

USO, SATISFACCIÓN Y ASPECTOS ECONÓMICOS DEL TIEMPO LIBRE EN  
JÓVENES DEL BARRIO OASIS DEL MUNICIPIO DE RIVERA 2013

JOSÉ ALFREDO LIZCANO AROS

UNIVERSIDAD SURCOLOMBIANA  
FACULTAD DE SALUD  
PROGRAMA DE MEDICINA  
NEIVA  
2015

USO, SATISFACCIÓN Y ASPECTOS ECONÓMICOS DEL TIEMPO LIBRE EN  
JÓVENES DEL BARRIO OASIS DEL MUNICIPIO DE RIVERA 2013

Autor: José Alfredo Lizcano Aros

PROYECTO DIRIGIDO DE GRADO PARA OPTAR AL TÍTULO DE MÉDICO  
GENERAL

Presentado al profesor:  
Gilberto Astaiza

UNIVERSIDAD SURCOLOMBIANA  
FACULTAD DE SALUD  
PROGRAMA DE MEDICINA  
NEIVA  
2015

Nota de Aceptación

---

---

---

---



---

Presidente del Jurado

---

Jurado

---

Jurado

Neiva, 11 de Junio de 2015

*A mi mamá, Anabeíva Lizcano Aros,  
por mostrarme el camino del bien.*

## AGRADECIMIENTOS

Éste proyecto no habría sido posible sin la influencia directa o indirecta de muchas personas a las que agradezco profundamente por estar presente en las distintas etapas de su elaboración. Así doy mis más sentidos agradecimientos a:

Al doctor Gilberto Astaiza, por la orientación y consejería continua para la elaboración de éste proyecto.

A Erik Camilo Gaitán López y Erit Salomón González, por su apoyo en la logística en la etapa de recolección de datos de éste proyecto.

A la comunidad del barrio Oasis del municipio de Rivera, por su acogimiento y colaboración.

## TABLA DE CONTENIDO

	Pág.
INTRODUCCIÓN	14
1. ANTECEDENTES DEL PROBLEMA	16
2. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	21
3. JUSTIFICACIÓN	23
4. OBJETIVOS	25
5. MARCO TEÓRICO	26
6. HIPÓTESIS	34
7. OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES	35
8. DISEÑO METODOLÓGICO	37
8.1. TIPO DE ESTUDIO	37
8.2. UBICACIÓN DEL ESTUDIO	37
8.3. POBLACIÓN Y MUESTRA	38
8.4. TÉCNICAS DE RECOLECCIÓN DE DATOS	38
8.5. INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS	39
8.6. PROCEDIMIENTOS	39

8.7.	ANÁLISIS Y TABULACIÓN DE DATOS	40
8.8.	CONSIDERACIONES ÉTICAS	41
9.	RESULTADOS	42
10.	ANÁLISIS DE RESULTADOS Y DISCUSIÓN	46
11.	CONCLUSIONES	49
12.	RECOMENDACIONES	51
13.	REFERENCIAS	52
14.	ANEXOS	56
14.1.	CUESTIONARIO	56
14.2.	PRUEBA PILOTO	58
14.3.	CRONOGRAMA	60

## INDICE DE TABLAS

	Pág.
Tabla 1. Variables sociodemográficas	42

## INDICE DE GRÁFICAS

	Pág.
Gráfica 1. Horas libres al día para ocio en la población	44
Gráfica 2. Valoración de las horas libre al día para el ocio	45

## RESUMEN

La ocupación del tiempo se distribuye principalmente a actividades del trabajo y actividades de ocio o tiempo libre. El uso del tiempo libre es considerado como un espacio de relajación y ocio, en el cual realizan actividades que están fuera del ámbito laboral. De la forma en que se utilice el mismo, podrá influir en las capacidades futuras y en el estado de salud de las personas.

El presente trabajo es un estudio observacional descriptivo que utiliza como instrumento de medida la encuesta, en el que se aporta una visión general, a modo de diagnóstico básico, las actividades realizadas durante el tiempo libre durante la adolescencia y temprana juventud, en un barrio del municipio de Rivera (Huila), llamado el Oasis, en el período de tiempo comprendido desde julio hasta diciembre de 2013, así como la satisfacción de éste por dicha población y sus implicaciones económicas. Para esto se tomó una muestra de 64 personas, hombres y mujeres, a quienes se les aplicó una encuesta estructurada. Posteriormente, la información recolectada en los formatos diligenciados, fueron tabulados y almacenados en el programa de Microsoft office Excel® y, posteriormente, extrapolada para su análisis mediante el programa estadístico EPI Info 7. Se elaboró una base de datos con todos los datos sociodemográfico y económicos y se sacaron las respectivas gráficas para la representación de las mismas.

La gran mayoría de los jóvenes de la población estudiada disponen diariamente de más de 4 horas para el disfrute del tiempo libre en actividades de ocio y la mayoría consideran este tiempo como suficiente, aunque esta percepción varía por sexo y edad. Las mujeres están conformes con el tiempo que tiempo, contrario a los que sucede con los hombres y los más jóvenes (menores de 15 años), quienes perciben como insuficiente el tiempo disponible para el ocio.

En este estudio, a medida que aumenta la edad se incrementa la cantidad de dinero disponible para actividades de ocio. Una posible explicación para este resultado sería que los jóvenes que disponen de un trabajo remunerado cuentan con una mayor cantidad de dinero para gastar en sus actividades de tiempo libre y dichos jóvenes son generalmente mayores de edad.

Palabras clave: tiempo libre, ocio, jóvenes, adolescente, actividades, dinero.

## SUMMARY

Time occupation is mainly distributed work activities and leisure or free time. The use of free time is considered as a place of relaxation and leisure, which carry out activities outside the workplace. From the way it is used, it may influence future capabilities and health status of people.

The present work is an observational descriptive study used as the measuring instrument poll in which an overview, as a basic diagnostic activities during free time during adolescence and early adulthood is provided, in a neighborhood of municipality of Rivera (Huila), called the Oasis, in the time period from July to December 2013, as well as satisfaction from it by this population and its economic implications. For this, a sample of 64 people, men and women, who were administered a structured survey was taken. Subsequently, the information collected on forms filled out, were tabulated and stored in the program Microsoft Office Excel and then extrapolated for analysis using the statistical program EPI Info 7. it developed a database with all data and sociodemographic economic and respective graphs for the representation thereof is removed.

The vast majority of young people have studied daily over 4 hours for leisure in leisure activities and most consider this time as sufficient, although this perception varies by sex and age. Women are consistent with the time period, contrary to what happens with men and younger (under 15 years), whom they perceive as insufficient time available for leisure.

In this study, as age increases the amount of money available for leisure activities increases. One possible explanation for this result would be that young people who have paid work have a greater amount of money to spend on leisure activities and these young people are generally older.

Key words: free time, leisure, young, activities, money.

## INTRODUCCIÓN

A medida que la sociedad avanza, la ocupación del tiempo se distribuye principalmente a actividades del trabajo y actividades de ocio o tiempo libre. El término “tiempo libre” ha tenido notables cambios y connotaciones según las distintas épocas, encontrándose en constante evolución, que varía paralelamente a los cambios de mentalidad y a las realidades complejas de la sociedad. En la época actual, el uso del tiempo libre es considerado como un espacio de relajación y ocio; en el cual realizan actividades que están fuera del ámbito laboral.

Los cambios sociales y educativos, como las largas jornadas laborales y académicas, han suscitado el interés y la preocupación por estudiar la utilización del tiempo fuera del horario de estudio (suponiendo que la mayoría lo hace), por parte de los niños/as adolescentes, teniendo en cuenta que, de la forma en que se utilice el mismo, podrá influir en las capacidades de los futuros ciudadanos. La utilización adecuada de este tiempo podría contribuir a paliar problemas graves que afectan a los escolares, como la obesidad asociada al descenso en los niveles de actividad física y deportiva; la violencia en los centros educativos que se pueden expandir hasta las calles de barrios (formación de pandillas y delincuencia); y la adherencia de los mismos a ciertos vicios como el alcohol, el cigarrillo, el uso de drogas ilícitas. Las distintas actividades que se realizan en el tiempo libre, con quiénes y dónde se hacen son claves en la promoción y prevención de la salud de los adolescentes.

El presente trabajo pretende aportar una visión general, a modo de diagnóstico básico, sobre las dimensiones, características y tendencias que definen

actualmente la cultura del ocio y la ocupación del tiempo libre durante la adolescencia y temprana juventud, en un barrio del municipio de Rivera (Huila), llamado el Oasis, en el período de tiempo comprendido desde julio hasta diciembre de 2013, así como la satisfacción de éste por dicha población y sus implicaciones económicas. Ésta aproximación pretende contribuir al desarrollo de espacios de diálogo y reflexión social sobre la realidad del ocio juvenil actual en dicho barrio, para combatir problemas como el sedentarismo y sus consecuencias en la salud, y otros más complejos como lo son la drogadicción, la delincuencia y la pobreza, bastantes frecuentes en esta localidad. También se pretende identificar los puntos que servirán de guías para la elaboración de un plan de utilización del tiempo libre basado en tres pilares: la educación, el ejercicio físico, y la salud. Todo ello intentando no olvidar su contexto y las variables clave, de carácter económico, que deben considerarse en toda reflexión que intente acercarse a cualquier realidad social.

## 1. ANTECEDENTES DEL PROBLEMA

En países desarrollados, como Estados Unidos y España, en dónde ya se reconoce el papel importante que tiene la utilización del tiempo libre en actividades educativas y de salud, se han elaborado grandes estudios con mucha significancia estadística respecto a la utilización del tiempo libre. Un estudio descriptivo, llevado a cabo por la Dra. Jolanda Hermoso Vega, en su tesis doctoral, sobre la “ocupación del tiempo libre de la población escolar y su participación en actividades extraescolares”<sup>1</sup>, se destaca la importancia de investigar en la utilización del tiempo libre y el ocio, ya que, según ella, esto servirá como guía para la creación de una cultura de educación para el ocio. El estudio fue basado en la metodología de encuestas, recogiendo información en ausencia de manipulación o intervención en la población compuesta por el alumnado que cursa el último ciclo de primaria y toda la enseñanza secundaria, en los diferentes centros públicos y privados concertados de Bedajoz (España) y sus poblados, por tanto, dicho estudio se centró en escolares con un rango de edad comprendido entre los 10-16 años. En total se encuestaron 776 jóvenes. Las principales conclusiones que arrojó la investigación fue que hay un alto nivel de participación de los jóvenes en actividades extraescolares, y aunque el porcentaje de participación de aquellos que manifiestan lo contrario es bajo, preocupa que esta situación favorezca la oportunidad para que los jóvenes se impliquen en comportamientos de riesgo y adopten hábitos de vida poco saludables. En este trabajo también se evalúa a los centros encargados de impartir “Actividades Formativas Complementarias”, destacando el papel de estas entidades de ofrecer alternativas formativas a los jóvenes que se realizan en su tiempo libre, beneficiándolos a ellos y a la sociedad.

El estudio llevado a cabo por Carlos Revolla Sánchez<sup>2</sup>, profesor de Psicología Social, sobre el “uso del tiempo libre en adolescentes de 12 a 16 años”, mediante metodología de encuesta semiestructurada aplicada a una muestra de 100 jóvenes de edades comprendidas entre los 12 y 16 años; demuestra que gran parte del tiempo, sin contar con las actividades académicas que realizan en el colegio (tarde), se dedican en su mayoría a escuchar música, estudiar, leer y ver programas de televisión, lo cual muestra que existe una marcada influencia por parte de los medios que la difunden, dejando de lado actividades como el deporte, o actividades familiares, que se realizan escasamente. El dormir también es frecuentado por los adolescentes. Con respecto al estudio se encontró que no es lo que ellos prefieren, mostrando un interés reducido a dedicarle poco tiempo.

El instituto nacional de estadística de España, en su boletín “El ocio en cifras”, recopila los diferentes datos relacionados con las actividades vinculadas al ocio de las familias como son los servicios audiovisuales, el turismo y las actividades recreativas, culturales y deportivas; los servicios audiovisuales generan 11,7 mil millones de euros en el año 2006. Dentro de estos, las actividades vinculadas a la radio y la televisión suponen el 63,4% del total, y el resto corresponde a actividades cinematográficas y de vídeo. Las actividades recreativas, culturales y deportivas suman una cifra de negocios en torno a los 17,8 mil millones de euros. Esto para resaltar la importancia que en países desarrollados prestan al ocio, invirtiendo grandes sumas de dinero.

Según datos de la última Encuesta sobre “Hábitos Deportivos de los Españoles” referidos al año 2005, un 37% de los españoles practica deporte de manera regular, porcentaje superior en dos puntos al registrado en el año 2000.

En dicho país el turismo está muy vinculado al ocio, de manera que más de la mitad de los viajes de residentes en el territorio se realizan por motivos de ocio, recreo y vacaciones.<sup>11</sup>

En otro estudio que involucra a jóvenes con edades comprendidas entre los 12 y 25 años, desarrollado en Castilla-La Mancha (España), por la Dra. Elena Rodríguez San Julian, denominado “Jóvenes, tiempo libre y consumo de drogas”<sup>3</sup>, se sustenta que, en ciertas regiones, hay una clara asociación entre consumos de drogas y tiempo libre, especialmente cuando se trata de los consumos juveniles. En este estudio, así como otros, señala como, en este grupo de población, la relación con las distintas sustancias se produce fundamentalmente, casi exclusivamente, en contextos vinculados al ocio. Por ello intervenir sobre estos contextos se ha convertido en un objetivo prioritario en las políticas públicas, especialmente las que se orientan a la prevención de las drogodependencias<sup>4</sup>.

De acuerdo con datos de la Comisión Clínica de la Delegación del Gobierno para el Plan Nacional Sobre Drogas<sup>21</sup> de la encuesta estatal sobre uso de drogas en enseñanzas secundarias (ESTUDES), desarrollado desde 1996 al 2008, el alcohol es la sustancia cuyo consumo está más extendido entre los y las estudiantes de 14 y 18 años. El 81,2% lo ha probado alguna vez, el 72,9% lo ha consumido en el último año y en el 58,5% en el último mes. A medida que avanza la edad el porcentaje de estudiantes que bebe aumenta, alcanzando al 75,1% del alumnado a los 18 años. Dicho consumo se concentra en el fin de semana. En relación con los motivos para consumir, los y las estudiantes declaran principalmente que lo hacen porque les gusta su sabor (71,0%) y por diversión y placer (63,6%), para sentir emociones nuevas (15,2%) sólo un 15% declara hacerlo para olvidar los problemas personales y un 14,6% para superar la timidez y relacionarse mejor. Entre las razones para no beber destacan los efectos negativos para la salud (57,3%) y la pérdida de control (42,5%). Después del alcohol, está el consumo de tabaco que se presenta asociado a otras drogas de

elevado consumo y presencia en el marco de las actividades de ocio, aunque en el caso del tabaco el consumo regular se mantiene diariamente y no sólo durante los días del fin de semana. En dicho informe se puede observar que en el 2008 un 44,6% de los estudiantes de 14-18 años afirma haberlo probado alguna vez y un 32,4% haberlo fumado en los últimos 30 días previos a la entrevista. El porcentaje de quienes fuman diariamente es de un 14,8%, subiendo hasta el 31,7% entre el grupo de 18 años. Respecto al consumo de drogas ilícitas en la misma población, el consumo de cannabis (marihuana), que es la droga ilegal que presenta mayor prevalencia de uso, se concentra igualmente en fines de semana. Un 35,2% la ha probado alguna vez en la vida, un 30,5% la ha consumido en el último año y un 20,1% en los últimos 30 días.

Como lo indica el Ministerio de Sanidad y Consumo<sup>22</sup>, los patrones de comportamiento sexual de los y las adolescentes y jóvenes han experimentado cambios sensibles durante la última década. Estudios llevados a cabo por esta entidad, muestran que tanto chicos como chicas refieren mantener relaciones sexuales coitales con mayor frecuencia y más precozmente que una década atrás. Estas transformaciones apuntan a la emergencia de un nuevo modelo de relaciones y comportamientos relacionados con la sexualidad en adolescentes y jóvenes, parte del cual incluye una creciente relación entre sexualidad y tiempo de ocio. En este marco, algunos autores han apuntado la denominación de “sexualidad recreativa” o “lúdica” para denominar esta tendencia creciente entre los grupos más jóvenes de población. Dicho esto, y considerando que adolescentes y jóvenes refieren disponer de mayor información que en décadas anteriores sobre los riesgos asociados a la sexualidad, hay que señalar que no siempre las relaciones sexuales se realizan en condiciones seguras desde el punto de vista de la prevención de embarazos no deseados y de infecciones de transmisión sexual (ITS).

Según el dicho ministerio, en España la tasa de embarazos en chicas menores de 18 años se ha duplicado en diez años al pasar de 3,07 por 1.000 en 1997 a 6,3 por 1.000 en 2007. Este hecho se ve reflejado en el incremento de la tasa anual de abortos registrados entre 1998 y 2008. Por su parte, Colombia, según la Encuestas de Demografía y Salud realizadas por Profamilia <sup>23</sup>, en población en edades comprendidas entre los 15 y los 19 años, la proporción de adolescentes madres o embarazadas se incrementó significativamente entre 1990 y 2010 al pasar de 12,8 % a 19,5 %, aunque en los últimos cinco años muestra una leve tendencia a la baja. Según datos de dicha entidad, para 2006, el 4,6% del alumnado entre 15 y 18 años ha tenido que afrontar un embarazo no deseado (en ellas mismas en el caso de las mujeres o en la pareja en el caso de los hombres), y un 1,8% de esta población ha vivido esta circunstancia dos veces o más. Dicho de otra forma, un 6,4% de los y las alumnas de segundo ciclo de ESO y bachillerato, se han enfrentado al menos una vez a la experiencia de un embarazo no deseado.

## 2. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

La ocupación del tiempo se distribuye principalmente a actividades del trabajo y/o estudio y actividades de ocio o tiempo libre. El tiempo libre, en pocas palabras, es aquel tiempo disponible, que no es para estudiar ni trabajar que puede ser utilizado para realizar diferentes tipos de actividades de ocio y relajación. Cada día son más las personas que laboran en trabajos que implican actividades sedentarias como el trabajo en oficinas y en aquellos con trabajo físico es mínimo. También los estudiantes tienen que pasar más tiempo en salones de clase sin realizar ninguna actividad física. Todas estas horas acumuladas de sedentarismo a largo plazo afectarían la salud de las personas como se sabe con el estudio de Framingan y colaboradores, quienes determinaron que el sedentarismo constituye una de las principales causas para el desarrollo de enfermedades cardiovasculares y el desarrollo de diabetes mellitus. Es por esta razón que el tiempo libre se convierte en una de las únicas oportunidades con las que cuenta el ser humano para la realización de actividades que impliquen esfuerzo físico.

Los jóvenes representan un grupo altamente vulnerable frente a la influencia de la sociedad actual en lo que respecta a la adopción de estilos de vida, por lo general caracterizados por conductas de riesgo para la salud mental y física (sedentarismo, alcoholismo, drogadicción). Los países industrializados han disminuido las jornadas de trabajo dejando de esta forma mayor tiempo disponible para el ocio. En nuestra sociedad, este fenómeno no presenta las mismas características, ya que los problemas económicos por lo que atraviesa la mayoría de nuestra población han conducido a que los adultos cada día dediquen mayor cantidad de su tiempo a las actividades laborales y disminuyendo el tiempo de ocio, que en muchos casos era tiempo que le dedicaban a los niños y a la

actividad física. Esto conlleva a que la mayor parte de nuestros niños se encuentren solos sin la presencia de sus padres cuando regresan del colegio, lo que representa situaciones de riesgo para esta población, ya que hay predisposición para hábitos poco saludables como por ejemplo el sedentarismo; relaciones sexuales poco seguras (con aumento del riesgo para enfermedades de transmisión sexual y embarazo no deseados); consumo de drogas (alcohol, tabaco, marihuana), entre otros.

De esta forma, las actividades que se realizan en el tiempo libre, con quienes y dónde son claves en la promoción de la salud y prevención de la enfermedad de los adolescentes y deben formar parte de la evaluación integral de salud de un joven. El destino positivo que se dé a este tiempo libre, puede jugar un rol protector para un adolescente, pero por otro lado puede ser un factor de riesgo si existen condiciones negativas de estas actividades o con quienes se realizan.

El presente trabajo pretende conocer cuáles son las características del uso, satisfacción y algunos aspectos económicos del uso del tiempo libre en los jóvenes del barrio Oasis del municipio de River (Huila), 2013. Ésta aproximación pretende contribuir al desarrollo de espacios de diálogo y reflexión social sobre la realidad del ocio juvenil actual en dicho barrio, para combatir problemas como el sedentarismo y sus consecuencias en la salud, y otros más complejos como lo son la drogadicción, la delincuencia y la pobreza, bastantes frecuentes en esta localidad. También se pretende identificar los puntos que servirán de guías para la elaboración de un plan de utilización del tiempo libre basado en tres pilares: la educación, el ejercicio físico, y la salud. Todo ello intentando no olvidar su contexto y las variables clave, de carácter económico, que deben considerarse en toda reflexión que intente aproximarse a cualquier realidad social.

### 3. JUSTIFICACIÓN

Los jóvenes representan un grupo altamente vulnerable frente a la influencia de la sociedad actual en lo que respecta a la adopción de estilos de vida, por lo general caracterizados por conductas de riesgo para la salud mental y física (sedentarismo, alcoholismo, drogadicción, etc.). Una de las posibles razones que podría explicar este fenómeno, es el hecho de que no existe una conciencia de que el tiempo libre podría jugar un papel protector frente a estos problemas, es decir, en la medida en que se invierta este tiempo en actividades recreativas, lúdicas, educativas, pueden disminuir con el tiempo el sedentarismo (y las enfermedades que derivan del mismo como, por ejemplo, las cardiovasculares, metabólicas, etc.) así como las adicciones secundarias al consumo de sustancias nocivas para el cuerpo humano, sean legales o ilegales en nuestro país como alucinógenos (marihuana, base de coca, cocaína), y todo lo que deriva de lo anterior como la delincuencia y la pobreza.

El barrio Oasis del municipio de Rivera, es una población de clase media-baja afectada por numerosos flagelos de índole social como drogadicción, violencia, embarazos en adolescentes y pobreza. Es por esta razón, y teniendo en cuenta las implicaciones que puede tener un uso inadecuado del tiempo libre, se pretende conocer qué tipo de actividades realizan en el tiempo libre los jóvenes de dicho barrio, así como la disponibilidad y satisfacción que sienten éstos con el tiempo disponible para el ocio. Los resultados de esta investigación podrían generar las bases para el entendimiento de la relación que tiene el uso del tiempo libre de los jóvenes con los índices de sedentarismo, lo que llevaría a su vez, a la implementación de medidas encaminadas a mejorar las alternativas de utilización de tiempo libre en esta población, que seguramente se reflejará en la disminución

de las actividades sedentarias durante el tiempo libre así como las enfermedades cardiovasculares que derivan de ellas, y de otras problemas más complejos como lo son el consumo de alcohol, cigarrillo y otras drogas que perjudican la salud. Finalmente, esto impulsará el desarrollo del barrio y a la vez del municipio, ya que la población de estudio son personas jóvenes que más adelante tomarán los roles que definirán el futuro del pueblo.

## 4. OBJETIVOS

### 4.1. GENERAL

- Describir las características del uso, satisfacción y aspectos económicos del tiempo libre en la población de jóvenes del barrio Oasis del municipio de Rivera, 2013.

### 4.2. ESPECÍFICOS

- Determinar el uso del tiempo libre por los jóvenes del barrio Oasis del municipio de Rivera, 2013.
- Determinar la satisfacción con el tiempo libre de la población de estudio.
- Valorar algunos aspectos económicos en relación con el tiempo libre de los jóvenes.

## 5. MARCO TEÓRICO

### 5.1 ADOLESCENCIA

La adolescencia, empieza en la pubertad (10 años) y finaliza alrededor de los 18-20 años (actualmente está claro que debido sobre todo a una serie de factores psicosociales, la adolescencia se prolonga más allá de los 20 años, incluso hasta los 25 años). La tarea primordial es lograr la identidad del Yo y evitar la confusión de roles. Las vivencias que tienen los adolescentes en su tiempo libre están muy relacionadas con la creación de la identidad del joven.<sup>12</sup>

Según los autores del estudio “Jóvenes y estilos de vida” del Dr. Comas, en el 2003 se pueden perfilar en la actualidad cinco tipos de jóvenes atendiendo a la estructuración de sus ritmos vitales: estudiosos, trabajadores, marchosos, consumistas y hogareños. Tal como señalan dichos autores aparecen dos elementos clave en esta distinción: la edad (el grupo etario es el que más define las diferencias) y el tipo de ocupación del tiempo, en un segundo plano.<sup>13</sup>

En estos grupos es intuitivamente muy claro apreciar como, al menos dos de ellos (marchosos y consumistas), se definen explícitamente por las pautas de comportamiento y los ritmos relativos al ocio y, al menos, otro (estudiosos) que estaría en la misma línea sólo que con menos edad y más centrado en los estudios.

Los términos adolescencia y juventud, se refieren a unas realidades temporales en constante evolución que, consecuentemente varían sensiblemente según cada

contexto cultural e histórico. La Real Academia Española de la Lengua (RAE)<sup>14</sup> define:

5.1.1. Adolescencia: la edad que sucede a la niñez y que transcurre desde la pubertad hasta el completo desarrollo del organismo.

5.1.2. Juventud:

- Edad que se sitúa entre la infancia y la edad adulta.
- Estado de la persona joven.
- Conjunto de jóvenes.
- Primeros tiempos de algo.
- Energía, vigor, frescura.
- Rama juvenil de una formación política, religiosa, etc

Para este estudio, los términos juventud y adolescencia (y sus relacionados como jóvenes, adolescentes), se usan indiscriminadamente y denotan personas, hombres y mujeres, con edades comprendidas entre 10 y 20 años de edad.

## 5.2 TIEMPO LIBRE Y OCIO

5.2.1 Evolución Histórica<sup>1,8</sup>. El tiempo libre es un término que se encuentra en continua evolución, que varía paralelamente a los cambios de mentalidad y a las realidades complejas de la sociedad de hoy.

El concepto de ocio como un componente y manifestación del tiempo libre lo encontramos en el mundo clásico. Frederic Munné (1980) señala que el caso histórico más conocido de apuesta por la cultura del ocio fue la que se originó en la Grecia antigua, donde la Skholé se presentaba como ideal griego cuyo significado etimológico era cesar o parar. Su sentido originario era estar desocupado y por tanto disponer de tiempo para uno mismo. La Skholé no era un sinónimo de no hacer nada, sino la posibilidad de disfrutar de un estado de paz y de contemplación creadora. Para conseguir ese estado, necesariamente uno debía estar desocupado, es decir, no sujeto al trabajo<sup>5</sup>.

La disposición de este tiempo fue posible gracias a la estratificación de los helenos. Unos pocos ciudadanos pudieron ser libres y dedicar su tiempo a llevar una vida ociosa mientras otros trabajaban. En consecuencia, según la teoría griega, sólo el hombre que posee ocio es libre. Para Aristóteles, la Skholé es un fin en sí mismo, un ideal de vida cuya antítesis es el trabajo.

En Roma se encuentra una nueva acepción del concepto de ocio y tiempo libre, introducida fundamentalmente por Cicerón, el Otium. Entendido como tiempo de descanso del cuerpo y recreación del espíritu necesario para volver a dedicarse, tras la recuperación, de nuevo al trabajo. El ocio pasa a ser un medio y el trabajo un fin.

La novedad en la concepción romana del ocio consiste en la introducción del ocio de masas organizado por el Estado y dirigido a las clases populares. El problema del tiempo libre adquiere una nueva dimensión: distraer y divertir al pueblo mediante el circo, luchas de gladiadores, carreras de carros, combates de animales, etc., caracterizados por su sadismo y brutalidad. Estas diversiones

organizadas para el pueblo son consideradas una forma de control y dominio político.

El concepto de ocio romano ha sobrevivido, no así el concepto de la *skholé*, y podemos señalar que en la actualidad, en las sociedades industriales, se encuentra nuevamente vigente. Es ocio utilizado como simple descanso para recuperar el esfuerzo del trabajo o como simple medio de evasión social.

El cristianismo aportó al mundo clásico una nueva concepción de la vida: el ocio tenía un carácter de contemplación religiosa. Su objeto no era la naturaleza, la vida y las ideas en sí mismas, sino Dios, que se convierte en punto de referencia para el ocio y el trabajo. Las riquezas y preocupaciones por los asuntos del mundo pueden caer en el peligro de desviar al hombre de lo que debe ser su preocupación fundamental.

Durante la Edad Media, tras la caída del imperio romano, se acentúa la distinción entre el ocio como ideal de vida y el ocio como simple descanso. El ocio como descanso sigue siendo patrimonio de todos, aunque la diferencia de clases nobles y plebeyas establece formas diversas en su ocupación. La nobleza, los clérigos, los campesinos, los comerciantes y artesanos presentan formas peculiares de distracción y fiesta. La caza, la equitación, los juegos de combate y torneos, el ajedrez, el tiro al arco, la esgrima, la equitación, los cuentos y espectáculos de bailarines, el teatro, las canciones de los trovadores y juglares divertían a los nobles y a los caballeros y ocupan gran parte de su tiempo<sup>6</sup>.

Las celebraciones de los campesinos estaban marcadas por los acontecimientos de la naturaleza y relacionados con las tareas agrícolas como la llegada de las estaciones, la recolección, la siembra, etc., así como los acontecimientos vitales en el seno de la comunidad: bodas, nacimientos, muertes. La jornada de trabajo se supeditaba al horario solar y a los oficios religiosos. Se comenzaba a trabajar a la salida del sol y se terminaba la tarea al anochecer. Las campanas de las iglesias y de los monasterios regulaban el desarrollo del tiempo (maitines, laudes, prima, tercia, completas, etc.).

En la Baja Edad Media y comienzos del Renacimiento encontramos otro sentido del ocio. El tipo de ocio que surge está inspirado en un espíritu lúdico clasista y que consiste en la abstención de trabajo y en la dedicación a actividades elegidas libremente tales como la guerra, la política, el deporte, la ciencia o la religión. La vida ociosa es indicador de una elevada posición social, de riqueza y de poder. Esta forma de emplear el tiempo de ocio se convierte poco a poco en un signo exterior de nobleza cada vez más opuesto al servil tiempo del trabajo.

A partir del siglo XVII, la ética reformista del calvinismo y las rígidas doctrinas del puritanismo inglés dan un nuevo sentido al ocio. La nueva concepción considera que el ocio es un vicio personal y social. El movimiento puritano restringió los placeres y las distracciones, suprimió el culto a los santos y por supuesto todos los días de fiesta que se convirtieron en días productivos. Miró con recelo la práctica de educación física y deportes, las cuales sufrieron fuertes limitaciones, tal como ha expuesto en su trabajo Brailsford (1991). Esta huella puritana como concepción del ocio, desde un punto de vista negativo, será honda y llega hasta la sociedad industrial. La interpretación del ocio según las ideas puritanas, se ha mantenido hasta nuestros días y por ello, cuando se habla de este término, la mayoría de las personas mantiene un concepto negativo del mismo.

A partir del siglo XVIII se forja una nueva idea de trabajo como la expresión máxima de la realización del hombre. El trabajo es la suprema virtud, y el ocio un vicio indeseable. El ritmo de trabajo es más duro y las jornadas laborales llegan hasta las dieciséis horas, sin estar marcadas ya por el horario solar. <sup>15</sup>

Hacia finales del siglo XVIII se produjeron en Europa dos revoluciones muy importantes. La primera revolución fue de índole económica, la Revolución Industrial, que se inició en Inglaterra y la segunda revolución, de índole social se dio en Francia, y se le denominó Revolución Francesa. Ambas revoluciones tuvieron consecuencias en la concepción de trabajo y tiempo libre. En el aspecto económico cambiaron los modos y ámbitos de trabajo: del ámbito rural al urbano, del ámbito del hogar a la fábrica, del trabajo artesanal al trabajo en las fábricas. Esto trajo aparejado el capitalismo como sistema económico.

Durante la Revolución Francesa se pretendió que el tiempo libre fuera el tiempo de la educación, de la formación cívica, de la cultura. Los cafés como lugares de reunión de personajes ilustres, el teatro de luces, los bailes, las ferias, etc., eran los pasatiempos preferidos.

Con la llegada de la Revolución Industrial la jornada de trabajo en lugar de disminuir aumenta. El tiempo de trabajo diario aumenta para hombres, mujeres y niños, hasta llegar a ser agotador. Todo ello implica que las masas trabajadoras tomen conciencia de esta situación e inicien un movimiento reivindicativo. Sus objetivos se resumen en dos puntos: reducción de la jornada laboral y aumento de los salarios. Ello origina un proceso que persigue la disminución de las horas de trabajo a través de medidas legislativas mediante las cuales los gobiernos establecen límites máximos a la jornada de producción. <sup>16,17,18</sup>

Así, poco a poco, en pequeñas y contadas dosis, surge un tiempo nuevo sustraído al tiempo de trabajo, o bien un tiempo no vendido al trabajo (Miranda, 2006). Este tiempo libre es distinto al observado en los casos anteriores, pues surge del trabajo. No importa tanto el ocio, sino trabajar menos. Mientras que en Grecia y Roma o durante la Edad Media y el Renacimiento se le da al ocio un sentido positivo, en el ocio moderno lo que se valora es el tiempo que se quita al trabajo (Munné, 1992), ya que al principio el tiempo libre disponible es un tiempo en blanco, sin ningún contenido.

Con el despertar del mundo obrero empieza una lucha en todos los países industrializados por una reducción del horario de trabajo, por unas condiciones más humanas en el mismo, por un tiempo de descanso. Por una valoración adecuada de la dignidad humana en la asignación y la planificación del trabajo que afecta no sólo a los hombres sino también a mujeres y niños. Empieza a valorarse el ocio, entendiéndolo como tiempo libre, significado que perdurará hasta nuestros días. Un tiempo libre al que tiene derecho todo el mundo, no solo la clase aristocrática.

El tiempo libre comienza a adquirir tanta importancia como el tiempo de trabajo a principios del siglo XX. A partir de los años treinta se considera que los gobiernos comienzan a preocuparse por la organización de este tiempo. Sindicatos, partidos políticos, asociaciones y grupos religiosos promueven actividades dirigidas a un uso adecuado del mismo. El deporte ocupa un lugar primordial, al igual que la afición y disfrute de la naturaleza. Se trabaja por la descentralización de la cultura, se desarrolla el teatro popular, se fomentan las sociedades musicales, se impulsa la afición por la lectura, etc. Mención especial requieren los movimientos de juventud y aire libre, que surgen a finales del siglo XIX pero que tienen su periodo de auge en la primera mitad siglo XX. Los movimientos de aire libre, intentan dar

respuesta a las necesidades de los niños y jóvenes y educar en ese espacio de tiempo que no es atendido por la familia y la escuela.<sup>19</sup>

La Declaración Universal de los Derechos Humanos de 1948 marcará un hito histórico al proclamar en sus artículos 24 y 39 el derecho y la necesidad del hombre por la cultura, el tiempo libre y las vacaciones.

El periodo de los años 50, con las secuelas de la Segunda Guerra Mundial, marca el comienzo del ocio como objeto de estudio científico en Europa desde diferentes perspectivas: pedagógica, social, económica, cultural, religiosa, psicológica, etc. El trabajo ya no es un fin sino un medio para el desarrollo de la persona. Así llegamos hasta las relaciones entre el ocio y el tiempo libre en su acepción más moderna, donde la cuestión planteada es si el ocio moderno, tiempo sustraído al trabajo, es libre. Como puede comprobarse, el ocio y el tiempo libre han estado ligados siempre a las ideas y políticas dominantes en cada época. La historia de los tiempos sociales, en la que se insertan las particulares historias del tiempo libre y del ocio, permite constatar como ambas expresiones no han permitido situarse al margen de la confusión que provoca el uso indiscriminado de sus términos. Como observa aún hoy hablar de ocio (e implícitamente de tiempo libre) supone múltiples manifestaciones, respecto de la que para unos el problema se reduce al uso del tiempo; para otros viene a ser la práctica de actividades no obligadas, deseadas o queridas; otros, en fin, hablan desde los parámetros de la economía. En la actualidad, el tiempo libre es considerado para la adolescencia como aquél tiempo disponible, que no es para estudiar y que puede ser utilizado para realizar diferentes tipos de actividades.<sup>20</sup>

## 6. HIPÓTESIS

Se espera que la población en estudio presente altos índices de sedentarismo en las actividades realizadas en el tiempo libre explicado por la tendencia que hay actualmente por el uso de las nuevas tecnologías que favorecen el sedentarismo (televisión, internet, juegos de video), el poco gusto de actividades deportivas. Además, se espera que la población en estudio tenga un limitado abanico de actividades que realizar y que su insatisfacción con las actividades realizadas sea alta. Por último, es de esperar por alto nivel de pobreza de la población, que el dinero que se tenga para utilizar durante el tiempo libre sea inferior a 15 mil pesos semanales.

## 7. OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

VARIABLE	DEFINICIÓN	SUBVARIABLES	INDICADORES O CATEGORÍA	NIVEL DE MEDICIÓN
Características sociodemográficas	Aspectos cualitativos y cuantitativos que caracterizan a una población.	Edad	Números de años cumplidos	Razón
		Ocupación	Trabajador	Nominal
			Estudiante	Nominal
		Procedencia	Huila	Nominal
			Caquetá	Nominal
			Tolima	Nominal
			Otros	Nominal
		Género	Femenino	Nominal
			Masculino	Nominal
		Estrato socioeconómico	Estrato 1	Razón
			Estrato 2	Razón
			Estrato 3	Razón
			Estrato 4	Razón
Estrato 5	Razón			
Estrato 6	Razón			

Uso del tiempo libre	Hace referencia a las actividades llevadas a cabo en el tiempo libre	Con actividad física	Deportes Bailar Pasear
		Sin actividad física (sedentaria)	Escuchar música Ver televisión Dormir Descansar Leer Internet Teatro Servicio social
Tiempo disponible para el ocio	Número de horas al día con que cuenta el joven para realizar las actividades del tiempo libre	Menos de 2 horas en el día	Razón
		Más de 2 horas y menos de 4 en el día	Razón
		Más de 4 y menos de 6 horas en el día	Razón
		Más de 6 horas en el día	Razón
Satisfacción con el tiempo libre	Satisfacción con el número de horas al día disponibles para el ocio	Si	Nominal
		No	Nominal
Disponibilidad de dinero para el ocio	Dinero disponible semanalmente para realizar actividades de ocio	Menos de 5 mil pesos	Nominal
		Más de 5 mil y menos 15 mil	Nominal
		Más de 15 mil	Nominal

## 8. DISEÑO METODOLÓGICO

### 8.1. TIPO DE ESTUDIO

El presente estudio es observacional descriptivo que utiliza un instrumento de medida basado en la encuesta, definido según Fontes de Gracia, García, Garriga, Pérez Llantada, Sarriá (2007), como un método no experimental, cuya característica más distintiva es que se recoge la información en ausencia de manipulación o de intervención por parte del investigador, utilizando para ello procedimientos estandarizados para todos los sujetos, de forma que quede garantizada la comparabilidad de los datos.

### 8.2. UBICACIÓN DEL ESTUDIO

El estudio se llevó a cabo en un barrio del municipio de Rivera, llamado Oasis, ubicado en el casco urbano. Es un barrio ubicado en el área urbana de dicho municipio, con una población de aproximadamente 700 habitantes, distribuidos en 246 viviendas, según datos obtenidos del Sisbén. Cerca del 20% de dicha población está dentro del grupo de edades de 10 a 20 años. De este grupo, el 54% son mujeres y 46% son hombres. La mayoría (80%) de los estratos 1 y 2, otro tanto es vinculado.

El barrio en cuestión presenta altos índices de delincuencia, documentándose cada año cerca de 60 robos, 16 asesinatos, según datos de la Policía del municipio de Rivera para el 2012. En sus calles se observan gran cantidad de

consumidores de sustancias alucinógenas, las mismas personas que, según habitantes del sector, son los responsables de gran parte de los hechos delictivos (robos, riñas, asesinatos) documentados por la Policía del municipio.

### 8.3. POBLACIÓN, MUESTRA Y MUESTREO

Los jóvenes con edades comprendidas entre 10 y 20 años del barrio Oasis, en el municipio de Rivera, fue la población de estudio. El tipo de muestra tomado fue muestra intencional o de conveniencia, en donde se escogen las unidades a entrevistar siguiendo criterios de conveniencia del investigador o de los objetivos de la investigación. De esta forma, se conformó por jóvenes, hombres y mujeres, de edades comprendidas desde 10 a 20 años, que participaron en jornadas de capacitaciones sobre temas de salud que fueron coordinadas por estudiantes del área de la salud.. A cada joven se le aplicó una encuesta a cerca del uso que dan a su tiempo libre, su actitud hacia el mismo, las oportunidades de uso que les brinda la administración municipal de Rivera a los mismos.

### 8.4. TÉCNICAS DE RECOLECCIÓN DE DATOS

8.4.1. Entrevista estructurada: mediante una encuesta realizada a los jóvenes entre 10 y 20 años participantes a jornadas de capacitación sobre salud y medio ambiente, realizada por estudiantes universitarios. La entrevista estructurada o dirigida se realiza con un cuestionario que se debe llenar a medida que se desarrolla. Las respuestas se transcriben tal y como las proporciona el entrevistado, por lo tanto, las preguntas siempre se plantean con el mismo orden.

## 8.5. INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS

Encuesta: elaborada con preguntas abiertas y cerradas respecto a datos generales de identificación, y la utilización del tiempo libre.

## 8.6. PROCEDIMIENTOS

Se abordó la población realizando jornadas de capacitación en sobre salud y medio ambiente, realizada por estudiantes universitarios de las áreas de la salud y de las ciencias naturales. Inicialmente se programaron eventos deportivos en donde se pretendió la participación principal de la población adolescente de barrio. Allí se buscó crear un ambiente de confianza entre la población a estudio y los investigadores. Esto se hizo desde junio de 2013 hasta agosto del mismo año, con una frecuencia de dos veces al mes.

En octubre se les hizo la invitación a las capacitaciones. Dichas capacitaciones se realizaron los fines de semana, por estudiantes que manejan el tema. Se contó con equipos prestados por la alcaldía municipal de Rivera (video beam, cabinas de sonido, amplificador de sonido). Durante las capacitaciones, los investigadores tomaron la encuesta de la población joven de entre 10 a 20 años. Esto se hizo con el debido instrumento, en el polideportivo del barrio.

Para el transporte de los investigadores a la zona de estudio, se pidió apoyo a la alcaldía de Rivera. Los investigadores fueron voluntarios a quienes se les explicó la necesidad de llevar a cabo un trabajo de calidad, además fueron capacitados por personas expertos al trato de este tipo de población, especialmente líderes comunitarios, quién además les dieron a conocer a los investigadores las características del barrio y las precauciones que se deben tener en cuenta. Posteriormente, se elaboró hizo una base de datos con todos los datos sociodemográfico y económicos y se sacaron las respectivas gráficas para la representación de las mismas.

## 8.7. PLAN DE TABULACIÓN Y ANÁLISIS DE DATOS

La información recolectada en los formatos diligenciados, fueron tabulados y almacenados en el programa de Microsoft office Excel® y, posteriormente, extrapolada para su análisis mediante el programa estadístico EPI Info 7, diseñado y administrado por la CDC (Centers For Disease Control And Prevention), con licencia gratuita y disponible en su página web. El análisis se realizó incluyendo estadística básica de frecuencias con visualización esquemática ordenada.

Se elaboró una base de datos con todos los datos sociodemográfico y económicos y se sacaron las respectivas gráficas para la representación de las mismas. Una vez adquiridos todos los datos utilizando el instrumento inicial de recolección se procedió a llevar a cabo el procesamiento y la tabulación de las diferentes variables, inicialmente se realizó la organización de datos usando el programa Excel 2010, organizando en tablas las diferentes variables de importancia.

Posteriormente se hizo el estudio de las diferentes variables tabuladas en Excel 2010 utilizando el programa Epi info versión 3.5.1 para realizar un análisis epidemiológico de las variables, organización de información por medio de gráficas y tablas, con posterior establecimiento de medidas de tendencia central.

## 8.8. CONSIDERACIONES ÉTICAS

Considerando los preceptos establecidos por la ley 23 de 1981 “código de ética médica” y la resolución 8430 de 1993 “por la cual se establecen las normas académicas, técnicas y administrativas para la investigación en salud, atendiendo a lo planteado en el TITULO II relacionado con la investigación en seres humanos, en su CAPITULO I, sobre los aspectos éticos de la investigación en seres humanos. De conformidad con lo planteado en el ARTICULO 6, sobre las características que debe tener una investigación para tratar con seres humanos, siguiendo los principios científicos y éticos, respeto por la vida y la dignidad, además el conocimiento que se pretende obtener no se puede obtener por otro medio idóneo; según el ARTICULO 8, se debe resguardar la integridad y la privacidad de los sujetos. Para efectos de esta investigación la categoría es de tipo A (investigación sin riesgo); ARTÍCULO 11, la presente investigación puede clasificarse como Investigación sin riesgo por ser un estudio que emplea técnicas y métodos de investigación documental retrospectivos y aquellos en los que no se realiza ninguna intervención o modificación intencionada a las variables biológicas, fisiológicas, psicológicas y sociales de los individuos que participan en el estudio.

Este estudio cuenta con la aprobación del Comité de Bioética del la Facultad de Salud de la Universidad Surcolombiana.

## 9. RESULTADOS

En total 64 jóvenes fueron encuestados porque tenían la edad necesaria y querían colaborar con el diligenciamiento de la encuesta. Aquí se recogen los principales resultados tras el análisis estadístico de los datos obtenidos en el cuestionario administrado a la población de 10-20 años del barrio Oasis del municipio de Rivera, para luego contrastar dichos resultados con las diversas investigaciones y estudios relacionados directa e indirectamente con el tema objeto de estudio de esta investigación.

Tabla 1. Variables sociodemográficas. n=64.

Características	#	%
<b>Edad</b>		
10-15 años	21	33
16-20 años	43	67
<b>Procedencia</b>		
Huila	64	100
<b>Género</b>		
Masculino	38	59
Femenino	26	41
<b>Ocupación</b>		
Estudiante	55	86
Trabajador	9	14
<b>Estrato</b>		
1	48	75
2	12	19
3	4	6
4	0	0

Como se puede apreciar en la tabla 1, la mayoría de los jóvenes encuestados tenían más de 15 años (67%), eran hombres (59%), estudiantes (86%) y estaban dentro del estrato 1 (75%). Todos son procedentes del departamento del Huila.

Entre la población de 10 a 20 años estudiada, las diez actividades más prevalentes entre los y las jóvenes son, por este orden: escuchar música (90%); ver la televisión (86%); salir /reunirse con los amigos (84%). Les siguen como actividades principales de ocio realizado: oír la radio (78%); pasear (70%); estar con la pareja (68%); leer periódicos y revistas (66%); descansar/no hacer nada (63,8%) y utilizar internet (60%).

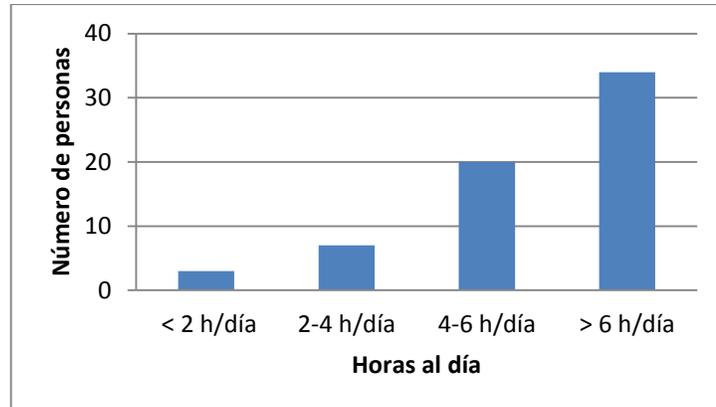
Existen algunas diferencias de género en cuanto a las prácticas de ocio: los hombres prefieren en mayor medida salir con amigos, practicar y asistir a actividades deportivas (jugar microfútbol, trotar), usar internet y video-juegos; mientras que las mujeres realizan más actividades culturales (leer, baile, teatro o cine), además de ir de paseo y estar con la pareja.

En cuanto a las actividades que menos les agradan y que coinciden con las que menos practican, se observan los siguientes: realizar actividades voluntarias (servicio social) (14%) e ir al teatro o cine (10%).

La mayoría (>70%) de los jóvenes prefieren ocupar su tiempo libre para el ocio en actividades sedentarias como escuchar música, ver televisión, utilizar internet; en cambio un porcentaje pequeño prefiere utilizarlos en actividades físicas como bailar, hacer deporte físico (como jugar microfútbol), y pasear; este pequeño

grupo esta conformado principalmente por hombres (86%) menores de 15 años de edad.

Gráfica 1. Horas libres al día para ocio en la población joven

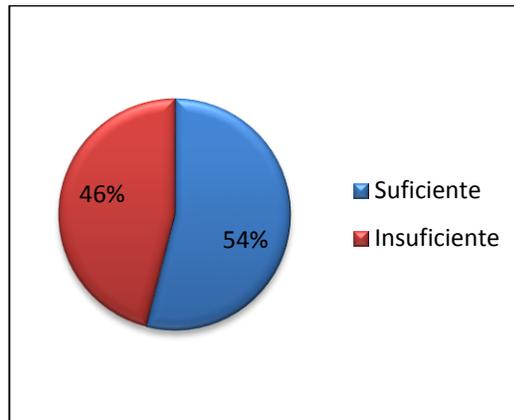


La gráfica 1 muestra que la mayoría de los jóvenes respondieron que disponen diariamente de más de 4 horas para el disfrute del tiempo libre en actividades de ocio.

Más de la mitad (67%) de los menores de 15 años dispone de más de 4 horas diarias para el ocio, en cambio solo un pequeño porcentaje (33%) de los mayores de esa edad dispone de ese tiempo para sus actividades recreativas.

Como lo muestra la gráfica 2, la mayoría –más de la mitad– de la población estudiada percibe como suficiente el tiempo disponible para ocio, aunque esta percepción varía por sexo y edad. Las mujeres están conformes con el tiempo que tiempo, contrario a los que sucede con los hombres y los más jóvenes (menores de 15 años), quienes perciben como insuficiente el tiempo disponible para el ocio.

Gráfico 2. Valoración de las horas libre al día para el ocio en la población joven



La mayoría –más de la mitad– de la población estudiada percibe como suficiente el tiempo disponible para ocio, aunque esta percepción varía por sexo y edad. Las mujeres están conformes con el tiempo que tiempo, contrario a los que sucede con los hombres y los más jóvenes (menores de 15 años), quienes perciben como insuficiente el tiempo disponible para el ocio.

En este estudio, a medida que aumenta la edad se incrementa la cantidad de dinero disponible para actividades de ocio. De esta forma la mayoría (87%) de los menores de 15 años cuentan con menos de 15 mil pesos a la semana para realizar sus actividades de ocio; en cambio los mayores de esta edad, cuentan con más de 15 mil pesos semanales para dichas actividades (54%). Una posible explicación para este resultado sería que los jóvenes que disponen de un trabajo remunerado cuentan con una mayor cantidad de dinero para gastar en sus actividades de tiempo libre y dichos jóvenes son generalmente mayores de edad.

## .10. ANÁLISIS DE RESULTADOS Y DISCUSIÓN

Los estudios consultados coinciden en que la inmensa mayoría de jóvenes en nuestro país, así como en otros como España, escucha música como actividad habitual en su tiempo libre. En este marco se constata que las propuestas musicales –como ya lo hicieron en generaciones anteriores– continúan actuando como elementos catalizadores de las relaciones e identidades grupales. Es importante la revisión de estudios que determinen el grado en que la música y, en general, los medios de comunicación influyen en el comportamiento de los jóvenes y la salud mental de los mismos.

En cuanto a lo que respecta al huso del tiempo libre para actividades deportivas, el estudio realizado por Fraile y De Diego (2006) sobre las motivaciones de los escolares europeos para la práctica del deporte escolar en alumnos/as de 12 años, se informa que los encuestados, no muestran interés por las actividades deportivas, pero aún así hay diferencias entre géneros, de forma que las mujeres se reconocen menos competitivas que los hombres. Al igual que el estudio citado, en éste se observa que solo un pequeño porcentaje de jóvenes realizan ejercicio físico durante su tiempo libre disponible para el ocio; y de estos, la mayoría son hombres. Estas diferencias de género podrán ser explicadas como resultado de los patrones de roles de nuestra sociedad. Los hombres y mujeres son socializados en diferentes roles y aprenden a una edad muy temprana que la participación en los deportes es valorada más positivamente para los hombres que para las mujeres. De acuerdo con estas expectativas de rol los hombres se sentirán más atraídos por la competición y por los resultados que las mujeres, y estas se sentirán más atraídas por los aspectos sociales y de diversión del deporte que los hombres.

Las actividades de ocio ocupan una parte del tiempo libre y permiten el disfrute de momentos percibidos como gratificantes, placenteros y exentos del cumplimiento de las obligaciones propias de los estudios o del trabajo. De esta manera, la cantidad de tiempo libre disponible para el ocio se convierte en un prerrequisito básico para su ejercicio. Como diversos autores han analizado de forma exhaustiva, la sociedad postindustrial y –en ella– la irrupción de las tecnologías digitales de la información y comunicación (TIC), ha marcado un cambio profundo en el ámbito laboral y del tiempo libre. En Colombia, como en otros países, se ha producido un aumento constante del tiempo libre del que puede disfrutar la personas, en especial los grupos de población de menor edad. Entre otros cambios sociales, las últimas décadas del s. XX y los inicios del s. XXI se han caracterizado por la emergencia de dinámicas que han propiciado un sustancial incremento del peso y trascendencia del tiempo libre disponible para el ocio. Globalmente y según los datos del INJUVE, la población general comprendida entre los 15 y los 29 años, disponía en 2007 de una media de 26,3 horas libres a la semana para dedicar a actividades de ocio. El tiempo libre de lo mayoría jóvenes encuestados es de más de 4 horas diarias que es muy cercano a los datos mundiales. En este estudio la mayoría de los jóvenes encuestados están satisfechos con el tiempo que disponen para el ocio. Como es de esperar, el tiempo libre es sensiblemente mayor para los grupos de menor edad, y va disminuyendo a medida que se incrementa la edad. Así, es a partir de los 15 años cuando se observa una mayor pérdida de tiempo libre semanal disponible para actividades de ocio, etapa que coincide con la edad en que las obligaciones laborales y familiares van adquiriendo más peso.

Actualmente y en el marco de la sociedad de consumo, el hecho de disponer o carecer de tiempo libre no es condición suficiente para permitir la realización de actividades de ocio. El poder adquisitivo condiciona en gran medida –y cada vez más– el acceso al ocio, así como la elección del tipo de actividades a realizar. Así,

tan importante como el tiempo libre es hoy en del dinero disponible para el ejercicio del ocio. En este estudio se encontró, al igual que muchos estudios antes mencionados, que a medida que aumenta la edad se incrementa la cantidad de dinero disponible para actividades de ocio. De esta forma la mayoría de los mayores de 15 años cuentan con menos de 15 mil pesos a la semana para realizar sus actividades de ocio. Es importante determinar, en futuras investigaciones en este tipo de población, en qué gastan o invierten ese dinero los jóvenes y qué relación tiene esto con el tipo de actividades que realizan.

## 11. CONCLUSIONES

El tiempo libre disponible para dedicar al ejercicio del ocio, constituye un logro de las sociedades surgidas en la época postindustrial, y es percibido, en especial por los grupos más jóvenes de población, como el único contexto donde libremente cada persona puede divertirse, pasarlo bien y recuperar su identidad haciendo aquello que más le gusta y apetece. De esta forma, el ocio ha adquirido un papel central en la dinámica de la sociedad actual.

Éste espacio de tiempo se convierte en la única oportunidad que tiene la persona para desarrollar actividades que favorezcan su salud física, ya que las que se realizan por fuera de este tiempo se caracterizan por estar cargadas de sedentarismo (trabajo en oficina, trabajo en salón de clases).

Las prácticas de ocio más prevalentes de los jóvenes del barrio Oasis del municipio de Rivera, se caracterizan por el sedentarismo, la interacción con sus iguales, y el uso de las tecnologías de la comunicación (TIC), no sólo para practicar con ellas actividades de ocio, sino también para facilitar dicha comunicación y e interrelación social en general. Todo ello se produce enmarcado dentro de la dinámica del consumo, un fenómeno omnipresente en el modelo económico que sostiene la sociedad postindustrial. Dentro de las actividades consideradas más agradables se encuentran escuchar música, ver televisión, dormir y utilizar el internet.

La gran mayoría de los jóvenes de la población estudiada disponen diariamente de más de 4 horas para el disfrute del tiempo libre en actividades de ocio y la mayoría consideran este tiempo como suficiente, aunque esta percepción varía por sexo y edad. Las mujeres están conformes con el tiempo que tiempo, contrario a los que sucede con los hombres y los más jóvenes (menores de 15 años), quienes perciben como insuficiente el tiempo disponible para el ocio.

En este estudio, a medida que aumenta la edad se incrementa la cantidad de dinero disponible para actividades de ocio. Una posible explicación para este resultado sería que los jóvenes que disponen de un trabajo remunerado cuentan con una mayor cantidad de dinero para gastar en sus actividades de tiempo libre y dichos jóvenes son generalmente mayores de edad.

## 12. RECOMENDACIONES

Se recomienda para futuras investigaciones, seleccionar una muestra de población más representativa. Además, tendría marcada relevancia el hecho de conocer más a fondo el papel que está desempeñando el inadecuado uso del tiempo libre sobre la salud física y mental de la población joven del barrio en cuestión. Con ésta aproximación se contribuirá al desarrollo de espacios de diálogo y reflexión social sobre la realidad del ocio juvenil actual en dicho barrio, para combatir problemas como el sedentarismo y sus consecuencias en la salud, y otros más complejos como lo son la drogadicción, la delincuencia y la pobreza. Se recomienda implementar nuevos proyectos para la elaboración de un plan de utilización del tiempo libre basado en tres pilares: la educación, el ejercicio físico, y la salud.

### 13. REFERENCIAS

- 1- Hermoso Vega, Jolanda. “Estudio de la ocupación del tiempo libre de la población escolar y su participación en actividades extraescolares”. Tesis doctoral. Universidad de Málaga. Pág.35
  
- 2- Revolla Sánchez, Carlos. “Uso del tiempo libre en adolescentes de 12 a 16 años”. Monografías.
  
- 3- Rodríguez San Julián, Elena. “Jóvenes, tiempo libre y consumo de drogas”. Consejería de Sanidad de la Junta de Comunidades de Castilla-La Mancha (España). Pág. 7
  
- 4- Aguinaga, J. y Comas, D. (1997); “Cambios de hábito en el uso del tiempo: trayectorias temporales de los jóvenes españoles”; Madrid: Injuve.
- 5- Hernández y Morales, 2008. “Evolución histórica del concepto de tiempo libre y ocio”. Monera, 2005.
  
- 6- Calafat, Amador; Amengual, Miguel; Farres, Carles y Montserrat, Merce (1982), Consumo de alcohol, tabaco y otras drogas entre estudiantes de enseñanza media y formación profesional de Mallorca, “Drogalcohol”. Volumen VII, nº 3.

- 7-** Ajuntament d' ELX, Regidoria de Joventut i Cooperació (2002); "I Congreso sobre ocio joven 2001"; Alicante: Instituto Alicantino de Cultura.
- 8-** Torres Castro, Cármen. "Jóvenes y Violencia" Editorial panamericana.
- 9-** Albanez,T. (1990): «Informe de UNICEF a la II Conferencia Regional sobre pobreza», en Hacia un desarrollo sin pobreza en América Latina y el Caribe, Quito, PNUD.
- 10-**Boletín informativo del Instituto Nacional de Estadística, España:  
<http://www.ine.es>.
- 11-**Herrero Yuste, N (2003). Adolescencia, grupo de iguales, consumo de drogas, y otras conductas problemáticas. Revista Estudios de Juventud; 62: 81-91.
- 12-**Naciones Unidas (1948). Declaración Universal de Derechos Humanos. Adoptada y proclamada por la Resolución de la Asamblea General 217 A (III) del 10 de diciembre de 1948.
- 13-**NE (2008). El ocio en cifras. Cifras INE. Boletín Informativo del Instituto Nacional de Estadística; 4.

- 14-**Real Academia de la Lengua Española. Página web: <http://rae.es/>
- 15-**Lacoste JA. (1999)¿Adicciones sin drogas? Los trastornos de las sociedades modernas. *Psiquiatría Noticias (Revista electrónica)*:9. Disponible en: <http://www.psiquiatria.com/boletin/num9/> .
- 16-**Lafargue P. (1988). *El derecho a la pereza*. Madrid: Fundamentos.
- 17-**Matallanes B & Goytia A. *Familia y relaciones sociales. Ocio y tiempo libre. Crecimiento económico ¿Mejora en las condiciones de vida y en la inclusión social?* Universidad del País Vasco - EUSTAT Curso de Verano, 208.
- 18-**Megías E & Elzo J (Codirect.) (2006). *Jóvenes, Valores y Drogas*. Madrid: FAD, Ministerio de Sanidad y consumo, Caja Madrid.
- 19-**Munné F & Codina N. (2002). *Ocio y tiempo libre: consideraciones desde una perspectiva psicosocial*. *Revista Licere*; 5 (1): 59- 72.
- 20-**Pieper J (1998). *El ocio y la vida intelectual*. Madrid: Ediciones Rialp Madrid.
- 21-**Plan Nacional sobre Drogas: <http://www.pnsd.msc.es/>

22-Ministerio de sanidad y consumo: <http://www.msssi.gob.es/>

23-Fecundidad en adolescentes. Profamilia:  
[http://www.profamilia.org.co/encuestas/Profamilia/Profamilia/index.php?option=com\\_content&view=article&id=33&Itemid=60](http://www.profamilia.org.co/encuestas/Profamilia/Profamilia/index.php?option=com_content&view=article&id=33&Itemid=60)

## 14. ANEXOS

### 14.1. CUESTIONARIO

#### Datos de identificación

Nombre:

Edad:

Género:

Ocupación:

Procedencia:

Dirección:

Estrato:

Teléfono:

Uso del tiempo libre: Marque con una X lo que hace durante su tiempo libre.

- Escuchar música
- Ver televisión
- Dormir
- Descansar
- Leer
- Internet
- Estar con la pareja
- Deportes
- Bailar
- Pasear
- Actividades voluntarias (servicio social)

- Teatro o Cine

Otro: \_\_\_\_\_

¿Con cuánto tiempo cuenta para realizar las actividades que más le gusta fuera del trabajo y el estudio? Marque con una X el tiempo más aproximado.

- Menos de 2 horas en el día
- Más de 2 horas y menos de 4 en el día
- Más de 4 y menos de 6 horas en el día
- Más de 6 horas en el día

¿Cree usted que ese tiempo disponible para el ocio es suficiente?

- Sí
- No

¿Con cuánto dinero dispone usted semanalmente para realizar actividades de ocio?

- Menos de 5 mil pesos
- Más de 5 mil y menos 15 mil
- Más de 15 mil

## 14.2. PRUEBA PILOTO

La metodología de encuestas, al igual que las demás metodologías, debe reunir un equilibrio suficiente entre la validez externa y la validez interna propias de una investigación.

La validez externa en este tipo de metodología, depende fundamentalmente de la representatividad de la muestra. Tomar una muestra de sujetos en un estudio de encuesta implica intentar que los elegidos sean representativos de la población en lo que se refiere a las características que se consideraren relevantes. Con ello se pretende que los datos obtenidos sean un reflejo de los que aportaría la población en su conjunto.

Durante la prueba piloto no se presentó ningún inconveniente en este aspecto, ya que se convocó a gran número de personas y éstas atendieron al llamado. En total, fueron 47 jóvenes los que participaron en la capacitación de prueba, en donde se les tomó la encuesta. Se piensa que con este tipo de convocatorias se logrará llegar a una gran cantidad de jóvenes entre 10 y 20 años.

Uno de los errores que afectan fundamentalmente a la validez externa viene dado principalmente por la “no respuesta parcial”; es decir, preguntas que no son respondidas por algunos sujetos. Para solventar este problema se tuvo en cuenta en el análisis de datos denominándolos datos perdidos (que puede ser por que tiene un valor no recogido en el cuestionario o porque al haber una pregunta previa que actúa como filtro ‘no procede’ contestar esa categoría por un determinado individuo). La importancia que tiene esta no respuesta es debida al riesgo de que las que no responden difieran de los que responden en las variables

de la encuesta, en cuyo caso, las estimaciones de los parámetros estarán sesgadas.

En metodología de encuestas, la validez interna es equivalente al concepto de calidad de la encuesta; las amenazas a la calidad de una encuesta vendrán dadas por los errores asociados tanto a la construcción del cuestionario como al tratamiento de los datos. En este aspecto, la encuesta aplicada, dada su relativa sencillez, no mostró datos de mala interpretación de preguntas, de tal forma estas fueron claras y con buenas instrucciones. Además el cuestionario cuenta con un orden lógico que facilita su llenado.

A continuación se exponen las observaciones y conclusiones más destacadas de la aplicación del cuestionario piloto al grupo experimental:

- Los jóvenes se han prestado a colaborar sin ningún tipo de problema y su comportamiento ha sido muy bueno.
- Reforzar la idea de que las encuestas son anónimas y que tienen que contestar la verdad, porque algunos quieren responder todas las preguntas rápidamente para que los resultados sean buenos.
- Los jóvenes, sobre todo los menores, plantean la posibilidad de realizar la encuesta en lápiz, ya que se muestran miedosos por el temor a equivocarse.

### 14.3. CRONOGRAMA

Fa se	N. o	ACTIVIDADES	2013											2014					
			Febr ero	Ma rzo	Ab ril	Ma yo	Ju nio	Jul io	Ago sto	Septie mbre	Octu bre	Novie mbre	Dicie mbre	Ene ro	Febr ero	Mar zo	Ab ril	Ma yo	Ju nio
INVESTIGACIÓN	1	Planteamiento del problema, justificación	x	x	x	x	x	x											
	2	Revisión bibliográfica		x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x			
	3	Antecedentes del problema		x	x	x	x	x											
	4	Marco teórico			x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x
	5	Establecer Materiales y Métodos			x	x	x												
	6	Visitas a la comunidad				x	x	x	x	x	x	x	x	x					
	7	Recolección de datos						x	x	x	x	x							
	8	Tabulación de datos												x	x	x			
	9	Análisis de datos														x	x	x	
	10	Presentación informe																	x