

**UNIVERSIDAD NACIONAL DE CAJAMARCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA ACÀDEMICO PROFESIONAL DE
ENFERMERÌA**



**“FACTORES SOCIODEMOGRÀFICOS Y EL NIVEL DE
CONOCIMIENTO DE LAS MADRES SOBRE LA
PREPARACIÒN DE LONCHERAS SALUDABLES DE LOS
NIÑOS DE LA INSTITUCIÒN EDUCATIVA N° 98 EL
INGENIO – CAJAMARCA 2013”**

**TESIS PARA OPTAR EL TÌTULO PROFESIONAL DE
LICENCIADO EN ENFERMERÌA**

AUTORES:

Bach. Enf. RUBÉN PALOMINO CABANILLAS

Bach. Enf. SANDRA CAROLINA VARGAS CASTREJÓN

ASESORA:

M.Cs. AIDA CISTINA CERNA ALDAVE

CAJAMARCA, PERÚ

2017

**UNIVERSIDAD NACIONAL DE CAJAMARCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL DE
ENFERMERÍA**



**“FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS Y EL NIVEL DE
CONOCIMIENTO DE LAS MADRES SOBRE LA
PREPARACIÓN DE LONCHERAS SALUDABLES DE LOS
NIÑOS DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 98 EL
INGENIO – CAJAMARCA 2013”**

**TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE
LICENCIADO EN ENFERMERÍA**

AUTORES:

Bach. Enf. RUBÉN PALOMINO CABANILLAS

Bach. Enf. SANDRA CAROLINA VARGAS CASTREJÓN

ASESORA:

M.Cs. AIDA CISTINA CERNA ALDAVE

CAJAMARCA, PERÚ

2017

**COPYRIGHT ©
RUBÉN PALOMINO CABANILLAS
SANDRA CAROLINA VARGAS CASTREJÓN**

Todos los derechos reservados

FICHA CATOGRÀFICA

Autores:

Rubén Palomino Cabanillas

Sandra Carolina Vargas Castrejón

**“FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS Y EL NIVEL DE
CONOCIMIENTO DE LAS MADRES SOBRE LA
PREPARACIÓN DE LONCHERAS SALUDABLES DE LOS
NIÑOS DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 98 EL INGENIO –
CAJAMARCA 2013”**

TESIS DE LICENCIATURA, UNIVERSIDAD NACIONAL DE
CAJAMARCA, 2017

ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

Asesora:

M.Cs. Aida Cistina Cerna Aldave

“FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS Y EL NIVEL DE CONOCIMIENTO DE LAS
MADRES SOBRE LA PREPARACIÓN DE LONCHERAS SALUDABLES DE LOS
NIÑOS DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 98 EL INGENIO – CAJAMARCA 2013”

Autores:

Rubén Palomino Cabanillas

Sandra Carolina Vargas Castrejón

Asesora:

M.Cs. Aida Cistina Cerna Aldave

Tesis evaluada y aprobada para la obtención de título de Licenciado en Enfermería de
la Universidad Nacional de Cajamarca por los siguientes miembros:

JURADO EVALUADOR:

Dra. Mercedes Marleni Bardales Silva
PRESIDENTA

M.Cs. Rosa Delia Yturbe Pajares
SECRETARIA

M.Cs. Gladys Sagástegui Zárate
VOCAL

CAJAMARCA, PERU

2017

DEDICATORIA

A Dios, por darme salud y sabiduría para obrar según su voluntad y poder culminar con éxito mis estudios.

A mis padres Rafael y María, pilares fundamentales en mi vida por criarme con amor y educarme con valores.

A mi hijo Camilo por darme la fuerza para ser mejor cada día

Sandra

A Dios: por permitirme tener la fuerza para terminar mi carrera.

A mis padres: por su esfuerzo en concederme la oportunidad de estudiar y por su constante apoyo a lo largo de mi vida.

A mis hermanos y amigos: por sus consejos, paciencia y toda la ayuda que me brindaron para concluir mis estudios.

Rubén

AGRADECIMIENTO

A Dios por bendecirnos para llegar hasta donde hemos llegado, por hacer realidad este sueño anhelado.

A nuestros padres por darnos la vida, apoyarnos incondicionalmente en cada uno de nuestros pasos y así ayudarnos a alcanzar nuestras metas.

A la Universidad Nacional de Cajamarca, la que nos albergó todos los años de estudios académicos para hoy ser buenos profesionales.

A nuestros docentes quienes nos impartieron conocimiento y valores, que contribuyeron para lograr una adecuada formación profesional.

A nuestra asesora M.Cs. Aida Cistina Cerna Aldave por la paciencia y el apoyo incondicional, brindándonos su valioso tiempo para la ejecución y culminación de este trabajo.

Los autores

TABLA DE CONTENIDO

Dedicatoria.....	p. iii
Agradecimiento.....	iv
Resumen.....	vii
Abstract.....	viii
Introducción.....	1
CAPITULO I	
1.1. Definición y delimitación del problema.....	3
1.2. Formulación del problema.....	5
1.3. Justificación.....	5
1.4. Objetivos.....	7
1.4.1. Objetivo general.....	7
1.4.2. Objetivos específicos.....	7
CAPITULO II	
2.1. Antecedentes del estudio.....	8
2.1.1. Internacionales.....	8
2.1.2. Nacionales.....	9
2.1.3. Locales.....	12
2.2. Fundamentos teóricos.....	13
2.3. Hipótesis.....	25
2.4. Variables.....	25
2.4.1. Variable independiente.....	25
2.4.2. Variable dependiente.....	25
2.5. Operacionalización de variables.....	26
CAPITULO III	
3.1. Tipo de estudio.....	29
3.2. Ámbito de estudio.....	29
3.3. Unidad de análisis y observación.....	30
3.4. Población y muestra.....	30
3.5. Criterios de inclusión y exclusión.....	31
3.6. Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	31
3.7. Procesamiento y análisis de datos.....	32
3.8. Aspectos éticos de la investigación.....	33
CAPITULO IV	
4.1. Resultados de la investigación.....	34
4.2. Conclusiones.....	42
4.3. Recomendaciones.....	43
4.4. Referencias Bibliográficas.....	45
ANEXOS.....	49

Lista de tablas

			p.
TABLA 1.	Factores Sociodemográficos de las Madres de la Institución Educativa Estatal N° 98 – Cajamarca 2013	34
TABLA 2.	Nivel de conocimiento de la madre sobre la preparación de loncheras saludables en la Institución Educativa Estatal N° 98 – Cajamarca 2013.	36
TABLA 3.	Relación de los Factores Sociodemográficos y el nivel de Conocimiento de las madres sobre la preparación de Loncheras Saludables de la Institución Educativa Estatal N° 98 El Ingenio – Cajamarca 2013.,,.....	38

Lista de Anexos

	p.
Anexo A : Encuesta	50
Anexo B: Tabla de codificación	55
Anexo C: Consentimiento informado	56
Anexo D: Formulario de autorización de repositorio digital	57

RESUMEN

El presente trabajo de investigación “Factores sociodemográficos y el nivel de conocimiento de las madres sobre la preparación de loncheras saludables de los niños de la Institución Educativa N° 98, El Ingenio - Cajamarca 2013”. Es de tipo, descriptivo, correlacional y de corte transversal, tuvo como objetivo determinar y analizar la relación de los factores sociodemográficos y el nivel de conocimiento de las madres sobre preparación de loncheras saludables, la muestra estuvo conformada por 63 madres en las que se evaluó el nivel de conocimiento a través de un cuestionario; los resultados revelaron que el 31.75% de las madres tuvo la edad de 31 a 35 años, el 46.05% tenía un nivel educativo de primaria, el 52,38% procedían de la zona rural, el 42.86% tenía solo un hijo y la ocupación que predominó es la categoría de ama de casa con un 63.49%; con nivel de conocimiento bajo sobre la preparación de loncheras saludables; con un 66.7%;

Concluyendo que, si existe una relación significativa entre los factores sociodemográficos y el nivel de conocimiento, en cuanto al nivel educativo con valor $p=0.0133$ y la ocupación de la madre con valor $p=0.0006$.

Palabras clave: Nivel de conocimientos, loncheras saludables, factores sociodemográficos.

ABSTRACT

The present research work "Sociodemographic factors and the level of knowledge of mothers on the preparation of healthy lunch boxes of children of Educational Institution N ° 98, El Ingenio - Cajamarca 2013". It was a descriptive, correlational and cross - sectional study aimed at determining and analyzing the relationship between sociodemographic factors and the level of knowledge of mothers on the preparation of healthy lunch boxes. The sample consisted of 63 mothers who were evaluated the level of knowledge through a questionnaire; the results showed that 31.75% of the mothers had the age of 31 to 35 years, 46.05% had a primary education level, 52.38% came from the rural area, 42.86% had only one child and the occupation which predominated is the category of housewife with 63.49%; with a low level of knowledge about the preparation of healthy lunch boxes; with 66.7%; Concluding that, if there is a significant relationship between sociodemographic factors and the level of knowledge, in terms of educational level with value $p = 0.0133$ and occupation of the mother with value $p = 0.0006$.

Key words: Knowledge level, healthy lunchboxes, sociodemographic factors

INTRODUCCIÓN

La Organización Mundial de la Salud (2015) indica que dentro de los casos de malnutrición se encuentra la desnutrición que a nivel mundial hay cerca de 115 millones de niños con insuficiencia ponderal; (peso por debajo de los parámetros normales), la desnutrición contribuye a cerca de un tercio de la mortalidad infantil; el retraso del crecimiento (un indicador de desnutrición crónica) dificulta el desarrollo de 171 millones de niños menores de cinco años, más de una tercera parte de los niños en edad preescolar del mundo presenta deficiencia de vitamina A y hierro; la desnutrición del niño suponen más del 10% de la carga de -morbilidad mundial. (1).

En Perú según el Ministerio de Salud (2014), la prevalencia de desnutrición crónica infantil en niños menores de cinco años ha disminuido de 28,5% en el 2007 a 18,1% en el 2012, observándose una disminución en 10.4 puntos porcentuales a nivel nacional, cifra con la que el Perú ha alcanzado, y superado, los objetivos de desarrollo del milenio, que para el año 2015 era llegar a 18,5%. (2)

La tendencia alimenticia de las familias en la actualidad ha sufrido grandes cambios como parte del proceso de globalización, el avance de la ciencia y tecnología, así como el proceso de transición demográfica que atraviesa nuestro país y el mundo, trayendo como resultado un cambio en sus hábitos alimenticios, pasando del consumo de alimentos tradicionales al consumo de los “alimentos chatarra” ricos en grasas, sodio y azúcares que traen consigo una nutrición y cultura nutricional familiar deficiente.

Los preescolares están más propensos al consumo de alimentos chatarra (se denomina así a los alimentos que aportan principalmente calorías, tienen pocos nutrientes y pueden contener sustancias nocivas para la salud, pues generalmente se les agrega, industrialmente, una elevada cantidad de azúcar, sal y/o grasas, además de un sin número de aditivos químicos, colorantes y saborizantes artificiales)(4), debido a la influencia de los medios publicitarios, quienes mediante el uso de agresivas técnicas de marketing y un conocimiento profundo de la psicología infantil hacen que los preescolares sean susceptibles a tal influencia dado que no son capaces de distinguir de manera crítica y realista el mensaje de la publicidad debido a que su pensamiento es centrado, simbólico e irreversible, induciéndolos a consumir productos sin

tener en cuenta su valor nutricional, siendo la imitación el medio por el que incorporan e interiorizan como parte de sus patrones de conducta alimenticia

Los padres cumplen un rol fundamental en cuanto a la alimentación del niño ya que ello le permite avanzar un desarrollo y crecimiento adecuado en peso y talla. Por lo que deben ser conscientes de que cuando alimentan a sus hijos no solo se los proporcionan determinados nutrientes, sino también pautas de comportamiento alimentario especialmente en la etapa preescolar que es allí donde se establecen los gustos y preferencias alimentarias que repercutirán en su vida adulta. El preescolar necesita 5 comidas diarias es por ello muy importante la preparación adecuada de la lonchera escolar que representa del 15 al 20 % del total de su alimentación sin remplazar ninguna de las comidas principales, una lonchera saludable contribuye al aporte necesario de energía que necesita el niño entre el desayuno y el almuerzo para favorecer el rendimiento escolar.

La malnutrición es una consecuencia directa de la forma en que nos alimentamos. Una alimentación excesiva, en base a alimentos muy calóricos y desequilibrados en nutrientes, conduce a sobrepeso y obesidad, entre otros problemas de salud graves; mientras que la carencia de alimentos por problemas sociales (pobreza extrema), conduce a la desnutrición. Mientras que la desnutrición, incluyendo la carencia de vitaminas y minerales, es responsable de un tercio de las muertes infantiles y afectan a la productividad durante toda la vida, las tasas crecientes de sobrepeso y obesidad están asociadas a un aumento del padecimiento de enfermedades crónicas.(5).

El presente estudio muestra el nivel de conocimiento que presentan las madres en la elaboración de las loncheras escolares; obteniéndose en su mayoría tienen un bajo conocimiento como consecuencia aumenta la probabilidad de presentar enfermedades crónicas no transmisibles como la desnutrición, obesidad, diabetes, entre otras. Estas enfermedades pueden ser prevenibles con un adecuado nivel de conocimientos acerca de una alimentación adecuada de los padres quienes son responsables de formar hábitos saludables en los niños.

CAPÍTULO I

EL PROBLEMA

1.1. DEFINICIÓN Y DELIMITACIÓN DEL PROBLEMA

La nutrición es considerada como uno de los pilares fundamentales en el adecuado crecimiento y desarrollo de las estructuras corporales, neurológicas e intelectuales del ser humano, siendo de mayor trascendencia durante los primeros años de vida. Teniendo en cuenta que el estado nutricional fuera de los parámetros normales ocasiona deficiencias en el desarrollo intelectual, creando dificultad en el aprendizaje; es probable encontrar relación entre el estado nutricional y el rendimiento escolar, ya que estudios muestran que los departamentos del Perú con más altos índices de desnutrición, como: Huancavelica, Cusco, Apurímac, Cajamarca; son a su vez los departamentos con más altos índices de analfabetismo, por tanto es importante ubicar a este grupo etario en riesgo potencial de complicaciones en su salud y retraso físico e intelectual, para prevenir el incremento de estos casos en la etapa escolar, donde es más difícil y a veces irreversible el daño ocasionado por la mala nutrición. (3).

En los seres humanos los modos de alimentarse, preferencias y rechazos hacia determinados alimentos están fuertemente condicionados por el aprendizaje y las experiencias vividas en los primeros 5 años de vida. En general, el niño incorpora la mayoría de los hábitos y prácticas alimentarias de una comunidad antes de esa edad. El niño aprende a comer principalmente de su madre, quien a su vez ha adquirido en forma oral categorías y conceptos de alimentación infantil. (6).

El índice de madres con bajo porcentaje de educación está relacionado con trastornos nutricionales ya que desconocen cómo alimentar de manera adecuada, la buena nutrición es uno de los factores más importantes que permiten el desarrollo cognitivo del niño. Muchos padres sin darse cuenta, pueden estar fomentando malos hábitos alimenticios en sus hijos que a la larga van a perjudicar su desarrollo. Son los padres, principalmente la madre quienes cumplen un rol importante en la educación y trasmisión a sus hijos de hábitos alimentarios que se forman en la etapa preescolar asegurando la ingesta adecuada de alimentos siendo fundamental el nivel de conocimiento que tiene la madre acerca de los tipos de alimentos que debe incorporar en la dieta del niño. (7)

La preparación de la lonchera escolar influye en la adquisición de hábitos alimenticios y la preferencia de alimentos del futuro ya que forma parte de la dieta que el niño va a ingerir durante el día conformando entre un 15 a 20 % de la alimentación diaria. Los niños aprenden lo que observan y si desde tempranas edades los padres les inculcan correctos hábitos de alimentación donde incluya la elección de alimentos de alta calidad y saludables este aprendizaje va a perdurar en el niño pequeño hasta convertirse en un adulto y también se podría prevenir enfermedades relacionadas con la nutrición. (8).

El conocimiento de la madre acerca de la preparación de loncheras saludables es la noción y experiencia lograda y acumulada por la madre sobre alimentación que alcanza en el transcurso de vida mediante una buena recolección de datos e información, que ayudará a mantener la salud de sus hijos y prevenir enfermedades El conocimiento depende de varios factores, como, el grado de instrucción, experiencias previas en el cuidado de niños y conocimientos que se adquieren, de la educación en salud que reciben del profesional de salud, entre otros. También influyen los consejos de la familia que manejan un conjunto de creencias, muchas veces, erróneas, profundamente arraigadas por la cultura (9).

Los padres de familia en la actualidad por la deficiencia de conocimiento e información cometen muchos errores a la hora de la preparación de loncheras escolares enviando golosinas, gaseosas y alimentos con alto contenido en grasa y azúcar los cuales generan malos hábitos alimenticios en el niño.

Los Especialistas del Centro Nacional de Alimentación y Nutrición (CENAN) del Instituto Nacional de Salud (INS), advirtieron de los riesgos que significa que las madres por cuestiones de practicidad y rapidez, envíen una lonchera "chatarra" a base de carbohidratos, alimentos procesados altos en grasa y sodio a sus hijos, sin tener en cuenta el balance nutricional adecuado de los alimentos. Este tipo de comidas retardan el crecimiento adecuado de los niños y limita su desempeño académico. Pero no solo eso, pues también propicia la obesidad y sobrepeso (10)

1.2. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA

¿Cuáles son los factores sociodemográficos que tienen relación con el nivel de conocimiento sobre la preparación de loncheras saludables de las madres de los niños de la Institución Educativa N° 98 - El Ingenio?

1.3. JUSTIFICACIÓN

Los hábitos alimentarios se forman durante los primeros años de vida y son indispensables para un adecuado crecimiento y desarrollo del niño. El contenido adecuado de las loncheras de los niños preescolares, evita trastornos de la alimentación como sobrepeso y desnutrición; además beneficia a los niños para complementar las necesidades nutricionales que necesitan durante el día; ya que es una fuente de energía adicional para que presten mayor atención y concentración en clase y por ende tener un mayor rendimiento académico.

La desnutrición proteica energética puede combatirse y prevenirse con una forma de vida más sana, eliminando en lo posible factores de riesgo, entre los cuales revisten importancia el conocimiento sobre nutrición. El dominio de estos temas pudiera hacer cambiar el comportamiento de las madres para brindar una mejor alimentación a sus hijos.

Por este motivo es importante conocer los factores sociodemográficos que influyen en el nivel de conocimiento de la madre sobre la preparación de loncheras saludables. Son las madres las responsables de prepararlo y deben contener alimentos apropiados que contribuyan a una salud óptima del niño; por eso es necesario que las madres tengan los conocimientos y prácticas saludables en la preparación de loncheras saludables.

En nuestra localidad no se han encontrado estudios recientes sobre el tema, de ahí la importancia de realizar la presente investigación y hacer una aproximación de los conocimientos que tienen las madres sobre la preparación de loncheras saludables.

El propósito de esta investigación fue determinar los factores sociodemográficos y el nivel de conocimientos que tienen las madres sobre la preparación de loncheras saludables de los niños de la institución educativa N° 98 – El Ingenio, y así mejorar de manera oportuna una alimentación saludable y contribuir a un crecimiento y desarrollo adecuado de los niños.

La presente investigación será útil para que los profesionales de la salud y los docentes de las instituciones educativas y madres de familia, trabajen juntos y promuevan la preparación de loncheras saludables y se cumplan las políticas del Ministerio de Salud y de Educación, tanto educativas como sociales en favor de este grupo tan vulnerable y también servirá de base para otras investigaciones de las instituciones formadoras de la Salud y Educación.

1.4. OBJETIVOS

1.4.1. OBJETIVO GENERAL

Determinar y analizar la relación de los factores sociodemográficos y el nivel de conocimiento de las madres sobre la preparación de loncheras saludables de los niños de la Institución Educativa N° 98 El Ingenio - Cajamarca 2013.

1.4.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Caracterizar los factores sociodemográficos de las madres de los niños de la Institución Educativa N° 98 – El Ingenio Cajamarca 2013.

Determinar el nivel de conocimiento que tienen las madres sobre la preparación de loncheras saludables de los niños de los niños de la Institución Educativa N° 98 – El Ingenio Cajamarca 2013.

Establecer la relación entre los factores sociodemográficos y el nivel de conocimiento de las madres sobre la preparación de loncheras saludables de los niños de los niños de la Institución Educativa N° 98 – El Ingenio Cajamarca 2013.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1. ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN

2.1.1 INTERNACIONALES

Cordero Sarmiento, Ruth en su estudio: Evaluación del conocimiento y prácticas sobre lonchera escolar que poseen los padres y/o cuidadores de preescolares de Inicial 1 y 2 de la escuela de educación básica “Isabel Herrera de Velázquez” Ecuador – 2016 cuyo objetivo fue evaluar el conocimiento y prácticas sobre lonchera escolar que poseen los padres y/o cuidadores de preescolares. Los resultados obtenidos fueron que el 53 % de las personas encuestadas desconoce lo que es lonchera saludable, seguido de un 63 % que desconoce los beneficios de la lonchera escolar.

Se concluye en el presente estudio que los padres y/o cuidadores poseen prácticas inadecuadas acerca de la preparación de la lonchera escolar, ya que al observar las mismas y con ayuda de la plantilla se verificó y evidenció que la mayoría de los alimentos enviados fueron no recomendados. Con esto se demuestra la mala práctica que presentan los padres y/o cuidadores para preparar una lonchera escolar saludable ya que las mismas dieron como resultado no saludable.

Gualpa Abad, Nube; Guapisaca Jara, Julia en su estudio: “Conocimientos actitudes y prácticas de las madres de familia sobre la alimentación de los escolares de la escuela Ángeles Rodríguez” Ecuador – 2015, cuyo objetivo fue determinar los conocimientos, actitudes y prácticas de las madres de familia sobre la alimentación de los escolares de la Escuela “Ángela Rodríguez”. Los resultados obtenidos fueron: se identificó, 70,83% de madres tienen conocimientos sobre la nutrición, 61,67% conoce la pirámide alimentaria, y el 83.3% responden que el desayuno es más importante del día. Actitudes y prácticas, 88,3% ingiere alimentos con sus hijos en el comedor, 75,83 comen juntos, 50% no ven televisión, y el 86,6% realiza comidas en familia.

2.1.2 NACIONALES

Huayllacayán Ccoyllo, Susan; Mora Herrera, Yhovana en su estudio: “Relación entre conocimiento materno sobre loncheras escolares y estado nutricional de estudiantes de primaria de la Institución Educativa N° 6069 Pachacutec”, Lima - 2014 cuyo objetivo fue determinar la relación entre las nociones maternas sobre loncheras escolares y estado nutricional de estudiantes de la Institución Educativa N° 6069 Pachacutec. Los resultados obtenidos fueron: las características sociodemográficas de las madres con mayor porcentaje fueron el 47 % presentan edades que oscilan entre 30 a 39 años, según el grado de instrucción el 61 % corresponden al nivel secundario, el 63 % son amas de casa, el 55 % provienen de la sierra y un 54% son convivientes.

Se concluye que el conocimiento de las madres de los estudiantes de primaria sobre las loncheras escolares tiene como indicador predominante el nivel medio 76%, luego el nivel alto 14 % y finalmente nivel bajo con un 10 %.

Colehuanca Colque, Zenaida en su estudio: “Conocimiento sobre preparación de loncheras nutritivas en madres con niños de 4 a 5 años de educación inicial de la Institución Educativa Adventista Túpac Amaru y la Institución Educativa N° 305” Juliaca – 2014, cuyo objetivo fue determinar si existe diferencia entre el nivel de conocimiento sobre preparación de loncheras nutritivas en madres con niños de 4 a 5 años de educación inicial de la Institución Educativa Adventista Túpac Amaru y la Institución Educativa N° 305.

Se llegó a los siguientes resultados, el 54.4% de madres de niños de la I.E.I. N°305 presentan un nivel de conocimiento sobre preparación de loncheras nutritivas en un nivel de conocimiento medio, mientras que el 67.3% de madres de niños de la I.E.I. Adventista Túpac Amaru presenta un nivel de conocimiento bajo a un nivel de significancia del 5%, es decir existe diferencia entre el nivel de conocimiento sobre preparación de loncheras nutritivas. En el nivel de conocimiento de la importancia de las loncheras, en la I.E.I. N° 305 se evidencia que el 77.6% de las madres presentan un nivel de conocimiento medio; mientras que en las madres de la I.E.I. Adventista Túpac Amaru, el 58.2% presenta un nivel bajo es decir existe una diferencia entre el nivel de conocimiento de la importancia de la lonchera. En el nivel de conocimiento de importancia de los grupos de alimentos, en esta se evidencia que el 73.5% de las madres de la I.E.I. N° 305 tuvieron un nivel

medio, y I.E.I. Adventista Túpac Amaru, el 56.4% presenta un nivel bajo, es decir existe una diferencia entre el nivel de conocimiento de importancia de los grupos de alimentos.

Clavo García, Janina en su estudio “Conocimientos alimentarios en madres y su relación con el estado nutricional del escolar” Chiclayo – 2013, cuyo objetivo fue determinar el nivel de conocimientos alimentarios en madres, y su relación con el estado nutricional del escolar. Los resultados demuestran que el 61.0 % de madres encuestadas, manifiestan un nivel de conocimiento alimentario regular y el 39 % de ellas sus hijos en edad escolar muestran un estado nutricional eutrófico en un 12.0 % de ellas tienen el mismo conocimiento sin embargo su hijo padece desnutrición aguda. La conclusión fue que la mayoría de las madres tienen conocimiento regular a deficiente y el estado nutricional de los niños es de desnutrición aguda, hasta obesidad.

Quilca Calatayud, Guisela en su estudio “Efectividad de una intervención educativa en el conocimiento de loncheras saludables y su contenido en las madres de preescolares” Lima – 2015 cuyo objetivo fue determinar la efectividad de una intervención educativa en el nivel de conocimiento de la preparación de loncheras saludables, en madres de niños preescolares de la Institución Educativa Patricia Teresa Rodríguez 3019 Rímac. Los resultados fueron: antes de la intervención educativa 52% de madres tuvieron un nivel de conocimiento bajo sobre la lonchera saludable, después de la intervención educativa 100% obtuvo nivel alto. Antes de la intervención educativa 68% tuvieron un nivel bajo de conocimientos sobre los tipos de alimentos, después de la intervención educativa el 96% obtuvo un nivel alto. Antes de la intervención educativa 56% tuvieron nivel bajo de conocimientos sobre las formas de preparación de loncheras saludables y el 44% obtuvieron un nivel medio, después de la intervención educativa 100% obtuvo nivel alto. Antes de la intervención educativa 64% obtuvo nivel bajo de conocimientos sobre el contenido de las loncheras saludables, después de intervención educativa el 100% de madres obtuvo un nivel alto. Finalmente se concluye que la intervención educativa fue efectiva en los conocimientos de las madres sobre loncheras saludables.

Ramírez Montaña, Martha en su estudio “Nivel de conocimiento de las madres y el valor nutritivo de las loncheras escolares de niños de nivel primaria de una Institución Educativa” Lima – 2016 cuyo objetivo fue describir el nivel de conocimiento de las madres sobre la preparación y el valor nutritivo de las loncheras escolares de niños de

nivel primaria de una Institución Educativa. Los resultados mostraron que el 51.5% de las madres tuvieron conocimiento medio y 31.3% alto. Con respecto al valor nutricional de las loncheras, el 52.2% de niños y 58.8% niñas tuvieron contenido bajo de calorías a diferencia del 30.4% niños y 29.4% niñas que tuvieron contenido alto.

Asimismo, el contenido de proteínas fue bajo en el 80.4% de niños y el 70.6% de las niñas; en el caso de lípidos el contenido es bajo en el 69.6% niños y 76.5% de las niñas. Finalmente, el contenido de carbohidratos la categoría baja y alta obtuvieron un mismo porcentaje en los niños (43.5%) y para las niñas la categoría baja fue mayor (52.9%). En esta investigación, se pudo concluir que las madres tuvieron un nivel de conocimiento medio sobre preparación de loncheras y el valor nutritivo de las loncheras de los niños y niñas fue deficiente.

Mamani Álvarez, Lysbeth en su estudio “Sesiones educativas en el nivel de conocimientos y prácticas sobre loncheras escolares en padres con niños preescolares en la Institución Educativa Inicial Santa Rosa – Azángaro” Puno - 2015 cuyo objetivo fue determinar con las sesiones educativas el incremento del nivel de conocimientos y prácticas sobre loncheras escolares en padres con niños preescolares. Los resultados demostraron que antes de las sesiones educativas el 48% de padres tenían un nivel de conocimientos bajo, el 40% de padres un nivel de conocimiento medio y el 12% un nivel de conocimiento alto, posterior a las sesiones educativas el 4% de padres tenía un nivel de conocimiento bajo. El 20% de padres un nivel de conocimiento medio y el 76% de padres tenían un nivel de conocimiento alto. En cuanto a las practicas que tenían los padres en la preparación de las loncheras escolares el 8% de padres tenían prácticas saludables y el 92% de padres tenían practicas no saludables, posterior a las sesiones educativas el 80% de padres tenían practicas saludables y el 20% de los padres tenían practicas no saludables.

Castro Velásquez, Claudia en su estudio “Efectividad de un programa educativo en el nivel de conocimiento sobre loncheras en madres de preescolares” Trujillo 2008 cuyo objetivo fue Determinar la efectividad del programa educativo: “Lonchera Sanita”, en el nivel de conocimiento sobre loncheras en madres y/o cuidadores de preescolares con problemas nutricionales de las I.E.I. de Quirihuac, Bello Horizonte y Santa Rosa del Valle Santa Catalina. Se llegó a las siguientes conclusiones: Antes de la aplicación del

programa educativo, el 48,15 por ciento de madres y/o cuidadores obtuvo un nivel de conocimiento medio. Después de la aplicación del programa educativo, el 77,80 por ciento de madres y/o cuidadores alcanzaron un nivel de conocimiento alto, El programa educativo fue efectivo al mejorar el nivel de conocimiento de madres y/o cuidadores de preescolares con problemas nutricionales.

Reyes Oré, Sandy en su estudio “Efectividad de una intervención educativa en el mejoramiento de los conocimientos y prácticas sobre la preparación de la lonchera, que tienen las madres de preescolares en una Institución Educativa privada en Santa Anita” Lima 2015, tuvo por objetivo determinar la efectividad de una intervención educativa en el mejoramiento de los conocimientos y prácticas sobre la preparación de la lonchera que tienen las madres de preescolares en una Institución privada en Santa Anita. Resultados: Del 100% madres encuestados, antes de participar de la intervención educativa, 30% tienen conocimientos y prácticas sobre los tipos de alimentos y preparación de la lonchera. Después de participar del programa educativo 70 % madres, incrementaron los conocimientos y prácticas sobre los tipos de alimentos y preparación de la lonchera.

2.1.3 LOCALES

Herrera Ortiz, José; Rimarachin Díaz, Alcira en su estudio:” Alimentos contenidos en las loncheras de niños preescolares” Chota - 2012 cuyo objetivo fue describir y analizar los alimentos contenidos en las loncheras de niños preescolares. Los resultados mostraron que el 76.3% de sus madres 21 a 35 años, grado de instrucción secundaria 33,9% y superior no universitaria 31,1%, ocupación ama de casa 59,8%, profesora 14,6%, procedencia urbana 67.7%.

En el presente estudio se concluye que los alimentos contenidos en las loncheras de los preescolares se caracterizan por cereales y tubérculos (pan, papas fritas, avena, soya) 50%, bebidas industrializadas (maltín power, cifrut, frugos, gelatina y mazamorra) 32,4%, no obstante las golosinas (galletas, queques, papas light) representa un porcentaje en promedio de 27,4%, los alimentos en su mayoría son preparados por la madre 74,9%, y la razón por la que eligen estos alimentos es porque son nutritivos 50,8%, porque el niño lo pide 21,3% y porque son fáciles de preparar 17,3%.

2.2. FUNDAMENTOS TEÓRICOS

2.2.1. FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS

En cuanto a los recursos económicos, la pobreza en nuestro país repercute en la alimentación de la población, principalmente en aquellos que se encuentran en pobreza extrema, donde la alimentación contiene fundamentalmente carbohidratos, siendo el nutriente que más predomina en la dieta del poblador peruano. El alza del costo de vida y la escasez de víveres en las zonas rurales debido a las sequías han hecho sentir su impacto en las costumbres alimentarias de numerosas familias, el consumidor comienza a buscar alternativas, el aumento del precio hace que la selección para el consumo familiar plantee un verdadero problema.

Entre las principales características de la familia destaca el nivel de ingresos, así como el nivel educativo de los padres, que puede influir de manera determinante sobre la calidad y cantidad de ingesta de alimentos de los niños. La interacción entre los ingresos del hogar y el nivel educativo de los padres también juega un papel valioso sobre las prácticas de salud por parte de los miembros del hogar, lo cual también impacta en el nivel de nutrición de los hijos. (9).

En sus compras el ama de casa que conoce poco o nada del valor nutritivo de los alimentos se basa en el precio y las preferencias culturales o familiares, ajustándose especialmente la mujer a un presupuesto restringido lo que hace necesario que ella tenga información sobre los valores nutricionales en cuanto a su relación con el precio de cada ración en los productos individuales.

Las mujeres que pertenecen a los grupos socioeconómicos menos favorecidos tienen mayores probabilidades de tener niños con bajo peso, ya que es de vital importancia la influencia económica en las decisiones de las madres sobre la alimentación de sus hijos.

Las características socio demográficas de los padres, como su edad, procedencia, grado de instrucción, ocupación y paridad., condicionan, en muchas ocasiones, su conducta frente a la de alimentación del preescolar. Así tenemos:

- ✓ **Edad:** Este indicador puede reflejar la experiencia del individuo; es decir a mayor edad mayor oportunidad de haber adquirido circunstancias o situaciones que ayuden a la madre a mejorar sus prácticas en relación a la alimentación del preescolar. Estudios, que correlacionan la edad de la madre, con el estado nutricional del infante sugieren que aquellas que poseen menor edad, se muestran más inseguras al tomar decisiones relacionadas a la alimentación de su niño. (10).

- ✓ **Procedencia:** Esta característica, se encuentra estrechamente relacionada al lugar donde se da las mayores incidencias de pobreza. Las familias provenientes del área rural o de lugares urbano marginales, tienen menor poder adquisitivo, por lo tanto, menor ocasión de proporcionar variedad en la alimentación de sus hijos. Sin embargo, este indicador se relaciona, además, con las oportunidades de progreso que no se presentan en las áreas marginales.

- ✓ **Grado de Instrucción:** Referente a ello, en numerosos estudios, concluyen que un alto porcentaje con niños con problemas de déficit de nutrición tenían padres con grado de instrucción primaria o sin grado de instrucción y los niños con sobrepeso u obesidad según Peso para Edad, tenían padres con un nivel educativo universitario, lo cual se atribuye que el bajo nivel de escolaridad lleva a prácticas inadecuadas de cuidado en el hogar. No obstante, se esperaba, que el nivel de formación académica de los padres de familia influenciaría en tener hijos con un estado nutricional adecuado; pero se encontró que los padres con una educación universitaria tenían más probabilidad de tener hijos con sobrepeso u obeso que padres con un nivel educativo menor. Esto nos indica que, aunque algunos padres saben lo que es saludable para sus hijos (y para sí mismos) no lo ponen en práctica. Y muchas veces dejan que el sedentarismo predomine en el hogar. Por lo tanto, el grado de instrucción de los padres es un indicador que también influye en la alimentación de los niños y que debe ser analizado en relación con otros indicadores. (7).

- ✓ **Ocupación:** Este indicador se encuentra relacionado a la disponibilidad de tiempo de los padres debido a las múltiples actividades que desempeñan

producto del trabajo. No es ajeno a la realidad que, en muchas familias, las madres se encuentran desempeñando actividades laborales fuera del hogar, lo cual limita el tiempo que pudiesen proporcionar a preparar alimentos saludables y nutritivos para sus hijos; eligiendo, gran parte de ellas, alimentos prácticos, que en su mayoría no resultan nutritivos.

- ✓ **Paridad:** Definido como el número de hijos que la familia ha procreado. Este indicador también influye en forma indirecta en el estado nutricional del infante. Estudios revelan que a mayor número de hijos en el seno familiar disminuye la importancia que le otorgan los padres al cuidado de la alimentación de los niños, en muchas ocasiones delegando esta función a los hermanos mayores. Esta situación se escapa de lo que idealmente debería ocurrir, ya que a mayor paridad mayor experiencia y por ende mayor cuidado con los hijos.

Como podemos apreciar cada de uno de estos indicadores influyen en menor o mayor grado en el estado nutricional de los infantes; sin embargo, es importante rescatar que éstos no pueden ser analizados en forma aislada, ya que todos interaccionan entre sí para influir en la conducta de la familia en materia de alimentación saludable. (11).

2.2.2 CONOCIMIENTO

Según Salazar Bondi, define el conocimiento: como un acto y como un contenido, dice el conocimiento como un acto que es la aprehensión de una cosa, una propiedad al proceso mental y no físico. Del conocimiento como contenido asume que es aquel que se adquiere gracias a los actos de conocer al producto de la operación mental de conocer, este contenido significativo el hombre lo adquiere como consecuencia de la captación del objeto. Este conocimiento se puede adquirir, acumular, transmitir y derivar uno o otros. No son puramente subjetivas, pueden independizarse del sujeto, gracias al lenguaje tanto para sí mismo, como para otros sujetos. (12).

Desde el punto de vista pedagógico; el conocimiento es una experiencia que incluye la representación vivida de un hecho, es la facultad que es del propio pensamiento y de percepción, incluyendo el entendimiento y la razón, hay dos formas de adquirir el conocimiento y medir el conocimiento:

- ✓ **Conocimiento Informal:** se adquiere mediante las actividades ordinarias de la vida, por este sistema aprenden los cambios sociales, se complementan con los medios de comunicación.

- ✓ **Conocimiento Formal:** Se adquiere a través de las escuelas e instituciones formadoras donde se organizan los conocimientos científicos.

El conocer se caracteriza como una presencia del objeto frente al objeto: el sujeto se posesiona en cierta forma del objeto, lo capta y lo hace suyo, reproduciéndolo de tal manera que responda lo más fielmente posible a la realidad misma del objeto. Por medio de esta reproducción, se tiene la imagen, no física como sería una fotografía, sino psíquica, cognoscible, intencional.

El conocimiento depende de la naturaleza del objeto y de la manera y de los medios que se usan para reproducirlo. Así, tenemos un conocimiento sensorial (si el objeto se capta por medio de los sentidos), éste se encuentra tanto en los hombres como en los animales, y un conocimiento racional, intelectual o intelectual, si se capta por la razón directamente. Podríamos citar unos ejemplos: un libro, un sonido, un olor se captan por medio de los sentidos. La actividad cognoscitiva es adquisitiva, cuando obtenemos un conocimiento; conservativa, cuando retenemos o memorizamos un conocimiento; elaborativa, cuando, con base en conocimiento adquiridos y memorizados, elaboramos otros por medio de la imaginación, la fantasía o el razonamiento. (13)

Por lo tanto, el conocimiento permite a los padres adquirir nuevas conductas de tipo cognoscitivo, psicomotriz y afectivo o modificar los ya existentes. De ahí que el proceso de enseñanza aprendizaje debe ser entendido o definido como un proceso de comprensión y estructuración de la realidad, que explica en

forma detallada los mecanismos y leyes internas que operan en el sujeto cuando conoce o aprende.

En diferentes estudios realizados para evaluar el nivel de conocimiento de la madre en la preparación de loncheras saludables se obtuvieron los siguientes resultados: Requena (2006) obtuvo que el 38% tienen conocimiento medio; 36% bajo y 26% alto. Flores (2006) Los resultados fueron entre otras: El nivel de conocimientos en la mayoría de las madres acerca de la alimentación en el preescolar es 89 % de nivel medio a bajo y solo el 11 % tiene un conocimiento alto.

Condori y Esquivel (2006), los resultados obtenidos fueron que el 57.6% de las madres tienen nivel cognitivo regular, el 23.4% bueno y 19.0% deficiente. Comparando el nivel cognitivo de las madres de los escolares encuestados en el ámbito urbano el 46.9% tiene un nivel cognitivo regular, el 35.9% bueno y el 17.2% deficiente; en cambio en el ámbito periurbano, el 68.3% posee nivel cognitivo regular, 20.8% deficiente y 10.9% bueno.

2.2.3. EL PREESCOLAR

2.2.3.1. Definición del Preescolar.

El preescolar es el niño con edad comprendida de los tres a los seis años de vida extrauterina, se caracteriza por tener una velocidad de crecimiento menor que la del lactante adquieren más destrezas físicas, tienen mayor competencia intelectual y sus relaciones sociales se hacen más complejas, así como un gran desarrollo en todos los aspectos, que poco a poco lo capacita para afrontar la vida escolar (14).

Brown (2014) denomina esta etapa a los preescolares que se encuentran en la edad entre 3 y 5 años. Los mismos presentan varias características durante esta etapa de desarrollo ya que suelen presentar características como, independencia, socialmente experimentan circunstancias, como por ejemplo prestar atención, interactuar con sus compañeros y

familiares. Los niños y/o niñas de edad preescolar también presentan mayor habilidad en el lenguaje y la capacidad para controlar el comportamiento.

2.2.3.2. Características del Preescolar.

➤ **Fisiológicas.**

El niño entra en un período madurativo en el que se produce un rápido aprendizaje del lenguaje, de la marcha y de la socialización. Asimismo, existe un enlentecimiento de la tasa de crecimiento, y de la maduración de las funciones digestivas y metabólicas. A esta edad, las necesidades calóricas son bajas, por la desaceleración del crecimiento, aunque existe un aumento de las necesidades proteicas, por el crecimiento de los músculos y otros tejidos. Entre los tres y seis años de edad, los incrementos anuales en el peso y estatura son de alrededor de dos kilogramos y seis centímetros, respectivamente (3).

Desde esa etapa es notable la diferencia en el área grasa, que se incrementa más en las niñas que en los niños. Sin embargo, no hay diferencias en cuanto a las necesidades nutricionales en uno y otro sexo, pues estas se manifiestan en el final de la etapa escolar.

➤ **Psicológicas.**

El niño tiene experiencia del mundo y hace contacto con él mediante sus sentidos. Incluso los muy pequeños pueden oír bastante bien y distinguen entre el habla y otros tipos de sonidos. Sus percepciones del mundo aumentan de manera considerable y se vuelven más significativas con el transcurso de los años. Ello se debe a que el sistema nervioso está madurando y a que están adquiriendo la experiencia directa del mundo. El desarrollo cognoscitivo se refiere a los cambios en la manera en que el niño concibe el mundo a medida que crece (15).

La importancia de esta edad radica en que en ella ocurre la formación de conocimientos, hábitos y habilidades más generales, de las cualidades

psíquicas y de la personalidad, que cada hombre necesita para la vida en sociedad.

➤ **Alimentación**

Las necesidades calóricas bajan, pero las proteicas, sin embargo, aumentan por el crecimiento de los músculos y otros tejidos. Las necesidades energéticas dependerán del gasto calórico necesario para mantener el metabolismo basal, la termorregulación, la actividad física y el crecimiento.

Los niños de esta edad deben seguir consumiendo leche, pero a medida que crecen deben incrementar el consumo de los alimentos que la familia come en los distintos tiempos de comida, especialmente los cereales y los alimentos como pollo, carne de res, huevo, pescado, quesos, etc.

Por lo general, los niños a esta edad no tienen el suficiente apetito para ingerir las cantidades de alimentos necesarios, por lo que sigue siendo necesario alimentarlos cinco veces al día, se debe aprovechar los momentos cuando el niño desea comer, de esta manera se podrá formar buenos hábitos alimentarios. (13).

Frecuentemente en esta edad, puede presentarse falta de apetito, siendo las causas de tipo fisiológico o psicológico, pero las consecuencias se refieren a fallas en el crecimiento y en la ganancia de peso, lo cual puede llevar a deterioro del estado nutricional. Se debe prestar atención especial a cada una de estas razones ya que se están formando los hábitos alimentarios del niño y también se estrechan los lazos de afecto y seguridad entre padres e hijos. (17).

Una causa de falta de apetito frecuente en los niños que crecen en ambientes urbanos es la predilección por las golosinas. Esta situación en particular se debe a que los niños tienen acceso, casi en cualquier momento, a las golosinas, y cuando llega la hora de las comidas formales no tiene deseos de comer porque su estómago está lleno. Esta situación es muy delicada porque puede inducir a mal nutrición por deficiencia, en

el corto plazo, y por exceso en el mediano o largo plazo; esto significa retardo en el crecimiento por deficiencia de proteínas, vitaminas y minerales en la dieta y sobrepeso u obesidad por exceso de energía (calorías) en la dieta

2.2.4. LONCHERAS SALUDABLES.

2.2.4.1. Definición de lonchera saludable

La lonchera escolar según Velásquez, Cabezas, Tarqui y Suárez (2010) es necesaria para los niños cuando se encuentran en la etapa preescolar o escolar ya que permiten cubrir las necesidades nutricionales y beneficiará con el rendimiento del niño. La lonchera nutritiva debe estar compuesta por alimentos que proporcionan energía, el cual puede estar combinado con un alimento de origen animal, enviar al niño una fruta de la estación y líquidos. Cabe recalcar que la lonchera en ningún caso tiene que reemplazar ninguna comida del niño. (18).

La lonchera escolar según, Valdivia et al. (2012) se define como un grupo de alimentos que como finalidad posee proveer a los estudiantes de la energía y nutrientes necesarios para: "cubrir sus recomendaciones nutricionales, mantener adecuados niveles de desempeño físico e intelectual y desarrollar sus potencialidades en la etapa de desarrollo y crecimiento correspondiente".

En relación a las entre comidas, el preescolar las consume como parte de su lonchera, a manera de recuperación de la energía gastada. Es así que según el MINSA define loncheras a toda preparación que se consumen entre comidas, no reemplazan a ninguna de las comidas habituales (Desayuno, Almuerzo, Lonche o Cena). Estas preparaciones incorporan alimentos naturales o elaborados tales como lácteos, frutas, verduras, cereales entre otros. (5).

Es un conjunto de alimentos que tiene por finalidad proveer a los alumnos de la energía y nutrientes necesarios para: cubrir sus recomendaciones nutricionales, mantener adecuados niveles de desempeño físico e intelectual

y desarrollar sus potencialidades en la etapa de desarrollo y crecimiento correspondiente.

La lonchera escolar constituye una comida adicional a las tres comidas principales, por lo consiguiente no es un reemplazo de las mismas. Contiene del 10 al 15% del valor calórico total de los alimentos ingeridos en el día, lo que se traduce en unas 150 a 350 Kcal (dependiendo de la edad, peso, talla y actividad física); y puede suministrarse a media mañana o media tarde dependiendo de la jornada escolar.

Las loncheras escolares son necesarias para los niños en las etapas preescolar y escolar porque permiten cubrir las necesidades nutricionales, asegurando así un rendimiento óptimo en su formación.

La lonchera nutritiva está compuesta por alimentos que proporcionan energía (papa, arroz, pan, etc.), los cuales son más beneficiosos al combinarse con algún alimento de origen animal, el queso, la tortilla de huevo, hígado frito, entre otros. También se sugiere enviar una fruta de la estación como plátano, uva, manzana o durazno, destacando los cítricos como las naranjas, mandarinas, etc. Dichos alimentos deben ser de fácil digestión, variedad y preparación y que en ningún caso debe reemplazar al desayuno ni al almuerzo del niño. Por lo tanto, la lonchera contribuye a que el niño mantenga una dieta balanceada durante el día con suficientes reservas de nutrientes para recuperar las energías perdidas durante sus actividades. (19).

Los alimentos prohibidos en las edades de 2 a 5 años son los alimentos viscosos o adherentes, difíciles de ser eliminados de la cavidad bucal y con un alto contenido en azúcares. No deben incluirse en la dieta el pan dulce y las golosinas. Cuando los niños comienzan a ir al jardín a los 2 años entran a una etapa de la vida infantil que no solo implica drásticos cambios en la rutina afectiva y social, sino en su alimentación, porque la lonchera forma parte importante en la dieta diaria que el niño consuma.

El requerimiento energético del niño se define como la ingesta calórica necesaria para mantener un estado de salud y crecimiento normal, así como un nivel de actividad física adecuado. La idea de preparar la lonchera es que cada día el niño, al abrir su lonchera encuentre alimentos variados y balanceados presentados en forma agradable de manera que esté encantado de comerlos al momento de verlos.

La lonchera debe contener: un alimento sólido, una fruta y un refresco. El alimento sólido puede ser: pan untado con mantequilla, mermelada, huevo, queso, tortilla, camote; huevo de preferencia duro y con cáscara, porque si se pela desprende olor desagradable en recipientes cerrados; carnes de preferencia asadas o hervidas. El pescado no es adecuado porque acumula un fuerte olor, no obstante, se puede usar atún. (13).

Las frutas deben ser de la época, fácil de pelar o mandarla en un recipiente pequeño. Se le puede rosear un poco de limón para evitar que se oxiden fácilmente.

El refresco debe ser preparado con agua hervida fría y colada; los jugos de frutas deben evitarse porque fácilmente fermentan. Pueden llevar zumos de frutas como de manzana, naranja, limón, piña o chocolatada; mas no anís, manzanilla, té o café; ya que contienen poco o nulo contenido calórico.

Lo que no se debe llevar en la lonchera es: sándwich con mayonesa, papas fritas o leche, porque favorece la multiplicación de microbios. Es mejor tomarlas frescas en casa. Hay una gran diversidad de factores que condicionan la alimentación de los niños, como puede ser el entorno familiar, el clima, el tipo de sociedad, la cultura, la religión. Desde su nacimiento, el bebé adquiere hábitos alimenticios que lo marcarán para el resto de su vida. Es por eso que una buena alimentación es necesaria para un buen crecimiento y para evitar contraer enfermedades.

Además de las calorías totales del día, lo que debe cumplir la lonchera del niño se encuentra entre 15 a 20%, asimismo debe contener los tres grupos nutricionales, para ser considerada saludable, así tenemos:

2.2.4.2. Tipos de Alimentos que debe Contener la Lonchera Saludable

- **Alimentos Energéticos:**

Necesarios para el mantenimiento de las funciones del organismo y el movimiento de los músculos, aportan energía fundamentalmente. Los alimentos ricos en calorías son las grasas y los carbohidratos. Si se comen en exceso se acumulan en el tejido adiposo ocasionando que la persona engorde. Las fuentes alimentarias de los carbohidratos son: cereales y tubérculos. Los cereales son granos pequeños, todos los cereales brindan la misma cantidad de energía, es decir un kilo de arroz alimenta igual que un kilo de trigo o un kilo de fideo. El maíz cuando está seco se le considera como cereal, cuando está fresco (choclo) se le ubica dentro de los alimentos reguladores. Los cereales más conocidos son: trigo, arroz, maíz, avena, quinua, pan harinas, galletas, fideos. Los tubérculos tienen como característica crecer bajo tierra, es decir son raíces. Algunos de ellos como el olluco debido a su alto contenido de agua pierden su poder energético y más bien se le considera en el grupo de los alimentos reguladores. La papa y el camote aportan la misma cantidad de energía con la diferencia que el camote brinda vitamina A. Los tubérculos más conocidos son: papa, camote, olluco, yuca. (19)

- **Constructores y Reparadores:**

Necesarios para la formación y reparación de órganos y tejidos, alimentos “básicos” de la mayor parte de las dietas actuales. Este grupo es una fuente importante de proteína, aunque también producen 4 calorías por gramo de proteínas. Si se comen en exceso no se acumulan en el organismo. Los grupos de alimentos formadores son: menestras y los de origen animal.

Las menestras se caracterizan porque el fruto generalmente se encuentra en vainas y solo cuando se les encuentra en forma seca o de harinas se le

considera menestras, si se encuentran frescas se les considera alimentos reguladores.

Todas las menestras tienen el mismo valor nutritivo. El hierro que se encuentra en las menestras para ser útil a nuestro organismo requiere ser acompañado de vitamina C, de lo contrario el intestino no puede absorberlo. Las menestras más conocidas son los frijoles en todas sus variedades (panamito, caballero, canario, soya, etc.), lentejas, arvejas, garbanzos, pallares, habas. Los de origen animal están constituidos por todos los tipos de carne (pescado, pollo, etc.), vísceras (hígado, sangrecita, bofe, etc.), productos lácteos (leche, queso, yogurt, etc.) y los huevos. Las carnes además de proteínas brindan proteínas del complejo B y hierro. El hierro de las carnes para ser absorbido no necesita de vitamina C. En el pescado las partes negras de su carne son las que contienen la mayor cantidad de hierro. (13).

- **Reguladores:**

Ayuda a que los otros alimentos (energéticos y formadores) cumplan con sus funciones. Se caracterizan por tener en su composición vitaminas y minerales. Los grupos de alimentos reguladores están compuestos por las frutas y verduras. El grupo de frutas y verduras es el único insustituible por ser la única fuente de ácido ascórbico. Aporta además carotenos, vitamina K, ácido fólico, disacáridos, algo de hierro y calcio.

2.3. HIPOTESIS

HA: Los factores sociodemográficos tienen relación significativa con el nivel de conocimiento de las madres de niños en edad preescolar sobre la preparación de loncheras saludables.

H0: Los factores sociodemográficos no tienen relación significativa con el nivel de conocimiento de las madres de niños en edad preescolar sobre la preparación de loncheras saludables.

2.4. VARIABLES

2.4.1 VARIABLE INDEPENDIENTE

- Factores sociodemográficos de las madres.

2.4.2 VARIABLE DEPENDIENTE

- Nivel de conocimiento de las madres sobre la preparación de loncheras saludables.

2.5. OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

VARIABLE	DEFINICION CONCEPTUAL	DIMENSIONES	DEFINICION OPERACIONAL	INDICADORES	ESCALA DE VALORACION
Variable dependiente: Nivel de conocimiento de las madres sobre la preparación de loncheras saludables	El conocimiento es un conjunto de datos, hechos verdaderos o de información que se adquieren a lo largo de la vida como resultado de la experiencia y el aprendizaje de las personas: (12)	Importancia de la lonchera saludable y de los grupos de alimentos que debe contener: -Alimentos Energéticos -Alimentos Constructores -Alimentos Reguladores.	Es toda aquella información que refieren poseer las madres de los niños de la Institución Educativa N° 98 – “El Ingenio” sobre loncheras saludables.	a) Función de la lonchera escolar b) La lonchera escolar debe contener alimentos saludables c) Un ejemplo de lonchera nutritiva d) Alimentos que dan más energía al niño y que deben ser considerados en una lonchera nutritiva e) Alimentos que favorecen el crecimiento del niño y que deben ser considerados en una lonchera nutritiva f) Alimento que contiene hierro y que debe ser considerado en una lonchera nutritiva g) Alimento que contiene calcio y que debe ser considerado en una lonchera nutritiva	Nivel de conocimiento bajo: 0 – 6 puntos. Nivel de conocimiento medio: 7 – 8 puntos. Nivel de conocimiento alto: 9 – 15 puntos.

				<p>h) La bebida que debe estar presente en toda lonchera escolar</p> <p>i) Los carbohidratos (cereales, pan) tienen la función</p> <p>j) Las proteínas (carnes, huevo) tienen la función</p> <p>k) Las vitaminas y los minerales (hierro, calcio) tienen la función.</p> <p>l) Alimento que presenta una vitamina</p> <p>m) Alimento que presenta un mineral</p> <p>n) El alimento que contiene vitamina A y que debe ser considerado en una lonchera nutritiva</p> <p>o) El alimento que contiene vitamina C y que debe ser considerado en una lonchera nutritiva.</p>	
--	--	--	--	---	--

Variable independiente: Factores sociodemográficos	Conjunto de características sociales de un individuo (13)	Factores sociales Factores demográficos	Conjunto de normas que determinan o influyen en el comportamiento de las personas en una sociedad. Es el estudio estadístico sobre un grupo de población humana que analiza sus características en un momento o ciclo.	Ocupación Grado de instrucción Edad Lugar de procedencia Número de hijos	Comerciante Empleada del Hogar Negocio en Casa Ama de Casa Otros Primaria Incompleta Primaria Completa Secundaria Incompleta Secundaria Completa Superior 16 -20 21 - 25 26 - 30 31 - 35 35 a mas Rural Urbano 1 2 3 4 a mas
---	---	--	---	--	---

CAPITULO III

METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

3.1. TIPO DE ESTUDIO Y DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN

3.1.1 Tipo de investigación

El trabajo de investigación se desarrolló bajo el enfoque cuantitativo, de tipo descriptivo y correlaciona; ya que nos permite medir y cuantificar las variables de estudio, haciendo uso de cuadros estadísticos para su análisis, lo cual nos permitió realizar comparaciones con otras investigaciones y así poder establecer de manera minuciosa la relación que existe entre los factores sociodemográficos y el nivel de conocimiento de las madres en la preparación de loncheras saludables.

3.1.2 Diseño de la Investigación

El presente estudio de investigación que se realizó es de diseño descriptivo, correlacional y de corte transversal.

Descriptivo; porque describe los factores sociodemográficos y el nivel de conocimiento que tiene la madre sobre la preparación de loncheras saludables, para la comprobación de la hipótesis.

Correlacional, porque determina si dos variables están correlacionadas o no. Esto significa analizar si un aumento o disminución en una variable coincide con un aumento o disminución en la otra variable.

Corte transversal, la recolección de datos para identificar el nivel de conocimiento de la madre se tomó en un solo momento a través de una encuesta.

3.2. AMBITO DE ESTUDIO

El presente trabajo de investigación se realizó en la Institución Educativa N° 98 – “El Ingenio” ubicado en Jr. Los Sauces N° 100 urbanización El Ingenio, Distrito, Provincia y Departamento de Cajamarca. La Directora de la institución es la Licenciada en Educación Consuelo Rojas Araujo. En la institución educativa de nivel inicial se

encuentran matriculados 155 niños distribuidos en 6 aulas con un promedio de 25 alumnos por aula, además cuentan con seis docentes de educación inicial y tres auxiliares.

3.3. UNIDAD DE ANÁLISIS

Estuvo conformada por cada una de las madres de los niños de 3 a 5 años de la Institución Educativa Estatal de N° 98 – El Ingenio.

3.4. POBLACIÓN Y MUESTRA

3.4.1. Población

La población estuvo conformada por 155 madres de niños de 3 a 5 años 11 meses 29 días matriculados en la Institución Educativa de N° 98 – “El Ingenio”.

3.4.2. Muestra

Para determinar la muestra poblacional se efectuó la fórmula estadística del tamaño de muestra para población finita; para lo cual se considera:

N= Tamaño la población

P= Proporción poblacional =0.5

Q= (1-p) = 0.5

E= Error muestral = 0.1

Z α = Intervalo de confianza = 1.96 (95% de confianza)

n= Muestra poblacional

$$n = \frac{N \cdot P (1-P)}{(N-1) (E/ Z\alpha)^2 + P (1-P)}$$

$$n = \frac{155 (0.25)}{154 (0.1)^2 / (1.96)^2 + 0.25}$$

$$n = \frac{38.7}{0.6508}$$

$$n = 59.46$$

La muestra poblacional estuvo conformada por 63 madres de niños pre escolares de la Institución Educativa Estatal de N° 98 – “El Ingenio”.

3.5. CRITERIOS DE INCLUSIÓN Y EXCLUSIÓN

3.5.1. CRITERIOS DE INCLUSIÓN

- Madres de niños matriculados en la Institución Educativa de N° 98 – “El Ingenio”.
- Madres de los niños cuyas edades oscilan entre 3 a 5 años 11 meses y 29 días de edad de la Institución Educativa de N° 98 – “El Ingenio”
- Madres que con la información necesaria firmaron el consentimiento informado para la participación del estudio.

3.5.2. CRITERIOS DE EXCLUSIÓN

- Madres que presenten alguna discapacidad: trastornos del pensamiento o sordomudez.

3.6. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS

3.6.1. PROCEDIMIENTO DE RECOLECCIÓN DE DATOS

Para la recolección de datos se realizó trámite administrativo mediante una solicitud dirigida a la Licenciada en Educación Consuelo Rojas Araujo para obtener el permiso correspondiente para la realización de la investigación.

Se coordinó con cada una de las docentes de aula para darles información y explicación acerca del trabajo a desarrollar para obtener a través de su persona la firma del consentimiento informado de las madres de los niños matriculados en la Institución Educativa Estatal de N° 98 – “El Ingenio”.

Una vez firmado el consentimiento informado se coordinó con las madres para la aplicación del instrumento considerando en promedio 20 minutos para la aplicación del cuestionario, para lo que se utilizó la entrevista como técnica de la recolección de datos. Finalmente, los datos obtenidos fueron procesados mediante el programa estadístico SPSS 22.00.

3.6.2. DESCRIPCIÓN DE TÉCNICAS E INSTRUMENTOS PARA LA RECOLECCIÓN DE DATOS

El cuestionario consta de 20 preguntas divididas en 2 partes, la primera parte consta de 5 preguntas para obtener las características sociodemográficas de las madres tales como edad, grado de instrucción, procedencia, número de hijos y ocupación de la madre.

La segunda parte del cuestionario consta de 15 preguntas para medir el nivel de conocimiento de las madres sobre la lonchera saludable. En cada caso las respuestas correctas tienen un valor de 1 punto. Al sumar todas las respuestas se obtendrá un puntaje total para valorar el nivel de conocimiento se tendrán en cuenta los siguientes parámetros:

- ✓ Nivel de conocimiento bajo: 0 – 6 puntos
- ✓ Nivel de conocimiento medio: 7 – 8 puntos
- ✓ Nivel de conocimiento alto: 9 – 15 puntos

3.7. PROCESAMIENTO Y ANALISIS DE DATOS

La información se recopiló a través de la aplicación del cuestionario a las madres de familia, se realizó la agrupación de los datos obtenidos, luego se codificó para elaborar la base de datos, posteriormente se utilizó el paquete estadístico SPSS 22. Cuyos resultados del estudio se presentan en tablas y aplicaciones estadísticas descriptivas como frecuencia y porcentaje.

Los resultados se presentan en tablas estadísticas simples de esta manera no permite valorar los factores sociodemográficos y el nivel de conocimiento de las madres sobre la preparación de loncheras saludables.

3.8. ASPECTOS ETICOS DE LA INVESTIGACIÓN

La presente investigación la información se manejo en forma confidencial, única y exclusivamente con fines de estudio la misma no ocasionara ningún perjuicio a los participantes, sin embargo al abordar a las entrevistadas se les proporciono toda la información al respecto y se les solicito el consentimiento informado teniendo en cuenta el principio de autonomía, porque las madres fueron quienes decidieron participar o no de la investigación,

El principio de Beneficencia pues se buscó brindar el bien a las personas que fueron parte de esta investigación, respetando las ideas de cada persona. Por último, el principio de justicia ya que se respetó la equidad y se mantuvieron los resultados solo para uso de la investigación, respetando todas las consideraciones éticas ya mencionadas.

CAPÍTULO IV

4.1 RESULTADOS DE LA INVESTIGACIÓN

TABLA 1. Factores Sociodemográficos de las Madres de la Institución Educativa Estatal N° 98 – Cajamarca 2013.

FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS			
	N	%	
EDAD	16 -20	4	6.35
	21 – 25	17	26.98
	26 – 30	18	28.57
	31 – 35	20	31.75
	35 a mas	4	6.35
NIVEL EDUCATIVO	Primaria	29	46.03
	Secundaria Completa	23	36.51
	Superior	11	17.46
LUGAR DE PROCEDENCIA	Rural	33	52.38
	Urbano	30	47.62
NÚMERO DE HIJOS	1	27	42.86
	2	21	33.33
	3	8	12.70
	4	6	9.52
	Más de 4	1	1.59
OCUPACIÓN	Comerciante	10	15.87
	Empleada del Hogar	4	6.35
	Negocio en Casa	7	11.11
	Ama de Casa	40	63.49
	Otros	2	3.17
TOTAL		63	100.00

Fuente: Cuestionario nivel de conocimiento de las madres sobre loncheras saludables, 2013

Según los factores sociodemográficos se observa que el 28.57 % de las madres tienen entre 25 y 30 años de edad. Cifra que guarda relación con la Encuesta Demográfica y de Salud Familiar (ENDES 2015), quienes hacen referencia que un 15.1% de mujeres están en el rango de 30 a 34 años y un 14.7% tienen más de 35 años.

En lo referente a nivel educativo, el 46.03% de las madres tienen primaria, el 36.51% de las madres que tienen secundaria, y solo un 17.46% tienen como nivel educativo superior. Los resultados discrepan con los datos encontrados según la Encuesta Demográfica y de Salud Familiar (ENDES 2015), que mencionan que el 17.4% de mujeres tienen educación primaria, el 45.7% tienen educación secundaria y el 35.2% tienen educación superior. Además de los datos encontrados según el Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI2007), el 28.26% de la población tienen educación primaria, 35.22% tienen educación secundaria y un 26.54% tienen educación superior.

El 52.38% de las madres son de procedencia rural y un 47.62% de las madres son de la zona urbana. Estos datos nos indican que hay relación con las estadísticas encontradas en la Encuesta Nacional de Hogares (ENAHO 2010), donde indica que el 67.3% de la población del departamento de Cajamarca provienen de la zona rural.

El 86.19% de las madres tienen entre uno y dos hijos. Según esta información podemos notar que existe relación con los datos que se muestran en el Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI), donde nos indica que la tasa de fecundidad en periodo 2010-2015 para el departamento de Cajamarca es de 2.9 hijos.

El 63.49% de las madres son amas de casa. Estos datos no tienen relación con la información que nos muestra la Encuesta Demográfica y de Salud Familiar (ENDES 2015), que un 53.3% de mujeres son empleadas por otras personas y el 29.8% son trabajadoras independientes.

TABLA 2. Nivel de conocimiento de la madre sobre la preparación de loncheras saludables en la Institución Educativa Estatal N° 98 – Cajamarca 2013.

NIVEL DE CONOCIMIENTO	N°	%
Bajo	42	66.7
Medio	16	25.4
Alto	5	7.9
TOTAL	63	100

Fuente: Cuestionario Nivel de Conocimientos sobre Loncheras Saludables.

Según el nivel de conocimiento se observa que, de 63 madres encuestados de la Institución Educativa Estatal N° 98. El Ingenio, del 100% de las madres encuestadas sobre el nivel de conocimiento sobre la preparación de loncheras saludables. El 66.7% de las madres tienen un nivel de conocimiento bajo, un 25.4% de las madres tienen un nivel de conocimiento medio y solo 7.9% de las madres tienen un nivel de conocimiento alto.

Más de la mitad de las madres encuestadas poseen un nivel de conocimiento bajo sobre la preparación de loncheras saludables y solo un 7.9 % poseen un nivel de conocimiento alto. Bunge (2011) considera que el conocimiento es un conjunto de información que la persona adquiere como resultado de la experiencia. El conocimiento vincula procedimientos mentales con actividades prácticas”. 66.7 % de las madres poseen un nivel de conocimiento bajo podría considerarse que estas madres no estuvieron expuestas a procesos de aprendizaje previos adecuados sobre la preparación de loncheras saludables además de su experiencia individual.

Este estudio concuerda con Cordero (Ecuador 2016) quien realizó el estudio “Evaluación del conocimiento y prácticas sobre lonchera escolar que poseen los padres y/o cuidadores de preescolares de Inicial 1 y 2 de la escuela de educación básica “Isabel Herrera de Velázquez” de la ciudad de Milagro”. Donde encontró

que el 82 % de los padres encuestados no conoce sobre la composición de la lonchera saludable.

El nivel de conocimientos de las madres de familia acerca de alimentación saludable en pre escolares es trascendente ya que de este depende el cuidado que las madres brinden a sus hijos, el mantenimiento de su salud y la prevención de enfermedades

Tabla 3. Relación de los Factores Sociodemográficos y el nivel de Conocimiento de las madres sobre la preparación de Loncheras Saludables de la Institución Educativa Estatal N° 98 El Ingenio – Cajamarca 2013.

FACTORES SOCIODEMOGRAFICOS	NIVEL DE CONOCIMIENTO								Valor p	
	BAJO		MEDIO		ALTO		TOTAL			
	Nº	%	Nº	%	Nº	%	Nº	%		
EDAD	16 -20	2	3.17	1	1.59	1	1.59	4	6.35	0.7101
	21 – 25	13	20.63	2	3.17	2	3.17	17	26.98	
	26 – 30	12	19.05	5	7.94	1	1.59	18	28.57	
	31 – 35	13	20.63	6	9.52	1	1.59	20	31.75	
	35 a mas	2	3.17	2	3.17	0	0.00	4	6.35	
NIVEL EDUCATIVO	Primaria Incompleta	14	22.22	3	4.76	0	0.00	17	26.98	0.0133
	Primaria Completa	10	15.87	2	3.17	0	0.00	12	19.05	
	Secundaria Incompleta	7	11.11	3	4.76	1	1.59	11	17.46	
	Secundaria Completa	7	11.11	5	7.94	0	0.00	12	19.05	
	Superior	4	6.35	3	4.76	4	6.35	11	17.46	
LUGAR DE PROCEDENCIA	Rural	26	41.27	5	7.94	2	3.17	33	52.38	0.0954
	Urbano	16	25.40	11	17.46	3	4.76	30	47.62	
NUMERO DE HIJOS	1	22	34.92	4	6.35	1	1.59	27	42.86	0.3766
	2	10	15.87	8	12.70	3	4.76	21	33.33	
	3	5	7.94	3	4.76	0	0.00	8	12.70	
	4	4	6.35	1	1.59	1	1.59	6	9.52	
	Más de 4	1	1.59	0	0.00	0	0.00	1	1.59	
OCUPACION	Comerciante	7	11.11	2	3.17	1	1.59	10	15.87	0.0006
	Empleada del Hogar	3	4.76	1	1.59	0	0.00	4	6.35	
	Negocio en casa	3	4.76	3	4.76	1	1.59	7	11.11	
	Ama de casa	29	46.03	10	15.87	1	1.59	40	63.49	
	Otros	0	0.00	0	0.00	2	3.17	2	3.17	
TOTAL		42	66.67	16	25.40	5	7.94	63	100.00	

Fuente: Cuestionario Nivel de Conocimientos sobre Loncheras Saludables.

En la tabla se muestra la relación que existe entre los factores sociodemográficos y el nivel de conocimiento de las madres; evidenciándose la edad de la madre como un factor sociodemográfico que no tiene significancia por ser el valor de $p= 0.7101$.

Según Bastidas la edad de la madre supone una influencia sobre los hábitos alimenticios y la dieta de sus hijos, pudiendo resultar un factor de protección frente a una dieta inadecuada en el niño, por lo que las madres más jóvenes quizás pueden requerir un asesoramiento especial en este sentido. Es cierto que los niños comen en casa lo que sus padres le dan, por lo cual esto es un factor importantísimo en la alimentación de sus hijos.

La presente investigación discrepa con el resultado obtenido ya que y 20.63 % de las madres con un nivel de conocimiento bajo se encuentran entre las edades de 31 a 35 años y un 3.17 % de las madres con un nivel de conocimiento alto se encuentra entre el rango de edad de 21 a 25 años, con esto podríamos deducir que la edad no es un factor determinante en la adquisición de conocimientos.

El 22.22% de las madres que poseen un nivel de conocimiento bajo tienen como nivel educativo primaria incompleta. Como el valor $p=0.0133$ es menor que el nivel de significancia $=0.05$ podemos concluir que existe relación entre el factor sociodemográfico nivel educativo con el nivel de conocimiento de la madre.

Resultados que guardan relación con los hallazgos de Castrillón, (2005). El grado de instrucción del individuo, influye principalmente en la conducta que adopte en donde se puede observar que el nivel superior y/o secundario asegure los conocimientos de salud básicos, además influye en la salud del niño, porque al tener una mejor escolaridad tiene mayor accesibilidad a fuentes de información, amplía sus conocimientos, enriquece su cultura, modifica sus hábitos y creencias, erróneas mejorando con ello su nivel de vida así mismo el grado de instrucción es un elemento facilitador que permite a las madres adquirir información y brindar los cuidados esenciales.

Menenghello, (1997). El grado de instrucción, es un factor importante en el nivel de conocimiento, de manera que a mayor grado de instrucción, la persona tendrá mayores hábitos y prácticas en lo que a su salud refiere, la persona con mayor grado de instrucción se convierte en elemento receptivo y guiador de su propia conducta, a diferencia de los que poseen menor grado de instrucción, cuya relativa capacidad de decisión pone en peligro su salud y la de sus hijos al mantener un sistema de valores tradicionales.

El bajo nivel educativo en especial de la madre y la falta de conocimientos sobre la nutrición y desarrollo infantil inciden negativamente en la nutrición de los hijos (Fondo Internacional de Emergencia de las Naciones Unidas para la Infancia-UNICEF, 2006).

El 41.27% de las madres proceden de la zona rural. Como el valor $p=0.0954$, es mayor que el nivel de significancia $=0.05$ podemos concluir que no existe relación entre el factor sociodemográfico lugar de procedencia con el nivel de conocimiento de la madre.

Las familias provenientes del área rural o de lugares urbano marginales, tienen menor poder adquisitivo, por lo tanto, menor ocasión de proporcionar variedad en la alimentación de sus hijos. Sin embargo, este indicador se relaciona, además, con las oportunidades de progreso que no se presentan en las áreas marginales.

El 34.92% de las madres tienen un solo hijo. Como el valor $p=0.3766$, es mayor que el nivel de significancia $=0.05$ podemos concluir que no existe relación entre el factor sociodemográfico número de hijos con el nivel de conocimiento de la madre.

Este indicador también influye en forma indirecta en el estado nutricional del infante. Estudios revelan que a mayor número de hijos en el seno familiar disminuye la importancia que le otorgan los padres al cuidado de la alimentación de los niños, en muchas ocasiones delegando esta función a los hermanos mayores. Esta situación se escapa de lo que idealmente debería ocurrir, ya que a mayor paridad mayor experiencia y por ende mayor cuidado con los hijos.

El 46.03% de las madres que tienen nivel de conocimiento bajo son amas de casa, de tal forma al obtener un valor $p=0.0006$, es menor que el nivel de significancia $=0.01$ podemos considerar que existe una relación altamente significativa entre el factor sociodemográfico ocupación con el nivel de conocimiento de la madre.

Este indicador se encuentra relacionado a la disponibilidad de tiempo de los padres debido a las múltiples actividades que desempeñan producto del trabajo. No es ajeno a la realidad que, en muchas familias, las madres se encuentran desempeñando

actividades laborales fuera del hogar, lo cual limita el tiempo que pudiesen proporcionar a preparar alimentos saludables y nutritivos para sus hijos; eligiendo, gran parte de ellas, alimentos prácticos, que en su mayoría no resultan nutritivos.

La madre que tiene un empleo experimenta un incremento de Autoestima al sentirse más competente, asegura económicamente y más responsables y realizada como persona. Así, cuando más satisfecha se sienta una mujer con su vida, cumple mejor el rol como madre, pero no descartando la posibilidad que algunas madres por la falta de tiempo de adecuar la dieta familiar a los preceptos nutricionales, los preescolares se encuentran con riesgos alimentarios (Lefrancois, 2001).

4.2. CONCLUSIONES

Al finalizar el presente trabajo de investigación se llegó a las siguientes conclusiones:

- ✓ Las características sociales y demográficas de las madres de los niños de la Institución Educativa Estatal N° 98 en su mayoría, pertenecían al grupo etario de 31 a 35 años, con primaria incompleta, procedencia rural, amas de casa y tienen un hijo.
- ✓ Las madres en su mayoría tienen un nivel de conocimiento bajo sobre la preparación de loncheras saludables.
- ✓ Se demostró que si existe relación significativa entre los factores sociodemográficos: Nivel Educativo con valor $p=0.0133$ y ocupación con el nivel de conocimiento de las madres sobre la preparación de loncheras saludables y la ocupación de la madre con valor $p=0.0006$.

4.3. RECOMENDACIONES

1. Al profesional de Enfermería

- Que el personal de Enfermería, en el primer nivel de atención, como parte de la implementación y desarrollo del tema en las Instituciones Educativas Saludables elaboren y ejecuten programas educativos acerca de la importancia de la alimentación saludable, loncheras saludables; con el uso de una metodología práctica e interactiva, teniendo en cuenta las características del grupo objetivo con la finalidad de incrementar los conocimientos maternos para así salvaguardar el crecimiento y desarrollo óptimo de los niños.
- Promover en el personal de enfermería la elaboración de protocolos y/o guías sobre preparación de loncheras saludables.

2. A la Dirección de Educación de Cajamarca

- Implementar talleres permanentes sobre la preparación adecuada de loncheras saludables para aumentar el nivel de conocimiento de las madres y de esta manera fomentar una alimentación saludable en la familia y disminuir la incidencia de enfermedades crónicas relacionadas con la alimentación.
- Difundir los modelos de Lonchera Escolar ya elaborado por las instituciones garantes como el Centro Nacional de Alimentación y Nutrición (CENAN) para así mejorar la calidad de la alimentación de los niños.
- Supervisar junto con los docentes, la venta de productos en los kioscos en horas de recreo, para así erradicar la costumbre del consumo de alimentos con exceso de calorías y escasos de nutrientes. Teniendo en cuenta la ley N° 30021 Ley de promoción de la alimentación saludable para Niñas Niños y adolescentes.

3. A la Escuela Académica Profesional de Enfermería.

- Fomentar el desarrollo de estudios de investigación para identificar otros factores que influyen en el nivel de conocimiento de la madre y alimentación saludable del preescolar.
- Incentivar a los estudiantes de Enfermería a realizar sesiones demostrativas sobre la preparación adecuada de loncheras saludables.

- Implementar un programa de Escuela Saludable, haciendo énfasis en la alimentación balanceada, para mejorar el estado nutricional del preescolar y así disminuir la anemia, desnutrición y cambiar el estilo de vida de las personas en este grupo etareo que es el más vulnerable.

4.4. REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

1. Organización Mundial de la Salud (OMS). Nutrición, desafíos [artículo en línea]. (fecha de acceso 20 de setiembre de 2016). Disponible en: <http://www.who.int/nutrition/challenges/es/>
2. Ministerio de Salud (MINSA). 2014. Plan nacional para la reducción de la desnutrición crónica infantil y la prevención de anemia en el país [artículo en línea]. (fecha de acceso 20 de setiembre de 2016). Disponible en: http://www.minsa.gob.pe/portada/especiales/2015/nutriwawa/directivas/005_plan_reduccion.pdf.
3. Herrero Aguirre HC, Salas Palacios SR, Álvarez Cortés JT, Pérez Infante. Modificación de conocimientos sobre nutrición y alimentación en madres con niños desnutridos menores de 6 años. MEDISAN. [artículo en línea]. 2006; (fecha de acceso 20 de setiembre de 2016). Disponible en: http://bvs.sld.cu/revistas/san/vol10_2_06/san07206.htm.
4. Una mala alimentación y sus consecuencias. OMS 2017. <https://consejonutricion.wordpress.com/category/una-mala-alimentacion-y-sus-consecuencias/>
5. Busdiecker B, Sara Castillo D, Carlos y Salas A. Isabel. Cambios en los hábitos de alimentación durante la infancia: una visión antropológica. Rev. chil. pediatr. [en línea]. 2000, vol.71, n.1 [citado 2013-11-28], pp. 5-11. Disponible en: http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S037041062000000100003&lng
5. Ministerio de Salud y Ambiente de la Nación. Dirección nacional de salud materna infantil. “Centro de salud amigo de la madre y el niño”. Publicado en: Buenos Aires, octubre del 2004. (fecha de acceso 10 de octubre de 2016); disponible en: <http://www.bvspediatria.org.ar/lactancia/csamyn.pdf>.

6. Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI), Fondo de Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF). “Estado de la niñez en el Perú”, (en línea). Publicado en Lima. 1º Edición. Publicado en febrero de 2011. (fecha de acceso 24 de octubre de 2016); Disponible en:
http://www.unicef.org/peru/spanish/Estado_Ninez_en_Peru.pdf.
7. Kovalskys I, Bay L, Rausch C y Berner D. “Prevalencia de obesidad en una población de niños y adolescentes en la consulta pediátrica. (en línea). Arch. argent. pediatr 2003. (fecha de acceso 10 de octubre de 2016). Disponible en:
http://www3.sap.org.ar/congresos/staticfiles/archivos/2005/arch05_4/Kovalskys.pdf.
8. Grupo de Estudios Ambientales A.C. (GEA A.C.). Poder del Consumidor A.C, Impacto de la Presencia de Comida Chatarra en los Hábitos Alimenticios de Niños y Adolescentes en Comunidades Indígenas-Campesinas de la Región Centro-Montaña Guerrero. México, 2009 -2010. (Fecha de acceso 10 de octubre de 2016). Disponible en:
http://www.cicemexico.org.mx/~cicemexi/sites/default/files/u1/Trabajo_Final_Guerrero.pdf.
9. Ministerio de Salud (MINSA). Padres de familia aprenderán a elaborar loncheras saludables. Perú. 2012. (en línea). (fecha de acceso 26 de enero de 2017), Disponible en: <http://www.andina.com.pe/agencia/noticia-padres-familia-aprenderan-a-elaborar-loncheras-saludables-panes-nutritivos-449954.asp>
10. Contreras F. “Propuesta de un plan de alimentación para los beneficiarios de la guardianía de Guatemala”, tesis para optar el título de nutricionista. Escuela de nutrición, Facultad Ciencias Químicas y Farmacia, Universidad San Carlos de Guatemala (fecha de acceso 19 de enero de 2017). (En línea). Disponible en:
http://biblioteca.usac.edu.gt/tesis/06/06_2223.pdf

11. Requena L. “Conocimiento y prácticas que tienen las madres sobre el contenido de la lonchera y su relación con el estado nutricional del preescolar”, Facultad Ciencias de la Salud E.A.P. Enfermería, Institución Educativa n° 524 Nuestra Señora de la Esperanza. (octubre 2005). Lima- Perú.
12. Carrasco M. “Contenido de loncheras de preescolares de la Institución Educativa Miguel Grau Lima, Perú” KIRU. (en línea). 2006. (Fecha de acceso 26 de setiembre de 2016); Disponible en:
<http://www.usmp.edu.pe/odonto/servicio/2006rv2/Kiru4.pdf>.
13. Chamorro I. “Evaluación del potencial cariogénico de los alimentos contenidos en Las loncheras de preescolares”, Tesis de grado para la obtención del título de especialidad de odontopediatría. Facultad de Odontología, Centro Educativo Ecológico Trilingüe Gonzalo Raules Benalcàzar. (Mayo 2009). Quito.
14. Reyes D, Reyes U y Cols. “Alimentos contenidos en loncheras en niños que acuden a un preescolar”, FIES. Bol Clin Hosp Infant Edo. (en línea). 2010. (fecha de acceso 23 de marzo de 2017). Disponible en:
<http://www.medigraphic.com/pdfs/bolclinhosinfson/bis-2010/bis101f.pdf>.
15. Institución de Centro América y Panamá UNCAP/OPS. “Alimentación en edad preescolar”. (en línea). módulo IV. (Fecha de acceso 12 de marzo de 2017). Pg. 2-4; disponible en: <http://www.depadresahijos.org/INCAP/preescolar.pdf>.
16. Punto saludable. Manual del kiosco y lonchera escolar saludable. Gerencia de Desarrollo Humano. Perú. 2012. [En línea]. (Fecha de acceso 14 de enero del 2017). En:
[http://www.miraflores.gob.peManual del kiosco y lonchera saludable.pdf](http://www.miraflores.gob.peManual_del_kiosco_y_lonchera_saludable.pdf)
17. Jiménez G. “Desayunos y meriendas para los niños”. Venezuela. 2007. (Fecha de acceso 2 de octubre de 2016): Disponible en:
<http://www.mailxmail.com/curso-desayunos-meriendas-ninos/que-es-lonchera>

18. Montalvo S. “Loncheras nutritivas”, revista mayo 2009. (fecha de acceso 26 de setiembre de 2016); Disponible en:

<http://www.nestle.com.pe/novedades/3-1-1/loncheras-saludables.aspx>.

19. Cortez, R. “La Nutrición de los niños en edad pre-escolar”. Centro de Investigación Universidad el Pacífico. Lima-Perú (2002). (Fecha de acceso 22 de octubre de 2016). Disponible en:

<http://74.125.45.104/search?q=cache:Ij7WAur2ZNcJ:www.consortio.org/CIES/html/pdfs/Pm0117.pdf+la+nutrici%C3%B3n+de+los+ni%C3%B1os+en+edad+preescolar&hl=es&ct=clnk&cd=1&gl=pe>

20. Brown S. concepto de buenas prácticas en promoción de la salud en el ámbito escolar y estrategia escuelas promotoras de salud. OPS. [Citado el 14 de setiembre del 2015].

Disponible en:

http://www.educaragon.org/files/Concepto_Buenas_Pr%C3%A1cticas.pdf.

21. Menenghelo, J. (2006) Pediatría. Edit. Publicaciones Técnicas Mediterráneo. Chile.

22. Castrillón A, Matamala J, Feldam M, Gajardo C, Valenzuela C, Zemelman V. Práctica de exposición solar en padres de niños en atención primaria, Santiago, Chile. Rev Hosp Clin Univ Chile. 2013; 24-13: disponible en:

http://www.redclinica.cl/HospitalClinicoWebNeo/ControlsNeochannels/Neo_CH6258/_deploy/pr%C3%A1cticas_expo_solar_padres_ni%C3%B1os_atencion_primaria_pdf[consultado 06 de marzo 2016]

ANEXOS

ANEXO A
ENCUESTA
LONCHERAS ESCOLARES

INTRODUCCIÓN

Buenos días señora madre de familia somos Sandra Carolina Vargas Castrejón y Rubén Palomino Cabanillas, egresados de la Universidad Nacional de Cajamarca, estamos realizando un estudio con el objetivo de obtener información de las madres sobre la preparación de loncheras escolares. Por lo que se le solicita responder con sinceridad para así tener información veraz que contribuirá con la buena alimentación de sus niños.

Agradecemos de antemano su participación, que será anónima.

INSTRUCCIONES

A continuación, se presentan preguntas las cuales le pedimos que conteste en su totalidad utilizando lapicero. Conteste marcando únicamente una alternativa de respuesta.

DATOS GENERALES:

1. Edad de la madre

- a) 16 -20
- b) 21 - 25
- c) 26 - 30
- d) 31 - 35
- e) 35 a mas

2. Nivel Educativo:

- a) Primaria incompleta.
- b) Primaria completa.
- c) Secundaria incompleta.
- d) Secundaria completa.
- e) Superior

3. Lugar de procedencia

- a) Rural
- b) Urbana

4. Número de hijos

- a) 1
- b) 2
- c) 3
- d) 4
- e) Más de 4

5. Ocupación

- a) Comerciante
- b) Empleada del Hogar
- c) Negocio en Casa
- d) Ama de Casa
- e) Otros

CONOCIMIENTO ACERCA DE LA PREPARACION DE LONCHERAS

1. La función de la lonchera es:

- a) Mantener una dieta balanceada
- b) Satisfacer las necesidades del niño
- c) Reemplazar el desayuno del niño
- d) Reemplazar el almuerzo del niño
- e) Favorecer la memoria del niño

2. La lonchera debe contener los siguientes alimentos:

- a) Una cajita de frugos, una galleta salada y papas fritas
- b) Una gaseosa, una galleta dulce y una fruta
- c) Un sándwich, una fruta y refresco natural
- d) Jugo de frutas, una galleta dulce y una golosina
- e) Sopa, segundo y refresco

3. Un ejemplo de lonchera saludable es:

- a) Refresco natural de naranja, galleta dulce y pan
- b) Gaseosa, galleta dulce y manzana
- c) Gaseosa, naranja y pan
- d) Pan con pollo, plátano y limonada
- e) Frugos, galleta dulce y manzana

4. Los carbohidratos (cereales, pan) tienen la función de:

- a) Formar y reparar células del cuerpo.
- b) Favorecer la digestión y asimilación de otros alimentos
- c) Controlar los ingresos y pérdidas de líquidos
- d) Transportar oxígeno y nutrientes a las células
- e) Brindar energía a las células del organismo

5. Las proteínas (carne, huevo) tienen la función de:

- a) Brindar energía a las células del organismo
- b) Transportar oxígeno y nutrientes a las células
- c) Regular el equilibrio de líquidos

- d) Formar y reparar células del cuerpo
- e) Favorecer la digestión y absorción de otros alimentos

6. Las vitaminas y los minerales (hierro, calcio) tienen la función de:

- a) Transportar oxígeno y nutrientes a las células
- b) Favorecer la digestión y asimilación de otros alimentos
- c) Regular el equilibrio de líquidos del cuerpo
- d) Brindar energía a las células del organismo
- e) Formar y reparar células del cuerpo

7. Marque usted los alimentos que dan más energía al niño y que deben ser considerados en una lonchera saludable:

- a) Manzana y mandarina
- b) Limonada y naranjada
- c) Pan y queque casero
- d) Huevo sancochado y pollo deshilachado
- e) Zumo de manzana y galleta soda

8. Marque usted los alimentos que favorecen el crecimiento del niño y que deben ser considerados en una lonchera saludable:

- a) Plátano y naranja
- b) Jugo de piña y zumo de manzana
- c) Huevo sancochado y pollo deshilachado
- d) Yogurt y mandarina
- e) Manzana y queque casero

9. Marque usted la alternativa que presenta una vitamina

- a) Vitamina Z
- b) Vitamina P
- c) Vitamina Q
- d) Vitamina A
- e) Vitamina R

10. Marque usted la alternativa que presenta un mineral

- a) Mantequilla
- b) Palta
- c) Hierro
- d) Huevo
- e) Queso

11. Marque usted el alimento que contiene vitamina A y que debe ser considerado en una lonchera saludable

- a) Mantequilla
- b) Naranja
- c) Huevo sancochado
- d) Mandarina
- e) Naranjada

12. Marque usted el alimento que contiene vitamina C y que debe ser considerado en una lonchera saludable

- a) Queso
- b) Pan
- c) Huevo sancochado
- d) Mandarina
- e) Mantequilla

13. Marque usted el alimento que contiene hierro y que debe ser considerado en una lonchera saludable

- a) Pan
- b) Yema de huevo
- c) Mantequilla
- d) Mermelada
- e) Mandarina

14. Marque usted el alimento que contiene calcio y que debe ser considerado en una lonchera saludable

- a) Manzana

- b) Mermelada
- c) Carne de pollo
- d) Mantequilla
- e) Naranjada

15. La bebida que debe estar presente en toda lonchera es:

- a) Gaseosa
- b) Frugos
- c) Refresco natural
- d) Café
- e) Té

ANEXO B

Hoja de codificación

Pregunta	Valor	Rpta.
1. La función de la lonchera escolar es:	Correcto Incorrecto	1(b) 0
2. La lonchera escolar debe contener los siguientes Alimentos:	Correcto Incorrecto	1(c) 0
3. Un ejemplo de lonchera nutritiva es:	Correcto Incorrecto	1(d) 0
4. Los carbohidratos (cereales, pan) tienen la función de:	Correcto Incorrecto	1(e) 0
5. Las proteínas (carnes, huevo) tienen la función de:	Correcto Incorrecto	1(d) 0
6. Las vitaminas y los minerales (hierro, calcio) tienen la función de:	Correcto Incorrecto	1(b) 0
7. Marque usted los alimentos que dan más energía al niño y que deben ser considerados en una lonchera nutritiva:	Correcto Incorrecto	1(c) 0
8. Marque usted los alimentos que favorecen el crecimiento del niño y que deben ser considerados en una lonchera nutritiva:	Correcto Incorrecto	1(c) 0
9. Marque usted la alternativa que presenta una Vitamina	Correcto Incorrecto	1(d) 0
10. Marque usted la alternativa que presenta un Mineral	Correcto Incorrecto	1(c) 0
11. Marque usted el alimento que contiene vitamina A y que debe ser considerado en una lonchera nutritiva	Correcto Incorrecto	1(a) 0
12. Marque usted el alimento que contiene vitamina C y que debe ser considerado en una lonchera nutritiva	Correcto Incorrecto	1(d) 0
13. Marque usted el alimento que contiene hierro y que debe ser considerado en una lonchera nutritiva	Correcto Incorrecto	1(b) 0
14. Marque usted el alimento que contiene calcio y que debe ser considerado en una lonchera nutritiva	Correcto Incorrecto	1(d) 0
15. La bebida que debe estar presente en toda lonchera escolar es:	Correcto Incorrecto	1(c) 0

Por lo tanto, los intervalos del nivel de Conocimiento son:

- ✓ Bajo: 0 – 7 Puntos
- ✓ Medio: 8 – 10 Puntos
- ✓ Alto: 11 – 15 Puntos

ANEXO C
CONSENTIMIENTO INFORMADO

Yo..... con DNI N°..... A través del presente documento expreso mi voluntad de participar en la investigación titulada: “Factores sociodemográficos y el nivel de conocimientos de las madres en la preparación de loncheras saludables de los niños de la Institución Educativa Estatal N° 98 El Ingenio - Cajamarca 2013”

Habiendo sido informada por los autores de la investigación del propósito de la misma, así como de los objetivos y, teniendo la confianza plena de que la información que en el instrumento vierta será sólo y exclusivamente para fines de la investigación en mención; además, confío en que la investigación utilizará adecuadamente dicha información, asegurándome la máxima confidencialidad”

DNI N°

ANEXO D
UNIVERSIDAD NACIONAL DE CAJAMARCA
“NORTE DE LA UNIVERSIDAD PERUANA”
Av. Atahualpa N°1050

Repositorio Digital Institucional
Formulario de Autorización

1. Datos de los autores:

Nombres y Apellidos:

Sandra Carolina Vargas Castrejón

DNI N°:45361789

Correo Electrónico:

Skaymi12c@hotmail.com

Teléfono: 923294245

Nombres y Apellidos:

Rubén Palomino Cabanillas

DNI N°:43687000

Correo Electrónico:

Rpc423@gmail.com

Teléfono: 966579044

2. Grado, título o Especialidad

Bachiller

Título

Magister

Doctor

Segunda Especialidad Profesional

3. Tipo de Investigación¹:

Tesis

Trabajo Académico

Trabajo de

Investigación

¹ Tipos de Investigación

Tesis: para título profesional, Maestría, Doctorado y Programas de Segunda Especialidad

Trabajo Académico: Para Programas de Segunda Especialidad

Trabajo de Investigación: para bachiller y Maestría

Trabajo de Suficiencia Profesional: Proyecto Profesional, Informe de Experiencia Profesional

Título: “Factores sociodemográficos y el nivel de conocimiento de las madres sobre la preparación de loncheras saludables de los niños de la Institución Educativa N° 98 El Ingenio – Cajamarca 2013”

Asesor:

M.Cs. Aida Cistina Cerna Aldave

Escuela académica:

Enfermería

4. Licencias:

a) Licencia Estándar:

Bajo los siguientes términos autorizo el depósito de mi trabajo de Investigación en el Repositorio Digital Institucional de la Universidad Nacional de Cajamarca.

Con la autorización de depósito de mi trabajo de investigación, otorgo a la Universidad Nacional de Cajamarca una Licencia no exclusiva para reproducir, distribuir, comunicar al público, transformar (únicamente mediante su traducción a otros idiomas) y poner a disposición del público mi trabajo de investigación, en forma físico o digital en cualquier medio, conocido por conocer, a través de los diversos servicios provistos de la universidad, creados o por crearse, tales como el Repositorio Digital de la UNC, colección de Tesis, entre otros, en el Perú y en el extranjero, por el tiempo y veces que considere necesarias, y libre de remuneraciones.

En virtud de dicha licencia, la Universidad Nacional de Cajamarca podrá reproducir mi trabajo de investigación en cualquier tipo de soporte y en más de un ejemplar, sin modificar su contenido, solo con propósitos de seguridad y respaldo y preservación.

Declaro que el trabajo de investigación es una creación de mi autoría y exclusiva titularidad comparativa, y me encuentro facultado a conceder la presente licencia y, así mismo, garantizó que dicho trabajo de investigación no infringe derechos de autor de terceras personas. La Universidad Nacional de Cajamarca consignará en nombre del/los autores/re del trabajo de investigación, y no lo hará ninguna modificación más que la permitida en la presente licencia.

Autorizo el depósito (marque con un X)

Si, autorizo que se deposite inmediatamente.

___ Si, autorizo que se deposite a partir de la fecha (dd/mm/aa): _____

___ No autorizo

b) Licencias Creative Commons²:

Autorizo el depósito (marque con un X)

Si autorizo el uso comercial y las obras derivadas de mi trabajo de investigación.

___ No autorizo el uso comercial y tampoco las obras derivadas de mi trabajo de investigación.

.....
Sandra Carolina Vargas Castrejón

DNI N°:45361789

.....
Rubén Palomino Cabanillas

DNI N°: 43687000

² Licencias Creative Commons: Las licencias creative commons sobre su trabajo de investigación, mantiene la titularidad de los derechos de autor de ésta y, a la vez, permite que otras personas puedan reproducirla, comunicarla al público y distribuir ejemplares de ésta, siempre y cuando reconozcan la autoría correspondiente. Todas las Licencias Creative Commons son de ámbito mundial. Emplea el lenguaje y la terminología de los tratados internacionales. En consecuencia, goza de una eficacia a nivel mundial, gracias a que tiene jurisdicción neutral.