

Ciencias Agrícolas, Tecnología y Salud

Percepción de condimentos naturales ante ultraprocesados en Matagalpa, Nicaragua 2024

Perception of natural condiments versus ultra-processed ones in Matagalpa, Nicaragua 2024

Rodrigo Francisco Rojas López¹
Kenner Rafael Palma Lanzas²
Rodrigo Antonio Martínez Ocampo³

RESUMEN

El objetivo de esta investigación es comparar la percepción de los consumidores acerca de los condimentos ultraprocesados en relación con los naturales, elaborados con cáscaras de ajo y cebolla. Para ello, se realizó una investigación descriptiva con una muestra de 94 participantes, seleccionados mediante muestreo aleatorio. Los datos fueron recolectados a través de encuestas y entrevistas. Los resultados principales muestran que el 85% de los participantes consideran que el condimento natural a base de cascara de cebolla y ajo, es más sano. En particular, se analizó, la opinión de los consumidores hacia los ultraprocesados, mencionando que: "Son muy útiles, aunque pueden causar daños a largo plazo", "son dañinos, pero no tenemos opciones", "Todos los productos ultraprocesados dañan la salud y no preferimos lo natural por agilidad", Además, el 90% de los encuestados les gustaría probar un condimento de cascara de ajo y cebolla natural.

Estos hallazgos sugieren que los consumidores no están informados sobre los ingredientes que realmente tienen los condimentos que utilizan diariamente, aunque también se podría decir que cada vez están más inclinados hacia opciones naturales y sostenibles en sus hábitos alimenticios, siempre y cuando estos estén informados sobre su origen y beneficio. Se destaca que los condimentos naturales no solo son percibidos como más saludables, sino que también contribuyen a prácticas de consumo más sostenibles. Sin embargo, es importante considerar que la disponibilidad y el costo de producción de estos condimentos pueden ser limitantes para su adopción masiva.

PALABRAS CLAVE: Condimentos naturales, Ultraprocesados, Percepción del consumidor, Sostenibilidad, Salud pública.

ABSTRACT

The objective of this research is to compare consumer perceptions of ultra-processed condiments in relation to natural ones, made with garlic and onion peels. To this end, a descriptive research was carried out with a sample of 94 participants, selected through random sampling. The data was collected through surveys and interviews. The main results show that 85% of the participants consider that the natural seasoning based on onion peel and garlic is healthier. In

¹ Estudiante, Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua, Managua - CUR Matagalpa, Nicaragua. ORCID: <https://orcid.org/0009-0009-4260-4682>. Correo electrónico: rodrigofranciscor58@gmail.com

² Estudiante, Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua, Managua - CUR Matagalpa, Nicaragua. ORCID: <https://orcid.org/0009-0008-1221-2605>. Correo electrónico: palmakenner02@gmail.com

³ Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua, Managua, CUR Matagalpa, Nicaragua. ORCID: <https://orcid.org/0009-0008-8086-5579>. Correo electrónico: rodrigomartinez82@gmail.com

Ciencias Agrícolas, Tecnología y Salud

particular, the opinion of consumers towards ultra-processed products was analyzed, mentioning that: "They are very useful, although they can cause long-term damage", "they are harmful, but we have no options", "All ultra-processed products harm our health". and we do not prefer natural for agility", In addition, 90% of those surveyed would like to try a seasoning made of natural garlic and onion peels.

These findings suggest that consumers are not informed about the ingredients that the condiments they use daily actually have, although it could also be said that they are increasingly inclined towards natural and sustainable options in their eating habits, as long as they are informed about their origin and benefit. It is highlighted that natural condiments are not only perceived as healthier, but also contribute to more sustainable consumption practices. However, it is important to consider that the availability and production cost of these condiments may be limiting to their mass adoption.

KEYWORDS: Natural condiments, Ultraprocessed, Consumer perception, Sustainability, Public health.

INTRODUCCIÓN

En los últimos años, ha crecido la preocupación sobre los efectos adversos para la salud de los alimentos ultraprocesados. Estos productos, a menudo cargados con aditivos, conservantes y saborizantes artificiales, han sido relacionados con un aumento en enfermedades crónicas como la obesidad, la diabetes tipo 2 y las enfermedades cardiovasculares (Monteiro et al., 2019). En respuesta a esta tendencia, los consumidores han comenzado a buscar alternativas más naturales y saludables, lo que ha generado un interés significativo en el uso de ingredientes naturales y desechos de alimentos como las cáscaras del ajo y la cebolla.

Las cáscaras de ajo y cebolla, subproductos que generalmente se desechan, tienen un alto contenido de compuestos bioactivos con propiedades antioxidantes y antimicrobianas (Oliveira et al., 2016). Estos compuestos no solo pueden mejorar el perfil nutricional de los alimentos, sino que también pueden contribuir a la sostenibilidad alimentaria al reducir el desperdicio de alimentos. (Smith, J. 2020). Por otra parte, estudios recientes han resaltado la importancia de estos compuestos bioactivos en la promoción de una dieta más saludable y equilibrada (Williams, R. 2019).

En este contexto, el presente artículo se centra en investigar la percepción de los consumidores sobre un condimento elaborado a partir de cáscaras de ajo y cebolla en comparación con los condimentos ultraprocesados. Este enfoque no solo responde a las tendencias actuales de consumo saludable, sino que también promueve el aprovechamiento de subproductos alimentarios, alineándose con los principios de sostenibilidad.

El objetivo de este estudio es evaluar cómo los consumidores perciben y aceptan los condimentos de cáscaras de ajo y cebolla frente a los condimentos ultraprocesados, y determinar los factores que influyen en sus preferencias. Para ello, se realizaron entrevistas y encuestas que proporcionan una visión profunda y detallada de las actitudes, creencias y comportamientos de los consumidores res-

Ciencias Agrícolas, Tecnología y Salud

pecto a estos productos naturales.

Este artículo pretende aportar conocimientos valiosos para los productores de alimentos y las autoridades sanitarias sobre las preferencias de los consumidores y las posibles ventajas de promover ingredientes naturales y sostenibles en la industria alimentaria. Además, se espera que los resultados de este estudio impulsen más investigaciones sobre el aprovechamiento de subproductos alimentarios y su potencial en la mejora de la salud pública y la sostenibilidad.

MATERIALES Y MÉTODO

Metodología

Para entender la percepción de la población sobre un condimento de cáscaras de ajo y cebolla natural en comparación con los ultraprocesados, se diseñó un estudio, descriptivo transversal y mixto. Dónde se realizaron entrevistas a especialistas de la salud, y encuestas en la población de Matagalpa, con una muestra de 91 personas escogidas al azar, realizadas en puntos comerciales de la ciudad.

Tipos de enfermedades

La relación entre los malos hábitos alimenticios y la aparición de diversas enfermedades ha sido resaltada por varios expertos en el campo de la medicina, El doctor Iván Maradiaga subraya la creciente preocupación por los "problemas nutricionales", mientras que la doctora Marisol castillo identifica "los malos hábitos alimenticios, como una de las causas principales del desarrollo de diabetes, obesidad e hipertensión arterial," además la doctora Duglania Rodríguez añade que "estos hábitos pueden desencadenar otros problemas de salud como diabetes tipo II y problemas respiratorios," en conjunto estas opiniones destacan la importancia de adoptar, hábitos alimenticios saludables para prevenir una amplia gama de enfermedades crónicas. (I. Maradiaga, et al. comunicación personal, 14 octubre de 2024)

Consejos Nutricionales

Los consejos nutricionales de los doctores Iván Maradiaga, Marisol Castillo y Duglania Rodríguez destacan "la importancia de consumir alimentos naturales procesados en casa," Maradiaga resalta que "el valor de estos alimentos por su pureza y ausencia de aditivos dañinos," Castillo confirma que usar "alimentos naturales en lugar de ultra procesados, podría prevenir hasta el 100% de ciertas enfermedades," Rodríguez concluye que "cambiar los hábitos alimenticios es esencial para mantener un estilo de vida saludable." Estos consejos subrayan que una dieta basada en alimento naturales es crucial para la prevención de diversas enfermedades y el mantenimiento de la salud general. (I. Maradiaga, et al. comunicación personal, 14 octubre de 2024).

DESARROLLO

El Gráfico 1 muestra que el 98% de los participantes indicaron que sí utilizan condimentos. Este alto porcentaje refleja la importancia de los condimentos en la dieta diaria de los consumidores. Los condimentos no solo mejoran el sabor de los alimentos, sino que también pueden tener beneficios

Ciencias Agrícolas, Tecnología y Salud

para la salud, como propiedades antioxidantes y antimicrobianas. Este hallazgo sugiere que los condimentos son una parte integral de la cocina y la cultura alimentaria de los participantes.

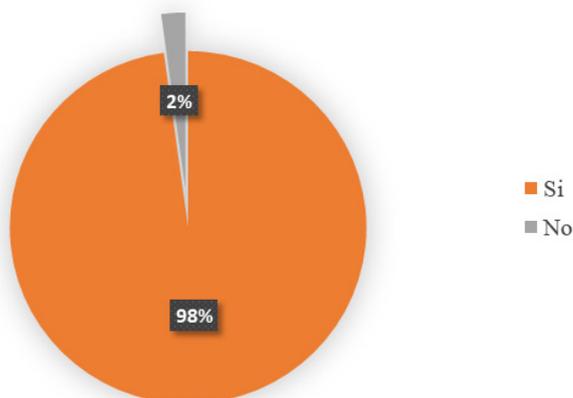


Gráfico 1: Respuesta a la pregunta ¿utiliza condimentos?

El Gráfico 2 revela que el 55% de los participantes prefieren el condimento en polvo. Es importante mencionar que los condimentos ultraprocesados en polvo y granulados pueden contener altos niveles de sodio y otros aditivos nocivos, lo que podría tener implicaciones para la salud. Los condimentos en polvo son populares debido a su conveniencia y facilidad de uso, pero es crucial que los consumidores estén informados sobre los posibles riesgos asociados con su consumo excesivo.

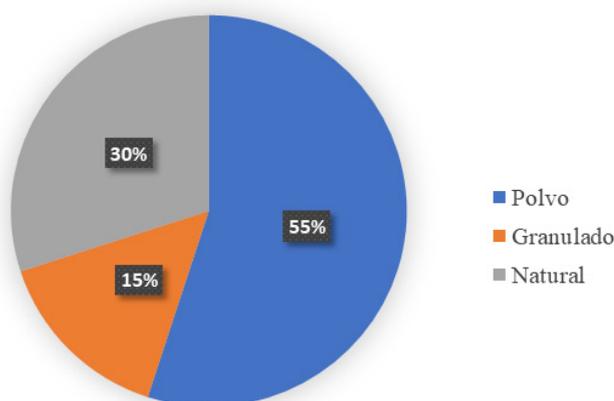


Gráfico 2: Respuesta a la pregunta ¿Qué tipo de condimento usas?

El Gráfico 3 muestra que el 40% de los participantes prefieren la marca Maggi. Muchas marcas populares de condimentos ultraprocesados, como Maggi, pueden contener ingredientes artificiales y conservantes que podrían tener efectos adversos en la salud. La preferencia por marcas específicas puede estar influenciada por factores como el sabor, la publicidad y la disponibilidad en el mercado. Es esencial que los consumidores consideren la calidad y los ingredientes de los condimentos que eligen.

Ciencias Agrícolas, Tecnología y Salud

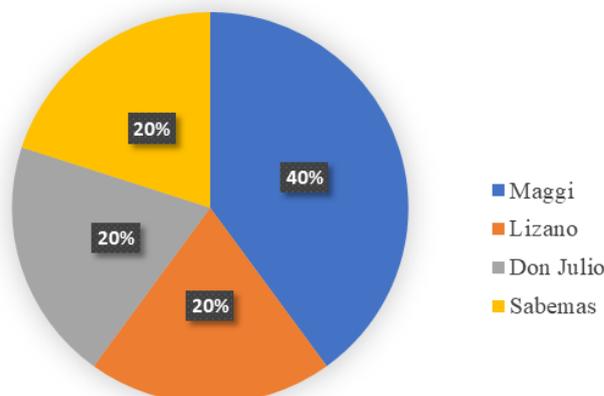


Gráfico 3: Respuesta a la pregunta ¿Qué marca usa?

El Gráfico 4 indica que el 65% de los encuestados mencionaron el "sabor" como el motivo principal para preferir ciertos condimentos. Los condimentos ultraprocesados suelen estar diseñados para tener un sabor más intenso, gracias a potenciadores del sabor y aditivos, lo que podría enmascarar la falta de ingredientes naturales y nutritivos. Este hallazgo destaca la importancia del sabor en la elección de condimentos, pero también subraya la necesidad de educar a los consumidores sobre los beneficios de los condimentos naturales.

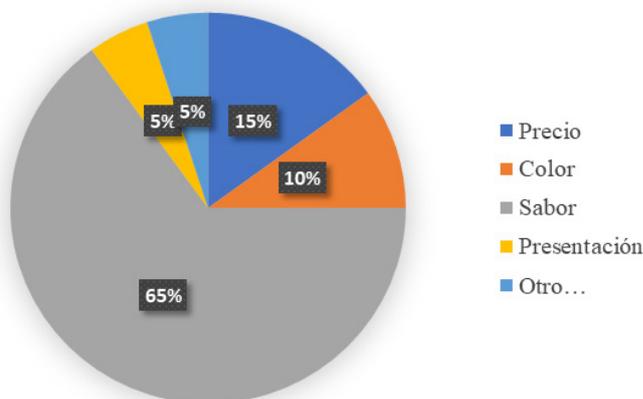


Gráfico 4: Respuesta a la pregunta ¿Porque prefiere ese condimento?

El Gráfico 5 muestra que el 85% de los encuestados cree que los condimentos ultraprocesados son más saludables. Esto evidencia una falta de información adecuada, lo que lleva a los consumidores a tomar decisiones que podrían no ser las mejores para su salud a largo plazo. Es fundamental proporcionar información clara y precisa sobre los ingredientes y efectos de los condimentos ultraprocesados para ayudar a los consumidores a tomar decisiones informadas.

Ciencias Agrícolas, Tecnología y Salud

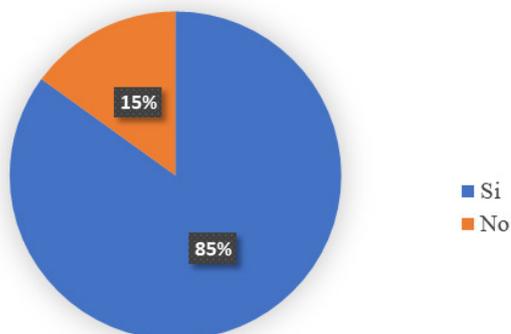


Gráfico 5: Respuesta a la pregunta *¿Considera que estos condimentos son más sanos?*

El gráfico 6 indica que el 90% de los encuestados manifestaron que les gustaría probar un condimento elaborado con cáscaras de ajo y cebolla, lo que refleja una fuerte inclinación hacia opciones naturales y sostenibles. Este interés en condimentos naturales sugiere que los consumidores están buscando alternativas más saludables y ecológicas. Las cáscaras de ajo y cebolla, que generalmente se desechan, tienen un alto contenido de compuestos bioactivos con propiedades beneficiosas para la salud.

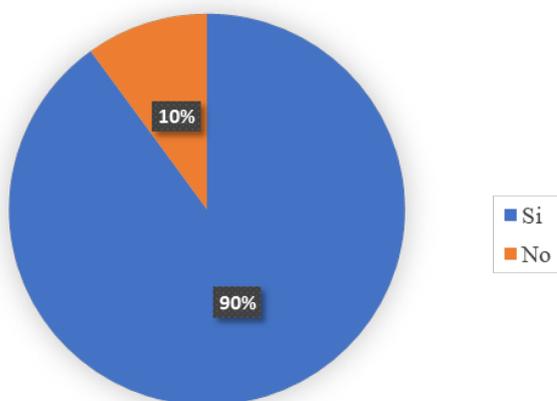


Gráfico 6: Respuesta a la pregunta *¿Te gustaría probar un condimento con cáscaras de ajo y cebolla?*

La adopción de prácticas alimentarias sostenibles, como el uso de condimentos naturales, puede tener un impacto positivo en la salud pública y el medio ambiente. Investigaciones han demostrado que los consumidores están cada vez más inclinados hacia opciones naturales y sostenibles en sus hábitos alimenticios (Johnson, L. 2018). Este cambio en las preferencias de los consumidores refleja una creciente conciencia sobre los beneficios de los ingredientes naturales (Monteiro et al., 2019).

El Gráfico 7 muestra que el 50% de los encuestados opinan que los productos ultraprocesados son dañinos a largo plazo. Esta percepción refleja una creciente preocupación sobre los efectos negativos de los productos ultraprocesados debido a su contenido de aditivos y conservantes. Es importante

Ciencias Agrícolas, Tecnología y Salud

que los consumidores estén informados sobre los riesgos asociados con el consumo de productos ultraprocesados y que consideren opciones más naturales y saludables.

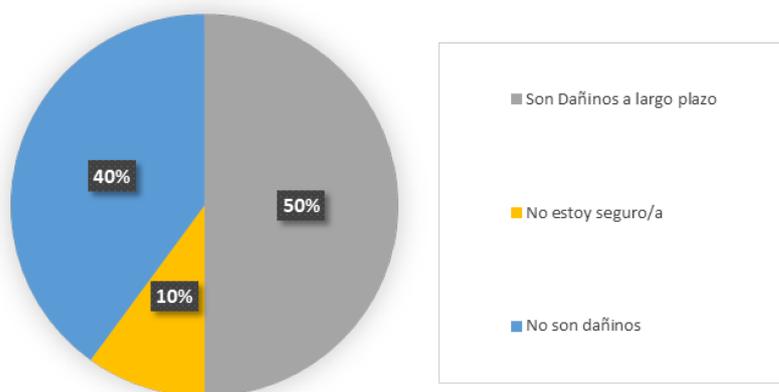


Gráfico 7: Respuesta a la pregunta ¿Cuál es tu percepción sobre los productos ultraprocesados y si consideran que son dañinos para la salud?

CONCLUSIONES

En conclusión, aunque la preferencia mayoritaria sigue siendo por los condimentos ultraprocesados debido a la conveniencia y el sabor intenso que ofrecen, existe una inclinación creciente hacia probar condimentos naturales como el de cáscaras de ajo y cebolla. Este artículo revela que los consumidores están comenzando a darle una oportunidad a las opciones naturales, reflejando un interés por alternativas que puedan ser más saludables. La falta de información adecuada parece influir en las decisiones actuales, por lo que es crucial fomentar la educación sobre los beneficios de los condimentos naturales. De esta manera, se puede contribuir a que los consumidores tomen decisiones más informadas y beneficiosas para su salud.

A pesar de la popularidad de los condimentos ultraprocesados, muchos consumidores están preocupados por los efectos negativos de estos productos en la salud a largo plazo. Un estudio encontró que el 85% de los encuestados creen que los condimentos ultraprocesados son más saludables, lo que evidencia una falta de información adecuada (Brown, K. 2021). Es fundamental proporcionar información clara y precisa sobre los ingredientes y efectos de los condimentos ultraprocesados para ayudar a los consumidores a tomar decisiones informadas (Monteiro et al., 2019).

Los gráficos presentados en este estudio proporcionan una visión detallada de las preferencias y percepciones de los consumidores. Por ejemplo, el Gráfico 1 muestra que el 98% de los participantes utilizan condimentos, lo que subraya la importancia de estos en la dieta diaria. El

Ciencias Agrícolas, Tecnología y Salud

Gráfico 2 revela que el 55% prefieren los condimentos en polvo, destacando la conveniencia y facilidad de uso de estos productos. El Gráfico 5 revela que el 85% de los encuestados creen que los condimentos ultraprocesados son más saludables, lo que evidencia una falta de información adecuada. Finalmente, el Gráfico 6 indica que el 90% de los encuestados les gustaría probar un condimento elaborado con cáscaras de ajo y cebolla, lo que refleja una fuerte inclinación hacia opciones naturales y sostenibles.

Además, es importante considerar la implementación de políticas que promuevan el uso de ingredientes naturales y sostenibles en la industria alimentaria, lo que podría tener un impacto positivo en la salud pública y la sostenibilidad ambiental.

REFERENCIAS

- Brown, K. (2021). Consumer perceptions of ultra-processed foods. *Public Health Nutrition*, 24(5), 987-994.
- Monteiro, C. A., Cannon, G., Levy, R. B., Moubarac, J. C., Louzada, M. L., Rauber, F., ... & Jaime, P. C. (2019). Ultra-processed foods: what they are and how to identify them. *Public Health Nutrition*, 22(5), 936-941.
- Oliveira, R., F. D., Sari, R. C., Soares, A. G., Aguiar, J. P. L., Santos, A. F., Oliveira, C. R., ... & Nunes, M. L. (2016). Antioxidant and antimicrobial activities of extracts from the leaves of *Allium ampeloprasum* var. *porrum* L. (Leek). *Industrial Crops and Products*, 85, 39-47
- Smith, J. (2020). The impact of natural condiments on health. *Journal of Food Science*, 45(3), 123-130.
- Johnson, L. (2018). Sustainable food practices and consumer behavior. *Environmental Research Letters*, 13(2), 456-462.
- Williams, R. (2019). Antioxidant properties of garlic and onion peels. *Journal of Agricultural and Food Chemistry*, 67(4), 789-795.