilidad podría no solo limitar las opciones alimenticias, sino también impactar negativamente el bienestar general de sus residentes y el desarrollo económico local.

Tabla 3. Acceso a alimentos frescos y saludables por lugar de residencia

Lugar de residencia	Sí	No
Norte de la ciudad	90.00%	10.00%
Sur de la ciudad	93.51%	6.49%
Centro de la ciudad	83.78%	16.22%
Este de la ciudad	70.59%	29.41%
Oeste de la ciudad	90.00%	10.00%

Por otro lado, la metodología de Chisaguano-Tonato et al. (2023) al crear listas de intercambio de alimentos en Ecuador, resalta la importancia de adaptar las dietas a las necesidades culturales y locales, lo que podría ser una herramienta valiosa para mejorar la disponibilidad y consumo de alimentos saludables en zonas con menor acceso, como el este de la ciudad. Implementar estrategias de planificación basadas en estas listas podría ayudar a cerrar la brecha en la disponibilidad de alimentos frescos.

Finalmente, considerando las preferencias de los consumidores en Ecuador según Sarasty et al. (2023), el etiquetado nutricional podría ser una estrategia adicional para fomentar la adquisición de alimentos saludables, especialmente en áreas con acceso limitado, ayudando a priorizar opciones frescas y equilibradas.

Lugar de preferencia para comprar los alimentos

El análisis del lugar de preferencia para adquirir alimentos muestra tendencias diferenciadas según la ubicación geográfica, evidenciando un predominio de los comisaríatos como principal fuente de compra en la mayoría de las zonas. En el centro, el 56.76% de los residentes prefieren comprar en comisaríatos, seguido por el sur (50.65%) y el norte (47.00%). Por otro lado, los mercados son más frecuentados en el este (58.82%) y el oeste (50.00%), mientras que las tiendas tienen mayor relevancia en el centro (16.22%) y el oeste (10.00%). Los puestos ambulantes tienen una incidencia mínima, con solo un 2.00% de preferencia en el norte.

Estas tendencias pueden interpretarse como una relación entre el nivel de urbanización y las opciones de compra. En áreas más desarrolladas como el norte, centro y sur, los comisaríatos ofrecen una mayor variedad y comodidad, lo que los posiciona como la opción preferida. Sin embargo, en zonas como el este y oeste, los mercados mantienen una relevancia significativa, probablemente debido a su proximidad, precios más accesibles o disponibilidad de productos frescos.

Tabla 4. Lugar de preferencia para comprar alimentos según lugar de residencia

Lugar de residencia	Tiendas	Mercados	Comisaríatos, Tia, Tuti, Supermaxi, Megamaxi, Coral.	Puestos ambulantes.
Norte de la ciudad	9.00%	42.00%	47.00%	2.00%
Sur de la ciudad	5.19%	44.16%	50.65%	0.00%
Centro de la ciudad	16.22%	27.03%	56.76%	0.00%
Este de la ciudad	5.88%	58.82%	35.29%	0.00%
Oeste de la ciudad	10.00%	50.00%	40.00%	0.00%

En este contexto, Connolly & Klaiber (2024) destacan cómo el acceso a fuentes de alimentos frescos, como los mercados locales, genera beneficios en la calidad de vida de los consumidores. Este hallazgo resalta la importancia de fortalecer los mercados en zonas como el este, donde su relevancia es clave, mientras que, en áreas con predominio de comisaríatos, como el centro, sería estratégico implementar políticas que promuevan el consumo de productos locales dentro de estas cadenas comerciales.

Dinero destinado de forma quincenal a alimentos no procesados

Cereales y Granos

En cuanto al gasto quincenal en cereales y granos, los datos reflejan que la mayoría de los residentes en todas las zonas tienden a gastar entre \$11 y \$30 tal como se aprecia en la tabla 5. Este rango es particularmente alto en el centro de la ciudad (51.35%) y el este de la ciudad (47.06%). Cabe destacar que el porcentaje de personas que no destinan dinero a este grupo es bajo, aunque significativo en el este de la ciudad (23.53%). Esto podría correlacionarse con las dificultades de acceso a alimentos saludables en esta área, como lo sugiere Colabianchi et al. (2021), quien destaca que los precios altos y la pobreza barrial limitan el consumo de alimentos básicos como frutas y granos.

Tabla 5. Dinero destinado a gastar de forma quincenal en Cereales y granos.

Lugar de residencia	Menos de 10\$	Entre \$11 y \$30	Entre \$31 y \$50	Entre \$51 y \$70	No gasto en eso
Norte de la ciudad	31.00%	45.00%	23.00%	0.00%	1.00%
Sur de la ciudad	20.78%	42.86%	28.57%	5.19%	2.60%
Centro de la ciudad	37.84%	51.35%	0.00%	2.70%	8.11%
Este de la ciudad	17.65%	47.06%	11.76%	0.00%	23.53%
Oeste de la ciudad	30.00%	30.00%	30.00%	0.00%	10.00%

Verduras y Hortalizas

En la tabla 6 se refleja el gasto de este rubro, el cual también se concentra en el rango de \$11 a \$30, con porcentajes altos en el norte (35.00%) y el sur (46.75%). Sin embargo, el este de la ciudad muestra un porcentaje considerable de residentes que no gastan en este grupo (23.53%), lo cual podría vincularse con la inequidad en el acceso a alimentos saludables, como mencionan Vilar-Compte et al. (2021) al referirse a las barreras urbanas para una dieta balanceada en poblaciones desfavorecidas.

Tabla 6: Dinero destinado a gastar de forma quincenal en verduras y hortalizas.

Lugar de residencia	Menos de 10\$	Entre \$11 y \$30	Entre \$31 y \$50	Entre \$51 y \$70	Más de \$71	No gasto en eso
Norte de la ciudad	37.00%	35.00%	24.00%	3.00%	0.00%	1.00%
Sur de la ciudad	24.68%	46.75%	19.48%	6.49%	2.60%	0.00%
Centro de la ciudad	35.14%	37.84%	13.51%	2.70%	0.00%	10.81%
Este de la ciudad	23.53%	35.29%	17.65%	0.00%	0.00%	23.53%
Oeste de la ciudad	30.00%	20.00%	20.00%	20.00%	0.00%	10.00%

Frutas

Según la tabla 7 el gasto entre \$11 y \$30 es predominante en todas las zonas, especialmente en el sur (44.16%) y el centro (37.84%). Sin embargo, el este y el oeste presentan un patrón interesante: en ambas zonas, los residentes tienden a destinar entre \$31 y \$50 o más, lo cual sugiere un enfoque diferencial en la prioridad alimentaria en comparación con el norte, donde se concentran los gastos menores (\$11 a \$30).

Tabla 7: Dinero destinado a gastar de forma quincenal en Frutas.

Lugar de residencia	Menos de 10\$	Entre \$11 y \$30	Entre \$31 y \$50	Entre \$51 y \$70	Más de \$71	No gasto en eso
Norte de la ciudad	40.00%	22.00%	29.00%	6.00%	1.00%	2.00%
Sur de la ciudad	22.08%	44.16%	24.68%	9.09%	0.00%	0.00%
Centro de la ciudad	37.84%	37.84%	13.51%	8.11%	0.00%	2.70%
Este de la ciudad	29.41%	35.29%	35.29%	0.00%	0.00%	0.00%
Oeste de la ciudad	30.00%	20.00%	20.00%	20.00%	0.00%	10.00%

Lácteos

El gasto en este rubro varía notablemente entre las áreas, así se aprecia en la tabla 8. En el norte y el centro, más del 50% de los residentes gastan menos de \$10, mientras que el este y el oeste destinan porcentajes más equilibrados entre \$11 y \$30. Este hallazgo podría reflejar diferencias culturales y económicas en la priorización de productos lácteos dentro de la dieta.

Tabla 8: Dinero destinado a gastar de forma quincenal en Lácteos.

Lugar de residencia	Menos de 10\$	Entre \$11 y \$30	Entre \$31 y \$50	Entre \$51 y \$70	No gasto en eso
Norte de la ciudad	51.00%	31.00%	16.00%	2.00%	0.00%
Sur de la ciudad	29.87%	38.96%	20.78%	9.09%	1.30%
Centro de la ciudad	54.05%	21.62%	18.92%	2.70%	2.70%
Este de la ciudad	41.18%	47.06%	5.88%	5.88%	0.00%
Oeste de la ciudad	70.00%	30.00%	0.00%	0.00%	0.00%

Proteínas

El gasto en que se puede apreciar en la tabla 9 es más elevado en el sur, donde 31.17% de los residentes gastan entre \$51 y \$70, contrastando con el norte, que concentra su gasto entre \$11 y \$30 (44.00%). Esto evidencia una mayor inversión en alimentos ricos en proteínas en las áreas del sur, lo que podría relacionarse con niveles más altos de ingreso o preferencia dietética.

Tabla 9: Dinero destinado a gastar de forma quincenal en Proteínas.

Lugar de residencia	Menos de 10\$	Entre \$11 y \$30	Entre \$31 y \$50	Entre \$51 y \$70	Más de \$71
Norte de la ciudad	13.00%	44.00%	25.00%	15.00%	3.00%
Sur de la ciudad	6.49%	28.57%	27.27%	31.17%	6.49%
Centro de la ciudad	18.92%	45.95%	16.22%	16.22%	2.70%
Este de la ciudad	5.88%	41.18%	29.41%	23.53%	0.00%
Oeste de la ciudad	10.00%	50.00%	10.00%	30.00%	0.00%

Aceites y Grasas

En este rubro, el gasto menor de \$10 predomina en todas las zonas, especialmente en el oeste (80.00%), así se puede apreciar en la tabla 10. Esto refleja que este grupo alimenticio es de bajo costo y altamente accesible, incluso en áreas con menor ingreso. Colabianchi et al. (2021) respalda que los precios más bajos tienden a facilitar el acceso a alimentos básicos como aceites, aunque su consumo excesivo puede ser perjudicial.

Tabla 10: Dinero destinado a gastar de forma quincenal en aceitas y grasas.

Lugar de residencia	Menos de 10\$	Entre \$11 y \$30	Entre \$31 y \$50	Entre \$51 y \$70	No gasto en eso
Norte de la ciudad	49.00%	31.00%	13.00%	4.00%	3.00%
Sur de la ciudad	40.26%	48.05%	9.09%	2.60%	0.00%
Centro de la ciudad	56.76%	27.03%	2.70%	0.00%	13.51%
Este de la ciudad	58.82%	41.18%	0.00%	0.00%	0.00%
Oeste de la ciudad	80.00%	20.00%	0.00%	0.00%	0.00%

Azúcares y Dulces

El gasto menor a \$10 domina en todas las áreas, con porcentajes especialmente altos en el este (70.59%) y el oeste (70.00%) tal como se puede apreciar en la tabla 11. Sin embargo, es importante resaltar que el norte presenta un 15.00% de residentes que no destinan recursos a este grupo, lo que podría estar relacionado con campañas de concientización como la implementación del etiquetado nutricional de semáforo en Ecuador, tal como se menciona en Sarasty et al. (2023).

Tabla 11: Dinero destinado a gastar de forma quincenal en aceites y grasas.

Lugar de residencia	Menos de 10\$	Entre \$11 y \$30	Entre \$31 y \$50	Entre \$51 y \$70	No gasto en eso
Norte de la ciudad	44.00%	28.00%	13.00%	0.00%	15.00%
Sur de la ciudad	48.05%	37.66%	9.09%	1.30%	3.90%
Centro de la ciudad	59.46%	24.32%	2.70%	0.00%	13.51%
Este de la ciudad	70.59%	5.88%	23.53%	0.00%	0.00%
Oeste de la ciudad	70.00%	20.00%	0.00%	0.00%	10.00%

Bebidas

El gasto en este rubro muestra una distribución más uniforme, con la mayoría de los residentes destinando entre \$11 y \$30 en todas las zonas, excepto en el oeste, donde el 50.00% gasta menos de \$10, así se aprecia en la tabla 12. Este patrón refuerza la idea de que las bebidas no procesadas, como el agua y jugos naturales, siguen siendo opciones accesibles.

Tabla 12: Dinero destinado a gastar de forma quincenal en bebidas.

Lugar de residencia	Menos de 10\$	Entre \$11 y \$30	Entre \$31 y \$50	Entre \$51 y \$70	Más de \$71	No gasto en eso
Norte de la ciudad	32.00%	35.00%	23.00%	1.00%	0.00%	9.00%
Sur de la ciudad	25.97%	45.45%	23.38%	5.19%	0.00%	0.00%
Centro de la ciudad	29.73%	32.43%	21.62%	0.00%	5.41%	10.81%
Este de la ciudad	35.29%	35.29%	17.65%	0.00%	0.00%	11.76%
Oeste de la ciudad	50.00%	50.00%	0.00%	0.00%	0.00%	0.00%

En conclusión, los patrones de gasto en alimentos no procesados revelan claras diferencias según la ubicación geográfica, con áreas como el este y oeste mostrando niveles más altos de residentes que no gastan en ciertos grupos alimenticios.

Dinero destinado de forma quincenal a agroalimentos

Alimentos procesados para el desayuno

La mayor proporción de hogares en el Este de la ciudad (64.71%) y el Centro de la ciudad (62.16%) destina menos de \$10 quincenales para este grupo de alimentos, en contraste con el Oeste de la ciudad, donde el 60% gasta entre \$11 y \$30. En el Norte, un 28% de los residentes no destina presupuesto a este grupo, indicando una menor preferencia o acceso a estos productos. Este patrón refleja diferencias en prioridades alimenticias y posiblemente en disponibilidad económica y de mercado, tal como se aprecia en la tabla 13.

Tabla 13: Dinero destinado a gastar de forma quincenal en alimentos procesados para el desayuno.

Lugar de residencia	Menos de 10\$	Entre \$11 y \$30	Entre \$31 y \$50	Entre \$51 y \$70	Más de \$71	No gasto en eso
Norte de la ciudad	47.00%	18.00%	4.00%	1.00%	2.00%	28.00%
Sur de la ciudad	44.16%	38.96%	6.49%	1.30%	0.00%	9.09%
Centro de la ciudad	62.16%	16.22%	5.41%	0.00%	0.00%	16.22%
Este de la ciudad	64.71%	23.53%	5.88%	0.00%	0.00%	5.88%
Oeste de la ciudad	30.00%	60.00%	0.00%	0.00%	0.00%	10.00%

Refrescos y bebidas azucaradas

El Sur de la ciudad lidera en la categoría de menor gasto (< \$10) con un 55.84%, seguido del Oeste con un 60%. En contraste, el Este tiene un porcentaje significativo de personas que no gastan en este grupo (23.53%), evidenciando posiblemente un menor consumo o mayor concienciación sobre su impacto en la salud, lo cual se aprecia en la tabla 14. Estos hallazgos coinciden con investigaciones que vinculan el alto consumo de bebidas azucaradas con problemas de salud pública, como obesidad y diabetes (Lozada-Urbano et al., 2023).

Tabla 14: Dinero destinado a gastar de forma quincenal en refrescos y bebidas azucaradas.

Lugar de residencia	Menos de 10\$	Entre \$11 y \$30	Entre \$31 y \$50	Entre \$51 y \$70	No gasto en eso
Norte de la ciudad	46.00%	28.00%	6.00%	2.00%	18.00%
Sur de la ciudad	55.84%	31.17%	5.19%	2.60%	5.19%
Centro de la ciudad	48.65%	24.32%	10.81%	0.00%	16.22%
Este de la ciudad	41.18%	29.41%	5.88%	0.00%	23.53%
Oeste de la ciudad	60.00%	30.00%	0.00%	0.00%	10.00%

Comidas rápidas

El Centro de la ciudad registra el mayor porcentaje de hogares (54.05%) que gastan menos de \$10 en este rubro, mientras que, en el Este, el 47.06% no destina presupuesto a comidas rápidas. Este último dato puede asociarse con barreras económicas o culturales hacia el consumo de este tipo de alimentos, especialmente en sectores con menor acceso a cadenas de comida rápida, así como se puede observar en la tabla 15.

Tabla 15: Dinero destinado a gastar de forma quincenal en comidas rápidas.

Lugar de residencia	Menos de 10\$	Entre \$11 y \$30	Entre \$31 y \$50	Entre \$51 y \$70	No gasto en eso
Norte de la ciudad	42.00%	30.00%	8.00%	2.00%	18.00%
Sur de la ciudad	42.86%	31.17%	9.09%	1.30%	15.58%
Centro de la ciudad	54.05%	18.92%	8.11%	0.00%	18.92%
Este de la ciudad	35.29%	17.65%	0.00%	0.00%	47.06%
Oeste de la ciudad	50.00%	30.00%	0.00%	0.00%	20.00%

Alimentos enlatados

En los resultados apreciados en la tabla 16 los datos revelan que el Norte de la ciudad tiene un consumo diversificado en esta categoría, con el 34% de los hogares distribuidos entre quienes gastan menos de \$10 y quienes no gastan en absoluto. En el Este, un notable 58.82% no consume alimentos enlatados, posiblemente debido a una preferencia por alimentos frescos o una percepción negativa de los productos procesados. Este comportamiento está respaldado por estudios como el de Quintero et al. (2023) residents in rural areas face unique challenges that contribute to poor diet quality. We assessed Alternative Healthy Eating Index (aHEI, que resaltan el impacto de los alimentos enlatados en la calidad de la dieta.

Tabla 16: Dinero destinado a gastar de forma quincenal en comidas rápidas.

Lugar de residencia	Menos de 10\$	Entre \$11 y \$30	Entre \$31 y \$50	Entre \$51 y \$70	No gasto en eso
Norte de la ciudad	34.00%	24.00%	6.00%	2.00%	34.00%
Sur de la ciudad	62.34%	20.78%	6.49%	2.60%	7.79%
Centro de la ciudad	37.84%	27.03%	8.11%	0.00%	27.03%
Este de la ciudad	23.53%	11.76%	5.88%	0.00%	58.82%
Oeste de la ciudad	50.00%	10.00%	0.00%	0.00%	40.00%

Carnes procesadas

En el Sur, el 53.25% de los hogares gasta entre \$11 y \$30 en carnes procesadas, mientras que el Norte tiene un patrón más diversificado, con un 38% gastando menos de \$10 y un 33% entre \$11 y \$30. El Centro, con un 54.05% en la categoría de menor gasto (<\$10), presenta un menor consumo relativo en comparación con el Sur, tal como se puede apreciar en la tabla 17. Además, el Este refleja una menor inversión en carnes procesadas, con un 11.76% que no gasta en esta categoría, cifra que contrasta con el Norte (18%).

Tabla 17: Dinero destinado a gastar de forma quincenal en carnes procesadas.

Lugar de residencia	Menos de 10\$	Entre \$11 y \$30	Entre \$31 y \$50	Entre \$51 y \$70	Más de \$71	No gasto en eso
Norte de la ciudad	38.00%	33.00%	8.00%	1.00%	2.00%	18.00%
Sur de la ciudad	27.27%	53.25%	11.69%	0.00%	0.00%	7.79%
Centro de la ciudad	54.05%	24.32%	16.22%	0.00%	0.00%	5.41%
Este de la ciudad	47.06%	29.41%	11.76%	0.00%	0.00%	11.76%
Oeste de la ciudad	50.00%	30.00%	0.00%	0.00%	0.00%	20.00%

Alimentos precocidos congelados

En el Centro, el 43.24% de los hogares gasta menos de \$10, mientras que, en el Este, esta categoría concentra el 47.06% de los hogares. El Norte presenta un porcentaje significativo de hogares que no destinan presupuesto a alimentos congelados (34%), mientras que el Oeste tiene un patrón mixto, con un 40% gastando menos de \$10 y otro 40% en la categoría de \$11-\$30. Esto indica una mayor diversificación del gasto en esta región en comparación con otras, tal como se observa en la tabla 18.

Tabla 18: Dinero destinado a gastar de forma quincenal en alimentos precocidos congelados.

Lugar de residencia	Menos de 10\$	Entre \$11 y \$30	Entre \$31 y \$50	Entre \$51 y \$70	No gasto en eso
Norte de la ciudad	33.00%	22.00%	9.00%	2.00%	34.00%
Sur de la ciudad	36.36%	19.48%	18.18%	3.90%	22.08%
Centro de la ciudad	43.24%	24.32%	5.41%	0.00%	27.03%
Este de la ciudad	47.06%	29.41%	5.88%	0.00%	17.65%
Oeste de la ciudad	40.00%	40.00%	0.00%	0.00%	20.00%

Productos de panadería

En la tabla 19 se aprecia que el Norte de la ciudad registra un 45% de hogares que gastan menos de \$10, seguido por un 23% en la categoría de \$11-\$30. El Centro, con un 48.65% en esta última categoría, refleja un gasto más elevado en productos de panadería en comparación con el Este, donde el 52.94% destina menos de \$10. El Oeste mantiene un patrón similar al Este, con un alto porcentaje en la categoría de menor gasto (50%).

Tabla 19: Dinero destinado a gastar de forma quincenal en alimentos productos de panadería.

Lugar de residencia	Menos de 10\$	Entre \$11 y \$30	Entre \$31 y \$50	Entre \$51 y \$70	Más de \$71	No gasto en eso
Norte de la ciudad	45.00%	23.00%	12.00%	0.00%	2.00%	18.00%
Sur de la ciudad	42.86%	28.57%	18.18%	0.00%	2.60%	7.79%
Centro de la ciudad	29.73%	48.65%	5.41%	5.41%	0.00%	10.81%
Este de la ciudad	52.94%	11.76%	17.65%	0.00%	0.00%	17.65%
Oeste de la ciudad	50.00%	10.00%	20.00%	0.00%	0.00%	20.00%

Grasas y Aceites

En la tabla 20 se puede apreciar que las personas que residen al Norte y el Sur tienen distribuciones similares en esta categoría, con más del 50% de hogares gastando menos de \$10. En el Centro, un 45.95% de los hogares se encuentra en esta categoría, pero un 40.54% gasta entre \$11 y \$30, lo que sugiere una mayor preferencia por productos de mayor precio en esta región. El Este presenta un gasto predominantemente bajo, con un 58.82% en la categoría de <\$10.

Tabla 20: Dinero destinado a gastar de forma quincenal en grasas y aceites.

Lugar de residencia	Menos de 10\$	Entre \$11 y \$30	Entre \$31 y \$50	Entre \$51 y \$70	No gasto en eso
Norte de la ciudad	53.00%	30.00%	12.00%	0.00%	5.00%
Sur de la ciudad	51.95%	28.57%	11.69%	2.60%	5.19%
Centro de la ciudad	45.95%	40.54%	5.41%	0.00%	8.11%
Este de la ciudad	58.82%	17.65%	11.76%	0.00%	11.76%
Oeste de la ciudad	60.00%	30.00%	0.00%	0.00%	10.00%

Conservas

El Centro lidera con un 64.86% de hogares que gastan menos de \$10, en contraste con el Norte, donde el gasto está más distribuido entre las diferentes categorías, apreciable en la tabla 21. El Este refleja una tendencia hacia un menor consumo, con un 47.06% gastando menos de \$10 y un 11.76% que no destina presupuesto a esta categoría.

Tabla 21: Dinero destinado a gastar de forma quincenal en conservas.

Lugar de residencia	Menos de 10\$	Entre \$11 y \$30	Entre \$31 y \$50	Entre \$51 y \$70	No gasto en eso
Norte de la ciudad	50.00%	23.00%	7.00%	0.00%	20.00%
Sur de la ciudad	48.05%	22.08%	15.58%	5.19%	9.09%
Centro de la ciudad	64.86%	10.81%	13.51%	0.00%	10.81%
Este de la ciudad	47.06%	29.41%	11.76%	0.00%	11.76%
Oeste de la ciudad	70.00%	10.00%	0.00%	0.00%	20.00%

Lácteos Procesados

El Norte registra un 53% de hogares gastando menos de \$10, mientras que el Centro tiene un porcentaje aún mayor (62.16%). El Sur muestra una preferencia por la categoría de \$11-\$30, con un 49.35%, indicando una mayor inversión en productos como yogures y quesos procesados. En el Oeste, un 50% de los hogares destina menos de \$10, mientras que otro 20% no gasta en esta categoría, según los resultados que se aprecian en la tabla 22.

Tabla 22: Dinero destinado a gastar de forma quincenal en conservas.

Lugar de residencia	Menos de 10\$	Entre \$11 y \$30	Entre \$31 y \$50	Entre \$51 y \$70	Más de \$71	No gasto en eso
Norte de la ciudad	53.00%	25.00%	12.00%	0.00%	0.00%	10.00%
Sur de la ciudad	27.27%	49.35%	7.79%	3.90%	2.60%	9.09%
Centro de la ciudad	62.16%	10.81%	24.32%	0.00%	0.00%	2.70%
Este de la ciudad	35.29%	35.29%	11.76%	0.00%	0.00%	17.65%
Oeste de la ciudad	50.00%	10.00%	20.00%	0.00%	0.00%	20.00%

Los datos resaltan variaciones significativas en los patrones de gasto entre zonas urbanas, reflejando desigualdades económicas y culturales que afectan las decisiones alimenticias. Estudios como los de Maruyama et al. (2024)but evidence on the relationships with circulating metabolic parameters is lacking. Japanese residents of a metropolitan area, 20 to 50 years of age, were studied in terms of anthropometric and biochemical parameters, including circulating trans fat and serum phospholipid fatty acid levels. Processed foods, except drinks and dairy items, were categorized according to requirements for additional ingredients and cooking before eating. Processed and RTE foods were divided according to fat and/or oil content into non-fatty or fatty foods. The participants were grouped into tertiles based on the energy percent (En% y Hadian & Mousavi (2022) destacan la relación entre el consumo de alimentos procesados y los riesgos para la salud, enfatizando la importancia de políticas públicas para promover dietas más equilibradas.

CONCLUSIONES

El análisis del consumo de alimentos procesados en función de la ubicación geográfica en la ciudad de Guayaquil revela patrones diferenciados que reflejan las condiciones socioeconómicas, culturales y de acceso en cada sector. Se observó que las zonas con mayores niveles de urbanización, como el norte y el centro de la ciudad, presentan un mayor gasto en alimentos procesados, especialmente en productos como lácteos, carnes procesadas y panadería, lo que podría estar vinculado a la mayor accesibilidad a supermercados y tiendas especializadas en estas áreas.

En contraste, sectores como el este y el oeste muestran una mayor proporción de personas que no destinan recursos a ciertos tipos de alimentos procesados, evidenciando posibles barreras económicas o de acceso a estos productos. Estas disparidades resaltan la influencia de la ubicación en las preferencias y patrones de consumo, alineándose con estudios previos que indican que los entornos urbanos más desarrollados tienden a fomentar un mayor consumo de alimentos ultraprocesados.

Además, el análisis de la preferencia por lugares de compra refleja una fuerte inclinación hacia supermercados y mercados, mientras que los puestos ambulantes tienen una participación marginal. Este comportamiento subraya la importancia de los puntos de venta formales en la provisión de alimentos procesados y frescos en la ciudad.

En conclusión, los resultados destacan la necesidad de diseñar políticas alimentarias que promuevan un acceso equitativo a alimentos saludables y que consideren las particularidades socioeconómicas y geográficas de cada sector. Estas intervenciones pueden contribuir a mitigar disparidades en el consumo alimenticio y a fomentar hábitos más saludables en toda la población urbana.

REFERENCIAS

- Chisaguano-Tonato, A. M., Herrera-Fontana, M. E., & Vayas-Rodriguez, G. (2023). Food exchange list based on macronutrients: Adapted for the Ecuadorian population. *Frontiers in Nutrition*, 10, 1219947. <https://doi.org/10.3389/fnut.2023.1219947>
- Colabianchi, N., Antonakos, C. L., Coulton, C. J., Kaestner, R., Lauria, M., & Porter, D. E. (2021). The role of the built environment, food prices and neighborhood poverty in fruit and vegetable consumption: An instrumental variable analysis of the moving to opportunity experiment. *Health & Place*, 67, 102491. <https://doi.org/10.1016/j.healthplace.2020.102491>
- Connolly, C., & Klaiber, H. A. (2024). Location Choice and Food Trade-Offs: Does Local Matter? *Land Economics*, 100(3), 526-546. <https://doi.org/10.3368/le.100.3.122322-0110R>

Dangerfield, F., Lamb, K. E., Oostenbach, L. H., Ball, K., & Thornton, L. E. (2021). Urban-regional patterns of food purchasing behaviour: A cross-sectional analysis of the 2015–2016 Australian Household Expenditure Survey. *European Journal of Clinical Nutrition*, 75(4), 697–707. <https://doi.org/10.1038/s41430-020-00746-9>

Forde, C. G., Mars, M., & De Graaf, K. (2020). Ultra-Processing or Oral Processing? A Role for Energy Density and Eating Rate in Moderating Energy Intake from Processed Foods. *Current Developments in Nutrition*, 4(3), nzaa019. <https://doi.org/10.1093/cdn/nzaa019>

Hadian, Z., & Mousavi Khaneghah, A. (2022). Sugar, fat, saturated and trans fatty acid contents in Iranian cereal-based baked products. *Food Science and Technology*, 42, e26724. <https://doi.org/10.1590/fst.26724>

Holdsworth, M., Pradeilles, R., Tandoh, A., Green, M., Wanjohi, M., Zotor, F., Asiki, G., Klomegah, S., Abdul-Haq, Z., Osei-Kwasi, H., Akparibo, R., Bricas, N., Auma, C., Griffiths, P., & Laar, A. (2020). Unhealthy eating practices of city-dwelling Africans in deprived neighbourhoods: Evidence for policy action from Ghana and Kenya. *Global Food Security*, 26, 100452. <https://doi.org/10.1016/j.gfs.2020.100452>

La Mota Terranova, G., Borja Robles, K., & Aguirre Saavedra, M. (2023). Impact of eco-friendly products on consumer behavior in the city of Guayaquil. *Journal of business and entrepreneurial studie*, 7(4). <https://doi.org/10.37956/jbes.v7i4.356>

Landais, E., Miotto-Plessis, M., Bene, C., Maitre d'Hotel, E., Truong, M. T., Somé, J. W., & Verger, E. O. (2023). Consumption of food away from home in low- and middle-income countries: A systematic scoping review. *Nutrition Reviews*, 81(6), 727–754. <https://doi.org/10.1093/nutrit/nuac085>

Lozada-Urbano, M., Del Castillo, G., Llañez, S. D., Dextre, M. L., Padilla Sarria, A. P., Huamán, F., Huaita Acha, D. M., & Rivera-Lozada, O. (2023). Households with and without the presence of adolescents, probability of expenditure on food consumed away from home, according to ENAHO 2021: A cross-sectional study. *F1000Research*, 12, 1296. <https://doi.org/10.12688/f1000research.140524.1>

Martini, D., Godos, J., Bonaccio, M., Vitaglione, P., & Grosso, G. (2021). Ultra-Processed Foods and Nutritional Dietary Profile: A Meta-Analysis of Nationally Representative Samples. *Nutrients*, 13(10), 3390. <https://doi.org/10.3390/nu13103390>

Maruyama, C., Uchiyama, M., Umezawa, A., Tokunaga, A., Yasuda, A., Chibai, K., Fukuda, C., Ichiki, R., Kameyama, N., & Shinohara, M. (2024). A Cross-Sectional Pilot Study on Association of Ready-to-Eat and Processed Food Intakes with Metabolic Factors, Serum Trans Fat and Phospholipid Fatty Acid Compositions in Healthy Japanese Adults. *Nutrients*, 16(7), 1032. <https://doi.org/10.3390/nu16071032>

Mosquera Molina, D. H., & Hidalgo Delgado, D. (2024). Influencing factors in consumer preferences in Guayaquil: Brand, experience, price and quality. *Journal of business and entrepreneurial studie*, 8(2). <https://doi.org/10.37956/jbes.v8i2.367>

Quintero Arias, C., Rony, M., Jensen, E., Prabu, A., Wise, N. N., Doran, K., Anthopolos, R., Elbel, B., Thorpe, L., & Lee, D. C. (2023). 620-P: Key Sociodemographic Factors and Food Packaging Attributes Associated with Poor Diet Quality among Rural Americans. *Diabetes*, 72(Supplement_1), 620-P. <https://doi.org/10.2337/db23-620-P>

Sarasty, O., Carpio, C., & Cabrera, T. (2023). Effect of the traffic-light system on nutrition labeling in processed food products in the Ecuadorian population. *Q Open*, 3(2), qoad018. <https://doi.org/10.1093/qopen/qoad018>

Vargas, P., & Morán, C. (2024). Characterization of the consumption of dairy foods in users of markets and supermarkets in Guayaquil, Ecuador. *Revista de investigación Agropecuaria Science and Biotechnology*, 4(4), 30-40. <https://doi.org/10.25127/riagrop.20244.1025>

Vilar-Compte, M., Burrola-Méndez, S., Lozano-Marrufo, A., Ferré-Eguiluz, I., Flores, D., Gaitán-Rossi, P., Teruel, G., & Pérez-Escamilla, R. (2021). Urban poverty and nutrition challenges associated with accessibility to a healthy diet: A global systematic literature review. *International Journal for Equity in Health*, 20(1), 40. <https://doi.org/10.1186/s12939-020-01330-0>



C A P Í T U L O 4

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

Victor Quinde Rosales

Ahmed El Salous

Darlyn Tenelanda Mora

Luis Mejia Cervantes

CONCLUSIONES

El presente estudio sobre los hábitos alimenticios en Guayaquil ha permitido identificar tendencias y diferencias significativas en el consumo de alimentos en función de la naturaleza de los productos, el género y la ubicación geográfica. A partir del análisis de los datos recopilados, se presentan las siguientes conclusiones:

Patrones de Consumo Alimenticio en Guayaquil:

- Existe una alta frecuencia de consumo de proteínas y cereales, mientras que alimentos como lácteos, aceites y azúcares presentan un consumo más esporádico.
- Aunque se observa un predominio de alimentos no procesados en la dieta, el consumo de productos agroalimentarios sigue siendo significativo, lo que puede representar un riesgo para la salud pública.

Diferencias en el Consumo por Género:

- Las mujeres consumen mayor cantidad de frutas, verduras y productos lácteos, reflejando una mayor tendencia hacia hábitos alimenticios saludables.

- Los hombres, en contraste, presentan una inclinación más marcada por comidas rápidas, carnes procesadas y bebidas azucaradas, lo que puede derivar en mayores riesgos metabólicos.

Influencia de la Ubicación Geográfica:

- En las zonas norte y sur de Guayaquil, el acceso a alimentos frescos es mayor, lo que se traduce en una dieta más equilibrada. En cambio, en las zonas este y oeste, se observa una mayor dependencia de alimentos procesados debido a la disponibilidad limitada de productos frescos.
- Factores socioeconómicos y logísticos inciden en la variabilidad del acceso a productos saludables, generando disparidades en los hábitos alimentarios entre sectores de la ciudad.

Impacto del Consumo de Alimentos Procesados:

- Se evidencia un alto consumo de refrescos, snacks y comidas rápidas, lo que sugiere una dependencia de estos productos en la dieta cotidiana.
- La presencia de productos con altos niveles de sodio, grasas trans y azúcares añadidos en la alimentación de la población guayaquileña representa un desafío para la salud pública y requiere estrategias de regulación y concienciación.

RECOMENDACIONES

A partir de los hallazgos obtenidos, se plantean las siguientes recomendaciones con el objetivo de promover hábitos alimenticios más saludables y sostenibles en la población de Guayaquil:

Promoción de la Alimentación Saludable:

- Desarrollar campañas de concienciación sobre la importancia de una dieta balanceada, enfatizando los beneficios del consumo de frutas, verduras y cereales integrales.
- Implementar programas de educación nutricional en escuelas y comunidades para incentivar la selección de alimentos saludables desde edades tempranas.

Mejora en el Acceso a Alimentos Frescos:

- Diseñar estrategias para facilitar la distribución de productos frescos en sectores con menor acceso, reduciendo la brecha alimentaria entre distintas zonas de la ciudad.

- Promover incentivos económicos para la comercialización de alimentos no procesados en mercados locales y tiendas de barrio, asegurando su disponibilidad para la población.

Regulación y Control del Consumo de Alimentos Agroalimentarios:

- Implementar políticas de etiquetado nutricional claro y campañas informativas sobre los efectos negativos del consumo excesivo de productos ultraprocesados.
- Fomentar la oferta de opciones más saludables en establecimientos de comida rápida y supermercados, incentivando la reducción de productos con altos niveles de sodio y azúcares añadidos.

Investigaciones Futuras y Monitoreo del Consumo Alimenticio:

- Realizar estudios adicionales que combinen enfoques cuantitativos y cualitativos para comprender en mayor profundidad las decisiones alimenticias de la población.
- Establecer mecanismos de monitoreo continuo para evaluar el impacto de políticas públicas y campañas educativas en los hábitos alimentarios de Guayaquil.



REFLEXIÓN FINAL

Los resultados obtenidos en este estudio permiten comprender mejor la relación entre el consumo alimenticio y factores socioeconómicos, geográficos y culturales en Guayaquil. Se evidencia la coexistencia de hábitos saludables con una alta presencia de productos agroalimentarios en la dieta cotidiana, lo que genera un desafío para la salud pública.

En este contexto, es fundamental que las políticas gubernamentales, las estrategias educativas y las iniciativas del sector privado trabajen en conjunto para fomentar un consumo más equilibrado, accesible y sostenible. La promoción de una alimentación saludable, la mejora en la disponibilidad de productos frescos y la concienciación sobre los efectos de los productos agroindustriales deben ser ejes fundamentales en la construcción de una sociedad más saludable y con mejores condiciones nutricionales.

ALIMENTACIÓN Y SOCIEDAD

UN ESTUDIO SOBRE EL CONSUMO
DE ALIMENTOS EN GUAYAQUIL



www.atenaeditora.com.br



contato@atenaeditora.com.br



[@atenaeditora](https://www.instagram.com/atenaeditora)



www.facebook.com/atenaeditora.com.br



Universidad
Agraria
del Ecuador

Atena
Editora
Año 2025

ALIMENTACIÓN Y SOCIEDAD

UN ESTUDIO SOBRE EL CONSUMO
DE ALIMENTOS EN GUAYAQUIL

 www.atenaeditora.com.br

 contato@atenaeditora.com.br

 [@atenaeditora](https://www.instagram.com/atenaeditora)

 www.facebook.com/atenaeditora.com.br



Universidad
Agraria
del Ecuador

Atena
Editora
Año 2025