

---

**VALORACION DE LOS RECURSOS DE OCIO FISICO-DEPORTIVO EN  
GUADALAJARA DE BUGA**

---

Lozano, García Jeffrey; Montoya Carlos



ITA ESTABLECIMIENTO PUBLICO DE EDUCACION SUPERIOR  
Guadalajara de Buga

## Contenido

Resumen .....	2
Introducción .....	3
Formulación y Planteamiento Del Problema.....	5
Objetivos .....	9
General.....	9
Justificación y Delimitación del Problema.....	10
Marco Referencial .....	12
Marco contextual .....	12
Marco geográfico.....	15
Marco Teórico .....	17
<i>Del ocio a tiempo libre .....</i>	<b>17</b>
<i>Taxonomía de la Actividad Ergomotriz.....</i>	<b>21</b>
<i>Factores psicosociales de la práctica ergomotriz.....</i>	<b>23</b>
<i>Percepción de la incidencia de los componentes ambientales en la propia personalidad ..</i>	<b>38</b>
Metodología .....	41
Métodos e Instrumentos de Recolección de Datos.....	42
Técnicas de análisis y tratamiento de la información.....	43
Resultados .....	44
Discusión.....	44
Conclusiones .....	52
Recomendaciones.....	<b>¡Error! Marcador no definido.</b>
Referencias .....	54

## **Resumen**

La presente investigación pretende, por un lado, dar a conocer el grado de satisfacción que tienen los usuarios reales y potenciales sobre la oferta pública de Ocio físico-deportivo y de tiempo libre saludable en Guadalajara de Buga; Analizando por demás, cuales atributos, referidos a las instalaciones, recursos y actividades, se asocian a dicha satisfacción. Del estudio se detecta que los elementos humanos y locativos son los atributos que más determinan la satisfacción de los usuarios tanto reales como potenciales.

**PALABRAS CLAVE:** Tiempo libre, ocio, satisfacción, actividad física, servicio de actividad físico-deportiva.

**Línea de investigación:** Actividad física y deporte **Sub línea:** Deporte y Recreación.

## Introducción

Nunca antes en la historia de la humanidad los sistemas de comunicación y transporte habían permitido de manera más fácil y rápida el relacionamiento y la conexión interpersonal, las barreras de distancia y tiempo fueron subyugadas al poderío tecnológico de la humanidad (cita). Los incrementos en la competitividad y la productividad acontecidos con el advenimiento de dichos avances tecnológicos forjaron un innegable desarrollo económico y de calidad de vida para la mayoría de los habitantes del planeta, especialmente los del hemisferio occidental (cita). Tales premisas representaron para una creciente clase media, **la ampliación y liberación de un nuevo tiempo libre.** Este tiempo, que ya no es laboral ni vital, supone una tercera parte de la vida de los individuos y pone en manifiesto la necesidad de reconocer el impacto de éste en el desarrollo y socialización de las personas, atendiendo a éste aspecto antes obviado como una nueva forma de ser y estar con los otros.

Así, cada día es más frecuente que personas provenientes de todos los niveles y grupos socioeconómicos empleen parte de su tiempo en la participación de distintas actividades de ocio y aprovechamiento del tiempo libre auspiciados en muchos casos por las Administraciones estatales, la empresa privada o las instituciones de educación; reconociendo en el deporte, la recreación y el ocio, elementos fundamentales para la educación y factor básico en la formación integral de las personas, fomentando la autonomía y promoviendo el desarrollo de la personalidad (cita).

Consecuentemente en los últimos 10 años, el municipio de Guadalajara de Buga ha contado con una fuerte inversión de recursos para la recuperación del espacio público urbano, especialmente lo

referido al tema de recreación y deporte; lo cual ha introducido un creciente interés en el desarrollo de propuestas para el aprovechamiento del tiempo libre y la promoción de los estilos de vida saludables dentro de la población. Así pues, en la agenda pública local, se destaca una constante promoción de programas y actividades deportivas que agrupa desde eventos de gran envergadura, hasta programas de recreación y deporte orientados por grupos poblacionales.

Si bien es cierto que la variedad y **recursos de la oferta de ocio** (expresado en actividades y espacios dispuestos para ello) inciden en el desarrollo de hábitos físico-deportivos y de aprovechamiento del tiempo libre en la población, ello por sí mismo no resulta suficiente.

Con el presente estudio, se pretende valorar la satisfacción de los usuarios de la oferta, comprendiendo la relevancia del componente motivacional y emocional en la práctica y adherencia físico-deportiva, todo ello en función de los atributos de la **oferta de ocio** que se asocian a dicha satisfacción. De esta manera, los resultados obtenidos permitirán el diseño de una propuesta para la organización y planificación de la oferta pública de ocio físico-deportivo aprovechando los recursos actuales y potenciando las variables que intervienen en el desarrollo de hábitos de tiempo libre saludable en términos de la satisfacción y la motivación de los usuarios.

## Formulación y Planteamiento Del Problema

Desde el periodo 2003, los gobiernos municipales de Guadalajara de Buga han gestionado la inversión de recursos para el mejoramiento de la infraestructura urbana y zonas Públicas, especialmente en lo concerniente a recreación y deporte (Diario El Pais, 2014); Dichas mejoras refieren a la intervención física de **7 parques**, el diseño e instalación de **5 gimnasios** al aire libre, la construcción de una Piscina Olímpica, un Patinodromo olímpico, y la construcción de tres ‘Skate-park’ para la práctica de ‘Skateboarding’ y BMX, uno de ellos considerado entre los mejores a nivel nacional, ubicado dentro del parque “Biosaludable” (Noticias Caracol, 2015 ).

Además de ello, en las agendas programáticas del municipio en los mismo periodos, se destaca la inclusión de programas y actividades para la promoción deportiva que incluye desde eventos de gran envergadura como la realización de los XVII Juegos Deportivos Departamentales del Valle (2007), la vinculación a los World Games (Cali, 2013), o más recientemente la realización de la III Válida Nacional de patinaje de carreras en marzo de 2016; contando además, con la inserción constante del programas de recreación y deporte “*Buga en Movimiento*”, o los eventos de ‘*Rumbo-Terapia*’ y la ‘*Ciclovía*’ liderados por Instituto Municipal del deporte y la recreación IMDER-Buga (Alcaldía de Guadalajara de Buga, 2012),

Esta gran apuesta de infraestructura para la recreación y deporte en Buga gestionada desde las alcaldías, han propiciado el interés por conocer a mayor detalle, los beneficios que como inversión han tenido para la práctica deportiva y el aprovechamiento del tiempo libre dentro de los ciudadanos en general; de manera que se pueda explotar los beneficios adaptando la apuesta a la realidad y necesidades de la mayor parte de su población.

Es casi incuestionable que los programas de recreación, ocio y tiempo libre saludable, sean catalogados de manera positiva por gran cantidad de autores dentro de una perspectiva de prevención y promoción (COLDEPORTES, 2011); también se tiene el consenso de que la sola disposición de una gran cantidad de oferta de espacios y actividades de recreación y deporte, no se traduce necesariamente en la consolidación de hábitos físico-deportivos y de aprovechamiento del tiempo libre saludable, como tampoco en torno a la generación de hábitos de salud integral.

A pesar entonces de las apuestas mencionadas anteriormente, no se puede decir que la población Bugueña cuente con una tasa de prevalencia de actividad deportiva considerablemente más alta que la del resto del país, así como tampoco se pueden reconocer estadísticas que puedan ser reflejadas en indicadores de salud y calidad de vida que reafirmen una reducción en la presencia de enfermedades crónicas prevenibles desde la actividad física. No obstante, es de destacar que el programa *Buga en Movimiento*, apuesta principal desde la administración para la promoción de la actividad física, indica una significativa cobertura poblacional a 2012 del 10% de la población (Escuela de Salud Pública, Universidad del Valle, 2012); que aunque considerable, resulta corta en las ambiciones necesarias para un salto cualitativo y cuantitativo en materia de promoción de la salud y el hábito físico-deportivo entre los ciudadanos.

El programa *Buga en Movimiento* considera y detalla estadísticas de cobertura y periodicidad; sin embargo, se evidencia una escasa evaluación del programa, a partir de una metodología que proporcione la retroalimentación necesaria en cuanto al cumplimiento de los objetivos, la eficiencia en el uso de los recursos y la calidad de la oferta. Así vemos entonces como el Estudio Situacional de Salud realizado en Buga (2012) refleja que: las enfermedades crónicas no transmisibles (cardiovasculares, diabetes y cáncer) son responsables de la mayor carga de morbilidad y mortalidad en el municipio (Escuela de Salud Pública, Universidad del Valle, 2012). Señalando

además que el programa '*Buga en Movimiento*', requiere un mejoramiento en su proceso de planeación, estipulando la construcción de indicadores de línea de base que le permitan verificar los resultados obtenidos e intervenir los aspectos necesarios a mejorar. Así mismo, el estudio citado considera además la necesidad de implementar un modelo en Buga de la estrategia C.A.R.M.E.N (Conjunto de Acciones para la Reducción Multifactorial de Enfermedades No transmisibles) liderada por la OPS y acogida por el gobierno colombiano, todo ello como una estrategia para el mejoramiento y aporte a la prevalencia de los indicadores de calidad de vida de en la ciudad. El estudio además señala, en términos de salud y calidad de vida, considerar la necesidad de complementar y fortalecer los programas de actividad físico-deportiva a través de vigilancia nutricional y calidad en el control prenatal.

Se podría decir entonces que las apuestas para la promoción de ocio físico-deportivo y de tiempo libre saludable deben reconocer dichas particularidades, de manera que permita delimitar, ampliar y canalizar la oferta a una mayor población asegurando además su adherencia y mantenimiento del hábito deportivo. todo ello para la generación de un conocimiento que favorezca la preservación y uso de los espacios diseñados para la diversión, el ocio y el disfrute del tiempo libre, es decir "las calles y las plazas, parques, coliseos y de más escenarios de la ciudad (Sanz Arazuri & Ponce de Leon, 2006)

Con el presente estudio, se pretende entonces conocer las variables que intervienen en el desarrollo de hábitos físico-deportivos y de tiempo libre saludable, por medio de la valoración de la satisfacción de los usuarios reales de la oferta, como de los que no, pero les gustaría, (usuarios potenciales) en función de los atributos de la oferta de ocio referidos a las instalaciones, recursos y actividades que se asocian a dicha satisfacción. De manera que los resultados obtenidos, permitan



a futuro el diseño de una propuesta para la organización y planificación de la oferta pública de ocio físico-deportivo aprovechando los recursos actuales.

**Pregunta Problema:**

¿Cuál es el nivel de satisfacción de los usuarios reales y potenciales de las instalaciones públicas para el desarrollo de la actividad físico-deportiva y de tiempo libre frente a la oferta dispuesta para ello en Guadalajara de Buga?

## **Objetivos**

### **General**

Valorar el grado de satisfacción de los usuarios de la oferta de ocio físico-deportivo y de Tiempo libre saludable dispuesta en Guadalajara de Buga.

### **Específicos**

- Establecer la oferta real de programas y espacio público para recreación y ocio, uso del tiempo libre saludable, en la zona urbana de Guadalajara de Buga.
- Caracterizar el perfil de los usuarios de instalaciones físico-deportivas en función del grado de satisfacción con la oferta físico-deportiva y tiempo libre saludable.
- Detectar dentro de la oferta físico-deportiva del municipio, los atributos que inciden significativamente en la satisfacción de los usuarios.

## **Justificación y Delimitación del Problema**

Cada día es más frecuente que personas provenientes de diversos niveles y grupos socioeconómicos empleen parte de su tiempo, en la participación de distintas actividades de ocio y aprovechamiento del tiempo libre auspiciados por las Administraciones locales, las empresas privadas o las instituciones de educación, reconociendo que el deporte, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre, son elementos fundamentales de la educación y factor básico en la formación integral de la persona, fomentando la autonomía y promoviendo el desarrollo de la personalidad.

Si bien es cierto que la variedad y recursos de la oferta (expresado en actividades y espacios de ocio) inciden claramente en el desarrollo de hábitos físico-deportivos y de aprovechamiento del tiempo libre dentro de la población, ello por sí mismo no resulta suficiente; como lo señala Ponce de Leon (2006) *“A este aumento de la cantidad de oferta le tienen que acompañar la calidad de la oferta y una buena formación de la sociedad en y para el ocio físico-deportivo”*.

Así pues, la decisión de iniciar o desarrollar un hábito pasa por la intervención de variables endógenas y exógenas mutuamente relacionadas que van desde el reconocimiento de destrezas individuales frente los retos establecidos dentro de la actividad, hasta la percepción y valoración del cumplimiento de los objetivos y necesidades de los usuarios (Hernandez, 2001). Así mismo, experiencias anteriores señalan que el éxito en los programas de promoción de la recreación y ocio a nivel institucional, están sujetos en gran medida, a una formulación de metas y resultados concretos, que permitan el seguimiento a la satisfacción de los usuarios, la planificación de los recursos y la proyección de resultados en cuanto a índices de bienestar y calidad de vida (Hernandez, 2001). Así como al reconocimiento de las actitudes y aptitudes de los involucrados en la actividades, con el propósito de reconocer y gestionar el alcance de las metas.

Consideramos entonces qué evaluar la calidad de los programas de ocio y tiempo libre a través satisfacción de los usuarios, es un índice adecuado para estimar la calidad de los recursos ofertados, entendiendo que los recursos solo permiten la adhesión o desarrollo de tales hábitos de Ocio saludable si se estructuran en función de la experiencia individual de los usuarios. De tal forma que existe la necesidad de evaluar todos aquellos aspectos relevantes en la satisfacción de los usuarios respecto a los recursos de ocio auspiciados, patrocinados o promovidos por la Administración local. Además, con el ánimo que se reconozca y generen nuevos espacios para la práctica recreativas en el municipio de Guadalajara de Buga. El abordaje del Ocio como apuesta de ciudad representa una gran oportunidad en términos de beneficios económicos y sociales, que impulsen el desarrollo cultural local, dando respuesta a las demandas del sector.

El desarrollo de una propuesta de organización de la oferta de ocio cultural y físico-deportiva acorde a los escenarios y públicos específicos en la ciudad, permitirá no solo contribuir a la reducción de prevalencia de enfermedades no transmisibles a través del fomento de los hábitos físico deportivos, sino que también a la formación de gestores culturales para el abordaje integral del tiempo libre como factor educativo, mediante la recuperación de tradiciones y la promoción de manifestaciones artísticas tales como la artesanía, las artes visuales y plásticas, música, danza, teatro, literatura, o cualquier otra área de expresión cultural, que complemente la apuesta de ciudad por el desarrollo integral a individual, comunal y de sostenibilidad.

## Marco Referencial

### Marco contextual

Desde hace décadas las investigaciones en el área de deporte han involucrado con gran fuerza el estudio de aspectos psicosociales alrededor de la práctica física, como un elemento esencial para la comprensión y abordaje de los factores involucrados en la práctica, adherencia y evaluación de la actividad física y deportiva. El abordaje disciplinar desde esta perspectiva psicosocial, es principalmente evidente desde análisis de las publicaciones que se realizan de la misma, a través de los temas o trabajos más publicados en revistas, manuales o congresos, etc. Ello demuestra las tendencias de las líneas de investigación, así como los temas más predominantes y aquellos que están en declive. En línea con lo anterior, el estudio realizado por Castillo y Col (2005), realiza un análisis disciplinar a partir de la producción científica en el área del deporte, publicadas en bases de datos especializadas, encontrando que de los 3.313 trabajos analizados, 1988 son considerados temas psicosociales (FUNIBER). Tal análisis sirve entre otras cosas, para situar la relevancia de conceptos como actitudes, motivaciones y valores como elemento integrador de la comprensión y abordaje de la práctica física y deportiva (Castillo & Col, 2005).

A partir de los resultados obtenidos por Castillo y Col (2005) se puede identificar una evolución de los estudio en todos los temas o tópicos de investigación, según el número de trabajos publicados en las revistas más relevantes a nivel internacional dentro de la psicología de la actividad física y el deporte. En tanto se observa un importante aumento de las publicaciones entre los años 1985 y 1999; además de un aumento considerable en el número de categorías o “*keyWords*” utilizados para la categorización de los trabajos.

Por otro parte, en cuanto a las Actitudes, Valores y Motivación tomando a estos tres conceptos como los abordados con mayor profundidad, cabe mencionar que la Motivación es el segundo

aspecto más estudiado en el marco temporal analizado, presentando un constante aumento en el número publicaciones realizadas. Además de ello, los estudios que cuentan con temática principal a las Actitudes, presentan un gran aumento en el número de publicaciones, al analizar los intervalos temporales de 1985 a 1989 y del intervalo temporal 1990 a 1994, aunque siendo relativamente discretas en intervalos posteriores. Por otra parte, si bien se puede notar que las publicaciones con abordaje principal sobre Valores, cuentan con una producción en los periodos analizados cuantitativamente menor a los otros tópicos descritos, también se puede notar un ascenso en el número de investigaciones publicadas que va de solo dos (2) en el periodo 1965 a 1969, hasta cuarenta y uno (41) en el periodo 2000 a 2001.

Así mismo, con relación a los estudio de los Valores, compartiendo con la moral y la ética en el análisis bibliográfico realizado por las investigadoras, indica que al igual que las Actitudes, estas tienen un periodo pico de producción, en este caso en 1999, y un descenso en el último intervalo. Sin entrar a analizar las causas de los descensos en los intervalos temporales más cercanos al presente, se trata de una realidad evidente.

Cabe mencionar que la Motivación se refleja como uno de los factores más estudiados en la psicología desde la perspectiva social, apareciendo en el análisis de Castillo y Col (2005), como el segundo más estudiado con 392 trabajos en la base de los datos psycinfo. Aunque el último intervalo cuenta con menos años puede servir como referencia para observar la tendencia de los trabajos en ese periodo. De hecho las principales variables estudiadas no cambian significativamente, situándose en los primeros lugares los mismos aspectos que en los intervalos anteriores.

La perspectiva más social del deporte ha tenido una gran importancia a la hora de analizar los motivos involucrados desde iniciación de la práctica deportiva hasta la adherencia y el abandono deportivo. Así, Boixados y Colaboradores (1998), señalan que a pesar de la diversidad de estudios y la aproximación de distintos enfoques interdisciplinarios; los investigadores aun todavía no logran explicar el cómo y el por qué el aprendizaje social es mejor en unos deportistas que en otros. Pero uno de los puntos en común de la mayoría de las últimas investigaciones sobre la socialización a través del deporte, es el tomar consideración como la estructura organizativa, la filosofía del programa deportivo, la familia, la normas y las conductas del entrenador, *“pueden afectar la calidad de la experiencia deportiva y la orientación de los valores de los jóvenes participantes”* (Boixadós, 1998). En este sentido se señala la importancia del ambiente social en la cual se participe y desarrolle la actividad deportiva.

## **Marco geográfico**

Guadalajara de Buga se encuentra ubicada en el centro del Departamento del Valle del Cauca, específicamente en la parte media de la Cordillera Central, en el centro geográfico y estratégico del Valle del Cauca, siendo la sexta en extensión de área y la octava en importancia económica de la región, recogiendo una participación del 3.8% en el PIB departamental, principalmente en los sectores de Agricultura, Comercio y Turismo (DNP, 2011).

Buga es considerada cabecera del “Círculo Metropolitano de Turismo” que abarca 7 de los 13 municipios que comprenden la Subregión Centro del Valle (Olano Becerra, Piamba, & Rangel Sosa, 2003). Reconocida por sus bienes de interés histórico y arquitectónico, lo cual la ubican como uno de los municipios no costeros con mayor potencial turístico del país y de gran relevancia histórico-religiosa en América Latina (ARECOA, 2013).

De igual manera, la ciudad actúa como centro regional de escala intermedia, compartiendo esta condición con el municipio de Tuluá, aunque dividiendo sus áreas de influencia; Tuluá hacia el centro-norte y Buga hacia el centro-sur; agrupando los **Municipios de Guacarí, Ginebra, El Cerrito, Yotoco, Calima El Darién, Restrepo y San Pedro**, contando una población flotante de aproximadamente cuatrocientos mil habitantes (Camara de Comercio de Buga, 2013).

En el último cuatrefeño Buga ha sido centro de inversión económica por parte del gobierno nacional para el desarrollo y pilotaje de políticas públicas nacionales como la jornada única escolar de básica y media y la implementación de los programas “**Colombia Bilingüe**” y “**Vive Digital**”, lo cual ha permitido un notable fortalecimiento de la infraestructura educativa y el afianzamiento de una capacidad instalada para el desarrollo antes inexistente en la región.



Buga posee un patrimonio arquitectónico e histórico que cuenta con diferentes bienes de interés cultural, entre estos, La Basílica del Señor de los Milagros la cual recibe y acoge a visitantes de todo el mundo. Esta ventaja comparativa cultural presupone un enorme potencial turístico por explotar que aún no ha sido canalizado.

En estos términos, es claramente notable la importancia histórica y turística que tiene el Municipio de Guadalajara de Buga, en el desarrollo socioeconómico de la región del centro del valle del Cauca; así como también, la potencialidad del municipio en términos de la “*nueva economía*” (Calderón-Molina, 2016) pretendida por Gobierno nacional a través de la diversificación de la oferta exportable de productos así como la exploración de nuevos mercados como el turístico como anunciaba por el Ministro de Hacienda Mauricio Cárdenas durante su intervención en el Foro Económico Mundial que se celebró en Medellín durante el 16 y 17 de junio de 2016 (Amat, 2016)

En este sentido, un enfoque de desarrollo económico orientado a la paz, como se prevé en las negociaciones de la Habana, junto con el deseo de diversificación económica planteado por el gobierno nacional, comprende la necesidad de una fuerte inversión en la creación y mantenimiento de una infraestructura no solo para la competitividad sino también para el mejoramiento de la calidad de vida de los ciudadanos. El deporte, la recreación y el Ocio como una dimensión del desarrollo humano incorpora un factor clave en el crecimiento de dicha calidad de vida, pues converge no solo el factor de salud, sino que compromete factores educativos, de socialización y convivencia.

## **Marco Teórico**

### *Del ocio a tiempo libre*

Desde mediados del siglo XX el fenómeno de la modernidad tuvo un efecto cultural incalculado en muchos aspectos de la vida en los que no estaba previsto. Las innovaciones técnicas y tecnológicas en áreas como las comunicaciones o la medicina, y el aumento de la capacidad adquisitiva de la media poblacional originaron un cambio drástico en el entorno cotidiano; mejorando progresivamente las condiciones en la calidad de vida de millones de personas a nivel mundial, sobre todo en las ciudades.

Factores como la reducción de la jornada laboral, el retraso de la condición social de adultez, el desempleo, el aumento de la edad escolarizante y el envejecimiento poblacional, propiciaron un cambio de paradigma en la sociedad industrial contemporánea, saturada en el consumo, pero con un elevado índice de población que no puede trabajar aunque quisiera (Molina, 1998). Estas rápidas y profundas transformaciones han derivado en una desintegración de los vínculos afectivos, la ligereza de las relaciones sociales y el aumento de las enfermedades psicosomáticas procedentes de esta desconexión social.

La utilización adecuada del tiempo libre, se muestra como una necesidad social dentro de una perspectiva constructivista, considerando el impacto de la misma en factores determinantes para la salud y la calidad de vida del individuo, como el sedentarismo, el ambiente urbano, el estrés y violencia, convirtiendo el uso del tiempo libre en un problema para el análisis sociológico de una civilización en riesgo como la nuestra (Weber 1969, Racionero 1983, Muñoz M. 1983, Pedro 1984). Es así en cuanto que privilegiando la formación en el ser por medio de la buena utilización del tiempo libre se puede favorecer los procesos de socialización.

El 'éxito' del proyecto modernizador y la capacidad científica y tecnológica instrumentalizado la noción de 'Ser' en función de la maximización de los beneficios financieros, económicos y sociales llevándolos al plano de lo predominantemente cuantitativo. Molina (1998) argumenta que, "*la gran mayoría de los individuos se inscriben a posturas pragmáticas frente a la vida, (...) hacia la adopción de un estilo de vida orientado a la urgencia por presentar respuestas inmediatas a los problemas de la existencia*"; así entonces, la ideología predominante desde los inicios de la revolución industrial ha premiado las nociones en pro de los réditos financieros, para incrementar la productividad. El Tiempo Libre, como factor improductivo rompe con los esquemas morales de la vida laboral, sobre todo en sociedades altamente cristianas (Gerlero, 2005).

El Tiempo libre como bien social queda derrotado en el marco de la temporalidad social, las condiciones generales bajo las cuales funciona la sociedad tecnológica desvirtúan el papel y el ser del hombre en el trabajo y en el tiempo libre. El tiempo comprometido y el tiempo libre llegan a ser dos posibilidades concretas para instrumentalizar al individuo (Molina, 1998).

Algunos sociólogos, como Parker y Dumazedier, sostienen que el ocio es un fenómeno exclusivo de nuestro tiempo, el primero considera que con el acortamiento de la semana laboral el ocio ha pasado a tener relevancia en la vida, y de forma similar Dumazedier otorga al ocio unas características que son consecuencia de la revolución industrial. (Dumazedier, 1976); sin embargo, el trasegar histórico demuestra que la relación del hombre con el trabajo ha conllevado cambios ligados a la realidad del momento (Molina, 1998). Desde los griegos a la actualidad se reconoce en el Ocio, la Recreación y el Tiempo Libre, una característica temporeoespacial.

Actualmente para el imaginario general el Ocio y tiempo libre están catalogadas como actividades dirigidas al descanso, la diversión, la contemplación, el placer entre otras similares (Balcells, 1975),

tratamiento que ha traído como consecuencia la desvinculación del concepto con sus referentes etimológicos.

El Ocio como concepto, ha evolucionado como un fin en sí mismo y no como un medio, hasta tal punto que hoy se entiende como un elemento fundamental en el desarrollo de cualquier persona al que deben tener acceso todos los ciudadanos. Para autores como Casado (1983) *Tiempo Libre y Ocio* aunque relacionados no son sinónimos, existe entre ellos una subordinación de “continente” y “contenido” respectivamente (Casado, 1983).

Tiempo Libre refiere a las actividades que no son ni trabajo ni tareas domésticas esenciales, y pueden ser recreativas, Benito López Andrada y otros (1982) señalan que: "*Tiempo libre es el conjunto de actividades que realiza el sujeto durante su tiempo disponible*", este tiempo disponible, se asume como el resultante después de descontar a 24 horas el tiempo dedicado a actividades obligatorias como comer, dormir, hacer tareas de cierta necesidad; es decir, el tiempo empleado en realizar las necesidades vitales (fisiológicas y laborales). Por su parte, el Ocio atañe a aquellas actividades que hacemos en nuestro Tiempo Libre y no las hacemos por obligación. es un tiempo recreativo que se usa a discreción. De este modo, hay que conseguir que se disfrute de él, en la forma más autónoma, gratificante y placentera posible (López Andrada, 1982). En esta lógica, Tiempo libre y Ocio en ningún caso, puede considerarse como un aspecto marginal de la vida, constituyendo una parte cuantitativamente muy notable del tiempo y su vez, la base de una creciente variedad de estímulos y de posibilidades (Gerlero, 2005).

Delimitando aún más el concepto de ocio, (Grazia, 1966) lo denomina como forma de ser y Cuenca (2002) afirma que: “El ocio es un contexto de desarrollo con el que es posible favorecer capacidades de enorme trascendencia para la vida humana”.

Para la socióloga francesa Christine Chevalier (s.f), se destaca conceptualmente la noción de voluntad y autonomía como cualidad intrínseca de Actividad del Ocio, afirmando qué:

*“El ocio es un conjunto de ocupaciones a las que el individuo puede entregarse de manera completamente voluntaria tras haberse liberado de sus obligaciones profesionales, familiares, y sociales, para descansar, para divertirse, y sentirse relajado para desarrollar su información o su formación desinteresada, o para participar voluntariamente en la vida social de su comunidad”.*

Para Ponce de León (1998) el Tiempo Libre se relaciona a nociones cuantitativas (cantidad de tiempo libre disponible), y por su parte, señala en el Ocio cualidades netamente cualitativas. Para la Autora *“Dependerá de cómo es la persona por dentro, para que el ocio y el tiempo libre tomen una dimensión completamente diferente”*

### ***Taxonomía de la Actividad Ergomotriz***

De la misma manera en que existe la necesidad de delimitar y diferenciar el Ocio del Tiempo libre, es necesario precisar conceptualmente otros términos a los que apunta esta investigación con relación a la práctica física en el marco de la experiencias de Ocio. Por consiguiente, se debe diferenciar entre actividad Físico Deportiva y Deporte, siendo lo segundo un concepto al que el primero engloba.

Sanz (2005) adapta la clasificación de actividades motrices de Parlebas (2001) y delimita las características que cumplen los diferentes términos asociados a las actividades físicas que, como situaciones motrices, implican la necesidad e influencia de la intervención corporal en el éxito de la acción y han de ser desarrolladas en un espacio físico, con unos materiales y con un número de participantes que experimentan unas motivaciones y unas sensaciones.

Parlebas (2001) Citado por Ponce de León (2006) señala que los espacios en los que se presentan contextos motrices pueden ser catalogados de dos formas: la *Ergomotricidad*, y la *Ludomotricidad*. Tal abordaje recoge la división expuesta anteriormente sobre Tiempo Libre, definiendo a la primera como las experiencias motrices de trabajo u obligatorias y a la segunda como las prácticas motrices realizadas en el tiempo libre con fines meramente recreativos (Sanz Arazuri & Ponce de Leon, 2006). Es principalmente importante tal abordaje ya que acorde a lo expuesto, el presente estudio se centra en la Ludomotricidad como practica de Ocio saludable, incluyendo a la actividad deportiva (Excluido al deporte profesional y competitivo), como a los juegos tradicionales, los ejercicios didácticos, la actividad libre y al llamado cuasi deporte.

Como se mencionó anteriormente, para la clasificación taxonómica de la actividad motriz se asume lo expuesto por Parlebas (2001) en el Texto *Juegos, Deportes y Sociedades: léxico de praxiología*

*motriz*, en el que el autor enumera tres condiciones necesarias para que determinadas prácticas motrices puedan considerarse deporte: *implicación corporal*, *contexto competitivo reglado* y *estar respaldado y controlado por instituciones oficiales* (Parlebas, 2001). No obstante, se señala también que existen muchas prácticas motrices en las que se da una situación motriz y se compete de forma reglada pero no son reconocidas por instituciones oficiales o, si lo son, es a un nivel muy restringido o local. El primer caso hace referencia a los llamados juegos deportivos tradicionales como el juego de fútbol, baloncesto o voleibol que pueden ser practicados entre amigos bajo reglas y objetivos acordados pero sin ser institucionalizados, y en segunda instancia a los llamados Cuasi Deportes, los cuales se definen como un juego deportivo con amplio reconocimiento a nivel local, e incorpora las condiciones y características del Deporte, pero sin lograr todavía un reconocimiento internacional absoluto. (Parlebas, 2001), en el contexto colombiano podría indicarse como ejemplo de estos, al juego del ‘Tejo’ o el ‘Sapo’ o a nivel internacional como las ‘Justas givordinas’ o los denominados “Juegos Vascos” citadas en el texto. Por otra parte, también se dan una serie de situaciones motrices que no gozan de competición reglada, ni se encuentran protegidas por ninguna institución oficial, es el caso de los ejercicios didácticos y de la actividad libre. Los primeros suponen ejercicios-problema y educativos, situaciones adaptadas y con distintas orientaciones, ejercicios condicionados por consignas, sugerencias o consejos de expertos, caso de la relajación, yoga, entre otros; las segundas son situaciones motrices informales y espontáneas, como es el caso de correr, escalar, senderismo, bicicleta de montaña, etc.

En cuanto a la siguiente investigación se centralizara en las *prácticas ludomotrices* como forma de tiempo libre, excluyendo toda práctica deportiva profesional o semiprofesional que si bien se incluiría dentro de la taxonomía ergomotriz rebaza el interés propio de los objetivos de esta investigación.

### ***Factores psicosociales de la práctica ergomotriz***

Uno de los aspectos más frecuentes en los análisis e investigaciones dentro del contexto deportivo es la necesidad de comprender cuales factores están presentes en el origen y el mantenimiento del comportamiento deportivo, estas deben privilegiar siempre una concepción global desde una triple perspectiva física, psicológica y social. Conseguir comprender dichos factores permite el diseño de estrategias para el fomento y desarrollo de programas de intervención y promoción de la actividad física tanto a nivel de metas de salud como a nivel de educación y formación

Siempre se debe tener en cuenta que el proceso por el cual una persona decide realizar cualquier actividad Físico-Deportiva, sin importar su naturaleza, competitiva o de ocio, pasa por un proceso de argumentación individual En este sentido, el comportamiento deportivo configura una lógica que va mucho más allá de la capacidad fisiológica de la persona para realizar una secuenciación de movimientos o la disposición de tiempo para realizar acciones motrices. Un comportamiento deportivo refiere a las capacidades actitudinales y aptitudinales frente al desarrollo de las prácticas físico-deportivas

Como toda actividad humana la configuración de un comportamiento Físico-Deportivo, esta encadenado a emociones, sentimiento y pensamientos determinados por factores interno y externos que facilitan, potencian u obstaculizan la toma de decisión hacia el sostenimiento del mismo (Ponce de León, 2006). En este sentido, Rhoden (2004) subraya que la actividad física, como toda actividad denominada placentera debe generar estados emocionales y afectivos positivos. Entendiendo a estos como sensaciones satisfactorias e intensas, que pueden ser vividas antes, durante o después de la experiencia, las cuales configuran una realidad única para cada individuo de acuerdo a sus factores y características individuales (Rhoden, 2004).



Desde la perspectiva psicosocial del deporte, las Actitudes cumplen funciones que satisfacen necesidades del ser humano. Siendo definido en diferentes maneras, según el enfoque adoptado; sin embargo, existe cierto consenso en cuanto a la utilidad de la Actitud como factor de estudio del comportamiento de ser humano en situaciones similares (Dasil, 2002)

A pesar del amplio espectro de definiciones que existe en torno al estudio de las Actitudes (Allport, 1935; Fishbein y Ajzen, 1975; Marin, 1976; Coll, 1987; Petty y Cacioppo, 1981; Alcántara, 1989; Bolivar, 1992; Morris, 1997; Morales, 2000) se evidencia que en la mayoría de las definiciones, se puede rescatar aspectos comunes como son: La carga emocional y afectiva que se refleja nuestros deseos, voluntades y sentimientos; su carga evaluativa, considerándolas juicios o valoraciones, que implican respuestas de aceptación o rechazo; su carácter electivo, es decir, que apuntan hacia algo o alguien, y representan entidades en términos evaluativos de ese algo o alguien; y por último, su connotación como expresión comportamental adquirida mediante la experiencia individual y grupal, diferenciándose de los instintos, considerados de adquisición innata.

En el ámbito de la actividad física, las actitudes pueden funcionar como mediadoras entre la concepción que se tiene de ésta y la intención de realizarla, de manera que el estudio de la actitud es relevante para cualquier programa tanto de promoción de la actividad física como para todos los que le rodean, como la prevención de conductas agresivas o de manera más amplia el trabajo sobre hábitos saludables que se ocupa en el presente documento.

Por otro lado, como lo expresa Casado (1983) la actividad física como experiencia individual, conserva como principio una característica motivacional, de autonomía y de disertación propia, así entonces queda expresada indiscutiblemente en cualquier extensión de la misma, desde la selección de una u otra actividad a practicar, hasta la situación adecuada para su práctica (García Correa,

Guillen García, & Marrero Rodriguez, 1993). Una inadecuada percepción o valoración de la actividad de Ocio Físico-Deportivo, puede conllevar dificultades en la generación de bienestar del individuo como es el caso del estrés y el agotamiento emocional. por ejemplo cuando no se desarrolla bajo los parámetros de la salud o si se transforma en una actividad obligatoria y rutinaria.

Algunas veces, una valoración negativa de la actividad físico-deportiva por parte del sujeto puede provenir del exterior de la persona; comúnmente el entorno social como la familia o miembros pares de su círculo, inciden directamente en la percepción que este tiene sobre la actividad que se realiza; esto ocurre principalmente cuando estos no comprenden o no desarrollan actividades similares o cuando tales actividades generan conflicto con otros espacios como laborales o académicos. Dichos conflictos resuelven o entorpecen la toma de decisión frente a la actividad, generando un efecto subjetivo considerable e incidiendo en apreciación de la actividad que realiza la persona.

Sin duda alguna, la motivación es un factor personal determinante en la evolución deportiva de la persona. En general, estar más o menos motivado por hacer deporte obviamente influirá en cómo se conciba el mismo, pero además hay que atender a una serie de aspectos relacionados con la motivación que nos permiten comprender mejor los componentes motivacionales que están incidiendo en el desarrollo de las conductas específicas relacionadas con la actividad física. La relevancia de la motivación radica en el hecho de que es el nivel motivacional que muestre el sujeto hará que su predisposición hacia la adherencia o hacia el abandono de la práctica deportiva adquiera una dirección u otra.

Algunos de los componentes más importantes a la hora de abordar el componente motivacional se puede expresar en tres grupos, *las Razones para Iniciar y Mantener la actividad, la Orientación Motivacional y el Establecimiento de objetivos*. La primera hace referencia a las características propias en cada uno de los individuos en términos de salud, diversión, competición, interés de socialización, etc. Tales razones están mediatizadas por el patrón de personalidad predominante, lo que a su vez supone otros factores como los motivos y el estilo de personalidad que se abordaran más adelante en este documento.

Al hablar de componente motivacional se hace referencia al hecho de que la motivación sea extrínseca o intrínseca; en el primer caso, la influencia de lo que ocurre fuera de la persona, las atribuciones externas que entran al juego, los acontecimientos que inciden en el desarrollo deportivo, en el rendimiento y en los resultados, son algunos de los aspectos que están condicionando lo que se puede denominar “Motivación Externa”. En el segundo caso, la referencia está centrada en el potencial motivador que internamente desarrolla la persona, de tal suerte que son los factores positivos y negativos, que ocurren como consecuencia de las propias decisiones, las que dan lugar al aumento del *tono motivacional* que mantiene al sujeto adherido a la actividad física o, por el contrario le puede hacer pensar en un abandono prematuro.

Por último, un factor estrechamente relacionado con la motivación es el **establecimiento de objetivos**: así, en función de cómo sea la planificación que de los objetivos a lograr se plantee cada persona los resultados varían, y la motivación y la motivación aumentara o disminuirá, en consecuencia, aspectos tales como claridad en los objetivos, establecimientos de metas con cierta dificultad pero alcanzables, o elaborar objetivos que suponen un reto, entre otros son algunos de los aspectos que incidirán en la forma de influir de los componentes motivacionales asociados.

Como se expresó anteriormente, además de la motivación, la actividad física y el deporte sin importar su naturaleza o modalidad esta mediada por otras variables internas como el nivel de independencia, la ilusión o el compromiso del individuo. Cuando se refiere a independencia es claro, que quien decide practicar una actividad física o deportiva puede permitirse realizarla a cambio del coste personal, familiar, social, e incluso económico; lo que supone también la asunción de una decisión con las consecuencias que puedan generar en sus distintos planos vitales, de carácter positivo o negativo. Este coste caracteriza dicha independencia que, sin duda, en caso de ser muy significativa, supondrá un afrontamiento más adaptado ante las situaciones problemáticas que puedan ocurrir; sin embargo, otras personas, que mantienen relaciones más dependientes y, en consecuencia, no presentan la independencia que permite dicho afrontamiento tendrán mayores dificultades cuando deban solucionar problemas propios o ajenos al deporte, pero que influyen en este. De alguna forma, no es accidental la dependencia o independencia en este contexto, obviando su comportamiento habitual en el resto de los ámbitos que pueden configurar su vida

Por esta razón es tan importante analizar y comprender el nivel de independencia que presenta cada persona, con el fin de saber cómo influye en el desarrollo deportivo. Parece que a mayor nivel de independencia mayor adherencia a la práctica Físico-Deportiva, si bien no podemos olvidar que esta influencia estará condicionada por otros factores (familiares y sociales), el impacto de la influencia será el conjunto de varios aspectos; tal y como se ha descrito. Por otro lado, es importante tener en cuenta que la variable independencia es en sí misma valiosa, al margen del contexto en el que nos encontremos y, en consecuencia debe ser potenciada sobre todo en los ámbitos donde estén los practicantes más jóvenes.

Finalmente, una última variable psicológica que ha de tenerse en cuenta en la actividad Físico-Deportiva que se realiza, porque su influencia es evidente, es la relacionada **con el Compromiso**

**adquirido con la misma**, así como la ilusión y la satisfacción que le supone realizarla, constituyendo todos esos sentimientos positivos al nexo de unión para adherirse a la misma. A continuación se describen los factores que condicionan que el compromiso adquirido sea elevado o no con la actividad realizada:

- **Ilusión:** Cómo emoción positiva, uno de los factores previos al compromiso es que la actividad a realizar, en este caso la deportiva, sea ilusionante. Se sabe que cualquier actividad hecha con ilusión provoca, entre otras, afecto, hacerla bien, superar mas fácilmente los obstáculos y adherirse a la misma. Por esta razón, tan importante es iniciarla con ilusión, y mantener dicha ilusión en el devenir de la misma.
- **Satisfacción:** El siguiente factor hace referencia al estado psicológico de bienestar, es decir la satisfacción que se siente cuando una actividad se hace bien. La ilusión permite arrancar dicha actividad, pero lo que facilita la adherencia posterior es comprobar que se está haciendo bien o, dicho de otra forma, que se es eficaz haciéndola, lo que genera un círculo de retroalimentación, según el cual mientras se mantenga las sensaciones positivas se mantendrá, e incluso aumentará la satisfacción. La primera clave para hacer deporte esta relacionada con la satisfacción que el mismo provoca a la persona. Es imposible intentar comprender que se siente cuando se hace deporte sino se empieza a experimentar satisfacción. Que le guste la actividad es el primer paso para hacerla y, lo mas importante, para mantenerse en la misma. Este principio, tan aparentemente obvio, es completamente aplicable a la realización de la actividad física y deportiva concreta, si se tiene claro que lo que se busca con car deporte es provocar satisfacción.

- **Reto:** Por otra parte, también consolida el compromiso con la actividad física el hecho de asumirla como un reto ameno, un reto que sirva para ir comprobando como se van produciendo mejoras continuas en los objetivos a alcanzar, es decir en los relacionados con la salud, a través de mejoras evidentes en el deporte practicado. Cuando se siente esa necesidad de asumir como reto la tarea que permite sentir una superación diaria, se desea continuar con la misma, mostrando un compromiso cada vez más fuerte.
- **Desarrollo:** Un cuarto factor importante, aunque aparente no relacionado directamente con la actividad física que se hace, es el desarrollo personal experimentado. Toda actividad que hace el ser humano con independencia, que tenga unos objetivos centrados en el contexto específico donde se está realizando, supone si se acompaña del resto de factores que se ha descrito anteriormente, percibir que se crece como persona, de manera específica en el ámbito deportivo y de forma global, generalizándose desde el contexto deportivo, que es muy habitual en estas situaciones.
- **Mejora:** El quinto y último factor, es el referido a la mejora de la salud, como parámetro específico de este compromiso, ya que la actividad física se hace porque se desea dicho beneficio, y es evidente que cuando los objetivos establecidos, con relación a esta mejora, se van cumpliendo, resulta más fácil seguir comprometido e incluso incrementar dicho compromiso, con la actividad que se está haciendo, siempre en la búsqueda de mantener y superar los niveles de salud de los que se parte.

A pesar de lo anterior, es importante señalar, que no se puede determinar en cada persona que factor influirá de mayor manera en el momento de la realización de la actividad física, se podrá valorar la influencia diferencial frente a otras características; pero sin llegar a poder establecer cuál

es la más relevante para la experiencia y vivencia de la actividad física de cada individuo; por lo cual hay que profundizar en el análisis de tres bloques de variables diferenciados y complementarios para comprender la adherencia y abandono en la práctica deportiva, así como los elementos que han de tenerse en cuenta en el desarrollo de cualquier práctica físico deportiva o relacionada con la salud-

**Aspectos personales:** las cuales hacen referencia a todos aquellos aspectos propios del individuo, por ejemplo, las emociones, los sentimientos y los pensamientos; sin embargo, esto no solo hace referencia solo los sustratos psicológicos antes mencionados, sino a los comportamientos asociados a los mismos cuando experimenta estas emociones, percepciones y actitudes. Todo ello es esencial para que el diseño y programación de ofertas o programas relacionados con actividades de promoción de los estilos de vida saludable de manera que se pueda comprobar en sintonía entre los objetivos trazados y los estilos de perfiles psicológicos necesarios para mejorar la adherencia. Además, se hace referencia también dentro de esta área, a los valores, los conflictos, los deseos, el compromiso o las ilusiones con que la persona hace frente a su vida y que también constituyen formas de hacer, y por tanto de buscar los puntos de coincidencia con la actividad física a realizar. Por último, se hace referencia a las características de personalidad moldeadas a partir de las circunstancias de vida del individuo.

De toda estructura de personalidad que muestre el sujeto, se desprenderá un determinado valor acerca de las cosas que suceden o se hacen, como es el caso de la actividad física. Será, por tanto, la valoración que en esa gran estructura mental genere la que permita evaluar como positiva o negativa en la actividad física que realice y, en consecuencia, el deseo no solo de iniciarse en ella, sino también de continuar. Por tanto, aspectos como la adherencia están íntimamente relacionados con los valores que tenga el sujeto.

**Aspectos Familiares:** en esta área se aborda las diferentes relaciones que se establecen entre los miembros de la familia de la persona que realiza una actividad física, difícilmente se podrán conocer todos los aspectos pero es cierto que se evidencia que cuando una persona siente apoyo en dichas relaciones, la actividad física, como el resto de las actividades se desarrollan de mejor manera a diferencia cuando no se cuenta con ese apoyo, invariablemente cualquier actividad se ve afectada. La comprensión de cómo se vive el apoyo desde este aspecto podría facilitar el diseño y la eficacia de los programas de salud y promoción de los estilos de vida saludable. De igual manera otro factor importante dentro de esta área refiere hacia si otros integrantes de la familia participan en el desarrollo de alguna actividad física. De esta forma analizar cómo las relaciones condicionan la consecución de objetivos en términos de objetivos de salud o de adherencia **(Cita)**.

**Aspectos Sociales:** Esta área agrupa las relaciones que la persona establece con pares o con los otros círculos sociales en los que se desenvuelve, excluyendo la familia. Estas relaciones pueden incidir en el hecho de realizar o no la actividad física, fundamentalmente, al constreñir, presionar o por el contrario alentar el desarrollo y práctica de la actividad. De nuevo como pasa en el área familiar lo que se suele buscar es que la persona se sienta apoyada en lo que se está realizando, si no es así, será otra dificultad añadida a la que se vayan apareciendo y que puedan conducir a su fracaso, en forma de abandono prematuro de una actividad de esta naturaleza.

Con lo expuesto en las tres áreas descritas, se comprende que no puede contextualizarse por separado, como si fueran independientes entre sí aunque lo parezca. Estas tres áreas forman parte de la persona, las cuales se interrelacionan de tal forma que cuando una de ellas no funciona muy probablemente las otras dos no marchen aunque por el contrario cuando una de ellas marcha como se desea, es fácil que influya positivamente en el desarrollo de las otras. Indagar en los aspectos mencionados permite en primera instancia comprender como los exosistemas influyen de manera



activa en los sujetos que participan en una actividad física; no obstante esto por sí mismo no es suficiente, como se menciona anteriormente, es necesario a la hora de realizar una investigación dentro del contexto deportivo, observar como los factores psicológicos inciden en la persona de manera diferencial, como aspecto vital en cualquier desarrollo de un programa que tenga en mente el fomento de la práctica físico-deportiva. Además es fundamental que dicha perspectiva diferencial lo sea tanto en la comparación del individuo como en el grupo objetivo al que se quiere abordar.

Adquirir y acceder a un conocimiento suficientemente profundo de los distintos factores que configuran las variables y grupos de variables que tienen influencia en el origen y mantenimiento de la actividad Físico-Deportiva parte de comprobar si dichos factores influyen de forma diferencial, de tal forma que se pueda conocer el efecto positivo y negativo que tienen sobre la consecución de adherencia sobre la actividad deportiva o, por el contrario, el potencial deseo de abandonar dicha práctica. Y además, comprobar también si tal deseo es una consecuencia de las percepciones desagradables específicas que conducen a la persona a tomar esta decisión

Un adecuado entendimiento de estas influencias diferenciales pueden permitir corregir potenciales o recurrentes desviaciones de los programas para promoción y formación de estilos de vida saludables, y proponer cambios que permitan mejorar los niveles de adherencia y disminuir las relacionadas con el abandono que nos preocupa.

Se puede destacar como principales componentes diferenciales en la influencia sobre la realización de la actividad física, a saber (FUNIBER):

- **La personalidad:** probablemente el primer factor diferencial, que constituye la esencia de cualquier propuesta teórica para comprender este tipo de influencia es sin duda el patrón de

personalidad del sujeto que practica una actividad físico-deportiva. Es evidente que características que configuran patrones de personalidad más activos (buscadores de experiencias) suelen ser más propensos a practicar una actividad físico-Deportiva y a dar continuidad de la misma. por otra parte patrones de personalidad pasivos, o con menor interés por intentar o desarrolla nuevas experiencias suelen tener una actitud diferente a los primeros y probablemente un menor interés hacia la actividad física.

En esta dimensión están las características que hacen de la persona un ser único, Así, por ejemplo, se tendría en cuenta su patrón de personalidad característico que, evidentemente va influir en la forma de percibir y valorar la actividad que se está realizando. No es fácil, entre otras cuestiones porque dicho patrón de personalidad no solo está constituido por los rasgos concretos, sino también por las estructuras de pensamiento, así como por el conjunto de emociones y sentimientos que canalizan la forma de actuar del sujeto.

En este sentido, se puede expresar que el patrón de personalidad se constituye principalmente con 5 componentes, así:

- ✓ Emociones; asumidas como reacciones psicofisiológicas provocadas por el impacto que en la estructura cognitiva del sujeto tienen los sucesos que van ocurriendo. También las emociones pueden actuar de forma diferenciada de unos individuos a otros y, así, lo que provoca alegría en algunos en otros no lo hace. Las emociones son el resultado, en gran medida, del patrón de personalidad concreto, sin olvidar la historia de aprendizaje en los contextos más significativos para él.
- ✓ Sentimientos; por su parte, los sentimientos, son consecuencia de la emoción, dado ésta hace que la persona sienta de una forma determinada lo que experimenta cuando sucede un determinado hecho, sentimientos y emociones son las dos caras de una misma moneda y, de nuevo, es el patrón de personalidad del sujeto el que provoca

que sienta de manera específica, lo que no quiere decir que en momentos concretos no pueda variar los sentimientos del sujeto, en función de diferentes circunstancias.

- ✓ Pensamientos; como consecuencia del perfil de personalidad y de la historia de aprendizaje del sujeto, surge la estructura cognitiva que denominamos pensamientos y que consiste en la detención de hechos, que son analizados internamente y de los que se obtiene una determinada conclusión. Esta última es la que provoca el pensamiento y, con el paso del tiempo, un determinado estilo cognitivo, y manera de pensar, lo que influye a su vez en características de personalidad, potenciándolas o matizándolas.
- ✓ Conductas; finalmente, la consecuencia de los anteriores componentes analizados es la conducta, que es el único signo visible de la personalidad del sujeto. La conducta, en sí misma es la lógica de los procesos internos que se han producido, por tanto, es lo menos relevante a la hora de comprender un individuo; sin embargo, son estas conductas lo único en lo que se puede apoyar cualquier intento de interpretación del perfil de personalidad que hay detrás de las mismas. Tiene como aparente ventaja la objetividad que las conductas suelen aportar a dicha interpretación
- **El género:** esta característica refiere más a condiciones sociales y culturales que sexuales se conoce entonces que el mantenimiento de una actividad física y deportiva es significativamente menor que en el hombre y esto pasa en cualquier edad que se analizara. Es posible que estas conductas puedan ser explicadas por el hecho social y cultural de sobrecargar mucho más a las mujeres en responsabilidades y tareas familiares y domésticas que dificultan su vinculación con una práctica físico deportiva. Tal aspecto señala la dificultad de encontrar motivadores que atenúen dicha realidad.

Cual fuese el caso del porque existe la brecha en la realiza con de actividad físico deportiva por género es importante destacar que al momento de diseñar un programa donde las mujeres vayan a participar de manera significativa será importante valorar este hecho, con el fin de prevenir abandonos prematuros no deseados, y fundamentalmente para encontrar factores que permitan la mejora en la adherencia de las mujeres

- **Situación civil:** Al igual que el factor género, la situación civil está estrechamente vinculada a responsabilidades de pareja, de familia o domesticas; sin duda condiciona el potencial existente de tiempo libre para realizar cualquier actividad de ocio y entre ellas de carácter físico deportivo es mas fácil que personas solteras io sin pareja dispongan de un tiempo mayor de actividad libre que sujetos en otra cituacion civil. La importancia de tal factor diferenciador radica en la medida en que al tener en cuenta este aspecto previamente se puede diseñar y programar la oferta de actividad física adaptándose a la situación particular del programa que se quiere diseñar.
- La disponibilidad de recursos : el factor disponibilidad de recursos refiere inclusive al carácter económico temporal o fisicoe incluso al recurso tiempo, ya que este no solo se ve afectado por situaciones civiles como se analizo en el apartado anterior si no también por aspecto concretos relacionados por ejemplo con el ámbito laboral, o con otro tipo de obligaciones que cada individuo tiene o adquiere en tanto se requiere comprender los elementos que giran entorno a la disponibilidad de recursos con el fin de intentar que con los recursos para una oferta de ocio sean acordes con cada situación, y que la adherencia no dependa negativamente de estos factores
- La percepción de apoyo: al igual que el patrón de personalidad esta variable diferencial esta intrínsecamente relacionada con la subjetividad del individuo, con relación a la

comprensión de que su actividad física tienen las personas referentes en su vida. Un adecuado apoyo es un buen predictor de adherencia, mientras que la disminución, o ausencia, de dicho apoyo puede conducir al abandono prematuro de la actividad. Es importante señalar que cualquier percepción de apoyo es subjetiva y, por tanto el análisis ha de adquirir dicha subjetividad, enmarcando en la misma el potencial de este factor en el contexto del diseño del programa que de nuevo, va incidiendo en los aspectos subjetivos tan relevantes.

- El nivel de compromiso: el compromiso es diferente para cada persona y se configura en función de diferentes variables, donde la propia personalidad y los valores del individuo son preponderantes. No obstante, y a pesar de las dificultades que para el abordaje investigativo supone, es necesario su reconocimiento, ya que precisamente el compromiso que se adquiere a la hora de desarrollar una actividad física permitirá que sea un éxito o no.

El propósito principal del análisis de los factores diferenciadores es aportar a la comprensión y estructuración de estrategias que potencien la adherencia óptima a la práctica de la actividad física y prevención del abandono, además que permite afrontar de manera integral las necesidades de las personas que participan en ella. Partiendo de lo expuesto se debe propiciar y sugerir los programas y planificadores de la actividad física y deportiva idónea como el elemento para la búsqueda de la promoción de los estilos de vida saludable

Como se ha venido desarrollando, los componentes psicológicos que se relacionan con la actividad física y deportiva suponen una de las grandes explicaciones a la comprensión del devenir, en cuanto a la adherencia o abandono prematuro por lo que su conocimiento requiere una atención

especial si se desea controlar bien cualquier variable que pueda afectar a dicho devenir en un sentido negativo.

Así por ejemplo, Vives y Col (2006) señalan que en el ámbito deportivo el mayor interés se ha centrado en el estudio de la personalidad como base para intentar lograr un perfil óptimo del deportista de éxito. Esta búsqueda que aunque no ha tenido grandes hallazgos si ha permitido conocer algunas de las variables que se han de tener en cuenta cuando se piensa en un deportista no solo el que compite a nivel profesional, sino también al que lo realiza como actividad de Ocio.

Para el caso de la presente investigación los factores internos o personales como la satisfacción, la motivación o las expectativas se analizarán con respecto a la oferta físico-deportiva expresada en las instalaciones, los espacios, los recursos, el personal de apoyo dispuesto o las mismas actividades valorando el grado en que el servicio se adapte a sus propios gustos, intereses, pretensiones, necesidades, inquietudes o expectativas, aspectos que van a incidir directamente sobre su comportamiento físico-deportivo de tiempo libre.

### ***Percepción de la incidencia de los componentes ambientales en la propia personalidad***

Otra variable que se ha de contemplar a la hora de comprender el desarrollo deportivo de la persona que practica actividad física, es la que hace referencias a como los aspectos ambientales influyen en la personalidad del individuo. En este caso, a pesar de que se hace referencia a variables externas, se está ante un componente propiamente personal, pues de hecho la característica singular en este caso se encuentra en la forma en como cada persona predispone a los acontecimientos externos como, por ejemplo, los esteroides laborales o escolares, los conflictos familiares o de pareja, los problemas con amigos o compañeros, entre otros.

Lógicamente, afrontar este tipo de factores de manera positiva o negativa esta mediado por el patrón de personalidad habitual del sujeto que también incidirá en su actitud deportiva, ya que controlar mas o menos este tipo de situaciones hara que pueda estar concentrado en su actividad física de manera idónea o no. Por otra parte, esta forma habitual de interactuar ante los acontecimientos ambientales también aportara datos acerca de que se ha de esperar de situaciones propiamente relacionadas con el deporte o la actividad física concreta (competiciones, disponer de las instalaciones o del material, la participación de los compañeros habituales, que se suspenda el entrenamiento...), en cuanto a cómo los valorará y, sobre todo, cómo los vivirá cada persona, sabiendo si es previsible que se sientan con tranquilidad, con ansiedad, con motivación etc.

En el marco del análisis acerca de la influencia de las distintas variables en el desarrollo deportivo de la persona procede ahondar en el componente social, como variable externa al individuo pero que, ejerce una gran influencia sobre la persona en su progreso y su práctica deportiva, suponiendo una incidencia directa tanto en la posibilidad de consolidar la adherencia a la misma, como en evitar su propensión a abandonar el deporte o la actividad física que se realiza.

Para ahondar en el desarrollo de los factores más relevantes, desde esta perspectiva social, es conveniente tener en cuenta los trabajos realizados por Pelegrín y Col (2001) y Garcés de los Fayos y Gómez (2003). Autores que vienen aportando una serie de factores que plantean como necesarios en el estudio de la influencia social que se ejerce sobre la persona que practican actividad física y deportiva, a saber:

- ✓ Técnicos Deportivos
- ✓ Compañeros participantes
- ✓ Diseño específico del Programa
- ✓ Importancia social de la actividad
- ✓ Apoyo de otros significativos
- ✓ Política en materia de actividad física y deportiva
- ✓ Valores sociales asociados a la actividad deportiva.

Finalmente, la percepción de los factores ambientales, como cualquier proceso perceptivo supone, entre otras cuestiones, la aparición de una serie de fases que caracterizan a la misma. Así, se supone destacar las siguientes:

- **Percepción del estímulo generador de análisis concreto:** En función de las variables específicas que influye en que la persona atienda especialmente a un estímulo frente a otro, está el origen de que alguno de ellos aparezcan como interesantes para el sujeto, planteándose que quizás puedan afectarle de alguna forma que, todavía, no ha sido analizada de manera específica con relación a si mismo.



- **Valoración cognitiva que incide en la propia personalidad del individuo:**

Precisamente es el análisis cognitivo realizado, la valoración que se hace del estímulo atendido la que definirá la actitud de la persona hacia la nueva realidad generada. Solo la propia evaluación, y toma de decisiones al respecto asumida, podrá explicar el por qué un estímulo ambiental concreto, con independencia de la importancia que puede tener, ha de ser determinante o no en el desarrollo personal del sujeto.

- **Comportamiento orientado en función de dicha valoración:** finalmente y como

consecuencia de la percepción del estímulo y del análisis realizado, la persona optará por una determinada conducta, un patrón de comportamiento específico que hará que si forma de funcionar, su estilo cognitivo o estilo de personalidad, sea de una forma concreta cuando se dan circunstancias parecidas a las que se han abordado el proceso descrito, desde que apareció hasta que se emite la conducta concreta.

## **Metodología**

### **Población y Muestra.**

El estudio toma como población los habitantes residentes y visitantes de la zona urbana del municipio de Buga; sin discernir de por la procedencia o lugar de residencia dentro del municipio. La muestra poblacional se tomó con relación a los objetivos específicos de investigación y las dimensiones de análisis establecidas. La aplicación de la muestra poblacional se realizó con el tráfico de usuarios de 5 escenarios públicos para la práctica físico-deportiva en 3 cuadrantes geográficos así: Eje NORTE (Ciclovía, Polideportivo Del Norte, Parque Saludable ITA) eje ORIENTE(Parque de la revolución) Eje SUR (parque Bio-saludable el “Vergel”) en horario de mayor promedio de uso: lunes a viernes 5:00am a 6:00am y 6:00pm a 9:00pm, Fines de semana de 5:00am a 7:00am y 3:00pm a 5.00pm.

Se caracterizó a los usuarios de la infraestructura pública para ocio físico-deportivo y actividad motriz con frecuencia mayor a 5 días por semana como **Usuarios Reales** y Menos a 2 días por semana como **Usuarios potenciales**.

El tamaño de la muestra fue de 378 personas calculadas del total del tráfico promedio establecido, manteniendo la proporción estadística, y manteniendo una confiabilidad de los resultados y de las conclusiones de la investigación.

### **Tipo y diseño de Investigación.**

El tipo de investigación se clasifica como una investigación del tipo descriptiva y Correlacional, ya que se pretende conocer y describir componentes y dimensiones específicas del fenómeno a

investigar y a su vez determinar el grado de relación y asociación entre las variables y dimensiones de la misma.

La modalidad de investigación se describe como Cuasi experimental, Sub Modalidad Estudio de Campo; dado que las variables independientes y dependientes serán seleccionadas del entorno analizando la interacción entre las mismas, pero sin manipularlas, seleccionando al azar la muestra poblacional de un grupo preexistente. El análisis de datos será del tipo combinado, ya que incluirá métodos cuantitativos y cualitativos.

### **Métodos e Instrumentos de Recolección de Datos.**

Para la recolección de información fue utilizada la técnica de cuestionario (encuesta). Se diseñaron con referencia al interés de la investigación y a los referentes investigativos consultados, estableciendo preguntas cerradas, a modo de **escala Likert** agrupando las respuestas en grados de satisfacción a través de 5 categorías: Muy insatisfecho / insatisfecho / ni insatisfecho ni satisfecho / satisfecho / Muy satisfecho.

El documento fue estructurado con 5 dimensiones (factores identificativas) que actúan como las variables independientes, las cuales fueron cruzadas con 12 variables dependientes (características de la oferta). Esto permitirá conocer el perfil de usuarios en función a las condiciones de satisfacción. Además del cuestionario, se ha utilizado el siguiente *software*: un paquete estadístico SPSS v.8.0

### *Variables independientes*

<i>factores identificativos</i>	<b>Variable</b>	<b>Categoría</b>
	Genero	Hombre / mujer / LGTBI
	Edad	<15 / 16-22 / 22-28 / 29-35 / 36-45 45-55 / >55
	Nivel socioeconómico	1 / 2 / 3 / 4 / 5 / 6
	Nivel Educativo	Básica / Bachiller / Técnico / tecnólogo / universitario /

### *Categorías*

*Muy insatisfecho / insatisfecho / ni insatisfecho ni satisfecho / satisfecho / Muy satisfecho*

<i>Características de la oferta</i>	<b>Variables</b>	
Oferta de cursos y programas	Limpieza	Parqueaderos
Dimensiones	personal de apoyo	Resto de usuarios
Iluminación	Conservación	Espacio de apoyo y servicios
Barreras arquitectónicas	Nº de espacios deportivos	Seguridad

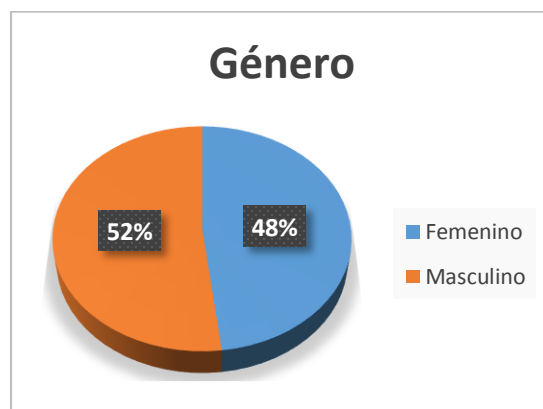
### **Técnicas de análisis y tratamiento de la información**

Para el análisis cualitativo de la información se utilizó la técnica de Mapa Conceptual: la cual permite identificar estructuras generales e identificación de tópicos comunes dentro de cada una de las dimensiones analizadas en la problemática, y para el análisis Cuantitativo, se realizó un análisis estadístico univariado y bivariado, empleando en cada nivel una técnica distinta, así: Distribución de frecuencia, Coeficiente V de Cramer y Analisis de componentes principales.

## Resultados y Discusión

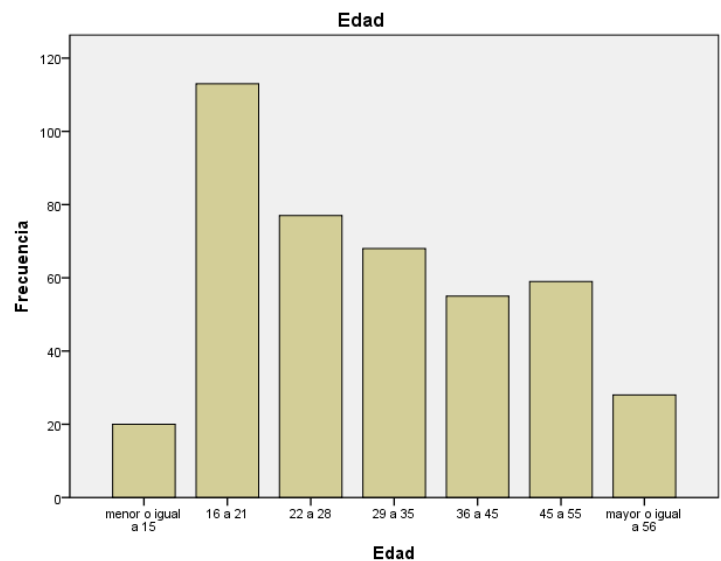
A continuación se presentan los resultados obtenidos de la encuesta aplicada a una muestra total de 420 personas distribuidas según factores identificativos: Género, Edad, Nivel socioeconómico y Nivel Educativo de acuerdo al primer objetivo planteado así:

### Género



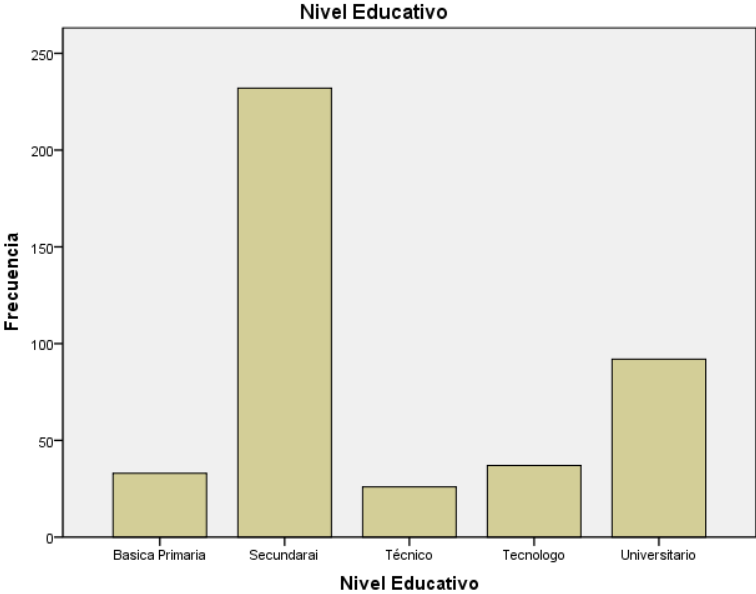
### Edad

	Frecuencia	Porcentaje
menor o igual a 15	20	4,8
16 a 21	113	26,9
22 a 28	77	18,3
29 a 35	68	16,2
36 a 45	55	13,1
45 a 55	59	14,0
mayor o igual a 56	28	6,7



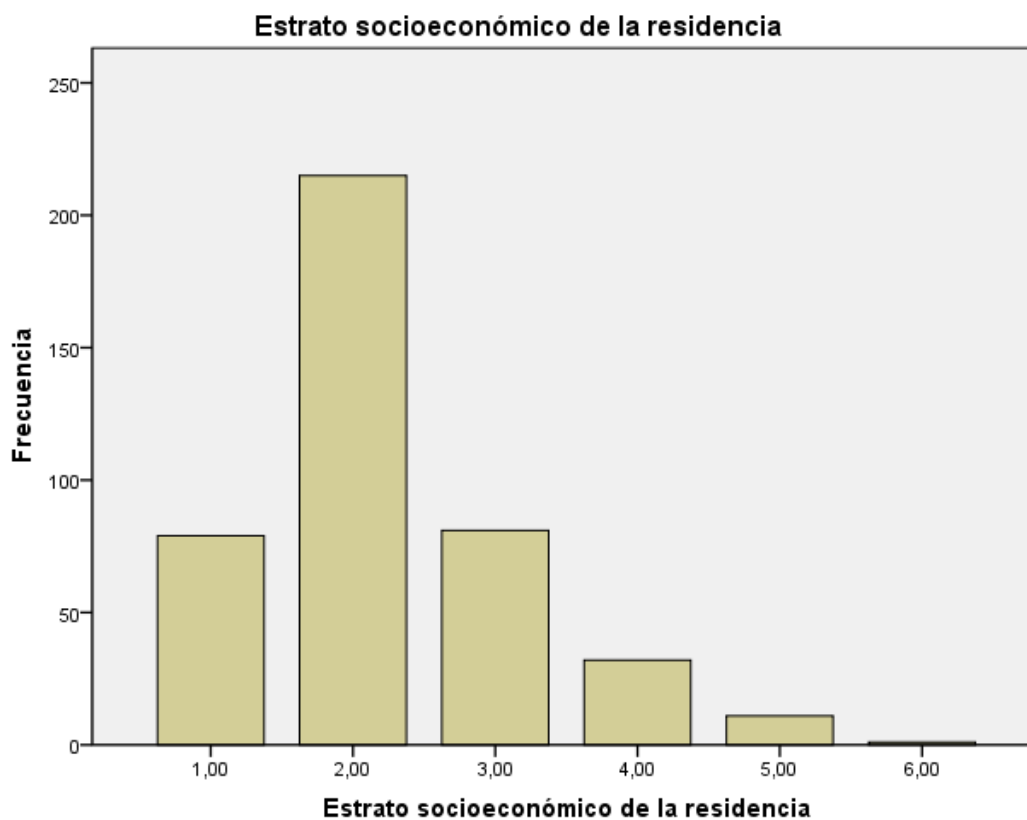
**Nivel educativo**

<b>Nivel Educativo</b>		
	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>
Básica Primaria	33	7,9
Secundaria	232	55,2
Técnico	26	6,2
Tecnólogo	37	8,8
Universitario	92	21,9
<b>Total</b>	<b>420</b>	<b>100,0</b>



### Nivel Socio Económico donde vive

	Frecuencia	Porcentaje
1,00	79	18,8
2,00	215	51,2
3,00	81	19,3
4,00	32	7,6
5,00	11	2,6
6,00	1	,2
Total	419	99,8
Datos perdidos	1	,2



Entre los Bugueños usuarios de los servicios físico-deportivos públicos se constata que el 52% son hombres frente a un 48% de mujeres. En cuanto a las edades de los usuarios reales y potenciales se evidencia que XXXXXXXXXXXXXXXX. En cuanto al Nivel socio económico de los individuos se denota que: XXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXX; guardando proporción esto ultimo con los datos arrojados en el nivel educativo presentando que XXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXX.

Es de destacar que en cuenta a la categorización para la investigación de usuarios Potenciales y reales, la totalidad de la muestra presenta una asistencia por debajo de las 4 Veces por semana; si tenemos en cuenta dichos resultados con lo expuesto por la OMS frente a la actividad física necesaria para el desarrollo de una condición deportiva que reduzca la aparición de enfermedades no transmisibles, ninguna de las personas pertenecientes a la muestra configura un estilo de vida saludable, por la intensidad de la práctica deportiva realizada.

## **Análisis descriptivo**

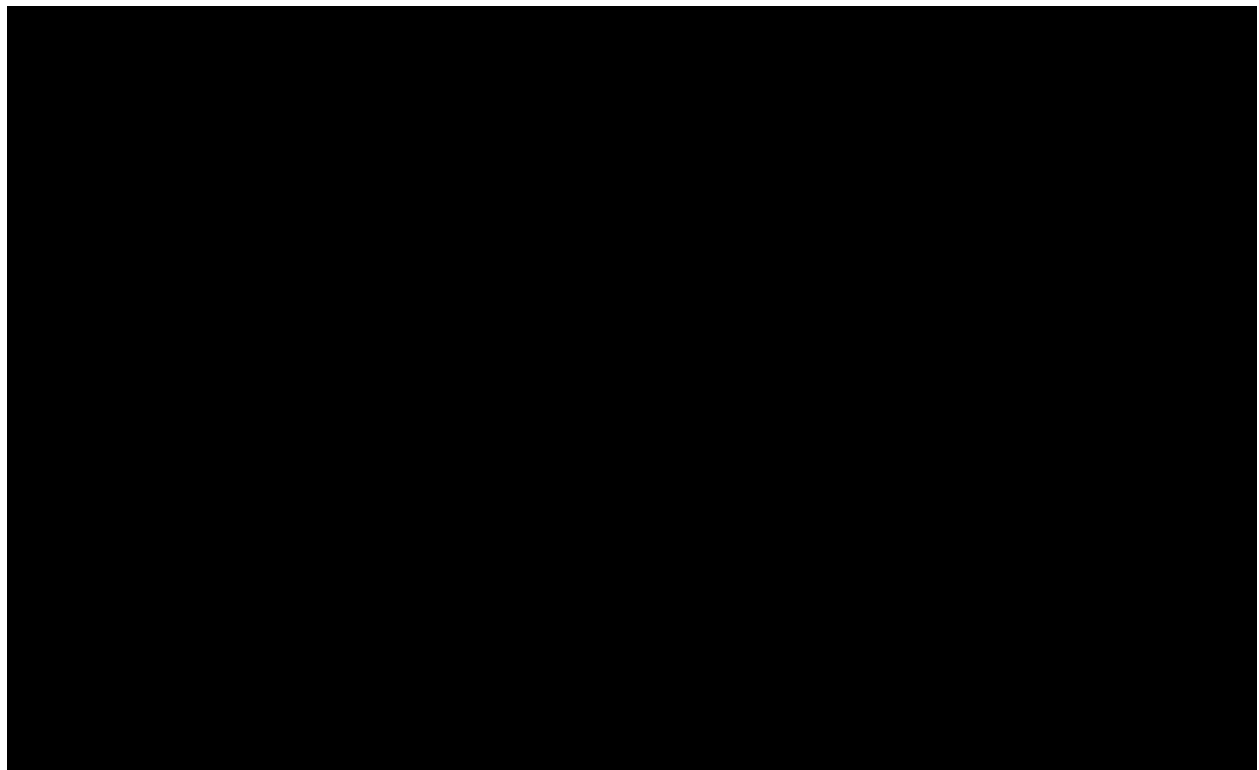
A través de los resultados obtenidos del análisis y tratamiento de los datos se trata de dar respuesta a cada uno de los objetivos específicos planteados en la investigación y, en definitiva, al general. En esta línea, la interpretación del análisis descriptivo del objetivo específico:

Caracterizar el perfil de los usuarios de instalaciones físico-deportivas en función del grado de satisfacción con la oferta físico-deportiva y tiempo libre saludable.



Entre los Bugueños usuarios potenciales y reales de las instalaciones físico-deportivas que dicen ejercitarse motrizmente, se detecta en los testimonios de satisfacción superan a los de insatisfacción en todos los aspectos estudiados (figura 1)

Destacan la iluminación, el espacio y los servicios de parqueadero como los rasgos en los que los encuestados se muestran más satisfechos. En el lado opuesto, como los peor valorados, encontramos los espacios de apoyo y servicios, y el personal de apoyo presente dentro de las instalaciones (figura 1).



*Figura 1. Satisfacción con las características de las instalaciones físico-deportivas*

## **Análisis inferencial bivariado**

Con el fin de definir los perfiles de bugueños usuarios de instalaciones físico-deportivas públicas en función del grado de satisfacción con la oferta físico-deportiva, segundo objetivo específico de este estudio, en este apartado se analizan las relaciones de las catorce variables dependientes con las independientes tratando de descubrir la asociación entre las variaciones de sus valores.

Para tal fin se emplean las tablas de contingencia estudiando el estadístico V de Cramer dado que todas las variables independientes son nominales, su rango va de 0 a 1 e indica la existencia y fuerza de la relación (Díaz de Rada, 1999).

En cualquier caso se desprecian las asociaciones cuyo estadístico alcance un valor absoluto inferior a 0,20. Si los coeficientes se encuentran entre 0,20 y 0,40, se considerarán asociaciones bajas; entre 0,40 y 0,60, moderadas; entre 0,60 y 0,80, altas y entre 0,80 y 1, muy altas.

En aquellos pares de variables en que se constate la existencia de asociación estadísticamente significativa (nivel de significatividad inferior a 0,05), se desarrollará un análisis inferencial bivalente de contrastes, con el fin de verificar si las diferencias detectadas entre dos muestras ante una misma propiedad o variable resultan o no significativas.

Para los contrastes estadísticos se emplea la inferencia de proporciones poblacional que analiza las diferencias existentes entre parejas de categorías, permitiéndonos examinar si el porcentaje de una categoría es significativamente diferente (mayor o menor) que el de otra categoría.

A lo largo de esta investigación se calculan inferencias de proporciones poblacionales para intervalos de confianza del 95%. El resultado será un intervalo comprendido entre dos límites; si

en este intervalo no está comprendido el valor “0”, la diferencia se revelará estadísticamente significativa.

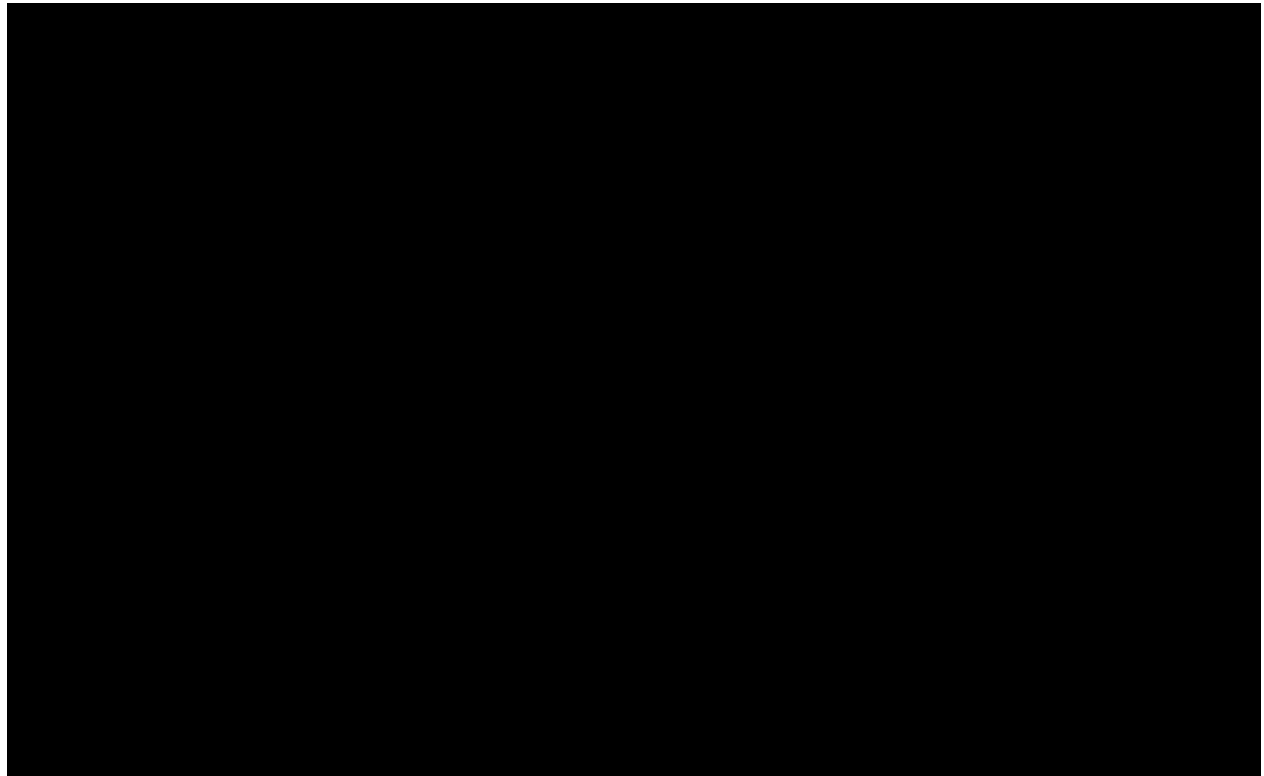
### **Análisis relacional**

Los análisis relacionales se presentan mediante el análisis de las relaciones de las catorce variables dependientes con las cuatro variables independientes. Al relacionar el grado de satisfacción de los catorce atributos analizados para la oferta físico-deportiva pública con las variables independientes, se observa que, mientras que XXXX y XXXXX no mantienen ninguna vinculación significativa con los grados de satisfacción de los distintos aspectos físico-deportivos analizados, el Género se asocia significativamente con el grado de satisfacción de los siguientes atributos, en todos ellos con niveles de asociación bajos (figura 6):

Precios (0,287) // Conservación (0,292) // Cursos y actividades (0,234) // Personal de las instalaciones (0,281) // Resto de usuarios (0,296)

Del mismo modo, el nivel socio económico se relaciona con:

Barreras arquitectónicas (0,258) // Cursos y actividades (0,272) y Publicidad (0,286).



*Figura 2: Análisis relacional de las variables satisfacción con determinados Los atributos y con las variables independientes*

Los atributos como: Parqueaderos, espacios para vehículos, número de espacios físico-deportivos, cobertura, dimensiones, limpieza, iluminación, reserva de pistas, espacios de apoyo y servicios y aparcamientos, no constituyen ninguna relación significativa con ninguna de las variables independientes analizadas.

### **Análisis de contrastes**

En este apartado nos detenemos en cada una de las asociaciones significativas para analizar las diferencias sufridas en el grado de satisfacción de los atributos analizados ante los cambios producidos en las variables independientes con que se relacionan, definiendo así los perfiles de los

universitarios usuarios de instalaciones físico-deportivas no universitarias que más satisfechos se muestran con la oferta físico- deportiva, así como los de quienes se manifiestan menos satisfechos.

## **Conclusiones**

A lo largo del apartado anterior, resultados y discusión, se ha ido dando respuesta a los tres objetivos específicos señalados, de tal manera, que en este apartado se recogen las principales conclusiones derivadas de las respuestas a dichos objetivos, al mismo tiempo que se elevan propuestas concretas en torno a la organización y planificación de las entidades físico-deportivas públicas que les guíen en un intento por explotar al máximo sus recursos, mejorando el grado de satisfacción de sus usuarios reales con el fin último de promover, optimizar y favorecer una oferta físico-deportiva de calidad, cuarto y último objetivo de la presente investigación.

En referencia al grado de satisfacción con cada atributo de la oferta físico-deportiva pública, la población Bugueña, en general, se muestra bastante satisfecha con la oferta físico-deportiva. Entre todos los aspectos analizados destacan positivamente los rasgos materiales o de mantenimiento: iluminación, limpieza, conservación y dimensiones.

Los horarios y el personal, atributos humanos y organizativos de gran peso e importancia en el fomento de la práctica motriz de tiempo libre, resultan altamente satisfactorios entre los Bugueños. Por tanto, estos resultados refuerzan las conclusiones de Laverie (1998) destacando las relaciones sociales como uno de los factores principales condicionantes de la satisfacción con la práctica físico-deportiva. La satisfacción con los horarios indica un ajuste adecuado de los horarios de apertura de las instalaciones y de las actividades organizadas con la disponibilidad de tiempo libre de sus usuarios reales y potenciales.



## Referencias

- Ajanguiz, R., Apodaka, P., Ruiz de Gauna, P., & R, S. (1990). Empleo del tiempo libre en relación con el consumo de tóxicos y otras variables psicosociales. En I. Quintanilla Pardo, *Calidad de vida, educación, deporte y medio ambiente* (págs. 85-90). España.
- Amat, Y. (Junio de 2016). La "nueva economía" colombiana del Minhacienda. *Portafolio*.  
Obtenido de <http://www.portafolio.co/economia/gobierno/entrevista-minhacienda-habla-nueva-economia-fem-medellin-497263>
- ARECOA. (21 de Mayo de 2013). *Noticias de America Latina* . Recuperado el 05 de Marzo de 2016, de Diario Turistico de la Republica Dominicana ARECOA:  
<http://www.arecoa.com/colombia/2013/05/21/colombia-cobra-auge-dentro-del-turismo-religioso-en-america-latina/>
- Balcells, J. (1975). Las actividades del tiempo libre en la competencia municipal. *Revista del instituto de ciencias sociales*, 285-324.
- Boixadós, M. (1998). *Avaluació del clima motivacional i de les actituds de fairplay en futbolistes alevins i infantils i efectes de l'assessorament psicològic a llurs entrenadors*. Barcelona: BellaterraUniversitat Autònoma de Barcelona.
- Calderón-Molina, G. (18 de Junio de 2016). El turismo y "la nueva Economía". *Diario La Nación*.
- Camara de Comercio de Buga. (2013). *La Guía del Inversionista* . Guadalajara de Bugaa .
- Casado, M. A. (1983). Tiempo Libre. En *Enciclopedia técnica de educación*. Madrid: Santillana.

COLDEPORTES. (2011). *contenidos de direccionamiento pedagógico para la promoción de hábitos de vida saludable, con énfasis en alimentación saludable y el fomento de ambientes 100% libres de humo de cigarrillo a través de la práctica regular*. Ministerio de la Protección Social & Departamento Administrativo del Tiempo Libre - COLDEPORTES. Bogotá: Imprenta Nacional.

Diario El Pais. (22 de Abril de 2014). Mincultura hace aporte para recuperar el espacio público en centro histórico de Buga. Tulua, Colombia. Recuperado el 01 de Febrero de 2016, de <http://www.elpais.com.co/elpais/valle/noticias/ministerio-cultura-invertira-espacio-publico-buga>

DNP. (2011). *Informe de la Situación Competitiva del Valle del Cauca*. Departamento Nacional de Planeación, Santiago de Cali.

Escuela de Salud Pública, Universidad del Valle. (2012). *Análisis de Situación de Salud de Guadalajara de Buga*. Universidad del Valle, Facultad de Salud.

FUNIBER. (s.f.). Aspectos psicosociales de la actividad física para la salud. *Factores psicológicos relacionados con la realizacion de la actividad física*.

García Correa, A., Guillen García, F., & Marrero Rodriguez, G. (1993). Psicología de la actividad física y el deporte. *Interuniversitaria de Formacion Para el Profesorado*, 275-283.

Gerlero, J. (2005). DIFERENCIAS ENTRE OCIO, TIEMPO LIBRE Y RECREACION: Lineamientos preliminares para el estudio de la Recreación. *I Congreso departamental de recreación de la orinoquia*. Recuperado el 16 de Marzo de 2016



Hernandez, A. (2001). Cuestionario para valoración de actividades de ocio y tiempo libre. *Anuario de Psicología*, 32(3), 67-80.

Molina, S. (1998). *Reflexiones sobre el ocio y el tiempo libre*. Mexico DF: Trillas S.A.

Noticias Caracol. (19 de Agosto de 2015 ). Conozca el parque Biosaludable El Vergel que se estrenó en Buga. Colombia. Recuperado el 01 de 02 de 2016, de <http://www.noticiascaracol.com/colombia/conozca-el-nuevo-parque-biosaludable-el-vergel-de-buga-en-valle-del-cauca>

Olano Becerra, P., Piamba, J. G., & Rangel Sosa, M. A. (2003). TEXTO PROPUESTO PARA SEGUNDO DEBATE PROYECTOS DE LEY NUMEROS 052 DE 2003 CAMARA Y 172 DE 2003 CAMARA (ACUMULADOS). *PONENCIA PARA SEGUNDO DEBATE AL PROYECTO DE LEY 052 DE 2003 CÁMARA. 172 DE 2003 CÁMARA.*

Parlebas, P. (2001). *Juegos, Deportes y Sociedades: léxico de praxiología motriz*. Barcelona : Paidotribo.

Rhoden, I. (2004). *Experiencias personales de ocio: desarrollo de una herramienta para identificación de sus cualidades subjetivas*. Universidad de Deusto, Bilbao, España.

Sanz Arazuri, E., & Ponce de Leon, A. (2006). Valoracion de los recursos de ocio: Analisis y seleccion de atributos. *Contextos Educativos*, 201-219.