



Influencia de la consideración de las consecuencias futuras en la selección de alimentos: caso de estudio con etiquetas de galletas

Estudiante: Giuliana Tórtora

Tutor: Gastón Ares

Montevideo, 30 de Julio 2017

Resumen

La orientación temporal de los individuos puede conducir y afectar comportamientos relacionados con la salud, incluyendo el consumo de alimentos. El objetivo del presente trabajo fue estudiar la influencia de la consideración de las consecuencias futuras (CFC) en la selección de etiquetas de galletas dulces. Se diseñaron etiquetas que diferían en el tipo de galleta, información nutricional y alegación nutricional, siguiendo un diseño experimental factorial. Se realizó un estudio online en el que 155 participantes completaron una tarea de análisis conjunto de elección con 8 pares de galletas, eligiendo la galleta que preferirían comprar suponiendo que se encontrarán en un supermercado. Luego, debieron completar la Escala de Consideración de las Consecuencias Futuras (CFC) general y aplicada a los hábitos alimentarios, así como un cuestionario sobre características socio-demográficas. La orientación temporal influyó en las elecciones de los participantes, afectando la importancia que le dieron al tipo de galleta y a la rotulación nutricional. Los individuos con mayor consideración de las consecuencias futuras prefirieron las galletas saludables, mientras que quienes les dan prioridad a las consecuencias inmediatas prefirieron las galletas no saludables. La versión específica de la escala CFC para alimentos, permitió identificar una influencia más marcada de las preferencias temporales en la selección de galletas en comparación con la escala CFC-General. En base a los resultados obtenidos, buscar maneras de estimular y generar una perspectiva más orientada hacia el futuro en relación a los hábitos alimentarios sería un objetivo interesante para promover una alimentación más saludable.

Palabras clave: *consideración de las consecuencias futuras; orientación temporal; preferencias temporales; hábitos alimentarios; etiquetas.*

1. Introducción

El sobrepeso y la obesidad son uno de los problemas de salud más importantes a nivel mundial (Organización Mundial de la Salud, 2016). En nuestro país, el 40% de los adultos de entre 25 y 64 años presentan sobrepeso y el 30% obesidad (Ministerio de Salud, 2016). El sobrepeso y la obesidad se asocian con un mayor riesgo de contraer enfermedades no transmisibles como diabetes, trastornos del aparato locomotor, enfermedades cardiovasculares y algunos tipos de cáncer (Organización Mundial de la Salud, 2016). Los hábitos alimentarios son una de las principales causas de esta situación, al ocasionar un desbalance energético entre las calorías consumidas y gastadas (Organización Mundial de la Salud, 2013). Por este motivo, una de las estrategias para disminuir la prevalencia de sobrepeso, obesidad y enfermedades crónicas es la promoción de cambios en los hábitos alimentarios (Beaglehole et al., 2011). Con este fin, es importante comprender por qué las personas toman decisiones no saludables a la hora de elegir qué alimentos consumir.

El mundo actual se caracteriza por la elevada variedad y disponibilidad de alimentos (Rozin, 2005). Dentro de una categoría, existe una enorme variedad de productos que difieren en precio, marca, calidad, sabor, envase, etiquetas, características nutricionales, entre otras. Diariamente, los individuos deben tomar decisiones sobre qué alimentos consumir, y en estas decisiones constantemente ponen en la balanza la gratificación inmediata (e.g., el placer de consumir un alimento sabroso) y las consecuencias futuras (e.g., efectos adversos en nuestra salud) (van Beek, Antonides y Handgraaf, 2013).

1.1. Influencia de la información disponible en etiquetas en la selección de alimentos

Las etiquetas de alimentos son una estrategia de marketing de suma importancia para las empresas, atrayendo la atención del consumidor en el momento de la compra y

proporcionando información que influye en la percepción de los consumidores y en sus decisiones de compra (Ares et al., 2013). Dentro de una categoría, las etiquetas permiten diferenciar a los productos por su marca, industria o fabricante, ingredientes, contenido neto, diseño gráfico e información nutricional (Grupo Mercado Común, 2003).

La información nutricional es una de las estrategias que puede conducir al consumidor a elecciones más saludables (Drichoutis, Lazaridis, y Nayga, 2009). En nuestro país, las etiquetas deben incluir de forma obligatoria información nutricional que especifique la cantidad de calorías, azúcares, grasas, grasas saturadas, grasas insaturadas y sodio del alimento (Grupo Mercado Común, 2003). Este tipo de información es incluida en la parte de atrás de las etiquetas y suele ser difícil de encontrar y entender para los consumidores, quienes no acostumbran a tenerla en cuenta a la hora de tomar sus decisiones de compra (Grunert, Fernández-Celemín, Wills, Storcksdieck genannt Bonsmann y Nureeva, 2010). Por este motivo, la inclusión de información nutricional frontal ha recibido gran atención en los últimos años (Hawley et al., 2013).

Existen diferentes formatos de rotulación nutricional frontal, los cuales difieren en el grado en que permiten a los consumidores sacar conclusiones sobre cuán saludables son los productos (Hodgkins et al., 2012). El formato GDA (Guideline Daily Amounts) es de los más comunes, pero solo proporciona información sobre el contenido de cuatro nutrientes expresado en valor absoluto (por porción o 100 g) o como porcentaje de la ingesta diaria recomendada, requiriendo una lectura detenida y dificultando su comprensión (Grunert, Willis y Fernández-Celemín, 2010).

Con el fin de captar rápidamente la atención del consumidor y facilitar la comprensión de la información nutricional, se han creado formatos más simples, tales como el sistema semáforo o las advertencias nutricionales (Arrúa et al., 2017). El sistema de advertencias nutricionales indica que el producto presenta niveles que están por encima de los límites establecidos con respecto a azúcares, calorías, sodio o grasas

saturadas (Ministerio de Salud Chile, 2015). Las mismas posibilitan un acceso claro y visible a la información sobre la composición de cada alimento, facilitando y promoviendo tomas de decisión más saludables (Ministerio de Salud Chile, 2016). Arrúa et al. (2017) reportaron que las advertencias pueden mejorar la capacidad de los consumidores para identificar rápidamente productos no saludables, alentándolos a evitarlos y seleccionar la alternativa más saludable dentro de la categoría.

Además de la información nutricional obligatoria, las empresas de alimentos suelen utilizar diversos tipos de alegaciones nutricionales y de salud (Grupo Mercado Común, 2003). Las alegaciones nutricionales destacan características del alimento sobre el nivel de un nutriente (e.g., "0% colesterol", "baja en grasa", "sin azúcares", "sal reducida") (Williams, 2005). Estas alegaciones son utilizadas como estrategia de marketing, atribuyendo determinados beneficios nutricionales a algunos productos sin basarse en una evidencia científica sólida (Cuevas, Romero y Royo, 2012). Las mismas generan una percepción de saludable en algunos alimentos que tienen un perfil nutricional desfavorable, y su redacción precisa y concreta suele desalentar la búsqueda de mayor información nutricional (Williams, 2005).

1.2. Consideración de las consecuencias futuras y selección de alimentos

Las motivaciones e intereses personales de los consumidores influyen fuertemente en la selección de alimentos (Köster, 2009). Más allá de las distintas preferencias que puedan tener por uno u otro producto alimenticio, la decisión de consumir un producto y no otro varía en función de si el consumidor toma en cuenta las recompensas inmediatas o los resultados futuros de su decisión. Existen claras diferencias entre los individuos en relación a si consideran los resultados futuros de su actual comportamiento: algunos consideran las consecuencias futuras de sus actos y creen que vale la pena realizar ciertos comportamientos en pos de sus resultados futuros, a pesar de que esto conlleve determinado costo y esfuerzo (Strathman, Gleicher,

Boninger, Edwards, 1994). Por otra parte, están aquellos individuos que se centran en maximizar los beneficios inmediatos de sus acciones otorgándoles alta prioridad a los mismos, sin preocuparse por las consecuencias futuras que puedan surgir (Strathman et al., 1994). A estas diferencias entre los individuos se le conoce como *orientación temporal*, la cual se define como una orientación preferencial que predomina en el comportamiento y en el pensamiento relacionada con preocupaciones del pasado, presente o futuro (Hulbert y Lens, 1988). Este concepto general está íntimamente relacionado con otros conceptos como *descuento temporal* (Kirby, Petry, y Bickel, 1999; Frederick, Loewenstein y O' Donoghue, 2002), *preferencias temporales* (Bishai, 2001; Frederick et al., 2002; Komlos, Smith y Bogin, 2004; Cavaliere, De Marchi y Banterle, 2014), *perspectiva temporal* (Zimbardo y Boyd, 1999) y *consideración de las consecuencias futuras* (Strathman et al., 1994).

En particular, el descuento temporal refiere a la reducción del valor actual de una recompensa futura a medida que aumenta su retraso: cuanto más alejada en el tiempo esté la recompensa, su valor presente será menor, y por lo tanto, menos probable es que sea elegida entre otras alternativas (Kirby et al., 1999). Frederick et al. (2002), utilizan este término para abarcar de manera amplia cualquier motivo que haga quitarle importancia a una consecuencia futura. En este caso, el valor de la recompensa (e.g., tener un estilo de vida saludable), disminuye con el retraso de su recepción.

Asimismo, se denomina preferencia temporal a la disposición de las personas a negociar el beneficio actual por el beneficio futuro (Komlos et al., 2004). Aquellas personas con alta preferencia temporal prefieren recompensas inmediatas, a corto plazo, por el contrario, aquellas personas con baja preferencia temporal, renuncian a la gratificación inmediata prefiriendo beneficios futuros (Frederick et al., 2002). Estos últimos le atribuyen mayor valor a los eventos futuros (e.g., mejor estado de salud) que a la gratificación inmediata (e.g., el placer que deriva de consumir alimentos altos en

calorías) (Cavaliere et al., 2014). Es así que un pensamiento orientado hacia el futuro resultará en un estilo de vida más saludable (Dassen, Houben, Jansen, 2015).

Por su parte, la consideración de las consecuencias futuras (CFC, por sus siglas en inglés; Strathman et al., 1994) es un constructo que evalúa diferencias individuales, definido por Strathman et al. como: “the extent to which people consider the potential distant outcomes of their current behaviors and the extent to which they are influenced by these potential outcomes” (p. 743). Estos autores crearon la escala CFC para evaluar este constructo y son múltiples los estudios que lo relacionan con varios dominios importantes tales como: comportamiento laboral, toma de decisiones ambientales, financieras, entre otros; aunque el dominio más estudiado dentro de la literatura es sobre comportamientos saludables (Joireman y King, 2016). El CFC se ha mostrado predictor sobre varias conductas relacionadas con la salud como lo son: fumar y consumir alcohol (Adams y Nettle, 2009; Beenstock, Adams, y White, 2011), realizar ejercicio físico (Adams et al., 2009; Joireman, Shaffer, Balliet y Strathman 2012), diferentes hábitos de sueño (Peters, Joireman, y Ridgway, 2005), vacunarse contra el virus H1N1 (Nan y Kim, 2014), comportamiento sexual (Appleby et al., 2005), comportamiento alimenticio (Dassen et al., 2015, Joireman et al., 2012, van Beek, Antonides, y Handgraaf, 2013), entre otros (Joireman et al., 2016).

Dentro del comportamiento alimenticio, se ha demostrado cómo las preferencias temporales pueden afectar las decisiones diarias sobre el consumo de alimentos (e.g., comer un trozo de pastel ahora vs posponerlo) (Lawless, Drichoutis y Nayga Jr, 2013). En relación con esto último, tomar la decisión de mantener una dieta saludable implica a menudo renunciar a algunas características de los alimentos como sabor, costo y comodidad, a favor de la salud. Una dieta saludable implica un gasto mayor de tiempo, dinero y esfuerzo, así como tener la voluntad de evitar algunos alimentos que son inmediatamente atractivos para los sentidos, pero, por otra parte, mantenerla sería una especie de “inversión” para una mejor calidad de vida a futuro (Huston y Finke, 2003).

Huston et al. (2003) demostraron que la preferencia temporal es el predictor más importante del comportamiento alimenticio saludable, seguido por ciertas características socio-culturales y de mercado.

A pesar del amplio reconocimiento de la importancia que las preferencias temporales y el CFC tienen en relación con la salud, son escasos los estudios que los relacionen de manera específica con la selección de alimentos. Recientemente, De Marchi, Caputo, Nayga Jr y Banterle (2016), demostraron que aquellos individuos que consideran las consecuencias futuras de sus actos (baja preferencia temporal) muestran mayor interés en alimentos orgánicos y en la cantidad de calorías a la hora de elegir un alimento para consumir. Por el contrario, aquellos con mayor orientación hacia el presente (alta preferencia temporal) muestran menor interés en productos orgánicos e informaciones vinculadas con la salud, prefiriendo el sabor u otras características que brindan una gratificación más inmediata. Además, Cavaliere et al. (2014) reconocieron a las preferencias temporales como un aspecto crucial en la explicación de ganancia de peso o en el mantenimiento de un peso saludable. Estos autores evidenciaron que el índice de masa corporal saludable de los sujetos se asocia con una alta orientación hacia el futuro, con un alto interés en la información nutricional, un alto nivel educativo y una baja atención a las alegaciones nutricionales relacionadas con la salud. Por el contrario, la probabilidad de obesidad y sobrepeso es mayor cuando los consumidores están menos preocupados por el futuro, y la misma se asocia con una menor búsqueda de información nutricional y un alto interés en las alegaciones nutricionales. En la medida en que se logre entender lo que motiva psicológicamente a las personas a realizar estas elecciones inter-temporales en el consumo diario de alimentos, se podrá utilizar el conocimiento acerca de las preferencias temporales con el objetivo de influir positivamente en la salud pública y en algunos casos, llegar a predecir la aparición de enfermedades como la obesidad o el sobrepeso (Lawless et al., 2013).

2. Objetivos y descripción general del estudio

El presente trabajo tuvo como objetivo estudiar la influencia de la consideración de las consecuencias futuras en la selección de alimentos. Se utilizaron como caso de estudio etiquetas de galletas dulces debido a que es un alimento muy común en la dieta de los consumidores uruguayos, existiendo distintas opciones que difieren en sus características sensoriales y en aspectos vinculados con la salud. Por medio de un estudio online, se evaluó la selección de etiquetas de galletas y la consideración de las consecuencias futuras, de forma general y en relación específicamente a los hábitos alimentarios de los participantes.

3. Materiales y métodos

3.1. Participantes

Participaron en el estudio un total de 155 participantes de edades comprendidas entre 18 y 60 años (46% de 18 a 25 años, 21% de 26 a 35 años, 15% de 36 a 45 años y 18% de 46 a 60 años) y un 84% fueron mujeres. Los mismos fueron reclutados a través de redes sociales y en la Facultad de Psicología.

3.2. Diseño experimental

Se diseñaron etiquetas de galletas dulces utilizando un diseño factorial 2x2x2 con tres variables, cada una con dos niveles (Tabla 1). Los tipos de galletas considerados buscaron asociaciones con un producto saludable (Granolina) y un producto asociado a la gratificación inmediata (Chocops), lo cual se reflejó en el nombre del producto y el diseño del envase. La rotulación nutricional se presentó en el frente del paquete utilizando el sistema GDA (uno de los más comunes en Uruguay), y el sistema de advertencias. Este último, recientemente utilizado en Chile para desmotivar la elección de alimentos poco saludables (Ministerio de Salud Chile, 2015), está siendo evaluado

actualmente para su implementación en Uruguay (Fiordelmondo, 2017). Finalmente, se consideró la inclusión de alegaciones nutricionales debido a su frecuente utilización por parte de las empresas de alimentos para comunicar el concepto de saludable.

Tabla 1. Variables y niveles utilizados en el diseño de las etiquetas.

Variables	Niveles	
Tipo	Chocops	Granolinas
Alegación nutricional	0% Colesterol, 0% Grasas Trans	Ausente
Rotulación	Advertencia	GDA

Utilizando las 8 etiquetas (correspondientes a todas las combinaciones posibles de los niveles de las tres variables consideradas), se diseñaron 8 sets de 2 etiquetas siguiendo el procedimiento mix-and-match (Johnson, Kanninen, Bingham y Ozdemir, 2007). Las etiquetas fueron diseñadas por una diseñadora gráfica con experiencia previa en el diseño de etiquetas de este tipo de alimentos. Para asegurar que los participantes vieran las etiquetas por primera vez durante el experimento y evitar que el conocimiento previo influyera en la toma de decisiones, el diseño de las mismas fue diferente al de las galletas disponibles actualmente en el mercado uruguayo. En la Figura 1 se muestra un ejemplo de un set de elección considerado.



Figura 1. Ejemplo de un set de elección considerado en el estudio.

3.3. Procedimiento experimental

Se diseñó un estudio online compuesto por tres partes. En la primera parte, se realizó un experimento de elección utilizando los 8 sets de pares de etiquetas de galletas dulces. Los sets fueron presentados uno a uno, siguiendo un diseño experimental de cuadro latino de Williams. Los participantes debieron observar cada uno de los sets y elegir cuál de las dos etiquetas preferirían comprar suponiendo que se encontraran en un supermercado.

En la segunda parte de la tarea, los participantes completaron la escala CFC traducida al español y validada por Vásquez, Martín, Esteves, Ortuño y Joireman (2017). La misma está compuesta por la escala original de 12 ítems de Strathman et al. (1994) junto con dos nuevos ítems agregados por Joireman et al. (2012), y su fin es evaluar la forma en que las personas consideran las consecuencias más distantes o proximales de sus actos (Vásquez et al., 2017). Los 14 ítems corresponden a dos subescalas: CFC-Futuro y CFC-Inmediato, de 7 ítems cada una, los cuales son evaluados en una

escala Likert de 7 puntos, siendo “1 = nada característico” y “7 = totalmente característico”. Las puntuaciones más altas en CFC-Futuro indican una mayor consideración de las consecuencias futuras, mientras que puntuaciones más altas en CFC-Inmediato indican una mayor consideración de las consecuencias inmediatas. Además, debieron completar una versión adaptada de la escala CFC para abordar específicamente la consideración de las consecuencias futuras en el marco de los hábitos alimentarios propuesta por van Beek et al. (2013). Esta escala, al igual que la escala CFC, también está compuesta por dos subescalas: CFC-Futuro y CFC-Inmediato, la diferencia es que incorpora las palabras “alimentos” o “hábitos alimentarios” en cada uno de los ítems. Los dos nuevos ítems de Joireman et al. (2012) de la subescala Futuro también fueron agregados y adaptados (ver anexo en Beek, Handgraaf y Antonides, 2017). Todos los ítems de ambas escalas CFC-General y CFC-Alimentos son descriptos en las tablas 2 y 3 respectivamente.

Por último, los participantes proporcionaron algunos datos personales: edad, género, nivel educativo, ocupación, frecuencia de consumo galletas, tipo de galletas habitualmente consumidas y frecuencia con la que estaban a cargo realizar las compras en el hogar. Los cuestionarios fueron administrados en español utilizando el software Compusense Cloud (Compusense Inc., Guelph, Canadá) para la recolección de datos. La duración total de la tarea fue de aproximadamente 15 minutos.

3.4. Análisis de datos

3.4.1. Análisis factorial exploratorio de escalas CFC-General y CFC-Alimentos

Se realizó un análisis factorial exploratorio de las escalas CFC-General y CFC-Alimentos considerando el método de máxima verosimilitud y rotación promax. Se identificó la estructura factorial de cada una de las escalas y se comparó con los resultados publicados en la bibliografía. Para cada uno de los factores identificados en

cada una de las escalas, se calculó la suma de los puntajes de los ítems correlacionados con cada factor, de cada participante.

3.4.2. Elección de las etiquetas

Los datos del experimento de elección fueron analizados utilizando un modelo logístico con parámetros aleatorios (Scarpa, Ferrini y Willis, 2005). El modelo consideró el efecto principal de las variables del diseño, rotulación (ROT), tipo (T) y alegación nutricional (AL), así como sus interacciones con los dos factores de la escala CFC-General (CFC-General. F y CFC-General .I) y de la escala CFC-Alimentos (CFC-Alimentos. F y CFC-Alimentos. I) observados para cada participante. Este modelo permite evaluar la influencia de los atributos que caracterizaron a las etiquetas de galletas en la elección de los participantes (efectos principales) y cómo varían estas preferencias de acuerdo con la orientación hacia el futuro o hacia el presente de cada participante (efectos de interacción). La consideración de los efectos de interacción permite estimar si el CFC-Futuro y el CFC-Inmediato en este caso, modulan la influencia de las variables independientes en las selecciones de los participantes (Grebitus, Lusk y Nayga, 2013a,b). Los análisis se realizaron utilizando el paquete `mlogit` en lenguaje R (R Core Team, 2016).

3.4.3. Análisis de cluster

Se utilizaron análisis de cluster jerárquico sobre los puntajes de los participantes en cada uno de los factores de la escala CFC general y de alimentos. El análisis de clúster es una técnica multivariante que busca clasificar objetos o variables formando grupos/conglomerados tratando de lograr la mayor homogeneidad posible dentro de sí mismos y la mayor heterogeneidad entre sí. Este agrupamiento está basado en la idea de similitud o distancia entre las observaciones, y la obtención de los clusters

dependerá de la distancia o criterio considerados (Universidad de Granada, 2017). Se utilizaron distancias Euclidianas y el método de aglomeración de Ward. Los datos de las elecciones de cada uno de los grupos identificados se analizaron por separado utilizando el modelo logístico descrito en la sección anterior. Se evaluaron diferencias en las características socio-demográficas de los grupos utilizando el test chi-cuadrado y análisis de varianza.

4. Resultados

4.1. Análisis factorial exploratorio de las escalas CFC-General y CFC-Alimentos

El análisis factorial exploratorio realizado sobre los datos de la escala CFC-General permitió identificar dos factores: un factor con 7 ítems pertenecientes a la subescala CFC-Futuro (ítems 1, 2,6,7,8,13 y 14), y otro factor con 7 ítems pertenecientes a la subescala CFC-inmediato (ítems 3,4,5,9,10,11 y 12) (Tabla 2).

En el caso de la escala CFC-Alimentos, el análisis factorial exploratorio también permitió identificar dos factores: un factor con 8 ítems pertenecientes a la subescala CFC-Futuro (ítems 1, 2,6,7,8,12,13 y 14), mientras que el otro factor estuvo compuesto por 6 ítems pertenecientes a la subescala CFC-inmediato (ítems 3,4,5,9,10 y 11) (Tabla 3). En esta escala específica para hábitos alimentarios, el ítem 12: *“Dado que mis hábitos alimentarios tienen consecuencias específicas, son más importantes para mí que otros hábitos que tienen consecuencias a largo plazo”*, presentó cross-loading (carga en ambos factores) en el cual la carga mayor resultó en el factor perteneciente a la subescala CFC-Futuro, a diferencia de la escala CFC-General en la que fue perteneciente a la subescala CFC-inmediato. Esto puede deberse a la complejidad que tiene el consumo de alimentos en la vida de los individuos, ya que muchos pueden considerar que sus hábitos alimentarios tienen consecuencias futuras y no específicas como lo expresado en este ítem.

A partir de los resultados del análisis factorial, se calculó la suma de los puntajes de los ítems correlacionados con cada factor de cada una de las escalas, con el fin de estimar la consideración de las consecuencias futuras e inmediatas de cada uno de los participantes, de forma general y en relación a sus hábitos alimentarios.

Tabla 2. Resultados del análisis factorial exploratorio realizado en la escala CFC-General.

Ítems escala CFC-General	CFC-Futuro	CFC-Inmediato
1. Considero cómo las cosas pueden ser en el futuro, y trato de influenciar esas cosas con mi comportamiento, día a día.	0.58	0.05
2. A menudo me empeño en un comportamiento en particular para obtener resultados que podrían no suceder por varios años.	0.53	0.07
3. Actúo solamente para satisfacer asuntos inmediatos, imaginando que el futuro se ocupará de sí mismo.	-0.09	0.68
4. Mi comportamiento solamente está influenciado por los resultados inmediatos de mis acciones (por ej., en cuestión de días o semanas).	-0.02	0.46
5. Mi comodidad es un factor importante a la hora de tomar decisiones o emprender acciones	0.16	0.52
6. Estoy dispuesto a sacrificar mi felicidad o bienestar inmediato para lograr resultados a futuro.	0.41	0.02
7. Creo que es importante tomar seriamente las advertencias sobre resultados negativos, incluso si esos resultados no van a ocurrir en varios años.	0.43	-0.08
8. Creo que es más importante realizar un comportamiento con consecuencias importantes a largo plazo que un comportamiento con consecuencias inmediatas menos importantes.	0.46	-0.13
9. Generalmente ignoro las advertencias acerca de posibles problemas futuros porque creo que los problemas se resolverán antes de que alcancen un nivel de crisis.	0.04	0.71
10. Creo que sacrificarse ahora es por lo general innecesario dado que los resultados futuros se pueden tratar más adelante.	-0.18	0.66
11. Actúo solamente para satisfacer temas inmediatos, imaginando que me ocuparé de futuros problemas que pudieran surgir más adelante.	-0.01	0.83
12. Dado que mi trabajo cotidiano tiene resultados específicos, es más importante para mí que el comportamiento que tiene resultados a largo plazo.	-0.01	0.58
13. Cuando tomo una decisión pienso de qué manera me afectará en el futuro.	0.69	-0.10
14. En general, mi comportamiento está influenciado por las consecuencias que tendrá en el futuro.	0.65	-0.01

Nota: Para cada ítem se indica con negrita el factor con mayor carga factorial.

Tabla 3. Resultados del análisis factorial exploratorio realizado en la escala CFC-Alimentos.

Ítems escala CFC-Alimentos	CFC-Futuro	CFC-Inmediato
1. Considero cómo mi salud puede ser en el futuro, y trato de influenciar en ella con los alimentos que consumo a diario.	0.70	-0.24
2. A menudo me empeño en un determinado hábito alimentario, para obtener resultados que podrían no suceder por varios años.	0.69	-0.10
3. Solo elijo los alimentos que consumo para satisfacer necesidades inmediatas, pensando que el futuro se ocupará de sí mismo.	-0.07	0.77
4. Mis hábitos alimentarios solo están influenciados por las consecuencias inmediatas de mis acciones (por ejemplo, en cuestión de días o semanas).	-0.07	0.77
5. Mi comodidad es un factor importante a la hora de elegir qué alimentos consumo o mis hábitos alimentarios.	-0.18	0.43
6. Estoy dispuesto a sacrificar la felicidad inmediata o el bienestar que deriva de mis hábitos alimentarios con el fin de lograr resultados futuros.	0.62	0.00
7. Creo que es importante tomar seriamente las advertencias sobre las consecuencias negativas de mis hábitos alimentarios, incluso si estas no ocurrirán durante varios años.	0.69	-0.04
8. Creo que es más importante tener hábitos alimentarios con consecuencias lejanas favorables, que tener hábitos alimentarios con consecuencias inmediatas menos favorables.	0.66	0.01
9. En general, ignoro las advertencias sobre posibles consecuencias futuras de mis hábitos alimentarios, porque pienso que serán resueltas antes de que alcancen un nivel de crisis.	-0.01	0.78
10. Creo que sacrificar consumir algunos alimentos es por lo general innecesario, dado que los resultados futuros se pueden tratar más adelante.	-0.21	0.52
11. Solo elijo los alimentos que consumo para satisfacer mis necesidades inmediatas, imaginando que me ocuparé de futuros problemas que pudieran surgir más adelante.	-0.05	0.82
12. Dado que mis hábitos alimentarios tienen consecuencias específicas, son más importantes para mí que otros hábitos que tienen consecuencias a largo plazo.	0.63	0.45
13. Cuando elijo los alimentos pienso en cómo podrían afectarme en el futuro.	0.76	-0.18
14. En general, mis hábitos alimentarios están influenciados por las consecuencias que tendrán en el futuro.	0.83	-0.08

Nota: Para cada ítem se indica con negrita el factor con mayor carga factorial.

4.2. Influencia del CFC-General en las elecciones de etiquetas de galletas

Se aplicó un modelo logístico para estimar el efecto de las características de las etiquetas en las elecciones de los participantes, así como la influencia de la consideración de las consecuencias futuras e inmediatas de sus actos en ellas. Los efectos principales del modelo logístico (Tabla 4), indicaron que las elecciones de las etiquetas estuvieron influidas significativamente únicamente por el tipo de galleta. El coeficiente positivo indica que los participantes prefirieron las galletas Chocops (vs Granolinas).

Sin embargo, se observó un efecto de interacción entre el CFC-General. F y las variables rotulación ($p < 0,05$) y tipo de galleta ($p < 0,001$), lo que indica que la orientación temporal hacia el futuro afectó la importancia otorgada por los participantes a la rotulación nutricional y al tipo de galleta en sus elecciones. Sus coeficientes significativos y negativos en ambos casos, sugieren que aquellos participantes más orientados hacia el futuro presentaron una menor preferencia por el tipo de galleta Chocops, en comparación con los participantes con menor orientación hacia el futuro. Además, la advertencia tuvo un mayor efecto negativo en la elección de los participantes con mayor orientación futura. Por su parte, se observó un efecto de interacción entre el factor CFC-General .I y el tipo de galleta, indicador de que la orientación temporal hacia el presente moduló la importancia del tipo de galleta en las elecciones. Su coeficiente significativo y positivo indica que aquellos participantes más centrados en el presente presentaron una mayor preferencia por las galletas Chocops (vs Granolinas) que los participantes con menor orientación hacia el presente.

Tabla 4. Resultados del efecto de cada variable en la elección de galletas, en relación con las escalas CFC-General y CFC-Alimentos.

Efectos principales	CFC-General	CFC-Alimentos
ROT (Advertencia)	0.42	-1.70*
T (Chocops)	2.16*	2.21**
AL (0% Colesterol, 0% Grasas Trans)	0.50	0.65
Efectos de interacción		
ROT: CFC-F	-0.05*	-0.01
T: CFC-F	-0.11***	-0.10***
AL: CFC-F	0.00	0.00
ROT: CFC-I	0.00	0.03
T: CFC-I	0.09***	0.10***
AL: CFC-I	0.00	-0.00

Nota: ROT=Rotulación; T=Tipo de galleta; AL=Alegación nutricional. La significancia de los resultados se indica con los siguientes códigos: ns $p>0,05$; * $p<0,05$; ** $p\leq 0,01$; *** $p<0,001$

4.2.1. Análisis de elecciones de grupos de participantes con distinto puntaje CFC de acuerdo a la escala CFC-General

De forma de profundizar el análisis de las diferencias en la selección de galletas de participantes con distinta consideración de las consecuencias futuras e inmediatas de sus actos, se aplicó un análisis de cluster jerárquico. Dicho análisis permitió identificar dos grupos de participantes de acuerdo a los puntajes obtenidos a partir de la escala CFC-General (Tabla 5). El grupo 1, compuesto por 88 participantes, presentó puntuaciones más altas en la subescala CFC-Futuro y puntuaciones más bajas en la subescala CFC-Inmediato, lo que indica una mayor consideración de las consecuencias futuras. El grupo 2, compuesto por 67 participantes, presentó puntuaciones más altas en la subescala CFC-Inmediato y puntuaciones más bajas en la subescala CFC-Futuro, lo que indica una mayor consideración de las consecuencias inmediatas.

Para los participantes del grupo 1, caracterizados por una mayor orientación hacia el futuro, las variables rotulación y alegación nutricional tuvieron un efecto significativo en

la elección. El coeficiente significativo y negativo de la variable rotulación, indica que la presencia de advertencia desestimuló la elección. Por su parte, el coeficiente significativo y positivo de la variable alegación nutricional, señala que estos participantes prefirieron las etiquetas que sí tenían alegación nutricional (vs sin alegación nutricional). El tipo de galleta no tuvo un efecto significativo en las elecciones de estos participantes.

Por su parte, para los participantes del grupo 2, caracterizados por una mayor orientación hacia el presente, las tres variables tuvieron un efecto significativo en las elecciones. Al igual que en el grupo 1, la rotulación influyó negativamente y prefirieron etiquetas que sí tenían alegación nutricional (vs sin alegación nutricional). Sin embargo, el tipo de galleta fue la variable que tuvo el mayor efecto en la elección; su coeficiente significativo y positivo sugiere que estos participantes prefirieron las galletas Chocops (vs Granolinas).

Los grupos no difirieron en su distribución de género ($\chi^2=0,01$; $p=0,89$), edad ($\chi^2=4,43$; $p=0,21$), nivel educativo ($\chi^2=10,45$; $p=0,10$), ni en la frecuencia de consumo de galletas ($\chi^2=1,47$; $p=0,68$).

Tabla 5. Número de participantes (n), puntajes promedio de las dimensiones del CFC, y efecto de las variables en la elección de etiquetas de galletas de cada grupo identificado en el análisis de cluster a partir de la escala CFC-General.

Grupo	1	2
n	88	67
Puntaje promedio		
CFC-General Futuro	39,1	29,3
CFC-General Inmediato	18,4	28,9
Variable		
Rotulación (ROT)	-1,87***	-0,88***
Tipo (T)	-0,36	1,21***
Alegación nutricional (AL)	0,82***	0,69***

Nota: La significancia de los resultados se indica con los siguientes códigos: ns $p>0,05$; * $p<0,05$; ** $p\leq 0,01$; *** $p<0,001$

4.3. Influencia de CFC-Alimentos en las elecciones de etiquetas de galletas

Se aplicó un modelo logístico para estimar el efecto de las características de las etiquetas en las elecciones de los participantes, así como la influencia de la consideración de las consecuencias futuras e inmediatas vinculadas con los hábitos alimentarios en ellas. Con referencia a los efectos principales (Tabla 4), las elecciones de etiquetas estuvieron influidas significativamente por las variables tipo ($p \leq 0,01$) y rotulación ($p < 0,05$). El coeficiente significativo y positivo de la variable tipo, indica que los participantes prefirieron las galletas Chocops (vs Granolinas). El coeficiente significativo y negativo de la variable rotulación, es indicador de que la advertencia (vs GDA) influyó negativamente en la elección de los participantes.

Se observó un efecto de interacción entre los dos factores de la escala CFC-Alimentos, CFC-Alimentos. F y CFC-Alimentos. I, y el tipo de galleta, lo que indica que la orientación temporal, futura e inmediata, afectó la importancia del tipo de galleta en las elecciones. El coeficiente significativo y negativo del efecto de esta variable en interacción con el factor CFC-Alimentos. F, sugiere que los participantes con mayor orientación hacia el futuro en relación a sus hábitos alimentarios presentaron una menor preferencia por galletas Chocops que los participantes con menor orientación hacia el futuro. Por el contrario, el coeficiente significativo y positivo del efecto de la interacción entre esta variable y el factor CFC-Alimentos. I, señala que los participantes quienes se centran más en el presente en relación a sus hábitos alimentarios presentaron una mayor preferencia por las galletas Chocops (vs Granolinas).

4.3.1. Análisis de elecciones de grupos de participantes con distinto puntaje CFC de acuerdo a la escala CFC-Alimentos

El análisis de cluster permitió identificar dos grupos de participantes de acuerdo a los puntajes obtenidos a partir de la escala CFC-Alimentos (Tabla 6). El grupo 3, compuesto por 83 participantes, presentó puntuaciones más altas en la subescala CFC-Futuro y puntuaciones más bajas en la subescala CFC-Inmediato, lo que indica una mayor consideración de las consecuencias futuras de estos participantes en relación a sus hábitos alimentarios. El grupo 4, compuesto por 72 participantes, presentó puntuaciones más altas en la subescala CFC-Inmediato y puntuaciones más bajas en la subescala CFC-Futuro, lo que indica una mayor consideración de las consecuencias inmediatas de estos participantes en relación a sus hábitos alimentarios.

En el caso de las elecciones de los participantes del grupo 3, caracterizado por una mayor orientación futura en relación a sus hábitos alimentarios, las tres variables tuvieron un efecto significativo. La variable rotulación influyó negativamente y la alegación nutricional de forma positiva, indicando que la advertencia desestimuló la elección y la alegación nutricional la aumentó. Por su parte, el coeficiente significativo y negativo de la variable tipo indica que estos participantes prefirieron las galletas Granolinas (vs Chocops).

Para los participantes del grupo 4, caracterizado por una mayor orientación hacia el presente en lo que refiere al consumo de alimentos, las tres variables tuvieron un efecto significativo en la elección. A pesar de que la advertencia desestimuló la elección y la alegación nutricional la estimuló, se encontraron diferencias en la influencia del tipo de galleta respecto al grupo 3. Dicha variable tuvo el mayor efecto en las elecciones y su coeficiente fue positivo, lo que indica que estos participantes prefirieron las galletas Chocops (vs Granolinas).

Los grupos no difirieron en su distribución de género ($\chi^2=0,00$; $p=0,96$), edad ($\chi^2= 6,80$; $p=0,07$), nivel educativo ($\chi^2= 6,29$; $p=0.39$), ni en la frecuencia de consumo de galletas ($\chi^2= 2,92$; $p=0,40$).

Tabla 6. Número de participantes (n), puntajes promedio de las dimensiones del CFC, y efecto de las variables en la elección de cada grupo identificado en el análisis de cluster a partir de la escala CFC-Alimentos.

Grupo	3	4
n	83	72
Puntaje promedio		
CFC-Alimentos Futuro	44,2	29,4
CFC-Alimentos Inmediato	13,8	27,9
Variable		
Rotulación (ROT)	-1,58***	-1,06***
Tipo (T)	-1,50***	2,59***
Alegación nutricional (AL)	0,89***	0,60**

Nota: La significancia de los resultados se indica con los siguientes códigos: ns $p>0,05$; * $p<0,05$; ** $p\leq 0,01$; *** $p<0,001$

4.4. Relación entre las escalas CFC-General y CFC-Alimentos

Los puntajes de las escalas CFC general y de alimentos presentaron una correlación significativa pero moderada. En el caso de la escala subescala futuro el coeficiente de correlación entre las escalas fue de 0.43 ($p<0.001$), mientras que la para la subescala inmediato la correlación fue de 0.56 ($p<0.001$). Del total de los participantes, un 37,4% (N=58) quedaron clasificados con orientación hacia el futuro en ambas escalas CFC, General y de Alimentos. Por el contrario, un 27,1% (N=42) de los participantes quedaron clasificados con orientación hacia el presente o inmediata en ambas escalas también. Por lo tanto, el 64,5% del total de participantes quedaron clasificados de manera coherente en ambas escalas. El porcentaje restante, 35,5% (N=55), quedó clasificado en un factor en una escala y en el otro factor en la otra escala.

5. Discusión

5.1. Determinantes en las elecciones de etiquetas de galletas

El tipo de galleta tuvo mayor efecto en las elecciones de etiquetas dulces que las variables rotulación y alegación nutricional, lo que indica que las características sensoriales y el valor hedónico de las galletas fueron las principales determinantes de las elecciones. Estos resultados son similares a los obtenidos por Ares et al. (2013), quienes reportaron que la gran mayoría de los consumidores miraron la imagen en la etiqueta para evaluar su disposición a comprar. Las imágenes presentes en las etiquetas generan expectativas sensoriales y hedónicas sobre los productos, las que afectan fuertemente la intención de compra (Ares et al., 2011; Deliza, Macfie y Hedderley 2003).

La información sobre aspectos vinculados con la salud también influyó en las elecciones de los participantes, aunque presentó una menor importancia relativa. En particular, se destaca que la inclusión de la alegación nutricional sobre ausencia de colesterol y grasas trans aumentó la probabilidad de elección de las galletas. Este resultado confirma la eficiencia de las alegaciones nutricionales como estrategia de marketing por parte de las empresas y coincide con lo reportado por Williams (2005), en referencia a que se ha demostrado que las alegaciones nutricionales aumentan la percepción de los consumidores sobre cuán saludable es el producto incrementando sus posibilidades de compra.

Por su parte, las advertencias nutricionales se han propuesto como una estrategia para desmotivar la selección de alimentos poco saludables (Ministerio de Salud Chile, 2016). En el presente estudio, la inclusión de advertencias sobre contenido alto de azúcares y grasas totales desestimuló la elección de los participantes, lo que evidencia

que este sistema puede desestimular el consumo de alimentos no saludables. Cabe destacar que el sistema de advertencias ha sido recientemente propuesto por el Ministerio de Salud Pública para su implementación obligatoria en nuestro país (Fiordelmondo, 2017). Los resultados obtenidos en el presente estudio concuerdan con lo reportado por Arrúa et al. (2017), quienes concluyeron que las advertencias mejoran la capacidad de los consumidores para identificar productos no saludables, siendo una de las estrategias que podrían utilizarse para promover una elección de alimentos más saludable.

5.2. Influencia de la consideración de las consecuencias futuras en las elecciones

Los resultados obtenidos en el presente trabajo mostraron que la orientación temporal influyó en las elecciones de los participantes, afectando principalmente la importancia del tipo de galleta. Una mayor consideración de las consecuencias futuras de forma general o en relación a los hábitos alimentarios se asoció con elecciones más saludables (elección de galletas Granolinas en comparación con Chocops), mientras que una mayor consideración de las consecuencias inmediatas se relacionó con un comportamiento menos saludable (elección de galletas Chocops en comparación con Granolinas).

El análisis de cluster permitió identificar grupos de participantes con distinta consideración de las consecuencias futuras e inmediatas y visualizar mayores diferencias en su selección de etiquetas. En este análisis se observó que las elecciones de los individuos que consideran las consecuencias inmediatas de sus actos (CFC-General. I) fue afectada por el tipo de galleta, prefiriendo las galletas no saludables, mientras que en los individuos orientados hacia el futuro, los determinantes en sus elecciones fueron la presencia de alegación nutricional y la ausencia de advertencia, sin importar el tipo de galleta. Estos individuos con baja preferencia temporal, se vieron más influenciados por la rotulación de la etiqueta que

por el tipo de galleta, indicador de que le dan mayor importancia a la salud: esto concuerda con lo reportado por Joireman et al. (2012), quienes encontraron una correlación significativa entre la subescala CFC-General. F y una alimentación saludable.

Por su parte, en los grupos identificados a partir de la escala CFC-Alimentos, el tipo de galleta fue determinante en la elección de todos los participantes: aquellos individuos que consideran las consecuencias futuras de sus hábitos alimentarios prefirieron las galletas saludables, mientras quienes consideran las consecuencias inmediatas de sus hábitos alimentarios prefirieron las galletas no saludables. Esto coincide con los resultados reportados por Dassen et al. (2015), que indican que aquellas personas centradas en las consecuencias inmediatas de sus hábitos alimentarios reportan una alimentación menos saludable, mientras que aquellos que están más preocupados por la salud en el futuro informan una alimentación más saludable.

Este trabajo brinda una primera aproximación a la utilización de una escala de dominio específico como lo es la escala CFC-Alimentos traducida al español, siendo un esfuerzo inicial de validación de la misma. En los resultados de este estudio pudo demostrarse su potencial para distinguir quienes eligen las opciones más saludables. La utilización de esta escala de dominio específico, en comparación a la escala de dominio general, permitió identificar grupos con mayores diferencias en el tipo de galleta elegida, prediciendo una alimentación más saludable en aquellos individuos con orientación futura y menos saludable en los individuos con orientación hacia el presente. Esto va de la mano con lo establecido por van Beek et al. (2013), quien concluyó que con el fin de predecir el comportamiento, la orientación temporal se mide mejor a un nivel de comportamiento específico, en este caso utilizando la escala CFC-Alimentos para medirla en relación a los hábitos alimentarios.

Al utilizar la escala CFC-General, se encontró una relación menos fuerte entre las preferencias temporales y la selección de etiquetas, lo cual puede deberse a la

complejidad de efectos a corto y a largo plazo que los alimentos tienen en nuestra vida: muchas personas pueden pensar que con consumir un paquete de galletas no saludables no están afectando su salud a largo plazo. Como expresa van Beek et al. (2013), no está del todo claro qué es lo que tienen en mente los participantes cuando piensan, por ejemplo, en las consecuencias futuras de sus hábitos alimentarios: pueden imaginar consecuencias positivas o negativas en su salud. La escala CFC-General puede ser un mejor predictor del comportamiento cuando la relación entre el comportamiento actual y las implicaciones futuras es muy clara (Strathman et al., 1994).

Las diferencias entre las dos escalas se visualizaron en la comparación de la pertenencia de los participantes a los grupos identificados. A pesar de que un 64,5% del total de participantes quedaron clasificados con orientación futura o inmediata en ambas escalas por igual, un 35,5% quedó clasificado en un factor en una escala y en el otro factor en la otra escala. Esto indica que a pesar de haber una correlación significativa entre la escala CFC-General y CFC-Alimentos, estas difieren, lo que destaca la complejidad de los alimentos y su consumo. Se evidenció cómo un mismo individuo puede considerar las consecuencias futuras de sus actos de manera general, pero al mismo tiempo, tener un enfoque más centrado hacia el presente cuando se trata de un comportamiento en específico, o viceversa. Esto se puede explicar considerando lo reportado por Dassen et al. (2015), quien habla de una correlación moderada entre estas dos escalas.

5.3. Limitaciones del estudio

Para comenzar, el análisis se basó en una muestra relativamente pequeña de participantes en la que la amplia mayoría fueron mujeres. Sería valioso repetir el estudio utilizando una muestra mayor con igual cantidad de participantes hombres y mujeres; así se podrían confirmar los resultados obtenidos y observar además si se

encuentra alguna relación entre las preferencias temporales y otras variables sociodemográficas como el género. Asimismo, se utilizaron galletas como alimento modelo, las cuales son productos poco saludables, y las elecciones de las etiquetas fueron realizadas en un contexto hipotético: las personas no tuvieron que consumir el alimento y no se utilizaron productos reales. En futuras investigaciones se podrían incluir otros tipos de alimentos a elegir en otros contextos más realistas, con el fin de poner a prueba los resultados obtenidos en este estudio.

Por último, es importante destacar que frente al cross-loading resultante del análisis factorial exploratorio de la escala CFC-Alimentos, los análisis posteriores fueron realizados tomando el ítem 12 como perteneciente a la subescala CFC-Futuro, factor que no corresponde de acuerdo a lo reportado por la bibliografía (Beek et al., 2017). Esta posible solución fue una de las limitaciones del estudio, por lo que en futuras investigaciones se deberá prestar especial atención a este aspecto y frente al mismo problema se podría buscar otra solución o incluso remover el ítem.

6. Conclusiones

El presente estudio mostró la existencia de una interacción entre la consideración de las consecuencias futuras y la elección de etiquetas de galletas dulces de los participantes, contribuyendo a la evidencia de que el constructo CFC afecta el comportamiento saludable y en particular, el consumo de alimentos. Al comparar las escalas de consideración de las consecuencias futuras general y específica para hábitos alimentarios, se observó que quienes consideran las consecuencias futuras de sus actos tienen elecciones más saludables que aquellos quienes se centran en las consecuencias inmediatas de los mismos. Estos resultados se vieron de manera más clara en los grupos identificados utilizando la escala CFC-Alimentos, lo que refuerza la idea de que para predecir un comportamiento, la orientación temporal se mide mejor a

un nivel de comportamiento específico. Como sugiere Dassen et al. (2015), ambas subescalas específicas para hábitos alimentarios, CFC-Alimentos Futuro y CFC-Alimentos Inmediato, pueden ser objetivos interesantes para intervenir en ellas. Los resultados del presente estudio sugieren que estrategias para promover una orientación futura, tales como estimular el pensamiento episódico futuro, podrían resultar en una mejora de los hábitos alimentarios, y como consecuencia, en una mejora del estado de salud (Daniel, Stanton y Epstein, 2013).

Referencias

- Adams, J., y Nettle, D. (2009). Time perspective, personality and smoking, body mass, and physical activity: An empirical study. *British Journal of Health Psychology*, 14, 83–105.
- Appleby, P. R., Marks, G., Ayala, A., Miller, L. C., Murphy, S., y Mansergh, G. (2005). Consideration of future consequences and anal intercourse among men who have sex with men. *Journal of Homosexuality*, 50, 119–133.
- Ares, G., Giménez, A., Bruzzone, F., Vidal, L., Antúnez, L., y Maiche, A. (2013). Consumer visual processing of food labels: results from an eye-tracking study. *Journal of Sensory Studies*, 28(2), 138-153.
- Ares, G., Piqueras-Fiszman, B., Varela, P., Marco, R. M., López, A. M., y Fiszman, S. (2011). Food labels: Do consumers perceive what semiotics want to convey?. *Food quality and preference*, 22(7), 689-698.
- Arrúa, A., Machín, L., Curutchet, M. R., Martínez, J., Antúnez, L., Alcaire, F., ... Ares, G. (2017). Warnings as a directive front-of-pack nutrition labelling scheme: comparison with the Guideline Daily Amount and traffic-light systems. *Public Health Nutrition*, 1-10.
- Beaglehole, R., Bonita, R., Horton, R., Adams, C., Alleyne, G., Asaria, P., ... Cecchini, M. (2011). Priority actions for the non-communicable disease crisis. *The Lancet*, 377(9775), 1438-1447.
- Beek, J., Handgraaf, M. J., y Antonides, G. (2017). Time orientation and construal level: effects on eating and exercising behaviour and preferences. *International Journal of Consumer Studies*, 41(1), 54-60. Accepted Article, doi: 10.1111/ijcs.12313.
- Beenstock, J., Adams, J., y White, M. (2011). The association between time perspective and alcohol consumption in university students: Cross-sectional study. *The European Journal of Public Health*, 21, 438–443.
- Bishai, D. (2001). Life-cycle changes in the rate of time preference: Testing the theory of endogenous preferences and its relevance to adolescent substance abuse. *Economic Analysis of Substance Abuse*, 155-77.

- Cavaliere, A., De Marchi, E., y Banterle, A. (2014). Healthy–unhealthy weight and time preference. Is there an association? An analysis through a consumer survey. *Appetite*, 83, 135–143.
- Cuevas-Casado, I., Romero-Fernández, M. D. M., y Royo-Bordonada, M. Á. (2012). Uso del marketing nutricional en productos anunciados por televisión en España. *Nutrición hospitalaria*, 27(5), 1569-1575.
- Daniel, T. O., Stanton, C. M., y Epstein, L. H. (2013). The future is now: reducing impulsivity and energy intake using episodic future thinking. *Psychological science*, 24(11), 2339-2342.
- Dassen, F. C., Houben, K., y Jansen, A. (2015). Time orientation and eating behavior: Unhealthy eaters consider immediate consequences, while healthy eaters focus on future health. *Appetite*, 91, 13-19.
- De Marchi, E., Caputo, V., Nayga Jr., R.M., y Banterle, A. (2016). Time preferences and food choices: Evidence from a choice experiment. *Food Policy*, 62, 99-109.
- Deliza, R., Macfie, H. A. L., y Hedderley, D. (2003). Use of computer-generated images and conjoint analysis to investigate sensory expectations. *Journal of Sensory Studies*, 18(6), 465-486.
- Drichoutis, A. C., Lazaridis, P., y Nayga Jr, R. M. (2009). ON CONSUMERS' VALUATION OF NUTRITION INFORMATION. *Bulletin of Economic Research*, 61(3), 223-247.
- Fiordelmondo, M. (12 de julio de 2017). Exceso de sal, azúcar y grasas: nuevas etiquetas inquietan a la industria alimentaria. *El Observador*. Recuperado de <http://www.elobservador.com.uy/exceso-sal-azucar-y-grasas-nuevas-etiquetas-inquietan-la-industria-alimentaria-n1096093>
- Frederick, S., Loewenstein, G., y O'Donoghue, T. (2002). Time discounting and time preference: A critical review. *Journal of economic literature*, 40(2), 351-401.
- Grebitus, C., Lusk, J.L., y Nayga Jr., M.R., 2013a. Explaining differences in real and hypothetical experimental auctions and choice experiments with personality. *J.Econ. Psychol.* 36, 11–26.

- Grebitus, C., Lusk, J.L., y Nayga Jr., M.R., 2013b. Effect of distance of transportation on willingness to pay for food. *Ecol. Econ.* 88, 67–75.
- Grunert, K. G., Fernández-Celemín, L., Wills, J. M., Storcksdieck genannt Bonsmann, S., y Nureeva, L. (2010). Use and understanding of nutrition information on food labels in six European countries. *Journal of Public Health*, 18(3), 261–277.
- Grunert, K. G., Wills, J. M., y Fernández-Celemín, L. (2010). Nutrition knowledge, and use and understanding of nutrition information on food labels among consumers in the UK. *Appetite*, 55(2), 177-189.
- Grupo Mercado Común. (2003). Reglamento técnico Mercosur para rotulación de alimentos envasados. Montevideo: Grupo Mercado Común.
- Hawley, K.L., Roberto, C.A., Bragg, M.A., Liu, P.J., Schwartz, M.B., y Brownell, K.D. (2013). The science on front-of-package food label. *Public Health Nutrition*, 16, 430-439.
- Hodgkins, C., Barnett, J., Wasowicz-Kirylo, G., Stysko-Kunkowska, M., Gulcan, Y., Kustepeli, Y., ... Gibbs, M. (2012). Understanding how consumers categorise nutritional labels: a consumer derived typology for front-of-pack nutrition labelling. *Appetite*, 59(3), 806-817.
- Hulbert, R. J., y Lens, W. (1988). Time perspective, time attitude, and time orientation in alcoholism: A review. *International journal of the addictions*, 23(3), 279-298.
- Huston, S. J., y Finke, M. S. (2003). Diet choice and the role of time preference. *Journal of Consumer Affairs*, 37(1), 143-160.
- Johnson, F. R., Kanninen, B., Bingham, M., y Ozdemir, S. (2007). Experimental design for stated-choice studies. In K. B. Kanninen (Ed.), *Valuing environmental amenities using stated choice studies* (pp. 159–202). Dordrecht: Springer.
- Joireman, J., Shaffer, M., Balliet, D., y Strathman, A. (2012). Personality promotion orientation explains why future-oriented people exercise and eat healthy: Evidence from the two-factor Consideration of Future Consequences-14 Scale. *Social Psychology Bulletin*, 38, 1272–1287. doi:10.1177/0146167212449362.

- Joireman, J., y King, S. (2016). Individual differences in the consideration of future and (more) immediate consequences: A review and directions for future research. *Social and Personality Psychology Compass*, 10(5), 313-326.
- Kirby, K. N., Petry, N. M., y Bickel, W. K. (1999). Heroin addicts have higher discount rates for delayed rewards than non-drug-using controls. *Journal of Experimental psychology: general*, 128(1), 78.
- Komlos, J., Smith, P. K., y Bogin, B. (2004). Obesity and the rate of time preference: is there a connection?. *Journal of biosocial science*, 36(02), 209-219.
- Köster, E. P. (2009). Diversity in the determinants of food choice: A psychological perspective. *Food quality and preference*, 20(2), 70-82.
- Lawless, L., Drichoutis, A. C., y Nayga Jr, R. M. (2013). Time preferences and health behaviour: a review. *Agricultural and Food Economics*, 1(1), 1-19.
- Ministerio de Salud Chile. (2015). Decreto número 13, de 2015. Santiago de Chile: Biblioteca del Congreso Nacional de Chile. Recuperado de <https://www.leychile.cl/Navegar?idNorma=1078836>
- Ministerio de Salud Chile. (2016). Ley de Alimentos – Nuevo etiquetado de alimentos. Santiago de Chile: Ministerio de Salud. Recuperado de <http://web.minsal.cl/ley-de-alimentos-nuevo-etiquetado-de-alimentos/>
- Ministerio de Salud. (2016). Guía Alimentaria para la Población Uruguaya. Recuperado de http://www.msp.gub.uy/sites/default/files/archivos_adjuntos/MS_guia_web.pdf
- Nan, X., y Kim, J. (2014). Predicting H1N1 vaccine uptake and H1N1-related health beliefs: The role of individual difference in consideration of future consequences. *Journal of Health Communication*, 19, 376–388.
- Organización Mundial de la Salud. (2013). Global action plan for the prevention and control of non-communicable diseases 2013–2020. Ginebra: Organización Mundial de la Salud.
- Organización Mundial de la Salud. (2016). Obesidad y sobrepeso. Recuperado de <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs311/es/>

- Peters, B.R., Joireman, J., y Ridgway, R. L. (2005). Individual differences in the consideration of future consequences scale correlate with sleep habits, sleep quality, and GPA in university students. *Psychological Reports*, 96, 817–824.
- R Core Team. (2016). *R: A Language and Environment for Statistical Computing*. Vienna, Austria: R Foundation for Statistical Computing.
- Rozin, P. (2005). The meaning of food in our lives: a cross-cultural perspective on eating and well-being. *Journal of Nutrition Education and Behavior*, 27, S107-S112.
- Scarpa, R., Ferrini, S., y Willis, K., 2005. Performance of error component models for status-quo effects in choice experiments. In: Scarpa, R., Alberini, A. (Eds.), *Applications of Simulation Methods in Environmental and Resource Economics*. Springer Publisher, Dordrecht, The Netherlands, pp. 247–273.
- Strathman, A., Gleicher, F., Boninger, D. S., y Edwards, C. S. (1994). The consideration of future consequences: Weighing immediate and distant outcomes of behavior. *Journal of Personality and Social Psychology*, 66, 742-752. doi:10.1037/0022-3514.66.4.742
- Universidad de Granada. (2017). Práctica 8 | Estadística. Recuperado de <http://wpd.ugr.es/~bioestad/guia-spss/practica-8/>
- van Beek, J., Antonides, G., y Handgraaf, M. J. (2013). Eat now, exercise later: The relation between consideration of immediate and future consequences and healthy behavior. *Personality and Individual Differences*, 54(6), 785-791.
- Vásquez Echeverría, A., Martín, A., Esteves, C., Ortuño, V.E.C., Joireman, J. (2017). Adaptación y Validación Inicial al Castellano de la Escala de Consideración de las Consecuencias Futuras. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación Psicológica*, 44, 5-15.
- Williams, P. (2005). Consumer understanding and use of health claims for foods. *Nutrition reviews*, 63(7), 256-264.
- Zimbardo, P.G y Boyd, J. (1999). Putting Time in Perspective: A valid, reliable, individual-differences metric. *Journal of Personality and Social Psychology*, 77(6), 1271-1288.