

UNIVERSIDAD DE COSTA RICA  
SISTEMA DE ESTUDIOS DE POSGRADO

ANÁLISIS DE FACTORES ASOCIADOS A LA PARTICIPACIÓN EN ACTIVIDADES  
RECREATIVAS DE LA COMUNIDAD UNIVERSITARIA DEL TECNOLÓGICO DE  
COSTA RICA: UNA ESTRATEGIA RECREATIVA

Trabajo final de graduación aplicada sometido a la consideración de la Comisión del Programa de Estudios de Posgrado en Ciencias del Movimiento Humano y la Recreación de la Universidad de Costa Rica, como requisito parcial para optar al grado y título de Maestría Profesional en Recreación

JORGE A. VEGA AGÜERO

Ciudad Universitaria Rodrigo Facio, Costa Rica

2012

## **DEDICATORIA**

Es mi deseo como gesto de reconocimiento, dedicarle mi humilde proyecto de graduación, en primera instancia a mis padres Armando Vega Castro y Damaris Agüero Fallas, quienes han forjado la base de mi educación, contribuyendo a lograr las metas y objetivos propuestos.

A todas las personas, que de una u otra manera han fortalecido los procesos de educación durante mi vida, en especial a mi esposa Bettzy Rojas Molina, de quién he aprendido muchísimo, además de su apoyo incondicional en este proyecto, brindándome siempre su orientación con profesionalismo.

Dedico este trabajo de igual manera a mi comité asesor quienes me han orientado en todo momento en la realización de este proyecto que enmarca el mejoramiento de la recreación universitaria costarricense.

## **AGRADECIMIENTO**

Mi gratitud, como católico, principalmente esta dirigida al Dios por haberme dado la existencia y permitido llegar al final de este proyecto.

Igualmente se agradece muy profundamente a todas las personas, que laboran en el TEC y que hicieron posible la realización del mismo, entre los que se deben mencionar: Escuela Cultura y Deporte, Departamento de Recurso Humanos, en especial al Comité de Becas, Departamento de Trabajo Social y Salud, en especial a las personas que organizan la Feria de la Salud y finalmente a todas las personas que tomaron su tiempo para responder el formulario aplicado en el TEC.

A la Universidad de Costa Rica por haberme dado la oportunidad de ingresar al sistema de Educación Superior y cumplir este gran sueño.

Finalmente a todas las personas quienes de una u otra forma han aportado algo para el logro de este Proyecto de Graduación, agradezco de forma sincera su valiosa colaboración.

Este trabajo final de graduación aplicada fue aceptado por la Comisión del Programa de Estudios de Posgrado en Ciencias del Movimiento Humano y la Recreación de la Universidad de Costa Rica, como requisito parcial para optar al grado y al título de Maestría Profesional en Recreación.

---

M.Sc. Judith Jiménez Díaz  
**Representante de la Decana  
Sistema de Estudios de Posgrado**

---

M.Sc. Álvaro González Mora  
**Profesor Guía**

---

Dr. Luis Fernando Bogantes García  
**Lector**

---

M.Sc. Mauricio Monge Agüero  
**Lector**

---

M.Sc. Carlos Ballesteros Umaña  
**Coordinador  
Programa de Posgrado de Maestría en Recreación**

---

Jorge Armando Vega Agüero  
**Sustentante**

## Índice

Resumen.....	viii
Lista de tablas.....	ix
Lista de figuras.....	ix
Capítulo 1.....	1
INTRODUCCIÓN.....	1
Justificación.....	3
Planteamiento del problema de investigación.....	8
Planteamiento de la estrategia para la participación masiva.....	8
Objetivos.....	9
Definición de términos.....	10
Capítulo 2.....	14
Marco teórico.....	14
Instituto Tecnológico de Costa Rica (TEC).....	14
Reseña histórica del TEC.....	15
Misión y visión.....	16
Organización y estructura institucional.....	17
Departamento de salud.....	19
Escuela de Cultura y Deporte.....	20
Concepto.....	21
Significado de tiempo libre.....	23
Esparcimiento.....	24
Diversión.....	25
Recreación y salud.....	26
Diagnóstico de programas recreativos.....	30
Factores que influyen en la participación recreativa.....	31
Concepto de motivación.....	31
Elementos que constituyen la motivación.....	32
Motivación y recreación.....	34
Limitación de participación recreativa.....	36
¿En qué consiste un programa recreativo?.....	38
Tipos de servicios en recreación.....	40
Organizaciones para desarrollar programas.....	42

¿Qué es una organización?.....	42
Estrategias organizacionales en un grupo de trabajo .....	43
Misión y visión de una organización. ....	44
Objetivos de una organización .....	45
Análisis FODA.....	46
Planes de acción en una organización.....	47
Control de los objetivos .....	48
La recreación en las Ferias de la Salud .....	49
Recreación universitaria.....	51
La educación superior universitaria estatal .....	51
Vida estudiantil .....	52
La salud integral para la comunidad universitaria .....	53
Recreación para la comunidad universitaria .....	54
La comunidad universitaria estudiantil .....	55
La comunidad docente y administrativa universitaria.....	56
Capítulo 3.....	58
Metodología .....	58
Tipo de investigación .....	58
Población y muestra .....	58
Instrumentos.....	60
Procedimiento general.....	64
Procedimientos para validación de instrumentos .....	64
Validación de los instrumentos utilizados.....	65
Procedimientos recolección de información .....	67
Procedimientos para elaborar la propuesta .....	68
Procedimientos para analizar la información: .....	69
Capítulo 4.....	71
Análisis e interpretación de resultados del diagnóstico .....	71
Análisis cualitativo.....	71
Análisis de datos recolectados en el grupo focal.....	71
Información general .....	72
Análisis de la discusión del grupo focal.....	72

Análisis de datos recolectados en la entrevista a los coordinadores de las instalaciones deportivas y culturales TEC.....	81
Información general .....	81
Variable uno: Programas recreativos universitarios.....	82
Variable dos: Recreación (motivos y barreras recreativas).....	84
Variable tres: Feria de la Salud .....	87
Síntesis de los resultados del grupo focal y entrevista: .....	87
Segunda parte: análisis cuantitativos .....	88
Información Demográfica: .....	88
Distribución de la muestra .....	89
Participación recreativa dentro o fuera del TEC .....	90
Participación recreativa en el TEC:.....	90
Participación recreativa fuera del Tecnológico .....	92
Motivos de participación recreativa en el TEC.....	96
Motivos de participación recreativa de la comunidad universitaria en actividades recreativas internas al TEC.....	96
Motivos de participación recreativa en la comunidad universitaria en actividades recreativas externas al TEC .....	101
Factores que limitan la participación recreativa.....	103
Factores que limitan la participación recreativa interna de la comunidad universitaria TEC.....	103
Factores que limitan la participación recreativa externa de la comunidad universitaria TEC. ....	106
Resumen de Resultados .....	109
Triangulación de los resultados:.....	114
Estructura organizativa: .....	114
Motivos de participación recreativa en el TEC.....	115
Limitaciones de participación recreativa en el TEC .....	115
La recreación en la Feria de la Salud: .....	116
Capítulo 5.....	117
Conclusiones y recomendaciones del diagnóstico .....	117
Recomendaciones.....	120
Bibliografía .....	122
ANEXOS .....	138
Anexos A.....	139

Anexo B .....	143
Anexo C .....	149
Anexo D .....	151
Anexo E.....	153
Anexo F.....	155
Anexo H.....	157

## Resumen

La recreación promueve el bienestar integral de las personas, tal beneficio se percibe a nivel mental, físico, social emocional y espiritual. En el plano universitario las múltiples responsabilidades académicas y laborales disminuyen la posibilidad de participación en las diferentes actividades recreativas que se planifican.

El objetivo del diagnóstico es determinar los motivos y limitaciones de participación recreativas que percibe la comunidad universitaria del Instituto Tecnológico de Costa Rica en su Sede Central, en adelante TEC.

El estudio cualitativo posee una muestra de 7 personas y el cuantitativo es de 980 personas. El análisis de los datos se realizó mediante un grupo focal, dos entrevistas, una correlación de spearman, un análisis Chi-cuadrado y cuatro ANOVA de tres vías.

Los resultados muestran que la Feria de la Salud (FS) carece de una estructura organizativa. Los instrumentos fueron validados satisfactoriamente. Por otra parte para la comunidad universitaria TEC, la principal motivación de participación recreativa en las mujeres es el factor dominio de competencia y en los hombres es el factor social. Por su parte para la comunidad estudiantil fueron el intelectual y el dominio de competencia. En el caso de las limitaciones de participación para las mujeres es el factor estructural, en la comunidad estudiantil fueron los factores interpersonales y estructurales.

A partir de estos resultados se hace necesario implementar una estrategia recreativa con una estructura organizativa que fundamente las actividades planificadas. El proceso estratégico del presente proyecto inicia dentro de la FS del TEC, pero pretende llegar a ser permanente, es por ello que considera aspectos como la misión, la visión, los objetivos, diagnóstico (FODA) y propuesta.

## LISTA DE TABLAS

Tabla 2. 1. Beneficios de la Recreación.....	28
Tabla 3. 1. Validez y confiabilidad del EMR y EBR con un día de diferencia.....	66
Tabla 4. 1. Distribución de la muestra.....	90
Tabla 4. 2. Resultados de las ANOVAS participación interna.....	97
Tabla 4. 3. Resultados de las ANOVAS participación externa.....	101

## LISTA DE FIGURAS

Figura 2. 1. Jerarquía de los programas recreativos. ....	14
Figura 2. 2. Secuencia de programación en recreación. ....	21
Figura 2. 3. Elementos de la administración en actividades recreativas.....	42
Figura 4. 1. Porcentaje de participación interna en actividades organizadas en el TEC. ....	91
Figura 4. 2. Comunidad que labora en el TEC y que participa o no en actividades recreativas organizadas internamente. ....	92
Figura 4. 3. Porcentaje de participación externa en actividades organizadas en el TEC.....	93
Figura 4. 4. Participación del personal docente y administrativo en actividades recreativas fuera del TEC.....	95
Figura 4. 5. Puntaje del factor intelectual en la comunidad universitaria.....	98
Figura 4. 6. Puntaje del factor social en relación con el sexo de la comunidad universitaria. ...	99
Figura 4. 7. Puntaje del dominio de competencia en relación con la participación interna de la comunidad universitaria TEC. ....	100
Figura 4. 8. Puntaje del Factor intrapersonal en relación con la participación interna de la comunidad universitaria TEC.....	104

Figura 4. 9. Interacción significativa de participación recreativa interna de la comunidad universitaria TEC.....	105
Figura 4. 10. Puntaje del factor estructural en la participación interna, en relación con sexo de la comunidad universitaria TEC. ....	106
Figura 4. 11. Puntaje del factor estructural en la participación externa, en relación con rol universitario TEC.....	102
Figura 4. 12. Puntaje del factor dominio de competencia en relación con la participación externa de la comunidad universitaria TEC.....	103
Figura 4. 13. Puntaje del factor interpersonal en relación con la participación externa de la comunidad universitaria TEC.....	107
Figura 4. 14. Puntaje del factor estructural en relación con la participación externa de la comunidad universitaria TEC. ....	108

## Capítulo 1

### INTRODUCCIÓN

La salud pública es un tema de interés social. En Costa Rica la principal causa de muerte está relacionada con problemas circulatorios, originados en gran medida por el estrés y el sedentarismo, generados por el exceso de trabajo o estudio (INEC, 2005). Las universidades estatales en conjunto promueven estilos saludables de vida por medio de sus programas de vida estudiantil, los cuales pretenden generar una persona con salud integral (CONARE, 2005).

La salud integral de un individuo se obtiene cuando hay equilibrio entre los factores físicos, biológicos, emocionales, mentales, sociales y espirituales. La mayoría de programas dirigidos hacia la salud, organizados por clínicas, hospitales y farmacias, dejan de lado algunos factores y centralizan las actividades en la evaluación y la información, tal es el caso de las Ferias de la Salud, las cuales deberían desarrollar técnicas y estrategias novedosas en la prevención y promoción que sean atractivas para el público (Hernández, 2010).

La recreación y la salud integral son temas afines que se relacionan en los beneficios que generan las actividades recreativas, las cuales tienen efectos directos sobre las diferentes áreas del ser humano: la física, social, psicológica y espiritual, promoviendo así el bienestar integral de la persona (Salazar, 2007).

Antes de formular un programa recreativo, la persona encargada debe realizar un diagnóstico para atender adecuadamente las necesidades de la organización, el lugar y las

personas participantes. Específicamente en el presente proyecto se considerarán los factores que impulsan la participación en actividades recreativas, los motivos y las limitaciones. Ambos son temas de reflexión y análisis, en función del éxito de cualquier programa.

Según Fawcett (2007), comprender las fuerzas que movilizan o limitaciones de participación en un programa recreativo son claves, para involucrar a las personas a participar en las diferentes actividades planificadas. Existen referencias sobre motivaciones recreativas en diferentes poblaciones, pero poco se ha consultado en las universidades públicas de Costa Rica sobre los factores que influyen en la participación en recreación. Es por esto que el presente estudio pretende hacerlo en el Instituto Tecnológico de Costa Rica Sede Central, en adelante TEC.

El TEC por medio de la Escuela Cultura y Deporte organiza actividades para el uso del tiempo libre de la comunidad universitaria, sin embargo, este proyecto pretende contribuir con la salud integral de las personas mediante una estrategia recreativa masiva y novedosa, esta será implementada por medio de la Feria de la Salud (FS), donde será valorada para integrarla permanentemente.

Anualmente, mediante el Área de Salud, se organiza una FS, con el objetivo de evaluar el estado general de las personas que pertenecen a la comunidad institucional, pero no se ha considerado intervenir en la recreación como una herramienta preventiva integral, mucho menos diagnosticar los motivos y las limitaciones de participación recreativa, para desarrollar un programa durante esta feria.

El resultado del presente proyecto podría brindar información muy útil a la comunidad institucional que la sensibilice y así por sus propios medios perciba la necesidad de participar en actividades recreativas con un enfoque más saludable y buscando opciones adecuadas para el uso del tiempo libre.

### **Justificación**

En Costa Rica, el Instituto Nacional de Estadística y Censo (INEC, 2005) ha reportado un aumento en el número de casos de enfermedades cardiovasculares desde 1995, con una tendencia de 11 personas por cada 10.000 habitantes. En el año 2008 el Ministerio de Salud indicó que el 28% de las defunciones estaban relacionadas con problemas circulatorios. Estos problemas están íntimamente relacionados con el sedentarismo, el estrés y la obesidad, problemas sociales que se pueden evitar por medio de prácticas saludables. Así, considerar estas prácticas puede disminuir la incidencia y prevalencia de enfermedades crónicas no transmisibles. Para ello se deben poner en ejecución nuevos esquemas, tácticas y prácticas de prevención y promoción de la salud, dirigidas a la población (Hernández, 2010).

En las universidades estatales de Costa Rica, el Consejo Nacional de Rectores (CONARE) promueve el bienestar integral de toda la población universitaria, por medio de su plan estratégico y plantea el principio de la formación humanística cuyo enfoque es el compromiso con la formación integral de la persona, en todos sus alcances y dimensiones (CONARE, 2005).

Al respecto Barboza (2010) plantea que en CONARE se genera un compromiso con las universidades públicas para desarrollar nuevas propuestas, programas y proyectos que

favorezcan la salud de la comunidad universitaria, específicamente en el uso del tiempo libre y la recreación.

Se ha mencionado que la salud integral es la principal condición del desarrollo humano, es el estado del bienestar ideal y solamente se alcanza cuando existe un equilibrio entre los factores físicos, biológicos, emocionales, mentales, espirituales y sociales, que permiten un adecuado crecimiento y desarrollo en todos los ámbitos de la vida (Barboza, 2010).

Los programas dirigidos al sector salud se enfocan en valoraciones e información, dejando de lado algunos factores como la prevención. Por ello, se deben plantear formas novedosas en función de la salud integral de la población. Propuestas estratégicas recreativas en este campo, pueden promover la calidad de vida en las personas por medio de sus actividades.

La promoción de la salud, según Hernández (2010), se ha desarrollado mediante tres estrategias: a) la educación, b) la comunicación y c) la participación social. Cada una de ellas es ejecutada con programas de mercadotecnia, fortalecimiento de condiciones de salud, servicios de nutrición, capacitación y formación. En este sentido, la recreación no se ha considerado como una estrategia que puede promover y prevenir. La recreación posee una función muy importante sobre el bienestar individual y público de la población, es por esta razón que debería ser considerada como una opción preventiva en todos los programas que están relacionados con la salud integral de las personas.

Varios autores mencionan sobre los beneficios que brinda la recreación (Salazar, 2007; Vargas, 2009); estos se perciben desde todas las áreas del ser humano: la biológica, la psíquica, la social y existen estudios a nivel espiritual. Por ejemplo, a nivel biológico: incrementa la densidad capilar musculoesclética, incrementa el colesterol bueno (HDL) y disminuye los triglicéridos en sangre (ACSM, 2000) a nivel sociopsicológico produce bienestar personal y felicidad, mejora el auto-concepto y la auto-eficacia (Valerín y Sánchez, 2004; Carruthers, 2005; Kim, 2009). Finalmente, en la parte espiritual, las personas expresan necesidades de saber más sobre sí misma, de sentimientos de conexión con otras personas y libertad de hacer las cosas (Matthew, 1999, Schmidt y Little, 2007).

El bienestar de las personas es percibido en la medida que participe regularmente en programas con enfoque recreativo; sin embargo, antes es fundamental identificar los factores que se asocian a la participación. Es deber de la persona encargada del programa realizar un diagnóstico previamente, este será la base sobre cual se hace la programación. La base del presente diagnóstico son los factores de participación que están relacionadas con las motivaciones y las limitaciones de participación recreativa que percibe la comunidad universitaria del TEC.

Se ha determinado una relación positiva entre la motivación y la participación en actividades recreativas (Chih-Mou, 1998). El tema de las motivaciones y las limitaciones de las personas en programas recreativos se evidencia en estudios como los de Cantón, Mayor, Pallarés, (1995), Fawcett (2007) y Chiu (2008).

Las investigaciones realizadas en los motivos de participación recreativas son de carácter descriptivo en poblaciones con diferentes características, cuyos resultados

identifican la motivación extrínseca, la influencia de las personas adultas, un nivel razonable de competencia, el disfrute reflejado en percepciones de gusto y placer, el factor intelectual, el factor social y el factor de dominio de competencia como las principales (Chiu, 2008).

Otro factor que influye en la participación de las actividades recreativas son las limitaciones de participación que son barreras percibidas o experimentadas que inhiben a las personas. Estudios como el de Hawkins, Peng, Hsieh, Eklund (1999) demuestran elementos que afectan esta participación como la falta de dinero, sentimientos de cansancio, falta de compañía y la falta de tiempo.

Según Salazar (2007) una vez que se refleja el análisis de los motivos y limitaciones de participación recreativas, la persona encargada del programa debe formular estrategias y propuestas, que involucren objetivos, programación, puesta en práctica y evaluación. En la medida que se cumpla con los pasos de la programación recreativa el impacto en las personas será mayor, especialmente en la salud integral de estas.

En este sentido la recreación proporciona salud integral desde los beneficios percibidos en diferentes ámbitos de la vida: a) nivel social por medio de la familia, los grupos sociales, la parte económica y en el ambiente y b) en el aspecto personal los beneficios se generan en las áreas físicas, sociopsicológicas, intelectuales y espirituales, por lo que los programas recreativos en el sector salud deben de fortalecerse (Salazar, 2007).

Los programas dirigidos a la salud tradicionalmente se enfocan hacia la prevención de enfermedades por medio de evaluaciones e informaciones diarias, un ejemplo de ello son

las Ferias de la Salud, en las cuales se utiliza la información escrita, charlas, talleres y otro tipo de actividades para sensibilizar a la población sobre su salud, en este caso en particular se pretende iniciar una estrategia recreativa a nivel universitario, durante la Feria de la Salud del TEC.

La recreación y la salud, poseen objetivos afines, que deben buscar mecanismos en común para desarrollar actividades y generar beneficio en las personas participantes. Un ejemplo de programas exitosos con objetivos compartidos es el de ocio nocturno para jóvenes en Torrejón de Ardoz (Madrid). Este se organiza con ayuda de cuatro instituciones: el concejo municipal de bienestar, el servicio de información juvenil, la casa cultural el parque y casa de la juventud, trabajan en conjunto, en la prevención en el uso de drogas, alcohol y tabaco mediante actividades recreativas como talleres y actividades culturales, actividades deportivas, actividades lúdicas, actividades de solidaridad, educación en valores y actividades acuáticas (Fouce y Gómez, 2003).

En algunas Ferias de la Salud de Estados Unidos, se han combinado programas de evaluación de la salud y el ejercicio físico (Kelemen, 2001, International Christian Brotherhood Host First Men's Fair, 2009). Estas actividades se ejecutan en función de la promoción de estilos de vida saludable, pero se han ignorado otras actividades que la recreación propone en sus programas y objetivos.

La organización de actividades recreativas programadas en Ferias de la Salud es una opción cuya viabilidad es alta, ya que posee ciertas características que favorecen la participación de las personas entre ellas: son de fácil acceso, educan sobre la salud de las personas, se evalúa el estado médico, es coordinada por personas de la comunidad y son de

bajo costo. Estas características favorecen la participación de las masas especialmente en la comunidad. (Ness, Gurney Ice, 2003, Stamat, et. al, 2008; Vincent, et. al, 1994). Con base en toda la información recolectada el problema considera:

- a) El Consejo Nacional de Rectores recomienda trabajar en el área de la salud integral.
- b) La recreación mediante sus beneficios promueve la salud integral.
- c) Las estrategias y los programas en el campo de la salud deben ser novedosos.
- d) Las Ferias de la Salud deben fortalecer sus programas con la recreación.
- e) La participación en un programa recreativo posee un mayor impacto cuando se determinan los factores que intervienen en la participación.
- f) El TEC carece de un estudio en factores asociados a la participación recreativa.

A continuación se presenta el problema de investigación y su relación con una propuesta de participación recreativa.

### **Planteamiento del problema de investigación**

¿Cuáles son los factores que influyen en la participación de la comunidad universitaria de la Sede Central del TEC en actividades recreativas para una estrategia de participación masiva?

### **Planteamiento de la estrategia para la participación masiva**

¿Cómo debería ser una estrategia recreativa que fomente la participación de la comunidad universitaria del TEC en su Sede Central?

## **Objetivos**

### **Objetivo General**

1. Analizar los factores que influyen en la participación en actividades recreativas en la comunidad universitaria de la Sede Central del TEC.
2. Contribuir con la promoción y prevención de la salud integral de la comunidad universitaria del TEC en la Sede Central mediante la práctica de actividades recreativas.

### **Objetivos Específicos**

- 1.1 Diagnosticar los motivos y las limitaciones recreativas del personal docente, administrativo y comunidad estudiantil del TEC en la Sede Central.
- 1.2 Relacionar los motivos de participación en actividades recreativas (motivos intelectuales, sociales, evasión de estímulo, dominio de la competencia) de la comunidad institucional en función del sexo (hombres y mujeres), tipo de población (personal docente, administrativo y estudiantes) y lugar en que realizan las actividades recreativas (internas y externas al campus).
- 1.3 Comparar las limitaciones para la práctica recreativa (intrapersonal, interpersonal y estructural) de la comunidad institucional en función del sexo, tipo población (personal docente, administrativo y estudiantes) y lugar en que realizan las actividades recreativas.
- 2.1 Diseñar el soporte administrativo de un programa recreativo de participación masiva, durante la Feria de Salud llevada a cabo en el TEC.

2.2 Formular una estrategia de intervención recreativa en el TEC como un elemento promotor de la salud integral.

### **Definición de términos**

**Análisis FODA:** Según Daft (2000) es una etapa en la estrategia administrativa que analiza y diagnostica el ambiente externo e interno de una organización.

**Comunidad Universitaria:** La constituyen el total de individuos pertenecientes a la comunidad universitaria del TEC, tanto alumnado, profesorado, personal de administración y servicios.

**Estrategia de participación masiva:** Para Daft (2000) es un plan para interactuar con el entorno competitivo que permite lograr los objetivos organizacionales, las estrategias pueden incorporar varias técnicas para el logro de los objetivos y estas se tratan de desarrollar de manera congruente con el ambiente exterior.

**Factores de dominio de competencia de participación recreativa:** Son motivos de participación recreativa en los cuales la persona tiene sentido de logro, de control y un desafío de competencia (Chiu, 2008).

**Factores de evasión de estímulos en la participación recreativa:** Se refiere a la participación en actividades recreativas para escapar o evitar el exceso de estimulación en las diferentes partes de la vida (Chiu, 2008).

**Factores estructurales de participación recreativa:** son restricciones de participación recreativa que se vinculan con factores del medio ambiente como la falta de instalaciones o recursos económicos (Son, 2008).

**Factores interpersonales de participación recreativa:** Son negaciones de participación recreativa percibida que tienen relación con la interacción social, por ejemplo no tener acompañantes al realizar una actividad (Son, 2008).

**Factores intelectuales de participación recreativa:** Son motivos de participación recreativa dirigidos al aprendizaje de situaciones nuevas tales como: investigar, descubrir, imaginar (Chiu, 2008).

**Factores intrapersonales de participación recreativa:** Son limitaciones que percibe la persona en su interior como la falta de interés o la falta de autoeficacia (Son, 2008)

**Factores sociales de participación recreativa:** Son impulsos de participación recreativa que tienen relación con la interacción social, entre ellos, amistad, relaciones sociales, ser respetuoso (Chiu, 2008).

**Feria de la Salud (FS):** Feria de la Salud es un mecanismo efectivo para informar a la población sobre las características más relevantes de su estado de salud; además, se educa al público sobre cambios de comportamiento de tal manera que se reducen los riesgos en determinadas enfermedades de las personas (Stamat, Injety, Koop, Pohlod y Aguwa, 2008).

**Limitaciones recreativas (barreras para la participación recreativa):** Las limitaciones recreativas son las razones percibidas o experimentadas que inhiben o prohíben la participación en actividades recreativas (Han, 2004).

**Motivos recreativos:** Es la fuerza que actúa en el interior de un organismo para que inicie y dirija la conducta; además, es un flujo permanente de la conducta que puede ser encausado de muchas formas (Petri y Govern, 2006).

**Programas Recreativos:** Son las aplicaciones de los recursos humanos y fiscales de una agencia que provee servicios recreativos de una manera sistemática y con un propósito (Russell y Jamieson, 2007).

**Recreación Universitaria:** Se ocupa del bienestar de la población estudiantil, es una opción para liberar la tensión causada por la carga académica, además de la prevención en el uso de sustancias ilícitas y lícitas que afectan la salud de la comunidad universitaria (Salazar, 2007).

**Recreación:** actividades propias de cada individuo que se realizan en el tiempo libre después de cumplir las responsabilidades laborales, de estudio o ambas y que favorecen el bienestar de las persona (Árraga y Sánchez, 2007; Salazar Salas, 2007; Vargas, 2009; Waichman, 2009; Hsin-jung, 2010).

## **Delimitaciones**

Las siguientes delimitaciones son competencia de este estudio:

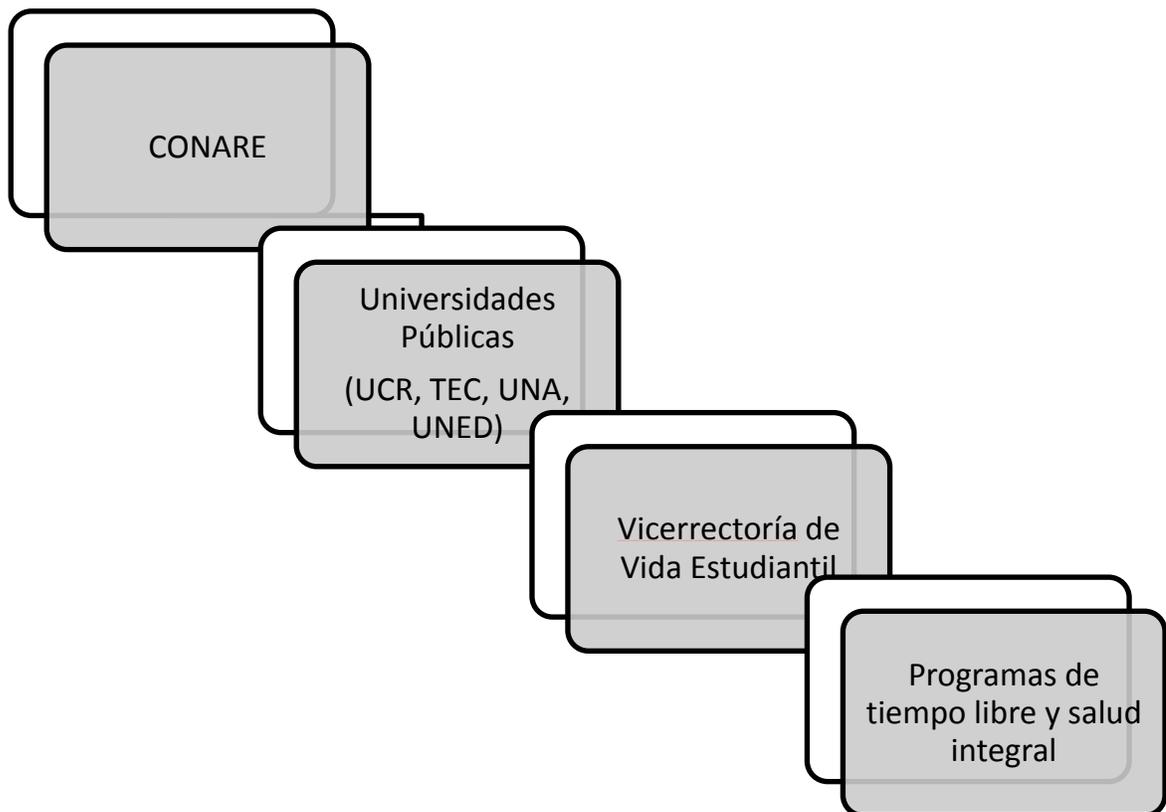
1. Para el presente proyecto se consideró la comunidad universitaria del TEC en su Sede Central, cuya muestra de la comunidad estudiantil es de 399 hombres y 234 mujeres, la muestra de la comunidad docente y administrativa fue de 189 hombres y 158 mujeres.
2. Los instrumentos que se utilizarán son la Escala de Motivación Recreativa (EMR) y la Escala de Limitaciones Recreativas (ELR), originalmente están en inglés y su traducción fue validada.
3. Las variables dependientes serán los motivos de participación recreativa y las limitaciones de participación recreativa. Las variables independientes serán el sexo, el tipo de población y lugar en que realiza la actividad recreativa (dentro o fuera del TEC). Cada una será información considerada para una propuesta recreativa.
4. La información será procesada con el paquete estadístico SPSS versión 15 se utilizarán las técnicas Chi-cuadrado, ANOVA de tres vías y correlación de Spearman.

## Capítulo 2

### MARCO TEÓRICO

Instituto Tecnológico de Costa Rica (TEC)

#### Jerarquía de los programas recreativos



*Figura 2. 1.* Los programas recreativos universitarios costarricenses deben ser tomados en consideración desde los proyectos planteados en el Consejo Nacional de Rectores que es el máximo ente a este nivel.

## **Reseña histórica del TEC**

En el mes de diciembre del 1969 se le entrega al entonces presidente de la República, José Joaquín Trejos Fernández, un proyecto de ley orgánica del Instituto Tecnológico Nacional al Consejo de Educación Superior, cuyo nombre posteriormente fue cambiado a Instituto Tecnológico de Costa Rica. El Consejo de Educación Superior aprueba de forma unánime el texto, el cual es enviado a la Asamblea Legislativa. Seguidamente pasa a la Comisión de Asuntos Sociales en la cual se discute a fondo. Finalmente y gracias a la comunidad de Cartago, el 9 de junio de 1971 se aprueba la creación del ITCR con Sede Central en la provincia de Cartago (Vidal, 1973).

En la actualidad, con el 40 aniversario del TEC se han gestionado cambios gráficos y de denominación de la institución, con el objetivo de modernizar la marca de institución pública, mejorar la comunicación y que sea percibida de manera precisa por entidades gubernamentales y otras organizaciones, es por ello que el Instituto Tecnológico de Costa Rica pasa a ser Tecnológico de Costa Rica (TEC); (ITCR, 2011).

De acuerdo con el artículo 1 con el Estatuto Orgánico del TEC:

“El Instituto Tecnológico de Costa Rica es una institución nacional autónoma de educación superior universitaria, dedicada a la docencia, la investigación y la extensión de la tecnología y las ciencias conexas necesarias para el desarrollo de Costa Rica.” (ITCR, 2010c).

El TEC según Mora (2002) es una Institución de Educación Superior Universitaria, con personería jurídica propia e independencia administrativa, fundada el 10 de junio de

1971, según Ley No. 4777. Inicia su funcionamiento en el año de 1973, con su Sede Central ubicada en la provincia de Cartago.

El 14 de setiembre de 1971, en el salón de sesiones del concejo Municipal de Cartago, se instala el primer Consejo de director y su primera sesión, se nombra al Ing. Vidal Quirós Berrocal como Rector de la Universidad (ITCR, 2011 y Vidal, 1973).

Con ayuda de asesoría nacional y extranjera, especialmente México y el Salvador se consiguió formar criterios sobre los fines y orientación inicial, su filosofía y objetivos, principales líneas de acción, así como un esquema que caracterizaría las condiciones deseables e ideales de enseñanza tecnológica (Vidal, 1973).

En el campo docente, se impartieron las materias del curso de introducción a una población inicial de 88 estudiantes con un cuerpo docente de 10 profesores. Además se completaron los planes de estudio para la formación de Técnico en Ingeniería en las carreras de Mantenimiento Industrial, Producción Industrial y Construcción (ITCR, 2011).

Conforme pasaban los años el TEC mejoraba y aumentaba su infraestructura en la Sede Central, además de esta también surgieron la sede regional de Santa Clara en San Carlos que inicia funciones el 1 de febrero de 1976 y el Centro Académico de San José que se instala en la antigua Escuela Técnica Nacional, edificio donado en 1977 según decreto ejecutivo 7124-E (Mora, 2002).

### **Misión y visión**

Para el buen funcionamiento de todas las partes en una institución de educación es importante tener un rumbo y una visualización sobre los procesos, la mayoría de empresas

exitosas poseen una misión y visión en su filosofía organizacional. En el caso particular la misión y visión del TEC se plantean de la siguiente manera:

### **Misión**

De acuerdo con el Estatuto Orgánico del TEC, la misión es:

Contribuir al desarrollo integral del país, mediante la formación de recursos humanos, la investigación y la extensión; manteniendo el liderazgo científico, tecnológico y técnico, la excelencia académica y el estricto apego a las normas éticas, humanistas y ambientales, desde una perspectiva universitaria estatal de calidad y competitividad a nivel nacional e internacional (ITCR, 2010c).

### **Visión**

De acuerdo con el Estatuto Orgánico del TEC, la visión es:

El Instituto Tecnológico de Costa Rica será una Institución de reconocido prestigio nacional e internacional, que contribuirá decididamente a la edificación de una sociedad más solidaria, incluyente, respetuosa de los derechos humanos y del ambiente, mediante la sólida formación de recurso humano, la promoción de la investigación e innovación tecnológica, la iniciativa emprendedora y la estrecha vinculación con los sectores sociales y productivos.

### **Organización y estructura institucional**

Según el ITCR (2010c), el Estatuto Orgánico del TEC en su estructura organizativa se destacan las siguientes instancias:

1. Asamblea Institucional: máxima autoridad del TEC.
2. Consejo Institucional: órgano directivo superior del TEC.
3. Rector: el Rector es el funcionario de más alta jerarquía ejecutiva del TEC.
4. Vicerrectorías: para cumplir con sus políticas específicas, el TEC cuenta con cuatro.
  - Vicerrectoría de Docencia
  - Vicerrectoría de Investigación y Extensión
  - Vicerrectoría de Administración
  - Vicerrectoría de Vida Estudiantil y Servicios Académicos

Por otra parte en su página electrónica (ITCR, 2010) menciona que la acción integrada de la docencia, la investigación y la extensión del TEC, está orientada al cumplimiento de los siguientes fines:

1. Formar profesionales en el campo tecnológico que aúnen al dominio de su disciplina una clara conciencia del contexto socioeconómico, cultural y ambiental en el que la tecnología se genera, transfiere y aplica, lo cual les permita participar en forma crítica y creativa en las actividades productivas nacionales.
2. Generar, adaptar e incorporar, en forma sistemática y continua, la tecnología necesaria para utilizar y transformar provechosamente para el país sus recursos y fuerzas productivas.
3. Contribuir al mejoramiento de la calidad de vida del pueblo costarricense mediante la proyección de sus actividades a la atención y solución de los problemas prioritarios del país, a fin de edificar una sociedad más justa.

4. Estimular la superación de la comunidad costarricense mediante el patrocinio y el desarrollo de programas culturales.

### **Departamento de salud**

El Departamento de Trabajo Social y Salud desarrolla programas de atención socioeconómica y de salud dirigidos a la comunidad universitaria. Su fin principal es favorecer la atracción, la permanencia y la conclusión exitosa de la comunidad estudiantil en las carreras del TEC (ITCR, 2010b). Para el logro de lo anterior se propone lo siguiente:

#### **Misión:**

Mantener e impulsar el desarrollo de la atención integral en los campos asistencial, de prevención y promoción en las áreas social y de la salud. Contribuir con la atracción y permanencia exitosa de los y las estudiantes como centro de nuestro quehacer, basados en los principios de trabajo en equipo, cooperación, equidad y la búsqueda continua de la eficiencia y la calidad (ITCR, 2010b).

#### **Visión:**

El Departamento de Trabajo Social y Salud propone la siguiente visión:

El Departamento de Trabajo Social y Salud será un ente gestor de calidad de vida en la población del ITCR. Enfocará los mejores esfuerzos en el desarrollo de proyectos interdisciplinarios, de atención directa y preventiva en busca de la atención integral de la población meta (ITCR, 2010b).

## **Escuela de Cultura y Deporte**

La Vicerrectoría de Servicios Académicos le solicita al rector Vidal Quirós B. , nombrar al profesor Didier Morales tiempo completo en la organización de actividades sociales de los estudiantes, de organizar y dirigir las actividades culturales y artísticas de los estudiantes y la coordinación de las actividades deportivas que estarán a cargo de los promotores deportivos, es a partir de ese momento que oficialmente inician las labores de la actual Escuela Cultura y Deporte (Ing. José J. Seco, comunicado personal marzo de 1973).

Se inicia la promoción de los programas deportivos y culturales de forma coordinada y conjunta para la formación integral. En el año 1973 aparece la palabra recreación en los planteamientos de esa Unidad, estas se realizaban los sábados en las mañanas (Ing. José J. Seco, comunicado personal agosto de 1973).

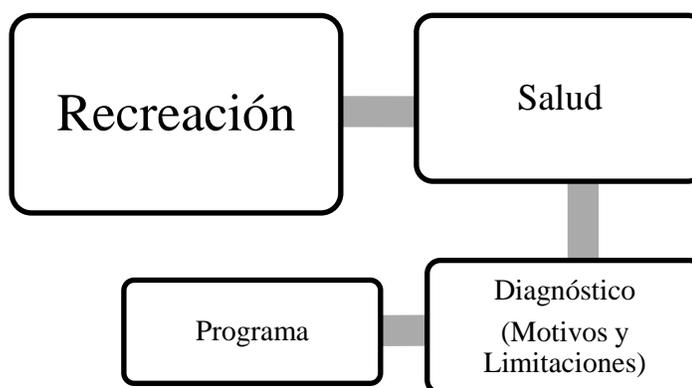
Es a partir del año 2002, específicamente el 7 de noviembre, que los programas de cultura y deporte se separan en unidades, para laborar en forma separada, cada uno con funciones diferentes pero con la responsabilidad de la dirección de la Escuela Cultura y Deporte.

La Escuela de Cultura y Deporte tiene como responsabilidad académica impartir cursos correspondientes a programas docentes, a su vez, ejecutar programas de extensión e investigación. Su enfoque parte de la importancia que tiene el arte, la acción social, el deporte y la recreación en el desarrollo de las personas, con la convicción de que la formación e impulso de los valores humanos es imprescindible para el éxito profesional (ITCR, 2010a).

Conocimientos, destrezas, la afectividad humana, las aptitudes y actitudes son los elementos esenciales que se trabajan para el logro de los objetivos en las distintas áreas de acción de esta Escuela (ITCR, 2010a).

## Recreación

### Secuencia de programación en recreación



*Figura 2. 2.* Antecedentes para programar actividades recreativas en el TEC. La recreación genera salud, para ello debe realizarse un diagnóstico y finalmente se programa

## Concepto

¿Qué es la Recreación? Esta es una pregunta compleja y difícil de responder, ya que Según Salazar (2007) es un término que cada persona experta lo define a su manera. La recreación es propia de cada persona, en la cual es necesario considerar una serie de criterios particulares como los gustos, la disposición, la motivación, entre otros. Por lo tanto, generalizar un término con rasgos muy peculiares puede generar ambigüedad en las personas especialistas y más aún entre lectores.

El término recreación se ha definido históricamente desde su origen del latín “recreatio”, que significa restaurar y refrescar, palabras que no son suficientes para describir este vocablo ya que algunos autores la conceptualizan más ampliamente. La recreación es: “un conjunto de actividades agradables que producen gozo, realizadas durante el tiempo libre y que promueven el desarrollo integral de las personas.” (Salazar (2007, p.5).

Por su parte Hsin-jung (2010), Waichman (2009), Vargas (2009) y Árraga y Sánchez (2007), consideran que son actividades que se realizan en el tiempo libre, por ejemplo realizar deportes, leer o acampar. Para Waichman (2009) y Vargas (2009) son actividades que deben tener un sentido positivo y constructivo cuyo único fin es la diversión, además una forma de compensación al cansancio producido por tareas cotidianas. Por su parte, Vargas (2009), la define como actividades socialmente aceptables en las que el participante voluntariamente se involucra en acciones libres de las cuales se derivan una satisfacción inmediata. Finalmente Árraga y Sánchez (2007), anotan que la recreación son actividades educativas y estructuradas con procesos pautados que favorecen la autonomía de las personas.

Con base en la información anterior, puede definirse la recreación como aquellas actividades propias de cada individuo que se realizan en el tiempo libre después de cumplir las responsabilidades laborales, de estudio o ambas y que favorecen el bienestar de las personas. Para ser consideradas de esta manera deben cumplir una serie de características. Al respecto se indican las siguientes, como las que sugiere Salazar (2007, p12):

1. Conjunto de actividades y experiencias.
2. Agradables y producen gozo.
3. Actividades realizadas durante el tiempo libre.
4. Actividades de educación no formal.
5. Actividades contribuyen con el desarrollo integral de las personas.
6. Selección voluntaria.
7. Participación voluntaria.

### **Significado de tiempo libre**

Como se ha mencionado, un elemento propio de la recreación es el tiempo libre, este es un tiempo fuera de las horas laborales y académicas. Esta definición es muy simple y limitada, el tiempo libre es más que eso como se muestra a continuación. Por ejemplo, para Salazar (2007), es la porción de tiempo no dedicada al trabajo, a responsabilidades relacionadas con el trabajo, a formas de cuidado personal o a obligaciones familiares y sociales. Para Esqueda y López (2008), es un espacio de tiempo que involucra actividades y prácticas preferidas por cada individuo. En el caso de Brinnitzer (2003), es el tiempo libre de obligaciones, libre para el desarrollo y la autorrealización.

Según Huertas, Caro, Vásquez y Vélez (2008), el tiempo libre es una unidad de tiempo que está relacionada con las ocupaciones personales. En estos espacios se elige libremente el empleo de un tiempo no institucionalizado. Gutiérrez (2008), lo define como un espacio para descansar, para el desarrollo personal o simplemente para derrocharlo en la diversión preferida. Finalmente, Gomes y Elizalde (2009), analizan el tiempo libre desde un enfoque

capitalista y de consumismo que se define como un período el cual el individuo se encuentra libre momentáneamente, pero esta libertad puede ser sólo aparente y limitada.

En definitiva, el tiempo libre es un espacio de tiempo fuera de las responsabilidades laborales, académicas y personales en el cual se eligen y realizan actividades de gusto propio. Además para que se relacione con la recreación necesita ser utilizado en el bienestar personal, este sirve para descansar, regenerar energías, placer, propias de un tiempo dedicado a la recreación y el esparcimiento.

### **Esparcimiento**

La vida laboral y académica son de suma importancia en la humanidad, pero también deben existir espacios de descanso, placer y restauración para el funcionamiento adecuado de la persona. En este sentido, el ocio cumple una misión importante, ya que éste es concebido como una actitud intrínseca percibida después de finalizar las responsabilidades laborales o académicas que llena las aspiraciones del corazón y el espíritu de las personas, preparándolas, así para una nueva etapa de responsabilidades (Peláez, 2009).

Esparcimiento es una palabra poco utilizada, es más común conceptualizar ocio, sin embargo, durante la historia el vocablo ocio ha sido ambiguo y confuso, por ejemplo: este vocablo no es bien percibido por los latinoamericanos. Según Juniu y Salazar (2010), la palabra ocio en América Latina es referida de manera peyorativa refiriéndose a la pereza y la desocupación, no así en otros lugares como Estados Unidos y Europa.

Para Jaña (2007), el significado de la palabra ocio en Latinoamérica está cambiando con respecto al de origen, no obstante, en este proyecto se prefiere utilizar la palabra esparcimiento, como sinónimo de ocio, cuya connotación es positiva, especialmente para esta región.

De esta manera, el esparcimiento, según la Real Academia Española, es la acción y efecto de divertir, y divertir tiene que ver con recreo, pasatiempo, para ello debe existir un espacio de tiempo libre de presiones y obligaciones, en el cual se genere relajación y descanso capaz de recuperar las energías (Juniu y Salazar, 2010).

En este sentido el esparcimiento está relacionado con los sentimientos de bienestar que las personas identifican en las actividades recreativas, entre ellas el placer, gozo, relajación, descanso y que ayudan a recuperar las energías de las personas para seguir en sus labores cotidianas. Esto es una motivación hacia las personas, porque al experimentar bienestar, fortalecen valores por medio de la diversión propia.

### **Diversión**

Las personas, al participar en actividades recreativas no les interesa en demasía el porqué, más allá del uso del tiempo desocupado por lo que buscan la diversión en cualquiera de sus formas sin medir las consecuencias (Waichman, 2009).

La diversión según Salazar (2007), es una parte de la recreación que implica el gozo y el entretenimiento. Existen dos tipos de diversión que no deben confundirse: la diversión positiva y la diversión negativa. La diversión positiva genera siempre consecuencias positivas. Por otro lado, la diversión negativa son todas aquellas actividades

que se realizan en el tiempo libre, se eligen voluntariamente, pero no generan ningún bienestar para la persona, por el contrario, pueden ocasionar problemas en algún nivel de la integridad humana.

No deben confundirse los términos de recreación y diversión negativa, los cuales poseen características similares, pero difieren en los beneficios que generan en la persona, esto es muy importante porque en este nivel se deben fortalecer los aspectos relacionados con la calidad de vida mediante actividades que promuevan el uso adecuado del tiempo libre. Esta gama de actividades debe ser brindada por la recreación con ayuda de sus programas o formatos.

### **Recreación y salud**

En un estudio, Romero (2006), desarrollado en la Universidad Estatal a Distancia (UNED) se realizó una encuesta sobre la importancia de la recreación en la integridad del estudiante en la cual el 99,47% consideró que es relevante y el 0,53% no creía que fueran fundamentales. Desde este punto de vista, en la población universitaria costarricense se reconoce el efecto positivo de estas actividades recreativas y su calidad de vida.

Un estilo saludable de vida permite a las personas disfrutar cada etapa de vida, la recreación es sinónimo de estilo saludable de vida, este genera bienestar en todos los campos del ser humano, al ser parte de un programa recreativo, en ocasiones, sin notarlo, se experimentan varios beneficios en las diferentes áreas que conforman al ser humano, además de los beneficios a nivel personal, la vida en sociedad experimenta estos cambios.

De acuerdo con Salazar (2007), los beneficios de la recreación son percibidos en la sociedad por medio de la familia, los grupos sociales, la parte económica y en el ambiente; por su parte, en el aspecto personal los beneficios se generan en las áreas físicas, sociopsicológicas, intelectuales y espirituales, estos se detallan a continuación:

En el área física, algunos estudios han destacado los beneficios de la recreación en el área física del ser humano, según Hass y Siphthorp (2004), algunos programas recreativos, en Estados Unidos, como el “MerryMilers” dirigido a personas adultas mayores cumple con sus principales objetivos: mejora en la salud física, cardiovascular y respiratoria.

En un estudio de carácter cualitativo dirigido a mujeres con menopausia, Parry y Shaw (1999), se le consultó a las involucradas el tipo de actividad recreativa realizada durante la menopausia, estas mujeres percibieron una mejora en su salud y determinan que se reduce el riesgo de enfermedades.

En este sentido Salazar (2007), menciona que los beneficios a nivel físico son los más estudiados al estar relacionados con la actividad física y usualmente lo realizan personas profesionales en Educación Física o Fisiología, por lo tanto el ejercicio físico regular contribuye con la salud de las personas de la siguiente manera según se muestra en la tabla 2.1.

Tabla 2. 1

*Beneficios físicos de la recreación*

<b>Referencia</b>	<b>Tipo de Actividad</b>	<b>Beneficios</b>
(Long et al. 1999)	Programa de actividad física que involucre capacidad cardiorrespiratoria, composición del cuerpo, flexibilidad, fuerza y resistencia.	Reduce la mortalidad por enfermedad cardiovascular en proporción de 40%. La gente activa tiene más o menos la mitad del riesgo de manifestación de cardiopatía coronaria en comparación a la inactiva. Reduce el riesgo de mortalidad por todas las causas. Aumenta el grado de energía. Ayuda a mantener un peso apropiado.
(ACSM, 2000)	Actividad física ejercicio regular	Mejora de la función cardiorrespiratoria. Mayor consumo de VO <sub>2</sub> máx. por las adaptaciones centrales y periféricas. Incremento del umbral del ejercicio con respecto a los primeros síntomas de una enfermedad. Disminución de la Frecuencia Cardíaca (FC) y de la Tensión Arterial (TA) a una intensidad. Incremento de la densidad capilar musculoesquelética. Incremento del umbral de lactato en la sangre. Reducción de los factores de riesgo de enfermedad coronaria. Disminución de la TA en hipertensos en reposo. Incremento del colesterol bueno (HDL) y disminución de los triglicéridos en sangre. Disminución de la grasa corporal. Disminución de la necesidad de insulina y mejora de la tolerancia a la glucosa (en diabéticos). Disminución de la mortalidad y la morbilidad. Un alto nivel de actividad física se asocia con una menor frecuencia de defunciones por enfermedad coronaria.
(González, 2003)	Actividad física regular, divertida de fácil realización y diversificado.	Ayuda a controlar el peso, crear tejido muscular y reducir el tejido graso. Previene y retrasa el desarrollo de hipertensión arterial y ayuda a reducir la tensión arterial en algunos casos de hipertensión. Ayuda a controlar y reducir los niveles de colesterol en la sangre.
(Bouchard, Katzmarzyk, 2010)	Actividad física, deporte y ejercicios regular, durante el tiempo libre.	Mejora la forma física. Reducción de caídas. Incremento de trabajo cardiovascular. Mantenimiento de la densidad ósea. Mayor fuerza muscular. Mejora la calidad de vida.

*Nota:* Estos son algunos autores de muchos que exponen evidencia sobre los beneficios fisiológicos de la actividad física recreativa.

Además del bienestar físico el área sociopsicológica de las personas también se favorece con la recreación, estas son reconocidas por profesionales que investigan y afirman que un programa recreativo genera bienestar personal y felicidad, mejora el auto concepto y la auto eficacia para realizar actividad física (Carruthers, 2005).

Según Long et al. (1999); ACSM (2000); Kim (2009) y Valerín y Sánchez (2004) la disminución de la ansiedad y depresión sobre todo para el aumento en el rendimiento del trabajo y en las actividades deportivas y recreativas son producto de la participación en actividades físicas en el tiempo libre según y, estos autores indican que este tipo de actividades influyen positivamente en el estado de ánimo y ayudan a reducir el estrés, aspectos fundamentales para evitar enfermedades.

Otras áreas beneficiadas por la recreación son: la cognitiva y espiritual, ambas relacionadas indirectamente con la salud de una persona. Según Norling, Sibthorp, Suchy, Hannon y Ruddell (2010), indican que realizar actividad física de manera recreativa a cierta intensidad influye positivamente en la atención de las personas, cuyo rango de edad es de 18 y 30 años. Por su parte Norling, Sibthorp (2006), afirma que el humor, la satisfacción personal, el pensamiento creativo, la habilidad de resolver problemas, el incremento de la retención en la comunidad trabajadora y estudiantil son elementos que se favorecen al ser parte de un programa recreativo.

Recientemente se ha investigado la relación entre la recreación y el bienestar espiritual, investigaciones han determinado sensaciones de paz en las personas después de participar en actividades recreativas (Matthew, 1999 y Schmidt y Little, 2007).

En estudios cualitativos en el campo de la recreación se han relacionado las actividades durante el tiempo libre y el efecto en la espiritualidad, las personas expresaron necesidades de saber más sobre sí mismos, sentimientos de conexión con otras personas y libertad de hacer, estas percepciones se obtuvieron por medio de actividades al aire libre: caminata, yoga y taichi. Cada una de estas sensaciones permite a la persona el bienestar, consigo mismo y con las personas que la rodean.

Las personas saludables han experimentado los beneficios que la recreación genera y son la base para una sociedad sana integralmente. Los beneficios recreativos son popularmente desconocidos, es por ello que los profesionales en el área deben plantear estrategias de sensibilización a la población.

### **Diagnóstico de programas recreativos**

Las estrategias para desarrollar planes en el área de recreación tienen un inicio que es el diagnóstico. El diagnóstico recauda información que permitirá determinar la extensión y los tipos de necesidades de las personas que participan en el programa, seguidamente la información obtenida es analizada y ordenada por prioridad para determinar cuáles pueden ser satisfechas por la organización (Salazar, 2010).

Las principales funciones del diagnóstico mencionadas por Salazar (2010) son:

1. Generar ideas sobre posibles programas por ofrecer

2. Obtener información de las personas participantes
3. Incorporar la información brindada por la ciudadanía en la toma de decisiones de cuáles necesidades se deben atender
4. Ayudar a la organización a determinar la dirección que seguirá para ofrecer programas recreativos.

Para Salazar (2010), obtener los resultados que los objetivos proponen en los programas de recreación se deben considerar elementos intrínsecos de cada persona, se ha mencionado que las personas requieren participar en actividades que sean intrínsecamente gratificantes y motivadoras y el medio para conseguir esta información es el diagnóstico.

### **Factores que influyen en la participación recreativa**

#### **Concepto de motivación**

Las personas comen, beben agua, trabajan, van al cine y estudian; ejecutar estas actividades va a depender de la necesidad o la disposición en realizarlas, pero, ¿qué fuerza moviliza al ser humano para ejecutarlas? Para que exista una acción es necesario encontrar un motivo, en algún momento de la vida las personas han sentido la necesidad de hacer algo o por el contrario no hacerlo, ejemplo de algunas actividades con estas características son: leer, estudiar, comer, pasear, bailar y jugar.

Cada persona podría describir la fuerza que les impulsa o inhibe realizar alguna actividad, siendo un término conocido y experimentado por todos. La motivación puede ser conceptualizada como la fuerza que genera en el individuo comportarse de una particular forma (Chih-Mou, 1998); otros autores la definen como la fuerza que actúa sobre un

organismo o en su interior para que inicie y dirija la conducta, además es un flujo permanente de la conducta que puede ser encausado de muchísimas formas. Así, antes de realizar una acción debe haber una motivación, desde esta perspectiva la desmotivación no es posible, solo existe la motivación de realizar otra acción (Petri y Govern 2006).

Para entender e identificar la motivación no es suficiente la definición que se brinda por parte de los diferentes autores, es necesario analizarla desde las características y las teorías que se han desarrollado desde la antigüedad, cada una de ellas puede ser una guía importante para la justificación de la motivación como elemento fundamental en la planificación de actividades.

### **Elementos que constituyen la motivación**

Las propiedades que identifican a una persona motivada son las bases que fortalecen la formulación de estrategias y planes de acción. Una de las primeras propiedades es la activación, en ella se proponen tres características a saber: la respuesta manifiesta que se refiere a que se activa la conducta, pero la conducta activada no siempre es manifiesta; la persistencia y la fuerza en las respuestas. Otra propiedad de la motivación es la dirección, que se refiere a escoger entre varias opciones y algunas veces las preferencias constituyen el indicador principal de la motivación (Petri y Govern, 2006).

Las teorías de la motivación nacen en los años de 1950, tres de ellas son las bases de las teorías contemporáneas: la teoría de la jerarquía de necesidades, las teorías X y Y, y la teoría de la motivación-higiene. La primera de ellas fue planteada por Maslow en 1943 y es ampliamente utilizada para la explicación básica de la motivación humana (Wang, 2008).

La hipótesis jerárquica de necesidades explica que dentro de todo ser humano existe una jerarquía de las siguientes cinco necesidades que se mencionan de forma ascendente: las fisiológicas (el hambre, la sed y otras necesidades corporales), de seguridad (la seguridad y protección de daños físicos y emocionales), sociales (afectos, aceptación y amistad), de estima (respeto a uno mismo, la autonomía, los logros, status y el reconocimiento), de autorrealización (el crecimiento, alcanzar el potencial de uno y la autosatisfacción). Dicha teoría menciona que en la medida que se satisface cada una de estas necesidades en lo sustancial, el siguiente nivel de necesidades se vuelve prioridad (Robbins, 2004).

Según Robbins (2004), la teoría de la motivación menciona una serie de elementos que la construyen:

- La energía, la cual es necesaria para activar la conducta
- Los mecanismos fisiológicos son componentes que provocan respuestas innatas o aprendidas de manera instintiva o biológica
- El aprendizaje por medio del condicionamiento clásico y el operante
- La interacción social, es decir, con las personas tiene un efecto motivador
- Los procesos cognoscitivos
- La información que recibimos y las formas en que la procesamos repercute de manera importante en la conducta
- La activación de la motivación como los receptores centrales del cerebro
- La homeostasis que se refiere a la búsqueda del nivel óptimo del cuerpo y
- Finalmente el hedonismo la cual se refiere al placer y al dolor como entes motivantes

## **Motivación y recreación**

La participación en programas recreativos por parte de las personas depende en gran medida de la disposición, pero, ¿qué fuerza moviliza su conducta para ser parte de actividades recreativas?. Adquirir los conocimientos motivadores de conducta es de fundamental interés para predecir el comportamiento de determinada población frente a un programa recreativo. Básicamente la fuerza que dinamiza la participación en actividades recreativas es la motivación. Con base en la definición anterior se podría explicar y predecir la conducta de las personas ante un planteamiento de actividades con características recreativas (Hsieh, 1997; Chih-Mou, 1998; Chiu, 2008).

En este punto se debe considerar la procedencia de los estímulos: del exterior o el interior según Preti y Govren (2006), explican que las motivaciones proceden de las necesidades y estas se consideran fuentes internas de la motivación y dirigen la conducta hacia los elementos ambientales que alivian estados de privación, por lo tanto una persona intrínsecamente motivada participará en una actividad recreativa porque lo considera necesario para su calidad de vida. También existen las fuentes externas creadas por metas, en este caso la motivación extrínseca y la participación depende de obtener algo a cambio como premios, medallas dinero entre otros.

El modelo para diagnosticar los motivos recreativos de participación fue propuesto por Beard y Ragheb en 1983. Esto lo realiza mediante un instrumento cuya escala mide los motivos de participación en actividades recreativas. El instrumento se divide en cuatro categorías que son: las motivaciones intelectuales, las sociales, los dominios de competencia y el factor de evasión de estímulos (Chiu, 2008).

Se ha encontrado una relación positiva entre la motivación y la participación en actividades recreativas (Hsieh, 1998). Por ejemplo, en un grupo de adultos mayores en Taipei y Kaohsiung, Taiwán, las motivaciones para ser parte de un programa recreativo se dirigen a evitar situaciones estimulantes como buscar la soledad, el descanso y las condiciones de calma (Wang, 2008). Otra investigación en colegiales que practicaban artes marciales los motivaba el factor intelectual de la recreación, por ejemplo: generar más conocimientos, explorar nuevas ideas, ser creativos entre otros elementos (Chiu, 2008).

En el estudio de Walker (2008), relacionan los grupos de amigos con la participación en recreación, así en su resultado muestra un relación positiva entre la participación y la motivación intrínseca, generadas por medio de lo interesante y agradable de la actividad.

Por su parte, Fawcett, Garton y Dandy (2009), buscaron en un grupo de jóvenes si las actividades se ajustaban a los intereses de los individuos, las capacidades y su nivel de participación en actividades recreativas. Además la influencia del reconocimiento de actividad por parte de los dirigentes, los padres y los compañeros podría fortalecer la percepción de los adolescentes de sus capacidades, el aumento de niveles de confianza y la validación del sentido de sí mismo, en el aumento del compromiso hacia la actividad. Los resultados favorecían las hipótesis de los investigadores.

Con poblaciones universitarias Gómez, Ruiz, García, Granero, Piéron (2009), determinaron que los jóvenes se involucran en actividades deportivas de manera recreativa por motivos intrínsecos como lo son el placer, la salud y la evasión o escape de la rutina. Además, el mismo estudio divide las motivaciones por sexo en las cuales agregan que a los

varones les motiva participar por aspectos relacionados con la salud, mientras a las mujeres el placer y la diversión las motivan para la participación en actividades físicas recreativas.

En Costa Rica las investigaciones han sido limitadas en temas de la motivación y la recreación, estas se han enfocado al aspecto físico, en el caso de adultos mayores que participan en actividades físico-recreativas, cuyos motivos de participación más destacados son la autorealización personal, la búsqueda de estatus y la salud, el segundo factor tiene que ver con actividades que involucren acción, emociones y liberación de energía (Sancho, 2007).

### **Limitación de participación recreativa**

Otro factor que incide sobre la participación en actividades recreativas en la actualidad tiene que ver con las limitaciones para la práctica de actividades recreativas, estas son barreras, impedimentos o pretextos que se buscan para no ser parte de un programa recreativo, negándose así la posibilidad de sentirse bien. Para algunos autores las limitaciones recreativas son las razones percibidas o experimentadas que inhiben o prohíben la participación, por ejemplo en países desarrollados el obstáculo más frecuente de participación es la falta de tiempo. (Han, 2004; Hawkins, Peng, Hsieh y Eklund, 1999).

Crawford, Jackson y Godbey, mencionados por Lee (2003), formularon modelos de restricciones hacia la recreación y han sido continuado en la actualidad, en este modelo establecieron tres dimensiones en las limitaciones de prácticas recreativas: la interpersonal, la intrapersonal y la estructural.

Según Son (2008), la interpersonal se relaciona con la interacción social por ejemplo no tener acompañante para realizar alguna actividad. Por su parte la intrapersonal, se refiere a limitaciones que existen dentro del individuo tales como la falta de autoeficacia, de interés y la incapacidad física finalmente la estructural se vincula con factores del medio ambiente como la falta de instalaciones, costos entre otros.

Para Reichert, Barros, Domínguez y Hallal (2007), hay una relación fuerte entre el número limitaciones percibidas y la participación en actividades deportivas con características recreativas. Este estudio realizado a personas de 20 años o más, en Inglaterra, revela que las principales limitaciones son la baja motivación y la falta de dinero, con base en estos resultados se sugieren estrategias hacia la participación en este tipo de actividades.

Otros estudios como el de Niñerola, Capdevila y Pinatel (2006), indican que una de las principales limitaciones para la práctica de actividades en el uso adecuado del tiempo libre son las obligaciones y la falta de tiempo en una población de 720 personas distribuidos entre estudiantes universitarios, usuarios de servicios de actividad física y socios de clubes deportivos.

Por su parte Guinn y Vincent (2008), determinaron que las mujeres mexicanas evidencian la falta de motivación y los factores sociales como elementos que inciden sobre las prácticas deportivas en el tiempo libre.

Específicamente, se han encontrado investigaciones como la de Arab-Moghaddam (2007), que relacionan los aspectos de participación en recreación con las barreras, por

ejemplo en mujeres iraníes la principal limitación es falta de infraestructura, esto por el contexto en el que se desarrollan. También Han (2004) realizó un estudio en personas Korea-Americanas, el cual destacó que las principales limitaciones de participación se centran en la parte estructural como poco tiempo, poco dinero y el trabajo.

En el mismo sentido la falta de habilidades, problemas de relaciones sociales, falta de conocimiento y la accesibilidad fueron los factores que se detectaron en el estudio de Nadirova (2000).

En Costa Rica, Sancho (2007) destacó en un grupo de personas adultas mayores que participan en actividades físico-recreativas, que para el 84,7% de los participantes no existen barreras o limitaciones para realizar actividad física de manera recreativa, sin embargo, el restante 15,3% considera que la única barrera o limitación son las enfermedades, seguidas por la pereza y la falta de tiempo.

Los resultados ofrecidos en diferentes investigaciones son las bases sobre las cuales se debe desarrollar un programa recreativo, estas son guías para la validez en la formulación de planes de acción y actividades en función de las motivaciones y las barreras que limitan la práctica de actividades recreativas.

### **¿En qué consiste un programa recreativo?**

Seguido del diagnóstico, inicia el proceso de programación el cual se puede definir como un conjunto de actividades agrupadas en formatos que se planifican para el disfrute de las personas participantes, de esta manera la variedad, la flexibilidad y equilibrio son elementos necesarios en la programación recreativa (FUNLIBRE, 2004).

Las actividades son las unidades básicas en recreación que combaten la diversión negativa y el mal uso del tiempo libre, por medio de ellas los participantes, gozan, perciben el placer, recargan energías. En el orden de las ideas anteriores para lograr estos objetivos debe haber una gran cantidad y variedad de actividades, que sería difícil nombrarlas todas, para ello varios autores las categorizan, entre ellos: Salazar (2007), en deportes, juegos y actividades físicas; actividades artísticas; recreación social; actividades al aire libre y relacionadas con la naturaleza; actividades cognoscitivas; actividades de enriquecimiento y actualización personal; pasatiempos y turismo.

Por su parte Edginton, Hudson, Diesel y Edginton (2004) clasifican las actividades recreativas en: actividades artísticas; actividades literarias, actividades de enriquecimiento educativo, deportes, juegos y competencias atléticas, actividades acuáticas recreación al aire libre, actividades para el bienestar, pasatiempos, recreación social, servicio de voluntariado y turismo. Cada categoría implica una serie de actividades con características propias y particulares que se deben considerar para ofrecer un formato recreativo.

Según Salazar (2007), los formatos recreativos tienen que ver con el tipo de actividad que se ofrece y la estructura organizativa, estos son de suma importancia, ya que le brindan a las personas opciones para escoger y generar nuevas experiencias.

En la literatura se pueden encontrar algunas formas de clasificación para los formatos recreativos, por ejemplo: Salazar (2007) propone los siguientes: Clubes y grupos con intereses sociales específicos, competencias y concursos, paseos y excursiones, actividades especiales, educación, instalación abierta, servicio voluntario.

Por su parte Russell y Jamieson (2007) proponen la siguiente clasificación organizacional: recreación gubernamental, instalación abierta, servicio de voluntariado, recreación privada, recreación de la fuerza militar, recreación académica, recreación comercial, recreación terapéutica, servicios deportivos, turismo; para MacLean, Hurd, y Brattain (2007) y basados en las clasificaciones de Kraus consideran que son: agencias públicas, servicio de voluntariado, recreación comercial, servicios de empleados, recreación militar, clubes privados, recreación en instituciones de educación, recreación terapéutica, recreación deportiva y turismo.

Edginton, Hudson, Diesel y Edginton (2004) consideran que la manera de clasificarse las actividades recreativas es la siguiente: competencias, paseos, clases, club, eventos especiales, seminarios o congresos, servicio de voluntariado y grupos con intereses comunes.

Los formatos que se ofrecen, están a disposición de las personas participantes, quienes serán beneficiadas tanto individual como comunalmente, las áreas de trabajo que están relacionadas con la recreación deben ser conocedoras de estas formas de trabajo y así ofrecer servicios de calidad según las demandas de la población diagnosticada.

### **Tipos de servicios en recreación**

En la actualidad los programas recreativos están siendo desarrollados por profesionales que de alguna manera buscan el aprendizaje o la actualización constante en el área, es por esta razón que se han organizado campos de trabajo en los cuales los recreacionistas pueden optar como una opción laboral.

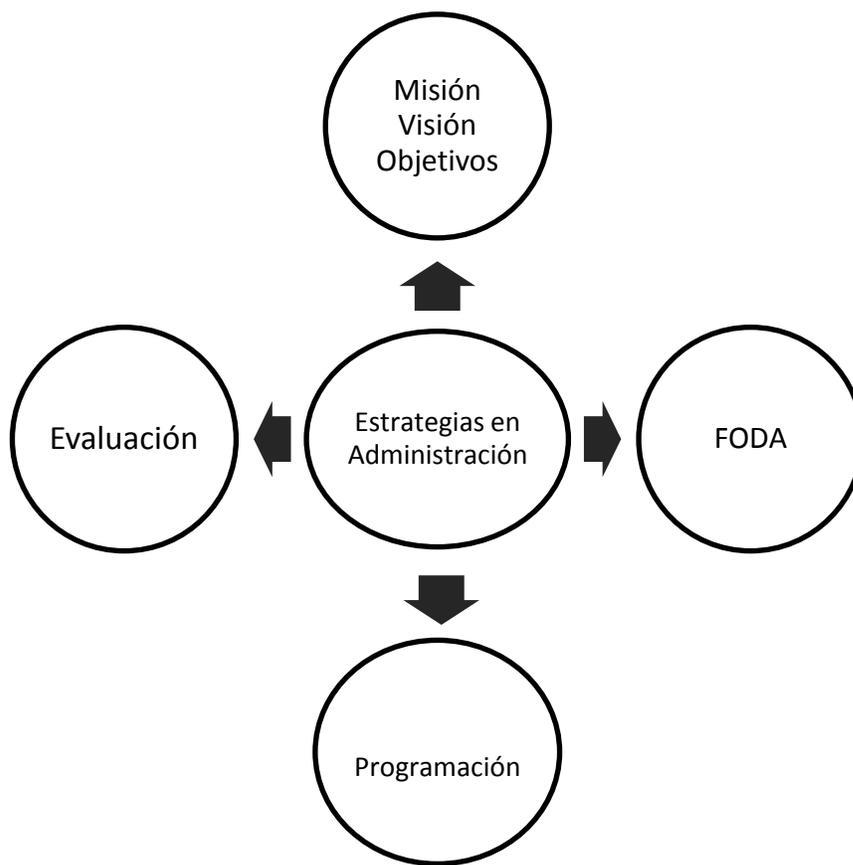
Según Edginton, Hudson, Diesel y Edginton (2004) los servicios recreativos se ofrecen en tres áreas de acción en los Estados Unidos: a) el sistema político gubernamental, b) el sistema de servicios privados y c) el sistema comercial. Cada uno de ellos con características propias: el sistema político gubernamental tiene que ver con la recreación que se realiza en municipalidades, parques, el turismo, los hospitales, los parques nacionales, departamento de defensa y las universidades entre otros (MacLean, Hurd y Brattain, 2007).

Los servicios privados están basados en las contribuciones que realizan las personas o asociados entre ellos: Boy Scouts, American Camping Association. Finalmente el sistema comercial, que enfatiza en el consumo o para generar ingresos, tal es el caso de clubes de tenis, estudios de bailes, gimnasios, circos, centros comerciales, restaurantes, cada uno de ellos con propuestas de programación diferentes para captar la mayor cantidad de participantes. De alguna manera estos sistemas recreativos son conocidos en la región centroamericana por la cercanía con Estados Unidos.

En Costa Rica a pesar de que el concepto de recreación es relativamente nuevo, ya se ha trabajado en diferentes campos o sistemas recreativos y es por ello que Salazar, (2007), propone áreas de trabajo en las que puede incursionar un profesional como lo son: recreación comunitaria, recreación comercial, recreación terapéutica, recreación laboral, recreación policial, recreación acuática, recreación municipal, recreación privada y finalmente la recreación universitaria, lugares en los cuales se puede promover este tipo de actividad a favor de la salud. Cada una de estas áreas, por sus características se organizan de manera diferente en función de su filosofía de trabajo.

## Organizaciones para desarrollar programas

### Elementos de la administración en actividades recreativas



*Figura 2. 3.* Este es un diagrama de la información recolectada de las estrategias administrativas aplicadas a la recreación.

### ¿Qué es una organización?

Toda área de trabajo posee organizaciones que dirigen los programas recreativos a diferentes poblaciones para satisfacer necesidades en este campo. Como cualquier organización que busca el éxito debe manejar elementos administrativos elementales en función de los buenos resultados.

La organización consiste en ensamblar y coordinar los recursos humanos, financieros y físicos, de información y otros que son necesarios para lograr las metas, en actividades que incluyan atraer gente a la organización, especificar responsabilidades del puesto, agrupar tareas en unidades de trabajo, dirigir y distribuir recursos y crear condiciones para que las personas y los diferentes elementos funcionen en conjunto para alcanzar el éxito (Ferrell, Hirt, Adriaenséns, Flores, Ramos, 2004).

### **Estrategias organizacionales en un grupo de trabajo**

Una estrategia es un plan para interactuar con el entorno competitivo que permita lograr los objetivos organizacionales, las estrategias pueden incorporar varias técnicas para el logro de los objetivos y estas se tratan de desarrollar de manera congruente con el ambiente exterior (Daft, 2000).

Robbins y Coutler, (2005), plantean cinco etapas que deben cumplir las estrategias en la administración:

**Etapas 1.** Identificación de la misión, los objetivos y las estrategias actuales de la organización. Durante esta etapa se debe identificar la misión, la cual encierra su razón de ser y que debe responder a la pregunta: ¿Cuál es la razón de ser de la organización? Así mismo se consideran los objetivos que la organización desea lograr y cómo alcanzarlos.

**Etapas 2.** Análisis externo: en esta etapa se considera la importancia de analizar el ambiente externo de la organización, como parte fundamental que ayude a definir la estrategia por utilizar de acuerdo con los factores que se encuentren con el análisis. Además se toman en cuenta las oportunidades que pueda explotar la organización, entendiéndose

como las tendencias positivas en los factores externos encontrados. Así como tratar de contrarrestar las amenazas producto de tendencias negativas.

**Etapa 3.** Análisis interno: el análisis interno debe culminar con una evaluación concisa de los recursos con los que cuenta la organización, así como las capacidades para realizar las diferentes funciones, básicamente las fortalezas. Por otra parte, aquellas actividades que la organización no realiza de manera adecuada o la falta de algún recurso se les denominan debilidades, a este análisis se le conoce como FODA fortalezas, oportunidades, debilidades y amenazas de la organización.

**Etapa 4.** Formulación de estrategias: después de realizar el análisis FODA, se deben determinar y evaluar alternativas estratégicas, para elegir la que mejor se ajuste al aprovechamiento de las fuerzas de la organización y a la explotación de las oportunidades del ambiente, o bien consolidar la corrección de las debilidades de la organización y tratan de minimizar las amenazas.

**Etapa 5.** Puesta en marcha de las estrategias: después de formular las estrategias que mejor se ajusten a las características de la organización, descubiertas mediante el análisis interno y externo las estrategias se llevan a cabo.

### **Misión y visión de una organización.**

Según Daft (2000) y Salazar (2010) la misión es el propósito general de una organización, también se le conoce como objetivos oficiales, ella describe la visión de la organización, los valores y creencias que comparten, además su razón de ser. La misión proporciona unidad, enfoque y un punto de partida para esfuerzos futuros. Sin ese propósito

en común la programación se basará solo en ofrecer actividades en vez de servir a la comunidad.

Por otra parte la visión es la posición que una organización desea alcanzar en el futuro y lo que necesita hacer para lograrla, en ella se visualiza, se indica la dirección. La visión se caracteriza por incluir grandes esperanzas y aspiraciones, esto inspira, anima, fortalece y compromete a la organización con los usuarios (Salazar, 2010).

La misión y la visión de una empresa son elementos filosóficos muy generales cuyo propósito es orientar a la organización. Para poder llegar a ellos es fundamental redactar metas y objetivos que son componentes más específicos.

### **Objetivos de una organización**

Los objetivos como apunta Daft (200) se derivan de la misión y visión, designan los fines que se buscan mediante los procedimientos de operación actuales, en ellos se describen resultados medibles. Los objetivos brindan un sentido de dirección a quienes participan en la organización, ayudan a motivar a los participantes, también son lineamientos para la toma de decisiones de los empleados, además son una norma para la evaluación.

La redacción de los objetivos ayuda a la organización a trasladar e interpretar la misión de la organización en fines operacionales, en otras palabras programas y actividades que realizar, la incertidumbre que puede tener la administración de los programas es dirigida y enfocada por medio de un proceso secuencial y finalmente los esfuerzos del personal son interrelacionados (Salazar, 2010).

## **Análisis FODA**

El FODA es un modelo de análisis que corresponde a las iniciales de Fortalezas, Oportunidades, Debilidades y Amenazas, que se introduce en la administración en el año 1969 por investigadores de Harvard. Seguidamente, el modelo adquiere popularidad debido a los beneficios al planear la distribución y lineamientos de los recursos con el ambiente. Actualmente el FODA está vigente y se recomienda para el análisis estratégico administrativo y de mercados (Armida, 2005).

El análisis FODA es un instrumento del cual se vale una organización para diagnosticar la situación que vive en la actualidad y así de esta manera tomar decisiones con los objetivos planteados. En este modelo las fortalezas y las debilidades son análisis internos y esto favorece el actuar directamente sobre ellas. Pero las amenazas y las oportunidades son externas, lo que suele ser difícil modificarlas (Ascencio, 2004).

Las fortalezas según Alonso (2006), se refieren a situaciones que favorecen a las empresas, es decir recursos y capacidades que pueden utilizar para el desarrollo de su posición competitiva. Por otra parte, la debilidad es una variable que limita la realización óptima de los objetivos.

En el mismo sentido la oportunidad, en el análisis FODA, significa todo aquello que le brinda una tendencia favorable a la organización, por el contrario, la amenaza es aquello que significa un riesgo para la empresa por ejemplo ejecutar el proyecto en lugares donde se desarrollen varias actividades similares.

### **Planes de acción en una organización**

La planificación consiste en especificar los objetivos que se deben conseguir y en decidir con anticipación las acciones adecuadas que se deben ejecutar para alcanzarlo.

Entre las actividades de planeación se encuentran: la decisión de los tipos de actividades en las que participará la compañía, la elección de estrategias corporativas y la determinación de recursos necesarios para lograr las metas de la organización (Ferrell, Hirt, Adriaenséns, Flores, Ramos, 2004).

Los planes de acción deben decidir: (a) ¿quién organizará la actividad?, esto asigna responsabilidades a diferentes personas; (b) ¿qué se ofrecerá?, tiene que ver con el tema de la actividad y actividades atractivas para el público; (c) ¿dónde se realizarán?, se debe diagnosticar el tipo de instalación y las condiciones de estas; (d) ¿en qué momento?, en este apartado se valora el clima y la coordinación con otras actividades; (e) ¿por qué se ofrece?, ¿cuál es propósito de la actividad? y (f) ¿cómo se desarrollará?, tiene que ver con el presupuesto, patrocinadores, voluntarios y otros.

Además, los planes de acción, en términos generales, colocan en un espacio definido de tiempo y responsabilidad las tareas específicas para contribuir a alcanzar objetivos superiores. Todos los planes de acción presentan su estructura de modo personalizado para cada proyecto, es decir, dependiente de los objetivos y los recursos, cada organización presenta su plan de acción adecuado a sus necesidades y metas.

Finalmente para determinar el alcance de la estrategia la fase de control o evaluación analiza los resultados, los valora y así muestra la viabilidad de seguir con el

programa o por el contrario modificar algunas de su partes con el fin de mejorar la calidad para los usuarios (Salazar, 2010).

Por esta razón, Armida (2005) recomienda que antes de llevar a cabo un plan, hacer pruebas a menor escala o pronóstico que puedan determinar en gran medida las diferentes etapas del proyecto. Estos escenarios se pueden desarrollar para fijar objetivos o compromisos, así para como prevenir desastres o anticipar el éxito.

### **Control de los objetivos**

Como se ha mencionado, el éxito de un programa depende del logro de objetivos, sin embargo, en ocasiones los objetivos no se cumplen, es por ello que el proceso de evaluación en una organización debe ser constante. El control según Salazar (2010), es el proceso de actividades de evaluación y corrección para mantener a una organización en el curso. Así la evaluación no sólo implica recolectar datos, además abarca valoraciones acerca de la información recibida.

El control abarca cinco actividades: medición del rendimiento, comparación del rendimiento actual contra normas u objetivos, identificación de desviaciones respecto de la norma, investigación de las causas de las desviaciones y finalmente la puesta en práctica de las medidas correctivas necesarias. Este es un proceso continuo y de todo el grupo de trabajo, cuya principal función es determinar el éxito de los planes, afirma Ferrell et al. (2004).

Una adecuada evaluación genera decisiones relevantes en la organización, basadas en los resultados, en ella se determina si el programa debe continuar, cerrarlo o rediseñarlo

en función de los usuarios, es por ello que es tan importante. Para Salazar (2010) los cambios se podrían generar desde varias vertientes: a) las personas con base en su participación, b) en el programa y c) en la organización.

El éxito en programas relacionados con la salud, está condicionado por los procesos administrativos que se les aplique. Las Ferias de la Salud son programas dirigidos a la comunidad, para la educación y la prevención. Estas organizaciones deberían utilizar los recursos que la administración les brinda para mejorar, innovar en cada una de sus propuestas.

### **La recreación en las Ferias de la Salud**

Las Ferias de la Salud (FS), pueden convertirse en una oportunidad para la proyección de la recreación en una comunidad. Utilizar las fortalezas que las FS poseen para programar en recreación es una opción por utilizar y así considerar y evaluar los posibles escenarios en este tipo de actividades, todo esto para iniciar una estrategia de programación recreativa.

La recreación en todas sus dimensiones, es un área que debería considerarse en todas las FS, ya que generan beneficios en la salud integral de las personas. A partir de esta premisa, existen múltiples posibilidades de programación en beneficio de la población como lo son: actividades especiales, exhibiciones, actividades para grupos afines, estas opciones son oportunidades para experimentar el bienestar.

Según Vincent et al. (1994) y Stamat et al. (2008), una posibilidad de impactar es por medio de una FS ya que es un mecanismo efectivo de información a la población sobre

las características más relevantes de su estado de salud, además se educa al público sobre cambios de comportamiento, de tal manera que se reducen los riesgos en determinadas enfermedades de las personas, además es un recurso flexible que permite charlas con un enfoque de sensibilización y además se fortalecen con una serie de actividades prácticas.

Las FS poseen ciertas características que la hacen atractiva al público, por ello son tan visitadas por las personas, algunas de las principales son: fácil acceso, educan sobre la salud de las personas, se evalúa el estado médico, es coordinado por personas de la comunidad y son de bajo costo, estas facilidades podrían ser aprovechadas por la recreación para desarrollar programas (Ness et al. 2003).

En Costa Rica generalmente estos programas son organizados por el sector salud, enfatizando en la evaluación física y generalizando en áreas que tienen que ver con el bienestar integral del ser humano como lo son la nutrición, la psicología, la educación física y la recreación. Estas áreas son igual de importantes, por lo que deben promoverse y desarrollarse aún más, al unirse todas las áreas en común se crea un grupo multidisciplinario que aporta ideas a la organización generando ferias de la salud novedosas, atractivas y que impacten significativamente a la comunidad.

Existen programas recreativos que son exitosos, con ayuda de varias instancias por ejemplo en España Fouce y Gómez, (2003), con el programa ocio nocturno para jóvenes en Torrejón de Ardoz (Madrid), se organiza con ayuda de 4 instituciones: el concejo municipal de bienestar, el servicio de información juvenil, la casa cultural, el parque y casa de la juventud, trabajan en conjunto, en la prevención del uso de drogas, alcohol y tabaco.

La estructura organizativa de una Universidad Estatal permite trabajar en conjunto en la generación de proyectos, por ejemplo: una feria de las salud en el TEC podría ser organizada entre: la Unidad de Deporte, el Área de Salud y la Federación de Estudiantes. Cada aporte de estas área es significativo en la organización del programa de actividades, de esta manera los esfuerzos serán compartidos con mayores resultados en la comunidad universitaria.

### **Recreación universitaria**

#### **La educación superior universitaria estatal**

La educación superior universitaria estatal como sistema se remonta a 1974, cuando por voluntad, los Rectores de las tres instituciones universitarias existentes en ese momento (UCR, TEC y UNA) decidieron integrarse mediante un convenio que creó el Consejo Nacional de Rectores (CONARE). El propósito fundamental de la creación del CONARE fue lograr la coordinación entre las Instituciones de Educación Superior Universitaria Estatal (IESUE), a fin de propiciar un óptimo desempeño del conjunto.

En el más reciente Plan Nacional de la Educación Superior Universitaria Estatal 2006-2010 se plantea como principio la formación humanística cuyo enfoque es el compromiso con la formación integral de la persona, en todos sus alcances y dimensiones. Además el lineamiento estratégico de calidad promueve: “Fortalecer el desarrollo integral del recurso humano, mediante programas específicos que contribuyan a su realización personal, profesional y laboral para brindar servicios de alta calidad.” (CONARE, 2005, p.43).

## **Vida estudiantil**

Uno de los retos de las universidades estatales es mantener el cumplimiento de sus objetivos, en un medio ambiente de cambio continuo, sobre todo en materia tan dinámica como la vida de sus estudiantes. Este reto fue asumido por las personas que laboran en el área de vida estudiantil de las diferentes instituciones públicas. Para ello elaboraron un marco estratégico como guía de cada uno de sus proyectos (CONARE, 2001).

En el marco estratégico de Vida Estudiantil se plasman una serie de áreas de trabajo que le son de su competencia, se pueden destacar, en función a la equidad, admisión, deserción y otros, pero fundamentalmente en la salud integral, la recreación y el uso del tiempo libre, para ello se propone un programa de vida universitaria (CONARE, 2001).

En el tercer seminario *Taller del área de vida estudiantil* (CONARE, 2002), se plantó el fortalecimiento de programas y acciones que promovían el desarrollo máximo de las potencialidades de la comunidad estudiantil en las dimensiones intelectuales, biológicas, emocionales, espirituales y sociales. Esto se enmarca mediante siete proyectos generados en el taller, de los cuales se destacará el proyecto 3 y 4 para efectos del presente estudio, dada su estrecha relación con la salud integral y la recreación de la comunidad universitaria.

**El proyecto 3:** construcción de estilos de vida saludables en el ámbito universitario que consiste en asegurar el derecho a la salud y las universidades asumen el compromiso con otras instancias gubernamentales de generar por medio de la capacidad creadora y productiva de los jóvenes un futuro social y humano sostenible.

**Proyecto 4:** Recreación y Cultura, el cual se visualiza como parte del desarrollo integral en el que se buscan alternativas orientadas a promover en los estudiantes universitarios la búsqueda de alternativas orientadas a promover la vivencia de la cultura y la recreación como partes integrales del proceso de vida y un medio de enriquecimiento.

Estos dos proyectos contemplan componentes de reflexión, análisis y construcción de alternativas por medio de talleres y trabajos de investigación que permiten identificar los intereses de los estudiantes en la áreas de la salud integral, la recreación y la cultura, de esta manera generar actividades en función del bienestar de la comunidad universitaria (CONARE, 2002).

### **La salud integral para la comunidad universitaria**

El término salud integral tiene que ver con el equilibrio entre los factores físicos, biológicos, emocionales, mentales, espirituales y sociales, que permiten un adecuado crecimiento y desarrollo en todos los ámbitos de la vida de las personas. En términos generales es el estado del bienestar ideal (Barboza, 2010).

Los programas de salud universitaria en su mayoría se han centrado en el conocimiento de enfermedades o complicaciones particulares; en algunos casos se han realizado intervenciones colectivas con el apoyo del personal de salud sobre vacunación, medición de peso y talla y en ocasiones la revisión. En general han sido insuficientes, de cobertura restringida, alto costo, bajo impacto y salvo excepciones (López-Bárcena y González, 2005).

De los programas que se han propuesto, la mayoría de los resultados no ha reflejado el impacto deseado. Dentro de las posibles causas están la falta de inversión de las universidades en recursos humanos y financieros en estos programas, así como en la falta de credibilidad de los jóvenes en otras instituciones sociales, así como en los adultos que las conducen, ya que la mayoría sólo confían en los médicos y profesores (López-Bárcena y González, 2005).

La débil penetración de los programas también está condicionada por la falta de participación de los estudiantes, poca o nula coordinación interna (autoridades, especialistas) y externa (sector salud, otras universidades, organizaciones no gubernamentales) y por la ausencia de una política fuerte de salud universitaria que, además de la inversión en los servicios, incorpore en el currículo estos contenidos (López-Bárcena y González, 2005).

### **Recreación para la comunidad universitaria**

La recreación a nivel universitario es un área de trabajo que se ocupa del bienestar de la población estudiantil, es la opción para liberar la tensión causada por la carga académica. En una institución de educación superior además de estudiantes hay personal docente y administrativo quienes conforman una gran comunidad con funciones y responsabilidades similares a un sistema de engranaje.

Tanto, estudiantes, personal docente y administrativo, presentan una serie de exigencias particulares, en el caso de los estudiantes, las clases presenciales, los trabajos extra clase, las evaluaciones; por su parte los funcionarios la labor diaria, el trabajo extra, la familia. Estas actividades consumen tiempo y en la mayoría de los casos, las mismas

personas no planifican espacio para la recreación, lo que genera una serie de deficiencias en su calidad de vida debido a las múltiples obligaciones académicas y laborales, a malos hábitos de vida y particularmente un estilo de vida sedentario (Andrijašević, Paušić, Bavčević y Ciliga, 2005 y Chen-Hong, 2005).

La Universidad de Costa Rica (UCR) interviene mediante programas recreativos sobre los factores generadores de tensión. Esto se logra con ayuda de la Oficina de Bienestar y Salud, donde se encuentran los programas Deportivos, Recreativos y Artísticos de esta universidad, los cuales promueven el bienestar y el desarrollo en la comunidad universitaria mediante el deporte a nivel competitivo, la recreación y las prácticas artísticas.

En el caso particular de la recreación, se enfoca en oportunidades de convivencia grupal, mediante torneos, festivales y actividades recreativas pero en muchas ocasiones estos esfuerzos son aislados y se le delega la responsabilidad a una sola persona para desarrollar todos los programas recreativos, por lo tanto se hace necesario unir esfuerzos con otras instituciones o departamentos para que el impacto sea mayor (Camacho, 2007; Fouce y Gómez, 2003).

### **La comunidad universitaria estudiantil**

Recientemente Romero (2006), determina en estudiantes de la UNED, el interés hacia la participación en un programa recreativo, en cuyos resultados 376 de los encuestados dicen estar interesados, contra 11 que no lo están. El mismo estudio comparó los resultados en función del sexo, en el caso de población estudiantil masculina el 96,45% quiere un programa recreativo y al 3,55% no le interesa. La población estudiantil femenina

el 97,71% mostró su interés en este tipo de actividades, mientras que al restante, 2,9% no le pareció así.

Camacho (2007) investigó el efecto de un programa recreativo sobre estudiantes de primer ingreso de la UCR, en este estudio los temas que se fortalecieron fueron la amistad, el respeto, el trabajo en equipo, se logró mayor integración y una mayor vinculación entre los integrantes. Además la creatividad, fue fomentada mediante el programa, factores que son continuos en el proceso de educación.

Sin duda alguna un programa con las características que la recreación promueve es necesario en la comunidad estudiantil universitaria, de este se obtienen muchos beneficios que favorecen el desempeño académico.

### **La comunidad docente y administrativa universitaria**

En el 1992, Aguilar y Meza, realizaron un diagnóstico con funcionarios de la UNED para un programa de actividades físico recreativas para sus hijos en cuyos resultados muestran que el 69% respondió que sí era de su interés ser parte del proyecto y el 23% restante no lo consideró así.

En el 2007, Jiménez y Badilla consideraban que las instalaciones construidas para programas estudiantiles son opciones de recreo para los funcionarios, pero no existían programas en la Universidad Nacional dirigidos a este sector, en función de realizar actividad física o ejercicio en su tiempo libre. Además, este estudio planteó que los académicos y administrativos en esta comunidad universitaria, poseen los niveles más bajos de actividad física.

Es por ello que estas instituciones tienen la obligación de intervenir en la enseñanza del uso adecuado del tiempo libre por medio de programas que impliquen actividades recreativas como una manera de cultivar adecuados hábitos de vida para que sean acompañados durante su vida académica y laboral.

### Capítulo 3

## METODOLOGÍA

### **Tipo de investigación**

La investigación de este estudio es transversal descriptiva. Según Ortiz (2004), estos diseños describen las relaciones entre dos o más variables, en un momento determinado son descripciones, pero no de variables individuales, sino de sus relaciones, sean estas correlaciones o relaciones causales. En este diseño lo que se midió es la relación de las variables independientes y las dependientes en un tiempo determinado (Ortiz, 2004).

Para Malhotra (2004), este tipo de investigación describe características o funciones y la principal función es, calcular el porcentaje de unidades en una población específica que muestre cierto comportamiento.

En el caso particular de la presente investigación se describió el comportamiento de la comunidad universitaria del TEC, en relación con la motivación y las limitaciones de participación recreativa.

Por otra parte en la recolección de información adicional se utilizaron técnicas de carácter cualitativo que según Sandí (2003) se refieren a la construcción de la realidad social mediante procesos interactivos.

### **Población y muestra**

Se contó con dos grandes grupos de participantes, cada uno correspondiente a una etapa distinta del diagnóstico:

### ***1. Etapa uno***

Las personas participantes en esta etapa corresponden al grupo organizador de la FS en el TEC. Son cinco profesionales que laboran en el área de salud de esta institución. En la misma etapa participaron las personas encargadas de coordinar el préstamo y uso de las instalaciones deportivas y culturales del TEC.

### ***2. Etapa dos***

En la etapa dos participó la comunidad institucional del TEC, según Carlos Araya Madriz (comunicación personal, 23 mayo 2011), mediante correo electrónico señala que en el primer semestre del 2011, en la Sede Central del TEC se matricularon 6036, estudiantes de los cuales 3980 eran hombres y 2056 mujeres, lo cual fue parámetro para determinar la muestra del segundo semestre. Para efectos del presente proyecto se encuestaron 399 hombres y 234 mujeres.

Por otra parte Isabel Jiménez Mora (comunicación personal, 09 de junio 2011), por medio de memorando R-H728-2011 informó que la comunidad docente y administrativa que labora en el segundo semestre del 2011 en la sede central del TEC son 958 individuos distribuidos, en 592 hombres y 366 mujeres. Para el presente estudio se tomó una muestra de 189 hombres y 158 mujeres.

Para determinar el tamaño de la muestra se utilizó la técnica probabilística estratificada en la cual se considera el sexo del participante. Para este proceso se utilizó la siguiente fórmula:

$$n_0 = \left( \frac{Z}{d} \right)^2 PQ \qquad n = \frac{n_0}{1 + \frac{n_0}{N}}$$

En la cual

Z = Margen de confiabilidad: 95%= 1,96

d = Error de muestreo: 5%

n<sub>0</sub> =Primera aproximación

n = Tamaño de la muestra

N =Tamaño de la población

P = Probabilidad de que el evento ocurra: 50%

Q = Probabilidad de que el evento no ocurra 50%

### **Instrumentos**

El presente proyecto utilizará tres instrumentos para recolectar la información, cada uno correspondiente a una etapa distinta del diagnóstico:

#### ***Entrevista***

En el presente proyecto se utilizó la técnica de entrevista enfocada semi-estructurada, la cual según Costa (2007), permite una conversación orientada hacia un tema en específico, en este caso la FS, esta técnica permite captar información abundante y básica sobre la situación actual de la infraestructura del TEC. El cuestionario contenía 7 preguntas demográficas y 19 preguntas abiertas. Las preguntas abiertas estaban agrupadas

en las siguientes variables: programas recreativos universitarios (Factores institucionales), Recreación (Motivos y Limitaciones recreativas), y Ferias de la Salud, (Ver instrumento en anexo A). Este instrumento fue validado por dos profesionales con experiencia en el campo de la investigación cualitativa. En primera instancia la Licda. Bettzy Rojas Molina, Licenciada en Psicología y Bachiller en Trabajo Social de la Universidad de Costa Rica quien actualmente trabaja en el Tecnológico de Costa Rica. En segunda instancia la Dra. Jacqueline García Fallas, profesora Catedrática de la Universidad de Costa Rica, además funcionaria del Instituto de Investigación en Educación e Instituto de Investigaciones Filosóficas de dicha universidad y profesora del curso Investigación cualitativa de la maestría en recreación. Lo anterior ayuda a garantizar la consistencia interna del instrumento de medición y los objetivos de este proyecto.

### ***Guía para grupo focal***

El instrumento utilizado en el grupo es una guía de preguntas que se llenó el día de reunión con el grupo de organizadores de la FS. Dicha guía incluye cinco secciones: a) información demográfica (nombre, edad, labor dentro de la organización); b) Ferias de la Salud (organización); c) recreación (percepciones); d) factores que inciden en la recreación (motivos y limitaciones); y e) programas o actividades recreativas (diseño y aplicaciones) (ver instrumento en anexo B). De la misma forma este instrumento fue validado por las dos profesionales antes mencionadas.

### ***Escala de motivos de participación recreativa.***

La Escala de Motivación Recreativa (EMR) fue propuesta por Beard y Ragheb (Chiu, 2008). Esta escala mide los motivos de participación en actividades recreativas. El instrumento se divide en cuatro factores que son: las motivaciones intelectuales, las sociales, los dominios de competencia y el factor de evasión de estímulos. Seguidamente se detallan estos factores: a) factor intelectual, puntajes altos en este factor muestran interés de participación en actividades recreativas para aprender, investigar, descubrir, crear e imaginar; b) factor social, puntajes altos en este factor muestran interés de participación por la necesidad de amistades, relaciones sociales y sentimientos de respeto mutuo; c) factor dominio de competencia, puntajes altos en este factor muestran interés de participación por sentido de logro, control y desafío a la competición y d) factor evasión de estímulos, puntajes altos en este factor muestran interés de participación por la motivación intrínseca de alejarse de la sociedad, estar solo en un lugar tranquilo y pacífico para relajarse.

En el anexo D se indica cuáles ítemes se deben sumar para obtener cada categoría. Hsieh (1998), determinó la confiabilidad alpha Cronbach de cada una de las categorías: escala total:  $\alpha = .90$ , intelectuales:  $\alpha = .90$ , sociales  $\alpha = .92$ , dominio de la competencia  $\alpha = .91$  y factor de evasión de estímulos  $\alpha = .90$ . Esta escala es aceptable debido a que las mediciones mayores a 0.6 en el alpha Cronbach son aceptables en estudios preliminares (Kent, 2001).

### ***Escala de barreras de participación recreativa.***

El modelo de Escala de Limitaciones Recreativas (ELR) lo plantearon Crawford, Jackson, Godbey (Alfadhil, 1996). Esta escala mide las barreras que limitan la participación en actividades recreativas. La escala se divide en tres categorías: la intrapersonal, la interpersonal y la estructural. A continuación se detalla cada factor: a) factor intrapersonal, puntajes altos en este factor muestra limitaciones de participación por una condición interna del individuo, es un factor personal psicológico, como el estado de ánimo; b) factor interpersonal, puntajes altos en este factor muestran limitación de participación por la negativa de interacción con otros ya sea la familia, los amigos, los compañeros de trabajo; y c) factor estructural, puntajes altos en este factor muestran limitaciones de participación por situaciones como, pocas oportunidades, costo de las actividades, condiciones ambientales (Han, 2004).

En el anexo E se indica cuáles ítemes se deben sumar para obtener cada categoría. Alfadhil (1996), en un estudio piloto, obtuvo la confiabilidad alpha Cronbach de esta escala, cuyos resultados se reflejan de la siguiente manera: escala total:  $\alpha = .935$ , intrapersonal:  $\alpha = .861$ , interpersonal  $\alpha = .887$  y estructural  $\alpha = .786$ . De la misma manera, esta escala es aceptable debido a que las mediciones mayores a 0.6 en el alpha Cronbach son aceptables en estudios preliminares (Kent, 2001).

Las versiones originales de los instrumentos EMR y EBR, estaban en inglés. Para validar estos instrumentos fue necesaria su traducción y validación.

### **Procedimiento general**

Para el desarrollo de este proyecto es necesario implementar una serie de actividades, seguidamente se detallan:

1. El diagnóstico se divide en dos partes:
  - a. En la primera parte se utilizaron técnica cualitativas para indagar sobre la organización de la FS y en la segunda se diagnosticó el tipo y estado de instalaciones con las que cuenta el TEC para la estrategia recreativa.
  - b. La segunda parte utilizó técnica cuantitativa para determinar los motivos de participación en actividades recreativas y las limitaciones que impiden esta participación.
2. Los instrumentos EMR y ELR fueron traducidos y validados.
3. Los instrumentos fueron aplicados a la comunidad institucional.
4. Los resultados se analizaron.
5. La estrategia de participación masiva se implementó en un programa recreativo.

### **Procedimientos para validación de instrumentos**

Los instrumentos al estar en inglés, necesitaban ser validados al español para ser aplicados. Este proceso se detalla a continuación:

1. Los instrumentos de EMR y ELR fueron traducidos por una persona especialista.
2. La traducción fue revisada por una profesora especialista en la lengua Inglesa.
3. Se solicitaron los permisos correspondientes para la aplicación del EMR y ELR a dos grupos bilingües, en este caso en particular al nivel 5 y nivel 7 de inglés para Administración de Empresas que brinda la Escuela de Ciencias del Lenguaje del TEC.

4. Las dos aplicaciones se coordinaron con la persona responsable del grupo.
5. La aplicación se realizó en primera instancia a 20 personas que corresponden al nivel 7 de inglés para Administración de Empresas, esta se realizó con un día de diferencia. Además, se realizó una segunda aplicación a un grupo de 25 personas del nivel 5 de inglés para Administración de Empresas, en esta ocasión la diferencia entre las aplicaciones fue de cinco días.
6. Los instrumentos se codificaron para cada integrante del grupo de aplicación, quienes completaron el instrumento original y el traducido en momentos diferentes, con al menos un día de diferencia.
7. El instrumento original y traducido fue asignado aleatoriamente a los grupos, para la primera aplicación.
8. El instrumento original y traducido se aplicó en segunda ocasión según corresponda a la aleatoriedad.
9. Los datos obtenidos fueron analizados mediante una correlación de Pearson (validez concurrente entre la versión traducida y la original).

### **Validación de los instrumentos utilizados**

Para validar los instrumentos utilizados, que estaban en inglés, en primera instancia se le solicitó a una persona especialista y acreditada, traducirlos de inglés al español. La persona que realizó este trabajo es traductora e intérprete oficial del Ministerio de Relaciones Exteriores de Costa Rica según acuerdo No. 8-DJ del 21 de noviembre del 2000 (Licda. Katia Jiménez Pochet, 6 comunicación personal, 17 marzo 2011).

Seguidamente la traducción de los instrumentos fue revisada por la profesora quien posee una maestría en la enseñanza del inglés, que labora en la Escuela Ciencias del Lenguaje del Tecnológico de Costa Rica.

Finalmente las pruebas fueron aplicadas tanto en inglés como en español a dos grupos distintos, el primero con un día de diferencia y el segundo con 5 días de diferencia. Los datos obtenidos fueron analizados mediante una correlación de spearman (validez concurrente entre la versión traducida y la original).

Los resultados muestran (tabla 3.1) que la prueba resulta más precisa con un día de diferencia entre mediciones que con cinco días. Las correlaciones siempre tienden a ser moderadas o bajas, pero la confiabilidad es alta, salvo por el factor de evasión de estímulos.

*Tabla 3. 1*

*Validez y confiabilidad del EMR y ELR con un día de diferencia*

Factor	Correlaciones	Alpha Crombach
Factor Intelectual	.633(**)	<b>.739</b>
Factor Social	.741(**)	<b>.863</b>
Facto dominio competencia	.772(**)	<b>.889</b>
Factor evasión estímulo	.137	<b>.296</b>
Factor intrapersonal	.509(**)	<b>.760</b>
Factor interpersonal	.528(**)	<b>.741</b>
Factor Estructural	.443(*)	<b>.702</b>

Se puede considerar satisfactorio el resultado del proceso de traducción realizado, con respecto a la dimensión "evasión-estímulo", al replicarse el proceso con otra muestra con características similares a la primera, se logró obtener una confiabilidad aceptable cuyo Alpha Crombach fue de:  $\alpha=0,645$ .

### **Procedimientos recolección de información**

El procedimiento de recolección de información se desarrolló en dos etapas, la primera será un diagnóstico de información detallada sobre la organización de la Feria de la Salud en el TEC, esto en función de conocer los procedimientos previos de organización. Además se debe indagar con cuáles instalaciones se cuenta y el estado actual. Esta información será importante en el análisis FODA, para el planteamiento de la estrategia de programación recreativa.

La segunda etapa del proyecto será la aplicación del cuestionario EMR y ELR a la comunidad universitaria. La información que se genere a partir de estos instrumentos será la base para la propuesta de la estrategia de participación masiva.

### **Procedimiento de entrevistas y grupo focal:**

1. El proceso de entrevistas inició al contactar al grupo organizado de la FS y las personas coordinadoras de instalaciones del TEC.
2. La cita fue solicitada, a la organización de la FS y personas coordinadoras de instalaciones, para explicar lo que se va a desarrollar mediante la técnica de grupo focal y la entrevista en el caso de la coordinación de instalaciones.
3. Se preparó una guía de preguntas en ambas técnicas, validada por especialistas. Con estas guías se recolectó la información sobre la organización e instalaciones, parte fundamental de análisis FODA.
4. Los datos, se recolectaron y se grabaron con el permiso previo y se transcriben.
5. Los datos transcritos, se analizaron y se desarrolló en un texto.

6. El texto fue enviado al grupo organizador y la persona coordinadora de instalaciones, para que lo revisen, corrijan y devuelvan.
7. Las sugerencias de las personas coordinadora de instalaciones fueron introducidas.
8. El proceso finalizó hasta que se le dio el visto bueno en el grupo de organizadores de FS y la persona coordinadora de las instalaciones.

### **Procedimiento de aplicación de cuestionario**

1. Las versiones originales del EMR y ELR fueron traducidas al español.
2. Las versiones del EMR y ELR fueron validadas.
3. El cuestionario se divide en dos partes: a) la inicial en la que completan datos demográficos como sexo, tipo de población y lugar en el que realiza la actividad recreativa; b) En la segunda parte se completan los formularios EMR y ELR.
4. La cita, para la aplicación de los instrumentos, se solicitó a las personas responsables de los grupos estudiantiles, personal docente y administrativo.
5. Se entregaron 1200 encuestas de la cuales 980 fueron devueltas y completadas adecuadamente, sin embargo, 220 estaban incompletas o no fueron reintegradas.
6. Los datos fueron recolectados, se tabularon y finalmente se analizaron.

### **Procedimientos para elaborar la propuesta**

Con los datos se procedió a su respectivo análisis y desarrollo de la propuesta:

1. Los datos obtenidos se analizaron.
2. La estrategia de participación masiva se formuló con misión, visión, objetivos estratégicos, FODA y actividades.

3. La estrategia fue entregada a personas expertas en administración y recreación, quienes lo revisaron y brindaron recomendaciones.
4. Las recomendaciones fueron incorporadas.
5. El documento se devolvió a las personas expertas para su aprobación.

### **Procedimientos para analizar la información:**

El procedimiento para analizar la información se realizó con ayuda de cuatro instrumentos: la entrevista, la guía para grupo focal, el EMR y ELR.

#### ***Entrevista***

Para el análisis de las entrevistas, se imprimieron sus transcripciones, se analizaron las respuestas de las personas coordinadoras de instalaciones y se identificaron los elementos principales.

#### ***Guía para grupo focal***

Para el análisis de la información suministrada, se tabularon de manera exacta y en resumen cada una de las respuestas del grupo organizador de la FS y se identificaron los principales aportes.

#### ***El EMR y ELR***

La información obtenida se procesó en el paquete estadístico para las ciencias sociales (SPSS versión 15) programa de computadora para Windows.

Las variables dependientes son los factores que se ven influenciados en la participación de actividades recreativas, factores motivacionales y limitaciones recreativas.

Por su parte las variables independientes en este estudio van a ser el sexo, la población y el lugar en el que se realiza la actividad recreativa, dentro de la institución o fuera de ella.

Los siguientes fueron los métodos utilizados:

1. La Chi-cuadrado es una tabla de contingencia que aporta información conjunta de dos o más variables mostrando las respuestas de una en función de la otra; indicando el valor que toma la primera variable cuando la segunda tiene un determinado valor (Díaz, 2009). En este caso en particular se requiere determinar la relación entre las categorías del sexo (hombre y mujer), el rol universitario (comunidad estudiantil y personal docente y administrativo) y el lugar en el que practican las actividades recreativas (dentro o fuera del TEC).
2. Además para verificar la influencia de las variables independientes (sexo y tipo de población) sobre las variables dependientes (motivaciones recreativas y limitaciones recreativas, es decir, las categorías del EMB y ELR), se aplicaron cuatro análisis de varianza de tres factores (ANOVA). En este análisis, según Álvarez (1995), se determinan los factores que influyen en la participación (motivaciones o limitaciones), según el tipo de población, el sexo y lugar de participación. El análisis de varianza es una técnica estadística que permite entre otras cosas comparar dos o más medidas de forma simultánea. En el modelo de una vía sólo hay una variable independiente, si hubiese dos en el modelo se aplicaría el análisis de varianza de dos vías y así sucesivamente.
3. Correlación de spearman, para el proceso de análisis de calidad (confiabilidad y validez concurrente) de las traducciones del EMR y el EBR.

## **Capítulo 4**

### **ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS DEL DIAGNÓSTICO**

La finalidad de la primera parte de este capítulo es presentar los resultados del análisis de los datos cualitativos que corresponden a las entrevistas y el grupo focal desarrollados durante la presente investigación. En la segunda parte, se presentan los resultados del análisis estadístico de las variables cuantitativas, el cual se divide en tres partes: a) la información demográfica de la comunidad universitaria del TEC, b) el análisis de participación interna o externa de la comunidad universitaria, c) la relación entre las variables, factores asociados a la recreación el sexo, el rol y el lugar en el que realizan actividades recreativas.

#### **Análisis cualitativo**

##### **Análisis de datos recolectados en el grupo focal**

El propósito de realizar un grupo focal fue el de conocer los procedimientos que se involucran en la Feria de la Salud (FS) organizada en el TEC, así de este modo iniciar el proceso de diagnóstico para la realización de los diferentes procesos involucrados.

La FS es organizada por un grupo de cinco profesionales del área de salud y uno de la Unidad de Deporte del TEC cuyas edades oscilan entre los 27 y 52 años de edad. Son cinco mujeres y un hombre quienes tienen a cargo dicha actividad. La comisión organizadora está a cargo de la M.Sc. Maricela Meoño Martín.

Para obtener la información requerida se plantearon objetivos específicos, los cuales fueron la guía para desarrollar el grupo focal en cuatro momentos. El primero estaba relacionado con los procedimientos de organización utilizados en la FS, el segundo con los

factores que influyen en la participación recreativa, el tercero, la valoración de la recreación en la FS y finalmente el cierre.

### **Información general**

Según la información suministrada, en la clínica del TEC, por la comisión organizadora, el programa de FS pertenece al área de salud cuyo departamento es el de Trabajo Social y Salud, el número telefónico es el 25509180 y la directora del departamento es la M.Sc. Diana Segura Sojo.

La organización de la FS está conformada por cinco personas profesionales, las cuales se hacen cargo de las diferentes comisiones. Estas personas, además de esta función, asumen el trabajo cotidiano en la clínica de salud del TEC, por lo tanto la FS se asume de forma extraordinaria.

### **Análisis de la discusión del grupo focal**

#### **Primer momento del grupo focal: factor administrativo de la FS del TEC**

A partir de la discusión generada en el grupo focal por el primer momento (ver anexo B) se puede afirmar que no existe una organización objetiva, esto tomando como parámetro lo recomendado en la literatura con respecto a estructuras organizativa de procesos recreativos según Ferrell et al. (2004), se deben crear condiciones para que las personas y los diferentes elementos funcionen en conjunto para alcanzar el éxito.

Este resultado se ve reforzado por las manifestaciones de las personas organizadoras de la feria. El grupo organizador coincidió en que la FS es una actividad que se ha desarrollado en años anteriores de forma mecánica y que la falta de factores administrativos en la organización, ha generado actividades con similares características

todos los años. Las personas que organizan la FS, ya tienen claras sus funciones y según manifestaron sólo han requerido de reuniones periódicas con comisiones establecidas tradicionalmente.

Si bien se denota la existencia de una estructura administrativa, de acuerdo con lo planteado por esta, carece de aspectos básicos de una estructura administrativa como son la misión, la visión, los objetivos, las estrategias, análisis FODA y evaluación. Esta estructura para Daft (2000), es muy importante de tomar en cuenta, ya que logra una interacción con el ambiente, además, por medio de esto se obtienen los objetivos, se incorporan varias técnicas para el logro de objetivos y estas se desarrollan de manera congruente con el ambiente exterior.

Además las personas organizadoras afirmaron que no existe documentación previa sobre la organización de la FS, por lo tanto no existen archivos que puedan servir de fundamento para futuros eventos. Porque es importante que toda dependencia, entidad o empresa pueda recurrir con frecuencia los documentos que han producido o recibido durante su historia a fin de verificar proyectos, llevar investigaciones, realizar comparaciones, tomar decisiones, responder trámites y demandas de orden legal, administrativo o fiscal, o requerimientos de los ciudadanos. Con un archivo bien organizado según Karlos (2010), el grupo no tendrá que partir de cero o invertir su tiempo en búsquedas infructuosas, elevando los costos de operación, atraso, confusión y en general una deficiente administración.

A modo de ejemplo, que surge en el grupo focal que valoró el factor administrativo, se tiene la opinión de dos participantes:

“La feria de la salud se ha realizado desde años anteriores de manera mecánica, no existen procedimientos de planificación o sistematización...” (A.I.M., 49 años Comisión Organizadora)

“Al final de cada feria se realiza un análisis FODA como elemento evaluador de las actividades...” (M.M., 36 años, Directora de la Feria de la Salud 2011)

Estos dos comentarios refuerzan lo dicho en relación con la organización de la FS y la necesidad de incorporar modelos administrativos novedosos en función del éxito de la organización.

## **Segundo momento del grupo focal**

### **Fortalezas de la Feria de la salud TEC**

A pesar de que en la FS se carece de planteamiento administrativo, esta posee muchas fortalezas que se pueden aprovechar para diseños más ambiciosos y creativos en favor de la comunidad interna y externa del Tecnológico de Costa Rica, así lo afirma Alonso (2006), al considerar las fortalezas muy importantes y que deben ser aprovechadas porque son situaciones que favorecen a las organizaciones en recursos y capacidades.

En un análisis grupal realizado por la comisión organizadora se consideraron las fortalezas que la feria de la salud posee en función de los aspectos que la rodean dentro del TEC. Seguidamente se muestra el resultado obtenido del análisis.

#### Fortalezas de la FS

- La ubicación de los “stands” frente a restaurante institucional
- El horario habilitado para los stands de información el cual era de 9 a.m. a 1 p.m.
- La gran participación de la comunidad estudiantil
- Los premios o regalías que hacen son la motivación para participar en las diferentes actividades
- Los toldos en buen estado y su amplitud permiten el desarrollo adecuado de las actividades
- Las actividades lúdicas que se desarrollan en los diferentes stands atraen a la comunidad universitaria
- La participación de casas farmacéuticas y organizaciones no gubernamentales son apoyo para la FS
- La FS está calendarizada institucionalmente
- Los exámenes disponibles para la comunidad se ofrecen a un menor costo que en el mercado común
- El departamento de comunicación interna en el TEC, es un apoyo para la divulgación y publicidad de la FS
- La Federación de Estudiantes es un apoyo para la divulgación de la FS entre los estudiantes
- Los patrocinadores aportan un apoyo económico, que facilita la organización
- La colaboración de estudiantes asistentes para el apoyo de la actividad
- El equipo de trabajo interdisciplinario y especializado
- La oferta de servicios es variada en relación con lo que se le ofrece a la comunidad

(Comisión Organizadora Feria de la Salud, 2011)

Los aspectos considerados anteriormente son factores que deben favorecer a la FS y a los elementos que la integran en este caso en particular las actividades recreativas que se van a realizar paralelamente.

#### **Debilidades de la Feria de la Salud TEC**

De la misma forma se determinaron las debilidades de la FS. Estas se suman a los factores que intervienen en la planificación administrativa y son situaciones que no se han considerado. Las debilidades deben ser tomadas en consideración como elementos que limitarían el éxito de las actividades, estas son actividades que la organización no realiza de manera adecuada o por la falta de recursos, según Robbins y Coutler, (2005).

Seguidamente se muestran los resultados del análisis de debilidades en la FS, según la comisión organizadora.

#### Debilidades de la FS

- Los instrumentos de evaluación de la FS no existen
- La divulgación es insuficiente para atraer a la comunidad universitaria
- El presupuesto para el proyecto es limitado
- La organización administrativa de la FS no existe
- La consulta médica diaria se limita a emergencias durante la FS
- El tiempo dedicado a la organización de la FS se realiza en periodos que no son asignados para tal fin, por lo tanto no es remunerado
- El periodo de tiempo para la organización y planificación de la FS es limitado
- La organización de la FS no coordina entre las sedes
- El departamento encargado de confeccionar el material publicitario está muy saturado, generando gastos extras en la organización

(Comisión Organizadora Feria de la Salud, 2011)

Los aspectos considerados anteriormente son factores que limitan la FS y los elementos que la integran, en este caso en particular, las actividades recreativas que se van a desarrollar paralelamente.

#### **Factores asociados a la participación en la FS**

Las fortalezas y debilidades que tiene la feria de la salud son factores que definitivamente intervienen en la participación comunitaria de la universidad, sin embargo, hay parámetros de participación que podrían mostrar el comportamiento en la motivación y la limitación de actividades recreativas.

Los factores de participación determinan en gran medida la participación, en el caso de la FS del TEC no existen datos de participación, lo cual es importante para observar tendencias, sin embargo, un parámetro para su cálculo son las regalías que se hacen, así lo

mencionan las organizadoras, por ejemplo en el “stand” de salud buco-dental se reparten cerca de 600 unidades de crema dental y cepillos de dientes, por lo que es la referencia total. El total de participación se distribuye en un 90% que corresponde a la comunidad estudiantil, el 9% al personal docente y administrativo y finalmente el 1% a personas ajenas a la universidad.

La mayor cantidad de personas participantes visitan los “stand”, por lo que la organización la considera como principal actividad en la FS. En los “stands” existe una técnica lúdico-educativa, en la que se utiliza el juego como herramienta para la educación en temas como la sexualidad, la nutrición, la drogadicción y otros, además se entregan regalías e incentivos de participación como elementos que motivan la participación. En el caso de la comunidad estudiantil, esta es la actividad más atractiva, por su parte el personal docente y administrativo prefiere los exámenes que brindan la clínica de salud del TEC y otras organizaciones.

En conclusión, la comunidad universitaria necesita de motivos externos para participar en las actividades de la FS de lo contrario serían muy pocos quienes se acercan a este tipo de actividades, estos resultados coinciden con los encontrados por Sancho (2007); López y Villalobos (2004), en los cuales en personas adultas mayores y mujeres antes 13 y 18 años, les motivan aspectos relacionados con las recompensas en función de la autorrealización.

Por otra parte en un análisis en conjunto, por parte del comité organizador se detectaron limitaciones de participación que podrían influir en la participación de la FS y tiene que ver con horarios, cultura administrativa del TEC y poca credibilidad a la FS, que son factores relacionados a la estructura en el TEC, así también estudios determinan estas

situaciones con principales limitaciones de participación en diferentes poblaciones (Dunlop, 2006 y Barrantes, 2004).

A modo de ejemplo, que surge en el grupo focal que valoró el factor de participación recreativa, se tiene la opinión de tres participantes:

“No existe un dato exacto de participación y menos de participación entre hombres y mujeres, sin embargo, un parámetro son las regalías...” (N.S. 52 años, comisión organizadora).

“Desde una óptica subjetiva y calculadora del 100% de participantes el 90% corresponde a estudiantes, el 9% a funcionarios y uno por ciento a personas externas...” (M.M., 36 años, Directora de la Feria de la Salud 2011).

“Las actividades más atractivas son las lúdico-creativas, en alguna medida por los “premios” que se brindan...” (N.S., 27 años, Comisión Organizadora).

Factores que inciden en la participación de actividades de la FS.

- Los horarios libres, que son pequeños recreos y la hora de almorzar.
- Las actividades planificadas son similares todos los años.
- La cultura administrativa de la institución que enfatiza en lo académico.
- La baja credibilidad de la comunidad universitaria en actividades de estas características.

(Comisión Organizadora Feria de la Salud 2011)

En las opiniones anteriores se muestra la tendencia de participación en la comunidad universitaria, además de las principales limitaciones percibidas por el comité organizador, en ellas se muestra que los factores estructurales en definitiva determinan la participación, además actualmente se percibe la estructura organizativa de la FS como limitante.

### **Tercer momento del grupo focal: el valor de las actividades recreativas en la feria de la salud**

El tercer objetivo de la discusión del grupo focal se centraba en la valoración de actividades recreativas durante la semana de actividades de la FS, de esta manera se trata de percibir el significado de la recreación y sus implicaciones, de parte de la organización.

La discusión del grupo focal considera que la incorporación de la recreación durante la FS, puede ser un factor de motivación para las personas participantes, ya que promueve una variedad de posibilidades aptas para todo público como los son actividades al aire libre, actividades culturales y deportivas. La organización considera de suma importancia incorporar actividades recreativas para la promoción y prevención en los estilos de vida de la comunidad universitaria, estilos de vida con mucho estrés por el estudio y las labores que se planifican, así lo refuerza (Salazar, 2007).

Además, la comisión agrega que actualmente en la FS se están implementando actividades de carácter recreativo con juegos educativos y caminatas, de las cuales debido a su participación las lúdico-educativas son las preferidas. En este sentido la comunidad estudiantil universitaria se identifica con las técnicas recreativas que se desarrollan en la FS, reforzadas con estímulos externos, por su parte el personal docente y administrativo se limita a revisar su estado físico mediante exámenes.

Los resultados que la recreación ha generado en la FS por medio de las actividades lúdico-creativas y la caminata han sido considerados como buenos, por lo que el grupo que organiza la FS cree necesario y factible un programa recreativo paralelo a esta actividad institucional. En este sentido las mejengas de fútbol, carrera, actividades bailables, obras teatrales son opciones que podrían tener éxito en la comunidad universitaria del TEC, por

las características que esta población posee, este tipo de actividades han sido valoradas como preferencias en poblaciones universitarias, así que podrían incorporarse en una propuesta recreativa (Romero, 2006).

La recreación como área del TEC, debe mejorar al ser parte de la FS mediante una planificación estratégica ofreciendo variedad de actividades que permitan atender las necesidades y los gustos de la comunidad universitaria. Así de esta manera lograr mayor participación y generar calidad de vida a las personas participantes, así lo afirman en la comisión organizadora en los siguientes diálogos:

“Es de suma importancia incorporar la recreación dentro de la feria de la salud como alternativas de promoción y prevención de estilos de vida saludable, por su naturaleza y variedad pueden favorecer la participación universitaria...” M.M., 36 años, Directora de la FS, 2011)

“..sí es factible un programa recreativo durante la FS, sería algo novedoso y variado...” (I.Q., 48 años, Comisión Organizadora)

“Actividades como mejengas, carreras, actividades bailables, obras de teatro y rallys podrían ser exitosas...” (A.I.M., 49 años, Comisión Organizadora)

“El principal reto del área de recreación es atender todas las necesidades y gustos recreativos de la comunidad universitaria...” (N.S., 52 años, Comisión Organizadora)

De estas respuestas se hace necesaria una planificación estratégica por parte del área de recreación para que las actividades cumplan con los objetivos planteados desde la organización de la feria y la feria recreativa, lo anterior lo plantean algunos autores como Daft (2000); Robbins y Coutler (2005) y Salazar (2010).

### **Análisis de datos recolectados en la entrevista a los coordinadores de las instalaciones deportivas y culturales TEC.**

La segunda parte cualitativa enfatiza en el análisis de uso de las instalaciones que podrían ser parte del programa recreativo durante la FS. La entrevista considera tres variables fundamentales como lo son los programas recreativos universitarios, los factores asociados a la participación recreativa, y la FS en el TEC.

### **Información general**

El TEC es una entidad pública cuyo campus central llega casi a las 100 hectáreas de terreno en las cuales se han edificado aulas, laboratorios, biblioteca, comedor, gimnasios, teatro, sala de danza y otras para el bienestar de la comunidad institucional. En las instalaciones del TEC se llevan a cabo actividades de diferente índole, como: congresos, ferias, actividades deportivas, actividades culturales y actividades recreativas, las cuales necesitan de un diagnóstico previo para poder planificarlas. A continuación se detalla el estado actual de las instalaciones deportivas y culturales del TEC, con el fin de programar adecuadamente.

Para determinar el estado y la factibilidad para el uso de instalaciones deportivas y culturales del TEC, fue necesaria una entrevista cuyo objetivo principal fue diagnosticar la situación de estas para el uso de actividades recreativas. La guía de entrevista (ver anexo A) contiene tres variables que brindaron importante información para ser considerada en la propuesta del proyecto.

La entrevista se realizó a las personas que coordinan las instalaciones deportivas y culturales y se consideraron variables como los motivos y las limitaciones de participación recreativa, los programas recreativos universitarios y el proyecto de FS.

Según la información suministrada por los coordinadores de las instalaciones deportivas y culturales en sus respectivas oficinas, el programa de instalaciones pertenece a la Escuela Cultura y Deporte, el número telefónico es el 25502785 y la Directora de la Escuela es la Dra. Rosaura Méndez Gamboa.

### **Variable uno: Programas recreativos universitarios**

Las instalaciones deportivas y culturales son uno de los servicios que brinda la Escuela Cultura y Deporte a la comunidad institucional, el cual debería estar adaptado para que cualquier persona ingrese, sin embargo, el coordinador de instalaciones de la Unidad de Deporte menciona que sí existe limitante de ingreso para las personas con discapacidades físicas, en este sentido se están desarrollando esfuerzos para que estas instalaciones sean de uso para todas las personas y así apoyar todos los proyectos que se organicen en la institución, ya sea exposiciones, actividades culturales, actividades deportivas y otras como la FS.

Este elemento es fundamental, ya que las actividades recreativas deben atender todas las necesidades de la comunidad institucional, incluyendo personas con alguna discapacidad. Para ello es fundamental el diagnóstico, por medio de este se obtiene información de las personas participantes y se toman decisiones (Salazar, 2007).

Seguidamente se presenta la respuesta de uno de los coordinadores acerca del acceso de las personas con alguna discapacidad.

“No toda la población tiene acceso a las instalaciones recreativas, no hay acceso, en algunas instalaciones, para personas con discapacidad, están parcialmente trabajadas...”  
(M.M., 52 años, Coordinador instalaciones deportivas)

En este sentido se deben considerar todos los elementos necesarios para incorporar todo tipo de personas en el programa recreativo.

Las personas entrevistadas apuntan que el apoyo en estas actividades tiene un procedimiento de préstamo por seguir, las instalaciones deben solicitarse mediante una carta dirigida al coordinador de la instalación, mínimo con ocho días hábiles de antelación. El coordinador responderá la carta siguiendo un orden de prioridades de préstamo según lo establecido por el reglamento para las instalaciones en el ITCR: 1) la docencia, 2) grupos de extensión, 3) comunidad estudiantil, 4) comunidad docente y administrativa y 5) comunidad externa (nacional e internacional) (ITCR, 2010d).

En la respuesta de uno de los coordinadores se refuerza el procedimiento mencionado.

“Se debe solicitar por escrito, ocho días antes, la instalación que necesita, a la coordinación de instalaciones de la unidad de cultura” (P.Q., 33 años, Coordinador instalaciones culturales)

En ambas coordinaciones se informa que la mayor demanda de uso en las instalaciones deportivas y culturales son la docencia, los grupos de extensión cultural y deportiva, ya que la principal responsabilidad de esta Escuela en la institución es la docencia, seguida por los grupos selectivos o representativos.

Otros programas con una demanda media son actividades artísticas, préstamo a asociaciones de estudiantes, departamentos, escuelas y finalmente grupos organizados de la comunidad cartaginesa.

### **Variable dos: Recreación (motivos y barreras recreativas)**

Los coordinadores de instalaciones coinciden en que el porcentaje de utilización de las instalaciones deportivas y culturales es superior al 80%, sin embargo, existen campos de acción con mayor demanda, por un lado en las instalaciones culturales, según su regulador (33 años, coordinador de las instalaciones culturales) son la sala de danza, teatro, música y acción social son las de mayor uso, en deporte, según la persona a cargo (52 años, coordinador de las instalaciones deportivas) son el gimnasio multiuso, la pista de atletismo, la piscina y la zonas verdes son las de mayor solicitudes. Por otra parte existen estructuras deportivas que son de menor utilización tal es caso del campo de voleibol de arena, las pista de ciclismo, el campo de beisbol, la sala de fuerza y el campo de fútbol.

El programa de instalaciones deportivas y culturales dispone de espacios aptos para la realización de actividades recreativas, en el caso de la unidad de cultura la sala de teatro y la sala de danza, son las más idóneas, no obstante, son las de mayor porcentaje de utilización para la recreación, ambas pequeñas y en mal estado de infraestructura. Por otra parte en la unidad de deporte casi el 100 % de las instalaciones son aptas y están acondicionadas para el programa de recreación y tiempo libre a excepción del campo de voleibol de arena. Las instalaciones deportivas más utilizadas para la recreación son el gimnasio multiuso, la piscina, las zonas verdes, el campo de futbol.

Los programas universitarios y externos que son apoyados desde la coordinación de instalaciones deportivas y culturales deben considerar las fortalezas y debilidades que estas poseen para que a partir de esta situación se planteen las actividades. Según los coordinadores de las instalaciones deportivas y culturales. Las principales fortalezas que las instalaciones deportivas y culturales poseen son:

- La instalaciones son de uso continuo
- Las actividades que utilizan las instalaciones son seguras y adecuadas
- La inversión que utiliza es de corto y mediano plazo
- El mantenimiento es correctivo y de forma inmediata
- Las instalaciones siempre están a disposición por ser utilizadas
- El uso de algunas instalaciones no necesitan permiso
- Las solicitudes las puede hacer cualquier ciudadano

Por otra parte se deben de mejorar algunas limitaciones que las instalaciones presentan tales como:

- La ampliación de la infraestructura
- Las instalaciones deportivas y culturales deben ser parte del presupuesto ordinario
- La accesibilidad para todas las personas
- El mantenimiento debe ser permanente y diario
- El horario de uso debe de planificarse
- El personal de instalaciones deportivas y culturales debe aumentar para mejorar los procesos<sup>1</sup> de utilización

Estos elementos son aspectos que deben ser considerados en la planificación de actividades recreativas durante la feria de la salud. En este sentido los profesionales en recreación deben buscar la manera de minimizar los riesgos físicos, sociales y emocionales de las personas participantes en el uso de instalaciones, por medio de un programa de administración de riesgos para evitar acciones negligentes (Salazar, 2000).

Las fortalezas y debilidades de las instalaciones deportivas y culturales son factores que pueden determinar la participación o no en actividades recreativas, existen discrepancias de opinión entre los coordinadores de instalaciones deportivas y culturales en relación con la participación de la comunidad institucional en este tipo de actividades. Por un lado se percibe una participación alta en la Unidad de Cultura y por otro, en la Unidad de Deporte la participación es baja con excepción de actividades de instalación abierta en la sala de tenis de mesa y la sala de fuerza que son las de mayor aprovechamiento del tiempo libre por parte de la comunidad universitaria.

Además de las fortalezas y debilidades, las personas entrevistadas perciben otros factores positivos y negativos que influyen en la participación de las actividades recreativas en el TEC:

Factores positivos:

- Las personas que participan lo hacen con motivaciones externas
- La participación es mayor con eventos consolidados

Factores negativos:

- La promoción es insuficiente
- La cultura recreativa es muy baja en la institución

- El apoyo institucional es limitado
- El estado de ánimo de las personas es negativo
- El interés por las actividades recreativas es bajo

Con estos elementos en consideración, los componentes principales de participación están relacionados con la autorrealización, este mismo fenómeno se percibe al analizar el grupo focal y los estudios de Sancho (2007); López y Villalobos (2004). Por otra parte, desde las coordinaciones de instalaciones deportivas y culturales se perciben el factor estructural y el intrapersonal, como elementos que inciden en la participación recreativa del TEC.

### **Variable tres: Feria de la Salud**

La Unidad de Cultura y su programa de instalaciones no contempla el apoyo a la FS con actividades recreativas, por lo que la prioridad de uso de instalaciones en este caso en particular ni existe. Por su parte la Unidad de Deporte y su programa de instalaciones deportivas apoyaría este tipo de actividades siguiendo los lineamientos y prioridades mencionadas.

### **Síntesis de los resultados del grupo focal y entrevista:**

En términos generales la FS carece de una base organizativa básica para desarrollar la FS, a raíz de esta situación todos los elementos que se organicen a partir de ella se verán afectados. En este sentido si la Feria de la Salud carece de esta estructura para la organización de actividades recreativas, el Área de Recreación del TEC debe de formular un programa recreativo con los elementos básicos de organización y que se encuentre acorde a la filosofía de la Unidad de Deporte y el Departamento de Trabajo Social y Salud.

La comisión organizadora de la FS ha considerado las fortalezas y debilidades que podrían afectar el desempeño de esta durante la semana de organización, se encontró que son más las fortalezas que las debilidades, esta es una oportunidad para realizar un proyecto más ambicioso e incorporar nuevas metodologías, técnicas y actividades.

La principal motivación de las personas que participan en la FS está relacionada con factores externos como premios, regalías y otros, este factor está relacionado con la autorealización y la principal limitación de participación está asociada con factores estructurales como el horario, la estructura organizativa entre otros.

La recreación como área debe involucrarse en actividades como la FS en función de la salud integral de las personas, estas son formas novedosas y atractivas para la comunidad universitaria en la promoción y prevención de la calidad de vida.

Para el uso de instalaciones deportivas y culturales la FS como actividad institucional no es prioridad en el préstamo de instalaciones, sin embargo, una adecuada planificación, considerando los reglamentos institucionales, se podrían utilizar estas adecuadamente.

## **Segunda parte: análisis cuantitativos**

### **Información Demográfica:**

Un total de 1200 cuestionarios fueron distribuidos en la comunidad institucional, de estos 980 fueron válidos y 120 estaban incompletos o no fueron devueltos. La recolección de los datos se desarrolló en el segundo semestre del 2011 en la comunidad universitaria del TEC.

En el análisis de la muestra se consideró la información demográfica la cual incluye: género, rol en el TEC, y lugar en el que se realiza la actividad (fuera o dentro del Tecnológico de Costa Rica). Los resultados de estas variables se representan en la tabla 4.1.

### **Distribución de la muestra**

La muestra está distribuida en dos grandes grupos, el sexo y el rol universitario, los cuales se distribuyen de la siguiente manera. En función del sexo la muestra está conformada por un 40% (n=392) de mujeres y un 60% de hombres (n=588). En relación con el rol universitario el 64,6 % (n= 633) corresponde a la comunidad estudiantil y el 35,4% (n= 347) a personal docente y administrativo.

Resulta oportuno especificar cada una de las muestras, en el caso particular de la comunidad estudiantil estuvo conformada por 37% de mujeres y 63% de hombres, por su parte el personal docente y administrativo, un 45,5% representa las mujeres y un 54,5 % los hombres. Finalmente la distribución de las mujeres fue de un 59,7% de la comunidad estudiantil y un 40,3% de personal docente y administrativo, en el caso de los hombres un 67,9% corresponde a la comunidad estudiantil y un 32,1% al personal docente y administrativo.

Además, el personal docente y administrativo estuvo conformado por 158 mujeres que se representan el 40,3% en función del sexo y el 45,5 % del rol universitario. Finalmente, en el personal docente y administrativo, los hombres están representados por 189, de los que el 32,1 % es el total de sexo y el 54,5% pertenece al total del rol universitario. En la tabla 4.1 se detalla la información sobre la frecuencia y porcentaje en la distribución de muestra.

Tabla 4. 1

*Distribución de la muestra*

Sexo		Comunidad estudiantil	Personal docente y administrativo	Total
Femenino	Recuento	234	158	392
	% de sexo	59,7%	40,3%	100%
	% de rol	37%	45,5%	40%
Masculino	Recuento	399	189	588
	% de sexo	67,9%	32,1%	100%
	% de rol	63%	54,5%	60%
Total	Recuento	633	347	980
	% de sexo	64,6%	35,4%	100%
	% de rol	100%	100%	100%

Fuente: Análisis estadístico descriptivo

### Participación recreativa dentro o fuera del TEC

#### Participación recreativa en el TEC:

Para determinar diferencias significativas entre los grupos que respondieron a la pregunta: ¿Participa usted en actividades recreativas dentro del ITCR? se realizó un análisis Chi-cuadrado ( $\chi^2$ ).

En el figura 4.1 se observa la distribución de la población que sí participa en actividades dentro del Tecnológico y que corresponde corresponde al 37% (n=145) de mujeres, el cual se distribuye en un 64,1% de la comunidad estudiantil y un 35,9% del personal docente y administrativo. Por su parte en el caso de los hombres corresponde el 39,1% (n=230), este se divide en 64,3% de la comunidad estudiantil y 35,7% personal docente y administrativo.

En el caso de los que no participan en actividades recreativas dentro del TEC el 63% (n=247) fueron mujeres, divididas en 57,1% de la comunidad estudiantil y 42,9% personal docente y administrativo, en el caso de los hombres el 60% (n=358), este porcentaje se distribuye en un 70,1% para la comunidad estudiantil y un 29,9% para personal docente y administrativo.

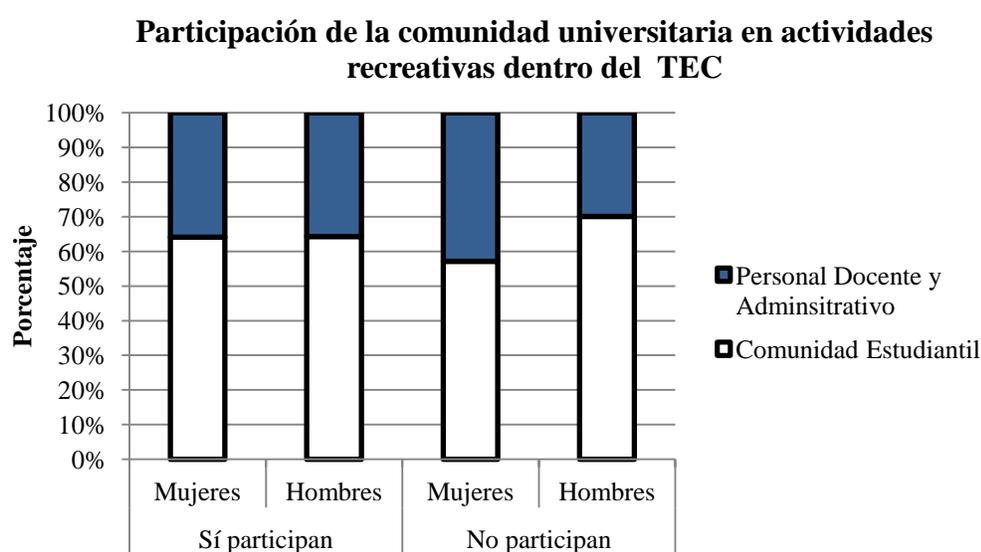
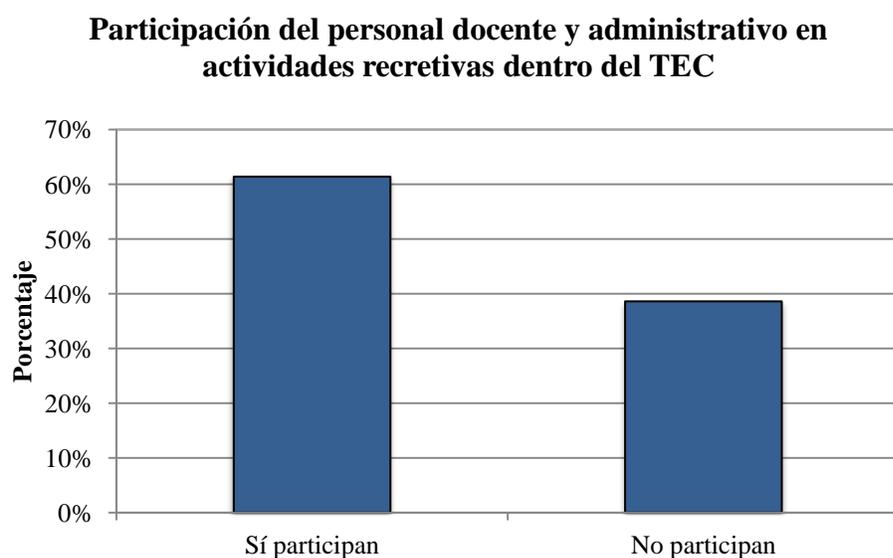


Figura 4. 1. Porcentaje de participación interna en actividades organizadas en el TEC.

Se determinaron diferencias significativas ( $\chi^2 = 3,98$  y  $p < 0,05$ ) en el personal docente y administrativo que no participa en actividades recreativas dentro del TEC. En el caso de la relación entre sexo es de 50% cada uno, además entre quienes sí participan el porcentaje es mayor en hombres (61,2%). Sin embargo, el porcentaje de personal docente y administrativo que no participa es superior (61,4%) al de quienes sí participan (ver figura 4.2). El fenómeno anterior podría estar relacionado con el tipo de actividad que se organiza

dentro del Tecnológico, según Han (2004) la participación está determinada por el tipo de actividad en relación con el sexo y la edad, en el caso de los hombres las actividades dinámicas y los grupos cuyas edades oscilan entre 29-39 años de edad, edad laboral, son usar la computadora, salir a comer e ir al cine.



*Figura 4. 2.* Comunidad que labora en el TEC y que participa o no en actividades recreativas organizadas internamente ( $\chi^2 = 3,98$  y  $p < 0,05$ ).

### **Participación recreativa fuera del Tecnológico**

En el caso de la comunidad universitaria que sí participa en actividades fuera del TEC la distribución resultó en 55,6 % (n=218) de mujeres que se distribuye en un 55% de la comunidad estudiantil y un 45% del personal docente y administrativo. Por su parte en el caso de los hombres el 74,8% (n=440), estos se dividen en 66,8% de la comunidad estudiantil y 33,2% personal docente y administrativo.

En el caso de los que no participan en actividades recreativas fuera del TEC el 44,4% (n=174) fueron mujeres, divididas en 65,5% de la comunidad estudiantil y 34,5% personal docente y administrativo. Los hombres por su parte el 25,2%, este porcentaje se distribuye con un 70% para la comunidad estudiantil y un 29,1% para personal docente y administrativo (ver figura 4.3).

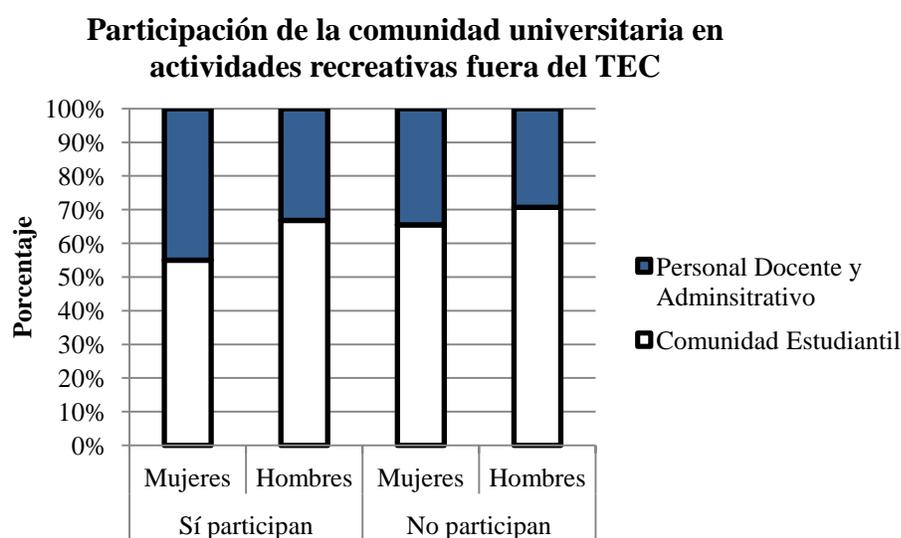


Figura 4. 3. Porcentaje de participación externa en actividades organizadas en el TEC.

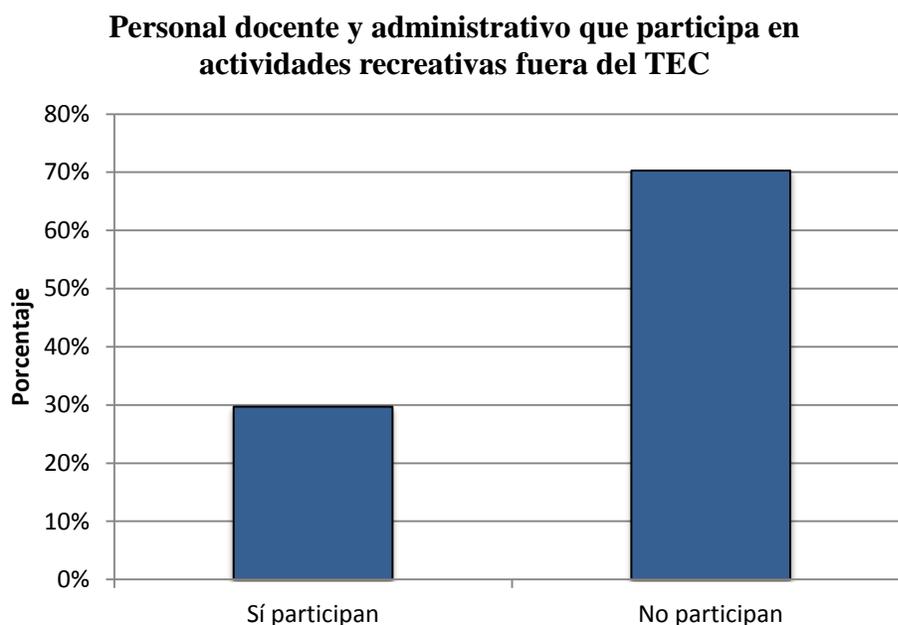
Al determinar diferencias significativas ( $\chi^2 = 4,41$  y  $p < 0,05$ ) entre los sexos se observó que entre las mujeres que sí participan en actividades recreativas fuera del TEC, la relación entre el rol que cumplen en la institución es superior en la comunidad estudiantil (55%), además quienes no participan en actividades recreativas fuera del tecnológico es mayor (65,5%) también en la comunidad estudiantil. No obstante, el porcentaje de mujeres que sí participa es más alto (55,6%) al de quienes no participan.

Como menciona Gayo-Cal (2004), el tipo de actividad en relación con el sexo tiene que ver con la participación en actividades recreativas. En el caso particular de las mujeres universitarias se ha determinado que las actividades preferidas son las pasivas, específicamente son: ir al cine y al teatro (Han, 2004 y Romero, 2006).

De la misma manera se analizaron los roles universitarios y se determinaron diferencias significativas ( $\chi^2= 32,71$  y  $p<0,05$ ) entre la comunidad estudiantil que sí participa en actividades recreativas fuera del TEC, la relación entre sexo es superior en hombres (71%) y entre quienes no participan la distribución es de 50% cada uno. Por otra parte el porcentaje de la comunidad estudiantil que sí participa es mayor (65,4%) ante quienes no lo hacen. El comportamiento ante la participación en actividades recreativas es diferente en hombres y mujeres, ya que como se muestra, los hombres prefieren las actividades recreativas externas, posiblemente porque son más dinámicas y están relacionadas con el futbol sala, los campamentos y el baloncesto (Han, 2004 y Romero, 2006).

Por su parte entre el personal docente y administrativo las diferencias significativas ( $\chi^2 = 9,55$  y  $p<0,05$ ) se dieron entre quienes sí participa en actividades recreativas fuera del TEC, la relación entre sexo mayor (59,8%) en hombres, de la misma manera quienes no participan el porcentaje mayor (58,3%) en las mujeres. Finalmente el porcentaje de personal docente y administrativo que sí participa en actividades recreativas fuera del TEC es superior (70,3%) al de quienes no lo hacen como se observa en el figura 4.4. Además del sexo, la edad cumple un factor determinante en las preferencias recreativas por ejemplo, según Han (2004), entre los 29 y 39 años de edad las personas prefieren actividades como

usar la computadora y salir a comer e ir al cine. Gamboa y Montero (1992), determinaron que en los hombres funcionarios de la Universidad Nacional la actividad preferida era el fútbol.



*Figura 4. 4.* Participación del personal docente y administrativo en actividades recreativas fuera del TEC ( $\chi^2 = 9,55$  y  $p < 0,05$ ).

Finalmente se analizó la participación recreativa fuera del TEC entre hombres y mujeres de la comunidad universitaria que sí participan en actividades recreativas, los resultados muestran que es mayor en hombres (66,9%). Además entre quienes no participan, el porcentaje es más alto en las mujeres (54%). Por su parte el porcentaje de la comunidad universitaria que sí participa es mayor (67,1%) al de quienes no lo hacen. Es

posible que el tipo de actividad recreativa que se desarrolla en el TEC, en el caso de las mujeres presentan más limitantes de participación recreativa que los hombres (Alfadhil, 1996; Han, 2004 y Nadirova, 2000).

## **Motivos de participación recreativa en el TEC**

### **Motivos de participación recreativa de la comunidad universitaria en actividades recreativas internas al TEC**

El primer objetivo específico del presente trabajo fue el diagnóstico de los factores que intervienen en la participación recreativa. Seguidamente se presentan los principales resultados que responden a los objetivos del proyecto. En el objetivo dos se pretenden determinar los motivos de participación recreativa en función del sexo, el rol universitario y el lugar de participación.

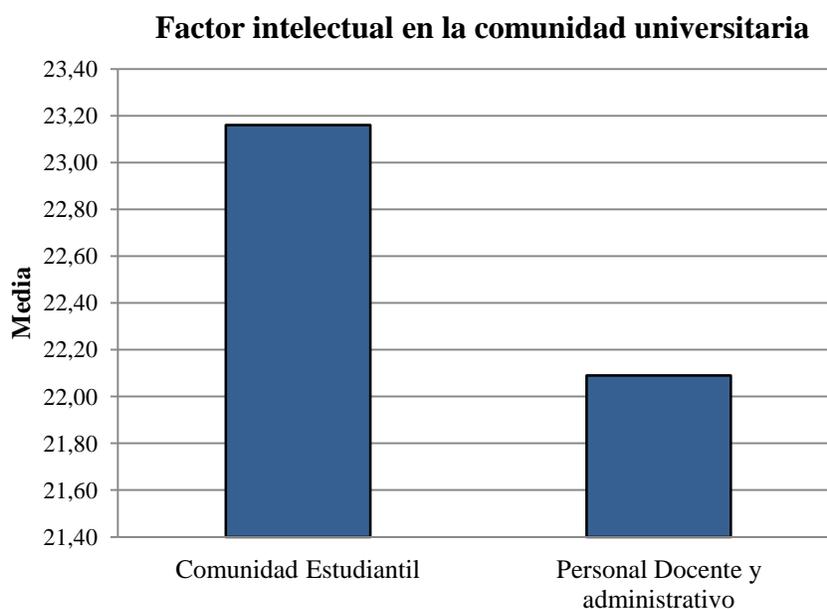
Los factores que componen la escala de motivación de participación en actividades recreativas (EMR) son cuatro: el factor intelectual, el social, el dominio de competencias y el de evasión de estímulos. Para determinar significancias entre los grupos se utilizó una ANOVA de 3 vías para cada factor, tabla 4.2 y 4.3, según su tipo de participación (fuera o dentro del TEC), seguidamente se detallan los resultados.

Tabla 4. 2

Resultados de las ANOVAS entre los grupos que participan en actividades recreativas internas TEC.

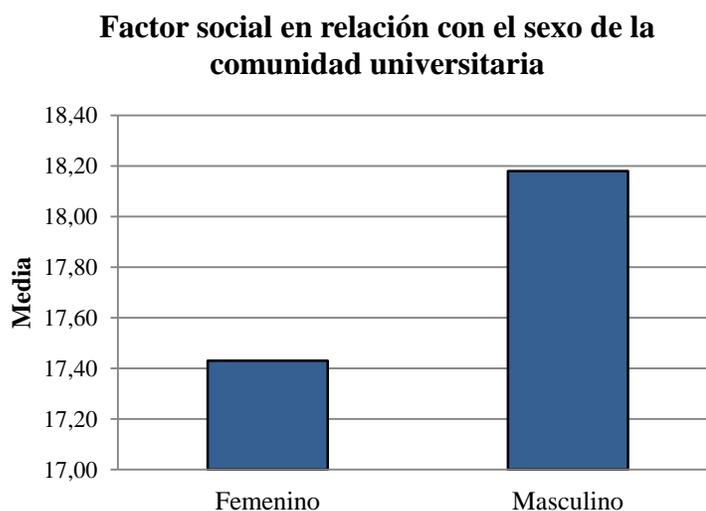
		Factores Motivacionales				Factores limitantes		
		Intel.	Soc.	Dom. de Comp.	Eva. de est.	Intrap.	Interpe.	Est.
Sexo	F	0,775	8,064	15,062	0,434	2,373	0,004	10,512
	Sig.	0,379	<b>0,005*</b>	<b>&lt;0,001*</b>	0,510	0,124	0,947	<b>0,001*</b>
Rol universitario	F	10,385	0,709	46,851	0,034	1,992	0,661	5,295
	Sig.	<b>0,001*</b>	0,400	<b>&lt;0,001*</b>	0,855	0,158	<b>0,010*</b>	<b>0,022*</b>
Participación dentro TEC (PDT)	F	3,156	0,405	6,596	0,815	8,182	14,325	11,470
	Sig.	0,076	0,525	<b>0,010*</b>	0,367	<b>0,004*</b>	<b>&lt;0,001*</b>	<b>0,001*</b>
	Sig.	0,850	0,142	0,257	0,071	0,120	0,784	0,691
Rol*PDT	F	0,078	1,132	0,545	1,543	0,163	4,894	0,001
	Sig.	0,780	0,288	0,461	0,215	0,687	<b>0,027*</b>	0,978

La figura 4.5 muestra, en el factor intelectual que existen diferencias significativas ( $p < .05$ ) entre estudiantes ( $M= 23,16$ ) y personal docente y administrativo ( $M= 22,09$ ), no obstante, no existen diferencias significativa entre las demás variables y sus interacciones. En el caso del factor social se determinó una diferencia significativa entre sexo, la puntuación fue mayor en hombres ( $M=18,18$ ) que en las mujeres ( $M=17,43$ ), las demás variables y sus interacciones no fueron significativas (ver gráfico 4.6).



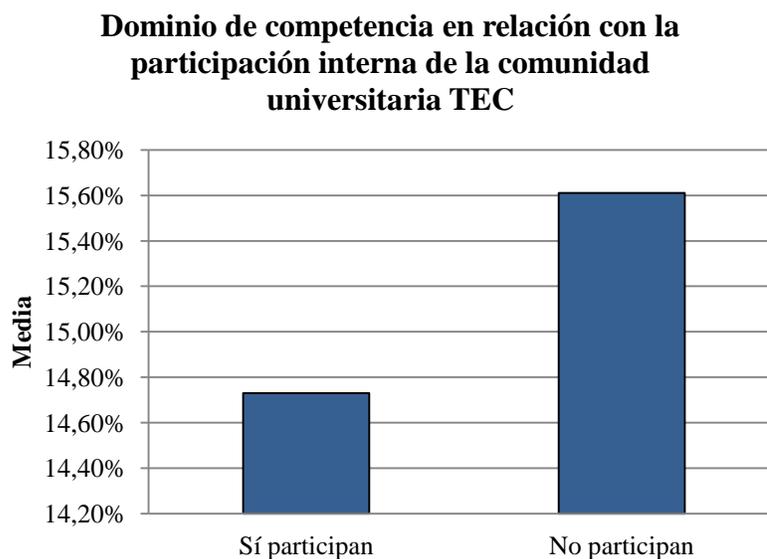
*Figura 4. 5.* Puntaje del factor intelectual en la comunidad universitaria ( $F= 10,38$  y  $sig= 0,001$ ).

En el caso particular de los factores intelectual y social los resultados son similares con otros estudios en condiciones similares, por ejemplo Chiu (2008) determinó que el factor intelectual incide en la participación recreativa de mujeres Taiwanesas de secundaria que participan en un programa de artes marciales. Además Derom (2009), coincide en que las mujeres atletas prefieren actividades relacionadas con el aprendizaje en comparación con los hombres. Por su parte, el factor social difiere en los resultados del mismo estudio, al mencionar que este factor es más importante en las mujeres que en los hombres.



*Figura 4. 6.* Puntaje del factor social en relación al sexo de la comunidad universitaria ( $F=8,06$  y  $sig=0,005$ ).

En el mismo sentido, para el factor dominio de competencia se determinó una diferencia significativa ( $p < .05$ ) entre mujeres ( $M=23,68$ ) y hombres ( $M=22,28$ ) además entre la comunidad estudiantil ( $M=24,21$ ) y el personal docente y administrativo ( $M=21,75$ ), también la participación dentro de la institución presentó diferencias significativas, entre los que sí participan ( $M=23,44$ ) y quienes no participan ( $M=21,34$ ) como se observa en el figura 4.7.



*Figura 4. 7.* Puntaje del dominio de competencia en relación a la participación interna de la comunidad universitaria TEC ( $F=6,59$  y  $\text{sig}= 0,010$ ).

Se ha encontrado que el dominio de competencia es considerado un motivo de participación recreativa en mujeres colegiales, en un programa de artes marciales (Chiu, 2008). Además, otros estudios muestran que en hombres jóvenes, atletas, el factor dominio de competencia es la principal motivación de participación (Derom, 2009).

En el presente estudio no se encontraron diferencias significativas en el factor de evasión de estímulos, sin embargo, hay estudios como el de Hou (2003), en que sí se presentaron diferencias en un grupo de estudiantes de secundaria. Por su parte Derom (2009), encontró que el mismo factor era significativamente mayor en atletas con más experiencia.

### Motivos de participación recreativa en la comunidad universitaria en actividades recreativas externas al TEC

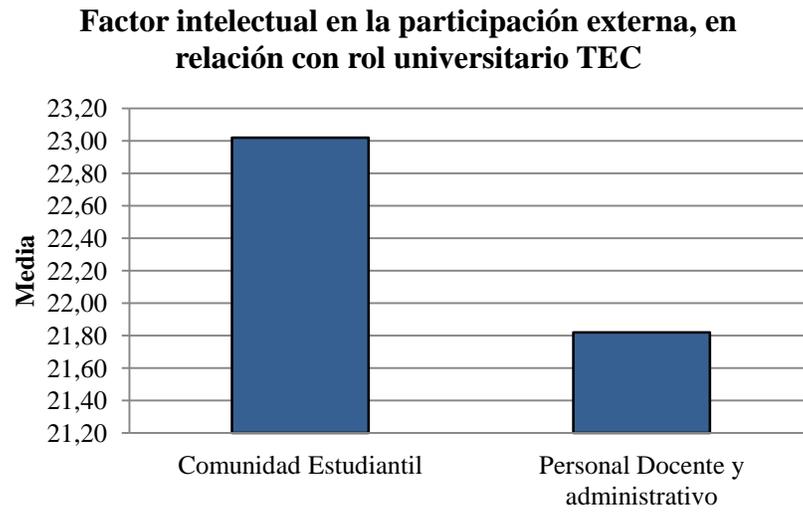
En el anexo F se muestra la tabla de significancias entre las variables para la comunidad universitaria que participa o no de actividades recreativas externas al TEC. Después del análisis del ANOVA de tres vías (tabla 4.3).

*Tabla 4. 3*

*Resultados de las ANOVAS entre los grupos que participan en actividades recreativas externas TEC.*

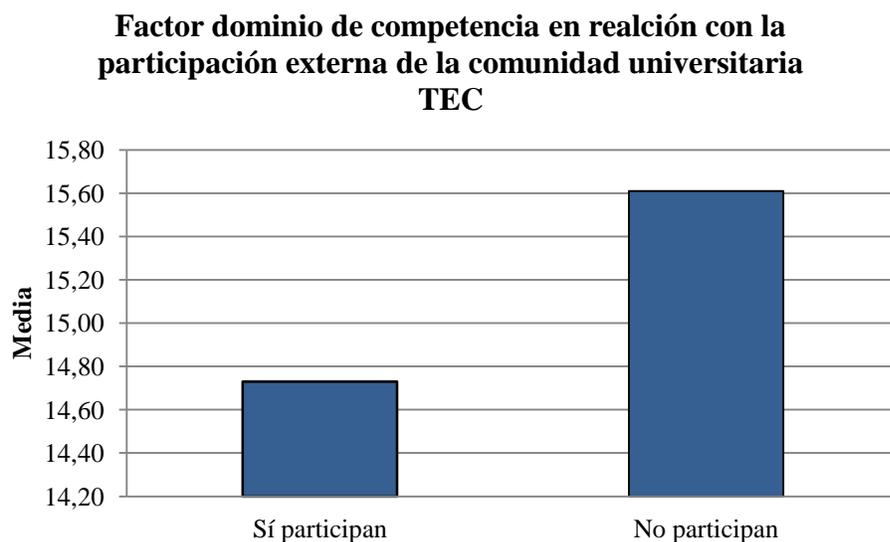
		Factores Motivacionales				Factores limitantes		
		Intel.	Soc.	Dom. de Comp.	Eva. de est.	Intrap.	Interpe.	Est.
Sexo	F	0,971	3,136	5,044	2,138	0,924	0,066	6,796
	Sig.	0,325	0,77	<b>0,025*</b>	0,144	0,337	0,798	<b>0,009*</b>
Rol universitario	F	11,792	0,067	45,688	0,230	2,648	8,364	9,119
	Sig.	<b>0,001*</b>	0,795	<b>&lt;0,001*</b>	0,632	0,104	<b>0,004*</b>	<b>0,003*</b>
Participación fuera TEC (PFT)	F	6,249	2,236	14,126	0,939	0,049	1,259	0,077
	Sig.	<b>0,013*</b>	0,627	<b>&lt;0,001*</b>	0,333	0,825	0,262	0,782
	Sig.	0,633	0,141	0,079	0,284	0,244	0,661	0,273
Rol*PFT	F	1,194	0,147	0,604	0,880	0,021	7,296	6,290
	Sig.	0,275	0,701	0,437	0,348	0,886	<b>0,007*</b>	<b>0,012*</b>

La figura 4.8 muestra, en el factor intelectual que existen diferencias significativas ( $p < .05$ ) entre estudiantes ( $M= 23,02$ ) y personal docente y administrativo ( $M= 21,82$ ) y entre la personas que sí participan ( $M= 22,85$ ) y quienes no lo hacen ( $M= 21,98$ ) no obstante no existen diferencias significativas entre las demás variables y ni sus interacciones. Como se ha mencionado estos resultados han sido similares a otros estudios (Chiu, 2008 y Derom, 2009).



*Figura 4. 8.* Puntaje del factor intelectual en la participación externa, en relación con rol universitario TEC ( $F=11,79$  y  $\text{sig}=0,001$ ).

En el caso del factor dominio de competencia se determinó una diferencia significativa ( $p < .05$ ) entre hombres ( $M=23,01$ ) y mujeres ( $M= 22,17$ ), además entre la comunidad estudiantil ( $M=23,86$ ) y el personal docente y administrativo ( $M=21,37$ ), también la participación externa de la institución presentó diferencia significativa, entre los que sí participan ( $M=23,30$ ) y quienes no participan ( $M=21,88$ ) como se observa en la figura 4.9. Estos mismos resultados se han determinado en otras poblaciones (Chiu 2008 y Derom, 2009).

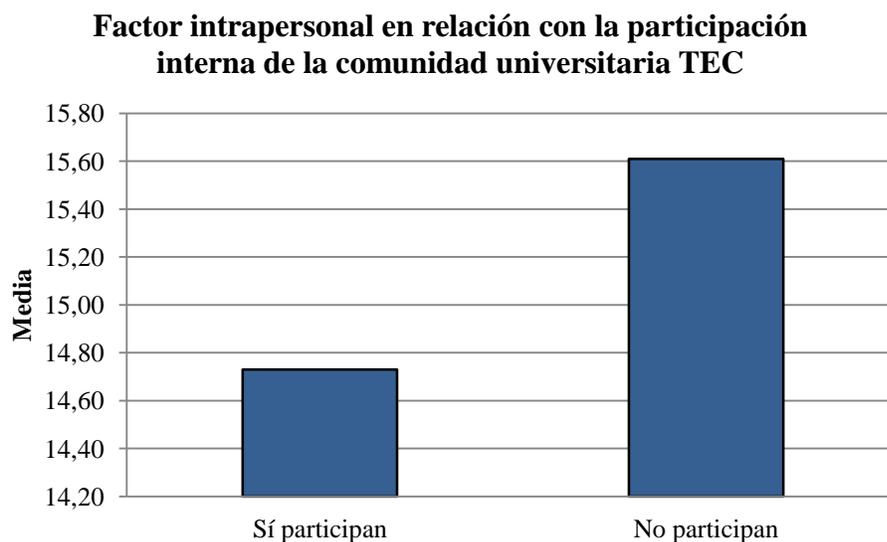


*Figura 4. 9.* Puntaje del factor dominio de competencia en relación con la participación externa de la comunidad universitaria TEC ( $F=14,12$  y  $\text{sig} < 0,001$ ).

### **Factores que limitan la participación recreativa**

#### **Factores que limitan la participación recreativa interna de la comunidad universitaria TEC**

Para responder al tercer objetivo específico se relacionaron las limitaciones de participación recreativa en función del sexo, el rol universitario y el lugar de participación. Los factores que limitan en la participación recreativa (ELR) son el intrapersonal, el interpersonal y el estructural. Al igual que los motivos de participación se realizó un ANOVA de tres vías (tabla 4.2). Como se muestra la figura 4.10 en el caso del factor intrapersonal se determinó una interacción significativa ( $p < 0,05$ ) entre las personas que no participan en actividades recreativas dentro del TEC ( $M=15,61$ ) y quienes sí ( $M= 14,73$ ).

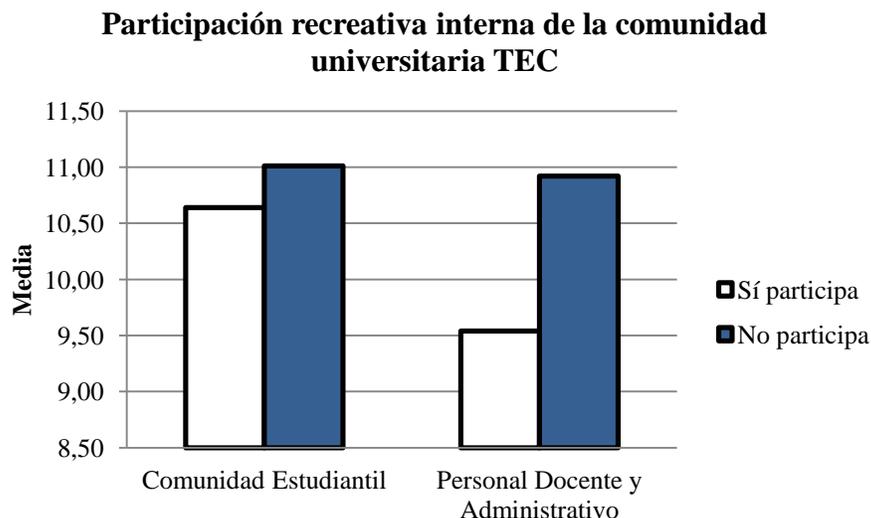


*Figura 4. 10.* Puntaje del Factor intrapersonal en relación con la participación interna de la comunidad universitaria TEC ( $F= 8,18$  y  $\text{sig}= 0,004$ ).

En el estudio de Xiong (2006), encontró en la población China inmigrante que no deseaba participar en actividades recreativas, la principal limitación era la personal (intrapersonal), estos resultados coinciden con los encontrados en el presente estudio. Además Han, (2004), encontró esta misma tendencia pero en mujeres Korea-Americana.

En el caso del factor interpersonal se encontraron diferencias significativas entre la comunidad estudiantil ( $M=10,82$ ) y el personal docente y administrativo ( $M=10,23$ ). También entre las personas que no participan en actividades dentro del TEC ( $M=10,09$ ) y quienes sí lo hacen ( $M=10,96$ ), por otra parte como se muestra en la figura 4.9, se encontraron diferencias significativas al combinar el rol universitario con la participación interna del TEC, esta interacción se da entre la comunidad estudiantil que sí participa

(M:10,64) sobre el personal docente y administrativo que sí participa (M:9,54), no obstante, no se encontraron diferencias significativas entre las demás variables.

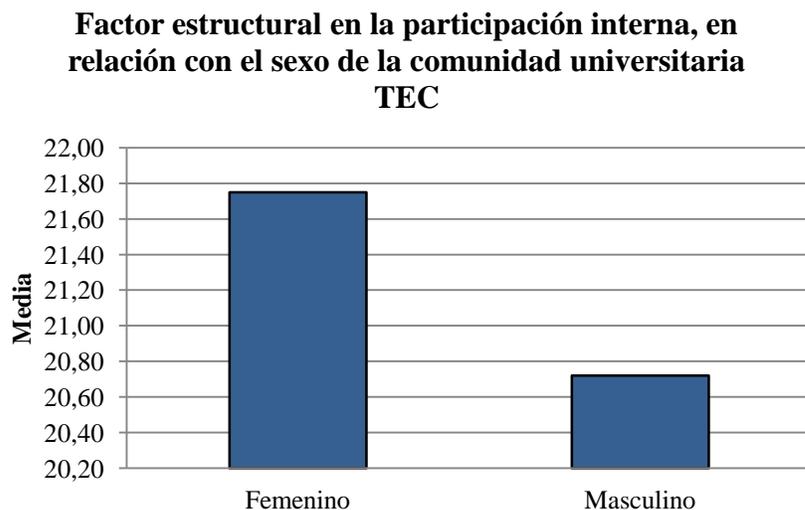


*Figura 4. 11.* Interacción significativa interpersonal de participación recreativa interna de la comunidad universitaria TEC ( $F=4,89$  y  $\text{sig}=0,027$ ).

El estudio de Xiong (2006), difiere del resultado anterior, en este estudio las personas chinas inmigrantes que no quieren realizar actividades recreativas perciben como una de principales limitaciones el factor intrapersonal, por otra parte una de las situaciones que puede ser influyente con estos resultados es la existencia de una relación entre la participación recreativa y el tipo de actividad organizada, la edad y el sexo (Han, 2004 y Gayo-Cal, 2006).

Para el factor estructural existe diferencia significativa ( $p < .05$ ) entre mujeres ( $M=21,93$ ) y hombres ( $M=20,98$ ), (figura 4.10), además entre la comunidad estudiantil ( $M=21,60$ ) y el personal docente y administrativo ( $M=20,93$ ). También se detectó otra

diferencia entre las personas que no participan en actividades recreativas dentro del TEC (M=21,78) y quienes sí lo hacen (M=20,68).



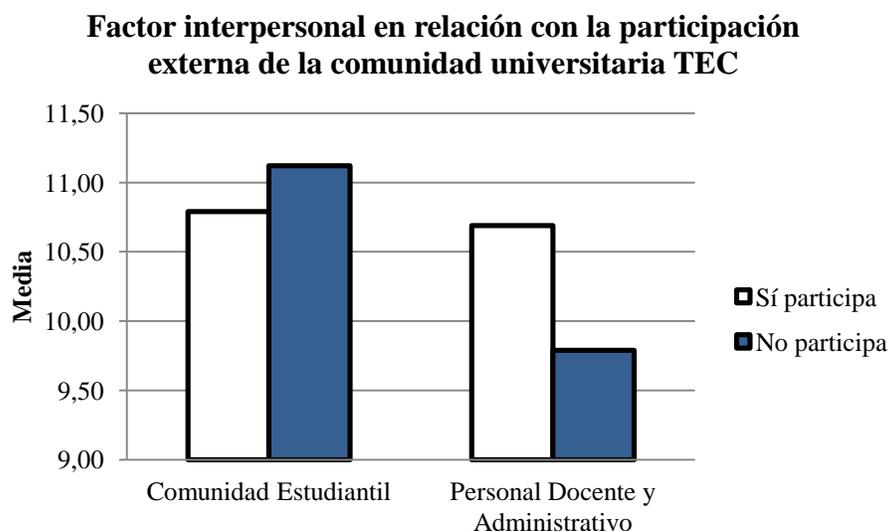
*Figura 4. 12.* Puntaje del factor estructural en la participación interna, en relación con sexo de la comunidad universitaria TEC ( $F=10,51$  y  $\text{sig}=0,001$ ).

Estos resultados son comparables con los estudios de Dunlop (2006), en el cual mujeres trabajadoras perciben como principal limitación actividades como el poco tiempo disponible y las facilidades, de igual manera Barrantes (2004), considera que el factor estructural limita la participación en mujeres deportistas.

### **Factores que limitan la participación recreativa externa de la comunidad universitaria TEC**

Seguidamente se presentan los resultados de las limitaciones en la participación recreativa de la comunidad universitaria que realizan o no en las actividades recreativas organizadas fuera del TEC, para ello se realizó un ANOVA de tres vías (tabla 4.3).

En el caso del factor interpersonal, se encontraron diferencias significativas entre la comunidad estudiantil ( $M=10,93$ ) y el personal docente y administrativo ( $M=10,23$ ), no obstante, no se encontraron más diferencias. En un estudio con poblaciones diferentes se determinó un resultado similar (Xiong, 2006). En el mismo factor se encontró una interacción significativa entre el rol universitario y la participación recreativa externa al TEC, en la cual la comunidad estudiantil ( $M=11,12$ ) y el personal docente y administrativo ( $M=9,76$ ) no participan en actividades recreativas externas al TEC (ver figura 4.13), sin embargo, en las demás interacciones no se encontraron diferencias.

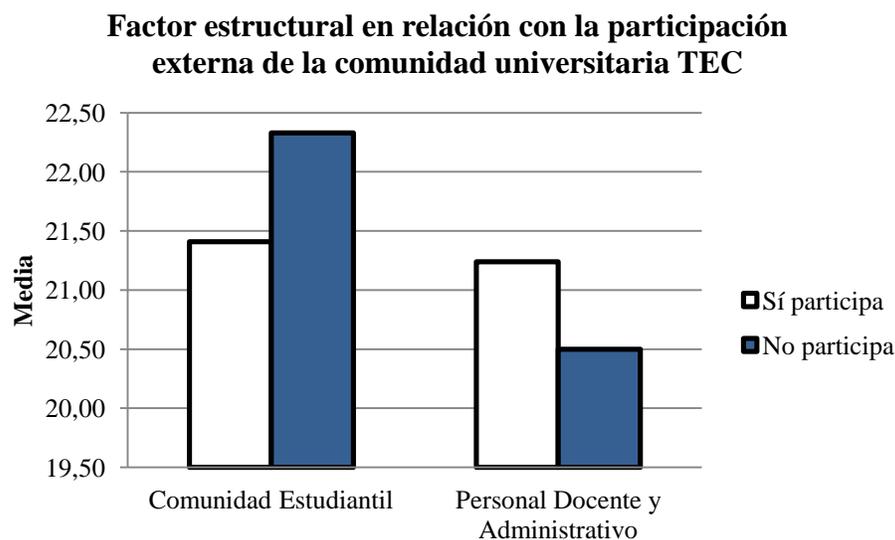


*Figura 4. 13.* Puntaje del factor interpersonal en relación con la participación externa de la comunidad universitaria TEC ( $F=7,29$  y  $\text{sig}=0,007$ ).

Estos resultados son consistentes con los obtenidos en la participación recreativa interna TEC, una de las posibles razones puede ser que la comunidad estudiantil considera que las personas con las que puede participar en actividades recreativas se encuentran en el

TEC. Hay estudios con poblaciones diferentes pero con similares resultados (Nadirova 2000; Han, 2004 y Dunlop, 2006).

Para el factor estructural existen diferencias significativas ( $p < .05$ ) entre hombres ( $M= 21,80$ ) y mujeres ( $M= 20,94$ ), además entre la comunidad estudiantil ( $M=21,87$ ) y el personal docente y administrativo ( $M=20,87$ ). Además, se encontró una diferencia significativa entre el rol universitario y la participación recreativa externa al TEC, en la cual la comunidad estudiantil ( $M=23,39$ ) y el personal docente y administrativo ( $M=20,50$ ) no participan en actividades recreativas externas al TEC, ver (figura 4.14), no obstante, en las demás no se encontraron diferencias.



*Figura 4. 14.* Puntaje del factor estructural en relación con la participación externa de la comunidad universitaria TEC ( $F=6,29$  y  $\text{sig}=0,012$ ).

Estos resultados podrían estar influenciados por la parte económica, la comunidad estudiantil carece de recursos económicos en comparación con el personal docente y

administrativo. Para la participación recreativa externa debe haber un gasto económico, según Xiong (2006), las personas que no pueden pagar por actividades recreativas no les van a interesar ese tipo de actividad o inclusive no la perciben como oportunidad de participación.

### **Resumen de Resultados**

El propósito de este estudio fue analizar los factores que intervienen en la participación de actividades recreativas en la comunidad universitaria del TEC. Seguidamente se van a discutir las conclusiones del presente proyecto, además de explicar los resultados obtenidos y relacionarlos con estudios previos.

Según la información obtenida en el grupo focal no existe una organización administrativa de la FS que apoye una propuesta recreativa. Cada profesional en recreación debería tener clara su propia filosofía y conocer la de la organización, en caso de no poseerla se debe establecer por medio de la misión y la visión de la organización. En la presente propuesta se establecerá una estrategia de programación recreativa cuya implementación iniciará en la FS como lo recomienda Salazar (2007).

En el orden de las ideas anteriores al no existir una organización administrativa básica se hace necesario un diagnóstico en el TEC para determinar las fortalezas y debilidades que la institución posee para desarrollar actividades recreativas. La comisión organizadora de la FS considera que existen más fortalezas que debilidades al organizar este evento, sin embargo, estas no son aprovechadas al máximo, considerando que las fortalezas son situaciones que favorecen a las organizaciones, en recursos y capacidades que pueden utilizarse favorablemente, según Alonso (2006).

Según Salazar (2007) las instalaciones donde se realizan las actividades son recursos que deben ser considerados en la elaboración de propuestas, para ello se desarrolló una entrevista, en esta, la FS como proyecto del departamento de trabajo social y salud no es prioridad para la personas que coordinan las instalaciones deportivas y culturales, no obstante, el reglamento en el artículo 5 inciso ch, de uso de instalaciones permite a la persona que coordina programar en función de la docencia, la recreación y el tiempo libre (ITCR, 2010d). De esta manera con una adecuada planificación de las actividades y considerando los horarios de la docencia se pueden realizar las solicitudes de uso de instalación para actividades recreativas durante FS.

Las actividades recreativas que se organizan en el TEC están dirigidas a la comunidad universitaria, uno de los propósitos del presente estudio fue determinar la participación interna o externa en actividades recreativas.

Seguidamente, se analiza la participación recreativa interna al TEC. Por un lado el grupo que mayoritariamente participa en este tipo de actividades son los hombres. Por otro lado el grupo que en su mayoría no participa en actividades recreativas dentro del TEC es el personal docente y administrativo.

Esta situación se podría explicar según Han (2004), por el tipo de actividad. En el estudio se determinó que el nivel de participación depende del tipo de actividad según el sexo y la edad, en caso de los hombres, los deportes y las actividades sociales son las más atractivas. Por otra parte el grupo entre 29-39 años, edad en la laboral, participan mayoritariamente en actividades como usar la computadora, salir a comer y salir al cine.

Otra explicación para las personas que no participan dentro del TEC, tiene que ver con limitaciones tales como el lugar de habitación si está con la familia o no y la baja preocupación por informarse en relación con las actividades recreativas Hou (2003).

En relación con la participación recreativa externa al TEC, los grupos analizados que sí participan son las mujeres, las mujeres estudiantes, los hombres estudiantes, los hombres funcionarios, la comunidad estudiantil, el personal docente y administrativo.

Los grupos que no participan en actividades recreativas fuera del TEC son las mujeres estudiantes y las mujeres funcionarias. Por su parte, los hombres sí participan más que las mujeres. Finalmente y en términos generales se encontraron diferencias significativas entre los diferentes grupos a favor de la participación recreativa interna, lo que permite visualizar una participación alta en las actividades que se desarrollen.

Lo anterior sucede por el tipo de actividad que se organiza, en algunos estudios se ha determinado que el nivel de participación estaba relacionado con el sexo, la edad y otras variables (Han, 2004 y Gayo-Cal, 2006). En relación con el sexo Romero (2006), encontró que las actividades preferidas por los hombres estudiantes UNED eran fútbol sala, campamentos, baloncesto, ir al cine y los paseos, por su parte las mujeres estudiantes de la UNED fueron aeróbicos, ir al cine, teatro, campamentos y paseos. Por su parte Han (2004), determinó que las actividades más atractivas para el sexo masculino son las actividades dinámicas y a las mujeres les atraen las actividades pasivas.

En relación con la edad, el estudio de Han (2004), encontró que el grupo entre 19-29 años, edad universitaria, participa mayoritariamente en actividades como salir a comer,

salir al cine y actividades sociales (fiesta), sin embargo, hay que considerar las limitaciones económicas a nivel universitario, ello explicaría la no participación de las mujeres estudiantes en actividades fuera del TEC. Por otra parte el estudio y edades laborales entre 29-39 años (usar la computadora, salir a comer y salir al cine). Según Alfadhil (1996), un factor determinante en la participación recreativa en personas mayores de 24 años es el poco tiempo disponible, todos estos factores podrían influir en la participación interna o externa del TEC.

Otro aspecto por considerar en la participación recreativa es el sexo, varios estudios demuestran que las mujeres presentan más limitantes de participación en comparación con los hombres (Alfadhil, 1996; Han, 2004 y Nadirova, 2000), de la misma manera se comporta la población en la participación recreativa externa del TEC, la mayoría de las mujeres no participan.

Otro objetivo de este proyecto fue determinar la relación entre las personas que conforman la comunidad universitaria y los factores que determinan la participación recreativa. La comunidad universitaria para efecto del análisis se dividió en cuatro grandes grupos sexo, rol universitario y la participación interna o externa del TEC.

Al considerar la participación interna TEC en actividades recreativas, en función del sexo, el factor más importante para los hombres es social, para las mujeres son el dominio de competencia y el factor estructural en la ELR. Otros estudios han determinado que el principal factor motivador en hombres es el dominio de competencia (Derom, 2009), por su parte en las mujeres son el intelectual y el dominio de competencia (Chiu, 2008).

En función del rol universitario los factores más importantes para la comunidad estudiantil son: el intelectual y dominio de competencia en el caso de EMR y el interpersonal y estructural en la ELR. Chiu, (2008), determinó en un grupo de estudiantes colegiales que lo más importante fueron los factores intelectuales y el dominio de competencia, para el EMR y se han encontrado limitaciones interpersonales (Alfadhil, 1996; Nadirova, 2000) y estructurales (Nadirova, 2000; Dunlop, 2006).

En el caso de la participación interna TEC se encontró que las personas que sí participan, el factor más importante es el dominio de competencia para el EMR y para el ELR el factor interpersonal para los estudiantes que sí participan, de la misma manera este factor ha sido el más importante en diferentes poblaciones (Chiu, 2008). En el caso de la no participación, los factores más importantes son de la ELR, el intrapersonal, el interpersonal y el estructural. En pasados estudios se ha determinado como limitantes el factor intrapersonal (Xiong, 2006), interpersonal (Han, 2004) y estructural (Dunlop, 2006).

Finalmente, al considerar la participación recreativa externa TEC en actividades recreativas en función del sexo el factor más importante para los hombres es el estructural de las ELR, en las mujeres no se presentaron diferencias significativas.

En función del rol universitario los factores más importantes para la comunidad estudiantil son: el intelectual y dominio de competencia en el caso de EMR y el interpersonal y estructural en la ELR. Además se determinó una interacción significativa en los estudiantes que no participan en actividades recreativas en los factores interpersonal y estructural.

En el caso de la participación externa TEC se determinó que en las personas que sí participan, los factores más importante son el intelectual y el dominio de competencia para el EMR.

### **Triangulación de los resultados**

La triangulación para validar la información se llevó a cabo comparando los resultados de las entrevistas, grupo focal realizado y resultados de los instrumentos aplicados en el presente estudio. Este diagnóstico permitió recopilar información generada a partir de la experiencia interna por parte de la comisión organizadora, los coordinadores de instalaciones culturales y deportivas y los resultados de los instrumentos aplicado.

### **Estructura organizativa**

Durante la intervención se realizaron reuniones con la comisión organizadora de la FS y entrevistas con los coordinadores de las instalaciones deportivas y culturales. En general se evidencia la carencia de una estructura organizativa básica en la FS, esto se aprecia en las prioridades al solicitar las instalaciones, cuando la FS ni siquiera se contempla en su programación. Según Salazar (2010), si una organización no posee misión ni visión, el área de recreación debe crear su propia filosofía para realizar un programa.

Sin una estructura organizativa adecuada, la FS posee muchas fortalezas y debilidades que son percibidas por la comisión organizadora, como por ejemplo, es una actividad institucional, el grupo de trabajo, el apoyo institucional, sin embargo, la feria no ha evolucionado, las actividades son similares todos los años, situación que se evidencia en el uso de instalaciones culturales y deportivas, que poco se han solicitado para este fin y por ello no es prioridad en las instalaciones deportivas y culturales. Como se ha planteado, las

fortalezas se refieren a situaciones que favorecen a las empresas, es decir recursos y capacidades que pueden utilizar para el desarrollo de su posición competitiva. En este sentido la FS debe evolucionar con actividades para ser mejor cada año así lo propone Alonso (2006).

### **Motivos de participación recreativa en el TEC**

La comisión organizadora de la FS ha percibido que con obsequios, motivos externos, la comunidad estudiantil participa mucho más, así mismo lo ven desde la coordinación de instalaciones, esta información difiere de los resultados obtenidos en el cuestionario, en el cual el factor dominio de competencia e intelectual es el más importante en la comunidad estudiantil, factores relacionados con el aprendizaje y la necesidad de sentido de logro.

### **Limitaciones de participación recreativa en el TEC**

Al igual que las demás variables el tema de las limitaciones en la participación recreativa fue diagnosticado en los diferentes grupos de trabajo, estos observaron diferentes limitaciones, la principal tiene que ver con factores estructurales: horarios, la organización administrativa del TEC, la metodología de la feria, carencias en la estructura administrativa, de la misma manera se determinó en el análisis estadístico. Otros por factores intrapersonales, que tiene que ver con la baja credibilidad de la comunidad universitaria en actividades para el aprendizaje no formal, el estado de ánimo de la población, el interés por las actividades con estas características. El presente estudio determinó que el factor estructural es una limitante importante en la participación recreativa

de varias poblaciones, por lo que es coincidente con lo externado por las comisiones y coordinaciones.

### **La recreación en la Feria de la Salud**

La recreación previene y promueve la salud integral de las personas. En este sentido se deben hacer esfuerzos para incorporarla adecuadamente en actividades como la FS. Es por ello que la comisión organizadora cree muy importante incorporar actividades recreativas, además es una manera de variar la metodología existente. Los datos estadísticos obtenidos lo indican: el 37 % de las mujeres participa en actividades recreativas dentro del TEC y el 39,1% de hombres. Hay que promover la participación recreativa universitaria en función de la calidad de vida.

## Capítulo 5

### CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES DEL DIAGNÓSTICO

Estas conclusiones y recomendaciones se fundamentan en los resultados de la investigación realizada a la comunidad universitaria del TEC, esta consistió en determinar los factores que intervienen en la participación recreativa, motivos y limitaciones. En el diagnóstico del proyecto se utilizaron técnicas cualitativas grupo focal y entrevista, además técnicas cuantitativas para el análisis de los resultados de la escala de motivos de participación recreativa (EMR) y la escala de limitación recreativa (ELR).

1. Según Salazar (2007) la recreación abarca todas aquellas actividades propias de cada individuo que se realizan en el tiempo libre después de cumplir las responsabilidades laborales, de estudio o ambas y que favorecen el bienestar de las personas. Los beneficios que ofrecen las actividades recreativas a las personas contribuyen a la salud integral de estas y por ende constituyen un impacto positivo en la calidad de vida.
2. Los proyectos dirigidos a las FS focalizan las actividades a evaluaciones e información, dejando de lado actividades recreativas que favorecen la salud integral, por ello, se deben plantear formas novedosas de promover y prevenir la salud (Hernández, 2010).
3. En el Plan Nacional de la Educación Superior Universitaria Estatal 2006-2010 se plantea como principio, la formación humanística cuyo enfoque es el compromiso con la formación integral de la persona, en todos sus alcances y dimensiones. Además en este mismo plan se promueve el principio humanista en el lineamiento estratégico: “Fortalecer el desarrollo integral del recurso humano, mediante programas específicos

que contribuyan a su realización personal, profesional y laboral para brindar servicios de alta calidad.” (CONARE, 2005, p.43).

4. La FS ha desarrollado actividades evaluativas e informativas sobre la salud de las personas y ha omitido la recreación como una opción de salud integral. En este sentido la FS que se organiza en el TEC es una oportunidad para iniciar una estrategia de programación recreativa.
5. Para desarrollar una estrategia recreativa es fundamental realizar un diagnóstico que sea la base del proyecto. Determinar a nivel general el estado de las instalaciones, las personas participantes, motivaciones y limitaciones hacia las actividades recreativas, esto para ofrecer un servicio con las necesidades de las personas participantes. En este sentido Salazar (2010), agrega que la identificación de actividades recreativas tienen la finalidad de recaudar información que permitirá determinar la extensión y los tipos de necesidades de las personas que participan en el programa.
6. La FS del TEC carece de una propuesta objetiva y fundamentada administrativamente, en la cual se pueda basar un programa recreativo. Por lo tanto es necesario fundamentar la propuesta recreativa con una estructura organizativa adecuada. Según Salazar (2007), las organizaciones deben de tener una filosofía que guía su actuar en el momento de ofrecer productos o servicios.
7. Según lo indagado en la organización de la FS son más las fortalezas que las debilidades, por lo tanto la organización debería ser más sencilla, ya que las fortalezas

se refieren a situaciones que favorecen a las empresas, es decir recursos y capacidades que pueden utilizar para el desarrollo de su posición competitiva (Alonso, 2006).

8. Según la comisión organizadora de la FS, los motivos externos son la principal razón de participación de la comunidad universitaria del Tecnológico. Por otra parte las principales limitaciones de participación tienen que ver con horarios de la comunidad estudiantil, la cultura administrativa del TEC y la baja credibilidad de población hacia la FS.
9. Es necesario implementar un programa recreativo novedoso y atractivo a la comunidad universitaria que promueva la salud integral de las personas participantes.
10. El uso de instalaciones deportivas y culturales está sujeto a la reglamentación y filosofía del TEC, en el caso específico de la FS no es prioridad en el momento de realizar una solicitud. En este sentido se deben buscar mecanismos para uso de instalaciones, cuya demanda de uso sea menor, en horarios específicos y de fácil acceso para todas las personas participantes.
11. Las personas que coordinan las instalaciones deportivas y culturales consideran que la comunidad universitaria participa en actividades recreativas con motivaciones externas y en eventos consolidados. Por otra parte, la participación en actividades recreativas está limitada por el bajo apoyo institucional, la baja promoción que se hace, la baja cultura recreativa en la institución, el bajo interés y el estado de ánimo de las personas.
12. Para cumplir con el objetivo 1.1, según los resultados del estudio en la comunidad universitaria del TEC para los hombres los motivos de participación tienen que ver con

los factores sociales y dominio de competencia. En el caso de las mujeres las actividades cuya motivación de participación más importante fue el factor Dominio de Competencia.

13. Para cumplir con el objetivo 1.1, en el caso de la comunidad estudiantil los factores que motivan la participación recreativa tienen que ver con los Factores Intelectuales y Dominio de Competencia.
14. Para cumplir con el objetivo 1.1, las limitaciones de participación recreativa más significativa para las mujeres tienen que ver con los factores estructurales.
15. Para cumplir con el objetivo 1.1, en el caso de las actividades que limitan la participación recreativa de la comunidad estudiantil tienen que ver con el factor interpersonal y estructural.

### **Recomendaciones**

1. Es necesario implementar una estrategia informativa sobre el concepto de recreación, los beneficios y sus implicaciones en el diario vivir, en la comunidad universitaria TEC, de tal forma que permita formar un criterio claro de este concepto.
2. Sería importante, en futuros estudios, considerar los resultados de la validez y confiabilidad de los instrumentos para medir los factores que intervienen en la participación recreativa y profundizar en el análisis de las características psicométricas de este instrumento.
3. Para formular un planteamiento recreativo es necesario considerar las limitaciones percibidas por la comunidad universitaria TEC.

4. Se busca por medio de un programa recreativo crear la cultura recreativa en la comunidad universitaria en función de un estilo de vida saludable.
5. Se deben considerar horarios de participación variados que permitan a todas las personas de la comunidad universitaria tener acceso a alguna actividad que sea de su agrado.
6. Es preciso implementar un trabajo de diagnóstico que permita conocer puntualmente las necesidades e intereses de la comunidad universitaria del Tecnológico.
7. Es imprescindible implementar actividades recreativas para toda la población universitaria, es importante considerar cada elemento que integra la comunidad, ya que en ella se convive.

## BIBLIOGRAFÍA

- Aguilar, J., y Meza, M. (1992). *Programa de actividades físicas recreativas para hijos de los funcionarios de la UNED*. (Tesis de licenciatura en Ciencias de la Educación con énfasis en Administración Educativa, sin publicar). Universidad de Costa Rica, Costa Rica.
- Alfadhil, A. (1996). *University students' perception of constraints to participation in recreational sports*. (Tesis de Doctorado de Filosofía sin publicar). Michigan State University, United States.
- Alonso, L. (2006). *¿Cómo crear ventaja competitiva desde un enfoque de dirección estratégica?* (Tesis de Licenciatura en administración sin publicar). Universidad de las Américas, Puebla, México.
- Alvarez, R. (1995). *Estadística multivariante y no paramétrica con SPSS*. Madrid, España: Díaz de Santos, S.A.
- American College of Sports Medicine. (2000). *ACSM's guidelines for exercise testing and prescription (6ta. ed.)*. Philadelphia, United States: Editorial Johnson
- Andrijašević, M., Paušić, J., Bavčević, T., y Ciliga, D. (2005). Participation in leisure activities and self-perception of health in the students of the University of Split. *Kinesiology*, 30(1), 21-31. Consultado en:  
<https://sibdi.ucr.ac.cr/http://web.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=4&hid=12&sid=debac8a5-32bc-48f7-924d-4cb5bde51f6a%40sessionmgr11>
- Arab-Moghaddam, N. (2007). Women's leisure and constraints to participation: Iranian perspectives. *Journal of Leisure Research* 39(1), 109-126. Consultado de:  
<https://sibdi.ucr.ac.cr/http://web.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=5&>

hid=12&sid=debac8a5-32bc-48f7-924d-4cb5bde51f6a%40sessionmgr11

Armida, A. (2005). *Plan de negocios como estrategia competitiva para el campamento Tomacoco* (Tesis de Licenciatura en Administración de Empresas sin publicar). Universidad de las Américas, Puebla, México.

Árraga M., y Sánchez, M. (2007). Recreación y calidad de vida en adultos mayores que viven en instituciones geriátricas y en sus hogares. Un estudio comparativo. *Cuaderno Venezolano de Sociología*, 16(4), 737-756. Consultado en: <https://sibdi.ucr.ac.cr/http://web.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?sid=debac8a5-32bc-48f7-924d-4cb5bde51f6a%40sessionmgr11&vid=7&hid=12>

Ascencio, M. (2004). *Simulador internacional de negocios de la Universidad Carnegie Mellon* (Tesis de Licenciatura en Administración de Empresas sin publicar). Universidad de las Américas, Puebla, México.

Barboza, Y.V. (2010). Nutrición esencia de la salud integral. *Anales Venezolanos de Nutrición*, 23(1), 50-53. Consultado en: <https://sibdi.ucr.ac.cr/http://web.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=7&hid=12&sid=debac8a5-32bc-48f7-924d-4cb5bde51f6a%40sessionmgr11>

Barrantes, J. (2004). *Factores motivacionales que influyen en la deserción de la mujer de la práctica deportiva (baloncesto y voleibol, I división durante el periodo comprendido entre 1999 y 2001)*. (Tesis de Licenciatura en Ciencias del Deporte con énfasis en rendimiento sin publicar). Universidad nacional, Heredia, Costa Rica.

Bouchard. C., y Katzmarzyk. P. (2010). *Physical activity and obesity* (2da. ed.). United States of America: Editorial Human Kinetics.

Bravo, B. (2008). *Práctica de actividad física regular en mujeres adolescentes: actitudes*

*hacia ella, importancia axiológica y barreras percibidas para su desarrollo* (Tesis de Licenciatura en Educación Física, sin publicar). Universidad de Costa Rica, San José, Costa Rica.

Brinnitzer, E. (2003). Adolescencia, pobreza y tiempo libre en mujeres y varones.

*Revista de Estudios de la Mujer*, 2(8), 221-244. Consultado en:

<https://sibdi.ucr.ac.cr/http://web.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=8&hid=12&sid=debac8a5-32bc-48f7-924d-4cb5bde51f6a%40sessionmgr11>

Camacho, J. M. (2007). *Efecto de un programa recreativo en la población*

*estudiantil de primer ingreso del año 2006, de residencias de la Universidad de*

*Costa Rica* (Tesis de Maestría en Recreación sin publicar). Universidad de Costa

Rica, San José, Costa Rica.

Cantón, E., Mayor, L., y Pallarés, J. (1995). Factores motivacionales y afectivos en

la iniciación deportiva. *Revista de Psicología General y Aplicada*, 48(1), 59-75.

Consultado en: [dialnet.unirioja.es/servlet/dfichero\\_articulo?codigo=2378878](http://dialnet.unirioja.es/servlet/dfichero_articulo?codigo=2378878)

Carrutehers, C., y Hood, C. (2005). The power of positive psychology: The paradigm

shifts from problem-solving to optimism. *Park and Recreation*, 40(10), 30-37.

Consultado en:

<https://sibdi.ucr.ac.cr/http://web.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=10&hid=12&sid=debac8a5-32bc-48f7-924d-4cb5bde51f6a%40sessionmgr11>

Chen-Hong, C. (2005). *Personality trait and their relationship to leisure motivation*

- and leisure satisfaction in Southern Taiwan University student* (Tesis de Doctorado en Filosofía sin publicar). University of the Incarnate Word de San Antonio, Texas, United States.
- Chiu, W. H. (2008). *A study of motivation, satisfaction, and constraints of collegiate chinese martial arts athletes engaged in leisure activities in Taiwan* (Tesis de Doctorado en Administración Deportiva sin publicar). United States Sports Academy, United States.
- Chih-Mou, H. (1998). *Leisure attitudes, motivation, participation and satisfaction: Test of a model of a leisure behavior* (Tesis de Doctorado en Filosofía sin publicar). School of Health, Physical Education and Recreation, Indiana University, United States.
- Costa Rica Consejo Nacional de Rectores. (2005). *Plan nacional de la educación superior universitaria estatal 2006-2010*. San José, Costa Rica: CONARE-OPES
- Costa Rica Consejo Nacional de Rectores. (2002). *Portafolio de anteproyectos área de vida estudiantil 2002-2006*. San José, Costa Rica: CONARE-OPES.
- Costa Rica Consejo Nacional de Rectores. (2001). *Marco estratégico de acción para el área de vida estudiantil en el Consejo Nacional de Rectores*. San José, Costa Rica: CONARE-OPES.
- Costa Rica Ministerio de Salud. (2008). *Memoria institucional*. Consultado en: [http://www.ministeriodesalud.go.cr/sobre\\_ministerio/memorias/memoria2009/vlsituacion.pdf](http://www.ministeriodesalud.go.cr/sobre_ministerio/memorias/memoria2009/vlsituacion.pdf)
- Daft, R. (2000). *Teoría y diseño organizacional* (4ta.ed.). México D.F.: Editorial Thomson.

- Derom, I. (2009). *Identity and motives of participants at cause-related sport events* (Tesis de Maestría del Movimiento Humano sin publicar). University of Windsor, Canada.
- Díaz, V. (2009). *Análisis de datos de encuestas*. Barcelona, España: Editorial UOC.
- Dunlop, P. (2006). *Active employees! Exploring the relationship between job characteristics, perceived constraints an participation leisure-time physical activity* (Tesis de Maestría en Recreacion sin publicar). North Carolina University, United States.
- Edginton, C., Hudson, S., Dieser, R., y Edginton, S. (2004). *Leisure programming: Service-centered and benefits approach* (4ta. ed.) New York, United States of America: Editorial McGraw-Hill.
- Esqueda, S., y López, S. (2008). El ocio de los jóvenes: La gran oportunidad. *Debates Instituto de Estudios Superiores de Administración*, 13(2), 25-30. Consultado en: <https://sibdi.ucr.ac.cr/http://web.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?sid=debac8a5-32bc-48f7-924d-4cb5bde51f6a%40sessionmgr11&vid=13&hid=12>
- Fawcett, L., Garton, A., y Dandy, J. (2009). Role of motivation, self-efficacy and parent support in adolescent structured leisure activity participation. *Australian Journal of Psychology*, 61(3), 175-182. doi: 10.1080/00049530802326792
- Fawcett, L. (2007). *School's out: Adolescent 'leisure time' activities, influences and consequences* (Tesis de doctorado en Filosofía sin publicar). Edith Cowan University, United States.
- Ferrell, O., Hirt, G., Adriaenséns, M., Flores, M. A., y Ramos, L. (2004). *Introducción*

*a los negocios en un mundo cambiante* (4ta.ed.). Atlampla, México, D.F.: Editorial McGraw-Hill.

Fouce, J., y Gómez, E. (2003). El programa de ocio nocturno juvenil Torrejón a Tope.

*Intervención Psicosocial*, 13(2), 247-260. Consultado de:

[http://www.psicopol.unsl.edu.ar/mayo2007\\_nota5.pdf](http://www.psicopol.unsl.edu.ar/mayo2007_nota5.pdf)

Fundación Latinoamericana de Tiempo Libre y Recreación. (2004). Planeación y

operación de programas recreativos. Consultado en:

[http://www.funlibre.org/documentos/idrd/planeacion.html#\\_3.\\_\\_\\_\\_EL%20PROGRAMA%20RECREATIVO](http://www.funlibre.org/documentos/idrd/planeacion.html#_3.____EL%20PROGRAMA%20RECREATIVO)

Gamboa, C., y Montero, A. (1992). *Estudio para determinar las necesidades recreativas de los trabajadores de la Universidad Nacional* (Tesis de Licenciatura en Educación Física sin publicar). Universidad Nacional, Heredia Costa Rica.

Gayo-Cal, M. (2006). Leisure and participation in Britain. *Cultural Trends*, 15(2/3), 175-192. doi: 10.1080/09548960600713015

Guardián, A. (2007). *Coordinación educativa y cultural Centroamericana (CECC) agencia Española de cooperación*. San José, Costa Rica: Editorial Print Center

Guinn, B., y Vincent, V. (2008). Leisure-time physical activity barriers among border Mexican American women. *American Journal of Health Studies*, 23(1), 9-16.

Consultado en:

<https://sibdi.ucr.ac.cr/http://web.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?sid=debac8a5-32bc-48f7-924d-4cb5bde51f6a%40sessionmgr11&vid=19&hid=12>

Gutiérrez, E. (2008). Tiempo libre y calidad de vida desde el mismo docente.

- Revista Mexicana de Investigación Educativa*, 13(38), 867-890. Consultado de:  
<https://sibdi.ucr.ac.cr/http://web.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?sid=debac8a5-32bc-48f7-924d-4cb5bde51f6a%40sessionmgr11&vid=21&hid=12>
- González, J. (2003). *Actividad física, deporte y vida. Beneficios, perjuicios y sentido de la actividad física y el deporte*. Editorial: Fundación Oreki, Lazarte-Oria, España.
- Gómez, M., Ruiz, F., García, M., Granero, A., y Piéron, M. (2009). Motivaciones aludidas por los universitarios que practican actividades físico-deportivas. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 41(3), 519-532. Consultado en:  
<https://sibdi.ucr.ac.cr/http://web.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=22&hid=12&sid=debac8a5-32bc-48f7-924d-4cb5bde51f6a%40sessionmgr11>
- Gomes, C., y Elizalde, R. (2009). Trabajo, tiempo libre y ocio en la contemporaneidad: Contradicciones y desafíos. *Revista de la Universidad Bolivariana*, 8(22), 249-266. doi: 10.4067/S0718-65682009000100015
- Han, W. J. (2004). *Leisure participation and constraints: The case of Korean Americans* (Tesis de Doctorado en Filosofía sin publicar). The Pennsylvania State University, United States.
- Hass, C., y Siphthorp, J. (2004). Making the benefits last. *Parks and Recreation*, 39(6), 32-34. Consultado en:  
<https://sibdi.ucr.ac.cr/http://web.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=23>
- Hawkins, B., Peng, J., Hsieh, C-M., y Eklund, S. (1999). Leisure constraints: A replication and extension of construct development. *Leisure Sciences*, 21(3), 179-192. doi: 10.1080/014904099273066
- Hou, Y. H. (2003). *The relationship between their leisure motivation and leisure*

*constraints* (Tesis de Doctorado en Educación sin publicar). Louisville, Kentucky United States.

Hsieh, C. M. (1998). *Leisure attitude, participation and satisfaction: Test of model of leisure behavior*. (Tesis de Doctorado en Filosofía sin publicar). School of Health, Physical Education and Recreation, Indiana University, United States.

&hid=12&sid=debac8a5-32bc-48f7-924d-4cb5bde51f6a%40sessionmgr11

Hernández, J. (2010). Avances en promoción de la salud y prevención de las enfermedades crónicas en Costa Rica. *Revista Costarricense de Salud Pública*, 19(1), 48-55.

Consultado en: <http://www.scielo.sa.cr/pdf/rcsp/v19n1/a09v19n1.pdf>

Hsin-jung, S. (2010). *An analysis of recreational sport programs for boys and girls in ages 12 to 14 in Taoyuan city, Taiwan* (Tesis de Doctorado en Educación de Gestión del Deporte sin publicar). Sports Academy de Alabama, United States.

Huertas, C., Caro, D., Vásquez, A., y Vélez, J. (2008). Consumo cultural y uso del tiempo libre en estudiantes lasallistas. *Revista Lasallista de Investigación*, 5(2), 36-47. Consultado en:

<https://sibdi.ucr.ac.cr/http://web.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=24&hid=122&sid=debac8a5-32bc-48f7-924d-4cb5bde51f6a%40sessionmgr11>

Instituto Tecnológico de Costa Rica. (2010a). *Departamento de Trabajo Social y Salud*. Cartago, Costa Rica. Consultado en:

<http://www.tec.ac.cr/sitios/Vicerrectoria/viesa/tss/Paginas/default.aspx>

Instituto Tecnológico de Costa Rica. (2010b). *Escuela de Cultura y Deporte*. Cartago, Costa Rica. Consultado en:

<http://www.tec.ac.cr/sitios/Docencia/culturaydeporte/Paginas/default.aspx>Instituto

Instituto Tecnológico de Costa Rica. (2010c). *Estatuto Orgánico del Instituto Tecnológico de Costa Rica*. Cartago, Costa Rica. Consultado de

<http://www.itcr.ac.cr/reglamentos/>

Instituto Tecnológico de Costa Rica. (2010d). *Reglamento del uso de instalaciones deportivas sede central Instituto Tecnológico de Costa Rica*. Cartago, Costa Rica.

Consultado de <http://www.itcr.ac.cr/reglamentos/>

Instituto Tecnológico de Costa Rica. (2011). *Memoria Trayectoria consolidada de éxitos/ Instituto Tecnológico de Costa Rica*. Cartago, Costa Rica: Editorial Tecnológica de Costa Rica.

Instituto Tecnológico de Costa Rica. (1975). *¿Qué es el TEC?*. Cartago, Costa Rica:

Editorial Departamento de Documentación y Relaciones Humanas.

International Christian Brotherhood hosts first men's health fair. (2009, 24-30

setiembre). *The New York Amsterdam News*, sección Religion and Spirituality, p.

34.

Jaña, C. (2007). Animación sociocultural y el rescate del ocio perdido. *Serie*

*Bibliotecología y Gestión de Información*, 1(24), 5-39. Consultado de:

<https://sibdi.ucr.ac.cr/http://web.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?sid=debac8a5-32bc-48f7-924d-4cb5bde51f6a%40sessionmgr11&vid=26&hid=10>

Jiménez, D., y Badilla, M. (2007). *Factores de Riesgo de enfermedad cardiovascular, niveles de actividad física y hábitos alimentarios en funcionarios de la Sede Central de la Universidad Nacional* (Tesis de licenciatura en Ciencias del Deporte con énfasis en salud, sin publicar). Universidad Nacional, Costa Rica.

Juniu, S., y Salazar Salas, C. G. (2010). Significados de la palabra “esparcimiento”

para estudiantes de la Universidad de Costa Rica y de Montclair State University.

*Investigativas en Educación*, 10(1), 1-28. Consultado en:

<http://revista.inie.ucr.ac.cr/articulos/1-2010/archivos/palabra.pdf>

Karlos, M. (2001). *Importancia de los archivos*. Consultado en:

<http://www.buenastareas.com/ensayos/Importancia-De-Los-Archivos/215154.html>

Kelemen, A. (2001). Wellness promotion. How to plan a college health fair. *American*

*Journal of Health Studies*, 17(1), 31-35. Consultado en:

<https://sibdi.ucr.ac.cr/http://web.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=27>

[&hid=10&sid=debac8a5-32bc-48f7-924d-4cb5bde51f6a%40sessionmgr11](https://sibdi.ucr.ac.cr/http://web.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=27&hid=10&sid=debac8a5-32bc-48f7-924d-4cb5bde51f6a%40sessionmgr11)

Kent, R. (2001). *Data construction and data analysis for survey research*. New York,

United States: Editorial Palgrave.

Kim, B. (2009). *A conceptual framework for leisure and subjective well-being* (Tesis

de Doctorado en Recreación sin publicar). School of Health, Physical Education and

Recreation, Indiana University, United States.

Long, B., Wooten, W., Patrik, K., Caltas, K., Sharper, D., y Sallir, J. (1999). *Proyecto*

*muévete. Manual del personal de salud. Evaluación y orientación médica referentes*

*a la actividad física*. Manuscrito sin publicar.

López-Bárcena, J., y González, M. (2005). Modelo universitario de salud integral, en la

Universidad Nacional Autónoma de México. *Revista Facultad de Medicina*

*Universidad Autónoma de México*, 48(6), 224-231. Consultado en:

<https://sibdi.ucr.ac.cr/http://web.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=28>

[&hid=10&sid=debac8a5-32bc-48f7-924d-4cb5bde51f6a%40sessionmgr11](https://sibdi.ucr.ac.cr/http://web.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=28&hid=10&sid=debac8a5-32bc-48f7-924d-4cb5bde51f6a%40sessionmgr11)

López, D., y Villalobos, L. (2004). *Determinación y comparación de los factores*

*motivacionales que inciden en la práctica de la gimnasia en atletas que comprenden edades entre 13 y 18 años de edad, participantes en el tercer campeonato Centroamericano de Gimnasia, 2003* (Tesis de Licenciatura en Ciencias del Deporte con énfasis en rendimiento y salud, sin publicar). Universidad Nacional, Costa Rica.

MacLean, D., Hurd, A., y Brattain, N. (2007). *Kraus's recreation and leisure in modern society* (8va. ed.). United States of America: Editorial: Jones Bartlett Publisher.

Malhotra, N. (2004). *Investigación de mercados* (4ta.ed.). México D.F.: Pearson Education.

Matthew, D. (1999). The spirituality of recreation. *Parks and Recreation*, 34(9), 28, 30-3, 41, 44, 47-48, 197. Consultado en:

de:<https://sibdi.ucr.ac.cr/http://web.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=29&hid=10&sid=deba8a5-32bc-48f7-924d-4cb5bde51f6a%40sessionmgr11>

Moncada, J. (2005). *Estadística para ciencias del movimiento humano*. San José, Costa Rica: Editorial UCR.

Mora, M. (2002). *Impacto de los jubilados en la Vicerrectoría de Docencia del ITCR, durante los años 2000 al 2002 y de la proyección para el período 2002 al 2005*. (Tesis para optar por el grado de Licenciatura en Recursos Humanos sin publicar). Instituto Tecnológico de Costa Rica, Costa Rica.

Nadirova, A. (2000). *Understanding leisure decision-making: An integrated analysis of recreation participation, anticipated leisure benefits, environmental attitudes, leisure constraints, and constraints negotiation* (Tesis de Doctorado en Filosofía

sin publicar). Department of Earth and Atmospheric Sciences. Alberta University, Canadá.

Ness, K., Gurney, J., y Ice, G. (2003). Screening, education, and associated behavioral responses to reduce risk for falls among people over age 65 years attending a community health fair. *Physical Therapy*, 83(7), 631-637. Consultado en: <http://ptjournal.apta.org/cgi/reprint/83/7/631>

Niñerola, J., Capdevila, L., y Pinatel, M. (2006). Barreras percibidas y actividad física: El autoinforme de barreras para la práctica de ejercicio físico. *Revista de Psicología del Deporte*, 15(1), 53-69. Consultado en: <https://sibdi.ucr.ac.cr/http://web.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?sid=debac8a5-32bc-48f7-924d-4cb5bde51f6a%40sessionmgr11&vid=31&hid=10>

Norling, J. C., y Sibthorp, J. (2006). Mental restoration and recreation taking time to visit a park may leave you more relaxed. *Parks and Recreation*, 41(3), 30-35. Consultado en: <http://www.thefreelibrary.com/Research+update:+mental+restoration+and+recreation:+taking+time+to...-a0143828188>

Norling, J. C., Sibthorp, J., Suchy, Y., Hannon, J., y Ruddell, E. (2010). The benefit of recreational physical activity to restore attentional fatigue: The effects of running intensity level on attention scores. *Journal of Leisure Research*, 42(1), 135-152. Consultado en: <https://sibdi.ucr.ac.cr/http://web.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=42&hid=10&sid=debac8a5-32bc-48f7-924d-4cb5bde51f6a%40sessionmgr11>

Ortiz, G. (2004). *Diccionario de metodología de la investigación científica*. México

- D.F., México: Editorial Limusa.
- Parry, D., Shaw, S. (1999). The role of leisure in women's experiences of menopause and mid-life. *Leisure Sciences*, 21(3), 205-218. doi: 10.1080/014904099273101
- Petri, H., y Govern, J. (2006). *Motivación* (5ta.ed.). Polanco, México, D.F.: Editorial: Thomson.
- Peláez, J. (2009). *Ocio y contemplación en Santo Tomás de Aquino. Excerptaet Dissertationibus in Sacra Theologia*, 53(2), 95-15. Consultado en: <https://sibdi.ucr.ac.cr/http://web.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=43&hid=10&sid=debac8a5-32bc-48f7-924d-4cb5bde51f6a%40sessionmgr11>
- Reichert, F., Barros, A., Domínguez, M., y Hallal, P. (2007). The role of perceived personal barriers to engagement in leisure-time physical activity. *American Journal of Public Health*, 97(3), 515-519. doi:10.2105/AJPH.2005.070144
- Robbins, S. (2004). *Comportamiento organizacional* (10a. ed.). Atlacomulco, México: Editorial Prentice Hall
- Robbins, S., y Coutler, M. (2005). *Administración* (8a. ed.). Atlacomulco, México: Editorial Prentice Hall
- Romero, C. (2006). *Propuesta organizacional del área de recreación para la Universidad Estatal a Distancia* (Tesis de Magíster en Recreación sin publicar). Universidad de Costa Rica, Costa Rica.
- Russell, R. V., y Jaimieson, L. M. (2007). *Leisure program, planning, and delivery*. United States of America: Editorial Human Kinetics.
- Salazar, C. G. (2010). *Antología del cursos PF-4904 Programación en la recreación*. Maestría Profesional en Recreación, Universidad de Costa Rica. San José, Costa

Rica.

Salazar, C.G.. (2000). ¿Negligencia en la seguridad de los parques de juego?.

*Revista Costarricense de salud Pública*, 9(17), 222-247. Consultado en:

<http://www.scielo.sa.cr/scielo.php?pid=S1409->

14292000000200002&script=sci\_arttext

Salazar, C. G. (2007). *Recreación*. San José, Costa Rica: Editorial UCR.

Sandín, M.P. (2003). *Investigación cualitativa en educación*. Barcelona, España: Editorial Macgraw-Hill.

Sancho, J. (2007). Factores motivacionales hacia la actividad física en personas adultas mayores (Tesis de Licenciatura en Ciencias del Deporte con énfasis en salud, sin publicar). Universidad Nacional, Costa Rica.

Schmidt, C., y Little, D. (2007). Qualitative insights into leisure as a spiritual experience.

*Journal of Leisure Research*, 39(2), 222-247. Consultado en:

<https://sibdi.ucr.ac.cr/http://web.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=45>

&hid=10&sid=debac8a5-32bc-48f7-924d-4cb5bde51f6a%40sessionmgr11

Son, J. (2008). Do age and gender matter in the constraint negotiation of physically active?

*Leisure Journal of Leisure Research*, 40(2), 267-289. Consultado en:

<https://sibdi.ucr.ac.cr/http://web.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=46>

&hid=10&sid=debac8a5-32bc-48f7-924d-4cb5bde51f6a%40sessionmgr11

Stamat, H., Injety, R., Liechty, K., Pohlod, C., y Aguwa, M. (2008). Osteopathic medicine and community health fairs: Increasing public awareness while improving public health. *Journal of the American Osteopathic Association*, 108(8), 397-403.

Consultado en: <http://www.jaoa.org/cgi/reprint/108/8/397>

- Valerín, J., y Sánchez, D. (2004). *Efecto de un programa de actividad física-recreativa en el autoconcepto físico y general, la práctica de actividad física en el tiempo libre y la autoeficacia para la práctica de actividad física de adolescentes de un colegio urbano-marginal*. (Tesis de licenciatura con énfasis en salud sin publicar). Universidad Nacional. Heredia, Costa Rica.
- Vargas, G. (2009). Estudio histórico-geográfico de la recreación y el turismo en Costa Rica, 1840-1986. *Revista Geográfica*, 1(145), 89-120, 32. Consultado en:  
<https://sibdi.ucr.ac.cr/http://web.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=48&hid=10&sid=debac8a5-32bc-48f7-924d-4cb5bde51f6a%40sessionmgr11>
- Vidal, B. (1973, diciembre). *Memoria 71-73*: ITCR (pp. 1-37). Instituto Tecnológico de Costa Rica, Cartago, Costa Rica.
- Vincent, T., Paine, A., Fawcett, B., Johnston, J., y Banks, D. (1994). An experimental evaluation of an incentive program to reduce serum cholesterol levels among health fair participants. *Archives of Family Medicine*, 3(3), 246-251. Consultado en:  
<http://archfami.ama-assn.org/cgi/reprint/3/3/246.pdf>
- Waichman, P. (2009). ¿Cuál recreación para América Latina? *Cuaderno Venezolano de Sociología*, 18(1), 101-108. Consultado en:  
<https://sibdi.ucr.ac.cr/http://web.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=50&hid=10&sid=debac8a5-32bc-48f7-924d-4cb5bde51f6a%40sessionmgr11>
- Walker, G. (2008). The effects of ethnicity and gender on facilitating intrinsic motivation during leisure with a close friend. *Journal of Leisure Research*, 40(2), 290-311. Consultado en:

<https://sibdi.ucr.ac.cr/http://web.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=51&hid=10&sid=debac8a5-32bc-48f7-924d-4cb5bde51f6a%40sessionmgr11>

Wang, C. C. (2008). *Leisure participation, leisure motivation, and life satisfaction for elders in public senior resident homes in Taiwan* (Tesis de Doctorado en Filosofía sin publicar). University of the Incarnate Word, San Antonio, Texas, United State.

Xiong, F. (2006). *Constraints on leisure activities participation among Chinese Immigrants in Canada* (Tesis de Doctorado en Filosofía sin publicar). Lakehead University Word, San Antonio, Canadá.

**ANEXOS**

**Anexos A**  
Entrevista



Universidad de Costa Rica  
Escuela de Educación Física y Deportes  
Maestría Profesional en Recreación  
Escala de Motivación Hacia Actividades Recreativas

## GUÍA PARA ENTREVISTA (SEMIESTRUCTURADA) SOBRE USO DE LAS INSTALACIONES DEPORTIVAS DEL ITCR

### ***CONSIDERACIONES PARA EL ENTREVISTADOR/A:***

Nombre del entrevistador/a: \_\_\_\_\_

### **Objetivo de la entrevista:**

- Diagnosticar la situación institucional de las instalaciones deportivas del TEC para la intervención recreativa.

### **Variables por considerar en la entrevista:**

- Programas recreativos universitarios (Factores institucionales)
- Recreación (Motivos y Barreras recreativas)
- Ferias de la Salud

### **GUÍA PARA ENTREVISTA**

Nombre del(la) entrevistado(a): \_\_\_\_\_

Puesto: \_\_\_\_\_

Tiempo de laborar en el puesto: \_\_\_\_\_

Departamento: \_\_\_\_\_

Lugar de la entrevista: \_\_\_\_\_

Hora de inicio de la entrevista: \_\_\_\_\_

Hora finalización de la entrevista: \_\_\_\_\_

### **CUESTIONARIO**

1. ¿Tiene acceso toda la comunidad institucional a la utilización de las instalaciones deportivas del TEC?
2. ¿Pueden realizarse actividades (culturales, recreativas, exposiciones, ferias, competencias u otros), que involucren otros departamentos, instituciones, particulares u otros, en las instalaciones deportivas del TEC, como por ejemplo una Feria de Salud?
3. ¿Cuál es el procedimiento para solicitar las instalaciones?
4. ¿Existe prioridad en el préstamo de instalaciones deportivas? ¿Cuál es?
5. ¿Cuál es el uso que se da a las instalaciones deportivas del TEC? (según prioridades o demandas)
6. ¿Podría mencionarme las fortalezas que usted considera tienen las instalaciones deportivas (inversión, infraestructura, mantenimiento, promoción, utilización)?
7. ¿Cuáles son los aspectos que deben mejorarse en cuanto a las instalaciones deportivas (inversión, infraestructura, mantenimiento, promoción, utilización)?
8. ¿Considera usted que existe un porcentaje alto (mayor al 80%) de aprovechamiento de los espacios de las instalaciones deportivas?
9. ¿Cuáles espacios de las instalaciones deportivas, tienen un mayor y(o) menor porcentaje de aprovechamiento?
10. ¿Qué porcentaje del anterior, considera usted que se brinda a la realización de actividades recreativas en las instalaciones deportivas?
11. ¿De las instalaciones que usted tiene a cargo, cuáles considera usted son aptas para realizar actividades recreativas?
12. ¿En qué condiciones de infraestructura se encuentran las instalaciones deportivas para la realización de este tipo de actividades?
13. ¿Se cuenta con un programa recreativo universitario en el TEC?

14. ¿Considera usted que las instalaciones deportivas del TEC favorecen u obstaculizan los programas recreativos universitarios? ¿Por qué?
15. ¿Ha observado usted participación (asistencia alta) de estudiantes y funcionarios cuando se realizan actividades recreativas en las instalaciones deportivas?
16. Desde su experiencia: ¿Cuáles factores influyen (positiva o negativamente) en la participación de estudiantes y funcionarios en actividades recreativas?
17. ¿Forma parte del Programa de Instalaciones Deportivas el apoyar en la realización de Ferias de la Salud y que involucren programas recreativos universitarios?
18. ¿Qué prioridad se le da en la política del programa a este tipo de actividades?
19. ¿Qué elementos desde su óptica y de las instalaciones deportivas, deben considerarse en la realización de actividades recreativas en el marco de una Feria de la Salud en el TEC, para que estas sean exitosas?

**¡Muchas gracias por su colaboración!**

**Anexo B**  
Guía Grupo Focal



Universidad de Costa Rica  
Escuela de Educación Física y Deportes  
Maestría Profesional en Recreación  
Escala de Motivación Hacia Actividades Recreativas

**GUÍA PARA GRUPO FOCAL CON LAS PERSONAS ENCARGADAS DE LA FERIA  
DE LA SALUD**

Instituto Tecnológico de Costa Rica

Departamento Trabajo Social y Salud:

Lugar del Grupo Focal: \_\_\_\_\_

Horario Grupo Focal:

\_\_\_\_\_

Asistentes

Integrantes	Edad	Sexo	Función en la organización
1.			
2.			
3.			
4.			
5.			

Nombre de los facilitadores:

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Observaciones

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Consideraciones para los facilitadores

Antes de realizar el grupo focal, el facilitador debe conocer los siguientes elementos:

**Objetivo general del grupo focal:**

Diagnosticar los factores que intervienen en la realización de actividades recreativas en una Feria de la Salud, que sirvan de base para la generación de estrategias de intervención recreativa en Ferias de la Salud.

**Objetivos específicos:**

1. Conocer los procedimientos utilizados en la organización de la Feria de la Salud, las fortalezas y debilidades halladas en los procesos de sistematización estas.
2. Valorar las percepciones de los miembros organizadores de la Feria de la Salud en torno a la recreación en una Feria de la Salud.
3. Definir actividades recreativas que a criterio de una Feria de Salud son útiles en labores de prevención y promoción de la salud.
4. Determinar los factores que a criterio de los organizadores pueden influir en la participación (asistencia) en la Feria de la Salud.

**Variables por evaluar:**

- Ferias de la Salud (organización)
- Recreación (percepciones)
- Factores que inciden en la recreación (motivos y barreras)
- Programas o actividades recreativas (diseño y aplicaciones)

Nota: La guía para el desarrollo del grupo focal está estructurada en cuatro momentos, cada uno con sus objetivos y variables por evaluar.

Tiempo: 1 hora 20 min.

Antes de empezar se saludará y encuadrará a los participantes respecto del grupo focal y los objetivos del estudio.

**Momento uno**

**Tiempo:** 20 min.

**Objetivo:**

Conocer los procedimientos utilizados en la organización de la Feria de la Salud, las fortalezas y debilidades halladas en los procesos de sistematización de estas.

**Variable:** Organización de Ferias de la Salud

**Preguntas:**

Hablemos de la organización de la Feria:

1. ¿Existen consignados procedimientos para la planificación y sistematización de la Feria de la Salud? ¿Cuáles utilizan?
2. ¿Qué elementos administrativos (ejemplos: FODA, misión, visión, objetivos, estrategias organizacionales) utilizan en la planificación y sistematización de la Feria de la Salud?
3. ¿En la organización que ustedes realizan para la Feria de la Salud, qué elementos pueden identificar como fortalezas?
4. ¿Qué actividades (informativas, lúdicas, médicas, prevención, promoción) desarrollan durante la Feria de la Salud y qué duración tienen?
5. ¿Qué elementos deben mejorar (debilidades) en el desarrollo de la Feria de la Salud?

**Observaciones:**


---



---



---



---



---

**Momento dos**

**Tiempo:** 20 min.

**Objetivo:**

Determinar los factores que a criterio de los organizadores pueden influir en la participación (asistencia) en la Feria de la Salud.

**Variable:** Factores que inciden en la recreación (motivos y barreras)

**Preguntas:**

1. ¿Cuántas personas, hombres y mujeres participan en la Feria de la Salud?
2. ¿Cuántas personas de la comunidad institucional (docentes, administrativos, estudiantes, externos) participan de las actividades programadas para Feria de la Salud.
3. ¿Cuáles actividades atraen más personas y cuáles menos personas?
4. ¿En qué actividades participan más estudiantes y(o) más funcionarios (docentes y administrativos)?
5. ¿Qué elementos motivan desde su criterio la participación (asistencia) tanto para estudiantes, como para funcionarios docentes y administrativos?
6. ¿Cuáles barreras han encontrado que existen para que las personas participen (asistan) a las actividades de la Feria de la Salud?

**Observaciones:**


---



---



---

**Momento Tres****Tiempo:** 30 min.**Objetivos Específicos:**

Valorar las percepciones de los miembros organizadores de la Feria de la Salud en torno a la recreación en una Feria de la Salud.

Definir actividades recreativas que a criterio de una Feria de Salud son útiles en labores de prevención y promoción de la salud.

**VARIABLES:** Recreación (percepciones) y programas o actividades recreativas (diseño y aplicaciones)

**Preguntas:**

1. ¿Cómo conceptualizan la recreación en la organización y desarrollo de una Feria de la Salud?Cuál es su importancia?

2. ¿Se utiliza la recreación como estrategia para la prevención y promoción de la Feria de la Salud del TEC? ¿Cómo?
3. ¿Qué actividades recreativas se planifican y/o se desarrollan en la Feria de la Salud? Cuáles han sido las más exitosas?
4. ¿Cómo ha sido la respuesta y participación de la comunidad institucional en el desarrollo de actividades recreativas en la Feria de la Salud?
5. ¿Participaría la comunidad institucional en actividades recreativas organizadas desde una Feria de la Salud? Qué actividades desarrollarían, que puedan resultar exitosas?
6. ¿Qué retos enfrenta la recreación en la organización de la Feria de la Salud del TEC?

**Observaciones:**

---

---

---

**Momento cuatro****Tiempo: 10 min.**

**Cierre:** se da un resumen o síntesis de lo expuesto, a los participantes, se anota cualquier otra observación, se evacuan dudas.

Se agradece la colaboración y participación.

**Anexo C**  
Información Demográfica



Universidad de Costa Rica  
Escuela de Educación Física y Deportes  
Maestría Profesional en Recreación  
Escala de Motivación Hacia Actividades Recreativas

### Información Demográfica

El presente instrumento pretende diagnosticar los factores asociados a la participación de actividades recreativas de la comunidad universitaria del TEC en la sede central, así de esta manera implementar un programa recreativo que considere las motivaciones y limitaciones que la comunidad universitaria demanda.

Instrucciones: La siguiente es información personal, por favor marque la opción apropiada para cada una de las siguientes preguntas. La información será estrictamente confidencial por lo que se le solicita mucha honestidad.

1. Sexo

- a. Femenino
- b. Masculino

2. ¿Cuál es su rol en la comunidad universitaria?

- a. Estudiante
- b. Personal Docente
- c. Personal Administrativo

Leer con cuidado antes de seguir con el formulario

La recreación son todas aquellas actividades propias de cada individuo que se realizan en el tiempo libre después de cumplir las responsabilidades laborales, de estudio o ambas y que favorecen el bienestar de las personas (Salazar Salas, 2007).

Al considerar la definición anterior responda las siguientes interrogantes:

3. ¿Participa usted en actividades recreativas dentro del ITCR?

- a. Sí
- b. No

4. ¿Participa usted en actividades recreativas fuera del ITCR?

- a. Sí
- b. No

**Anexo D**

Escala motivación de participación recreativa



Universidad de Costa Rica  
Escuela de Educación Física y Deportes  
Maestría Profesional en Recreación  
Escala motivación de participación recreativa

Instrucciones: La motivación recreativa se refiere a la fuerza que actúa en el interior de un organismo para que inicie y dirija la conducta en la participación de actividades recreativas. Las siguientes son las posibles razones para participar en este tipo de actividades. Por favor marque el número que mejor representa su grado de acuerdo con las siguientes afirmaciones:

1: Totalmente en desacuerdo; 2: En desacuerdo; 3: Ni a favor, ni en contra; 4: De acuerdo;

5: Totalmente de acuerdo

Las siguientes son posibles razones por las que usted participaría en actividades recreativas		Totalmente en Desacuerdo	En Desacuerdo	Ni a favor ni en contra	De acuerdo	Totalmente de acuerdo
<b>Factor intelectual</b>	1. Para aprender sobre cosas a mi alrededor	1	2	3	4	5
	2. Para satisfacer mi curiosidad	1	2	3	4	5
	3. Para explorar nuevas ideas	1	2	3	4	5
	4. Para ampliar mis conocimientos	1	2	3	4	5
	5. Para ser creativo	1	2	3	4	5
	6. Para ser original	1	2	3	4	5
<b>Factor social</b>	7. Para construir amistades con otros	1	2	3	4	5
	8. Para interactuar con otros	1	2	3	4	5
	9. Para conocer gente nueva y diferente	1	2	3	4	5
	10. Para que otros piensen bien de mí al hacerlo	1	2	3	4	5
	11. Para ser competente y hábil socialmente	1	2	3	4	5
<b>Factor de dominio de la competencia</b>	12. Para revelar mis pensamientos, sentimientos o destrezas físicas a otros.	1	2	3	4	5
	13. Para obtener un sentido de pertenencia	1	2	3	4	5
	14. Para ganar el respeto de otros	1	2	3	4	5
	15. Para obtener un sentimiento de realización	1	2	3	4	5
	16. Para poner a prueba mis habilidades	1	2	3	4	5
	17. Para competir contra otros	1	2	3	4	5
	18. Para usar mis habilidades físicas	1	2	3	4	5
<b>Factor de evasión de estímulos</b>	19. Para ir más despacio	1	2	3	4	5
	20. Para relajarse físicamente	1	2	3	4	5
	21. Para relajarse mentalmente	1	2	3	4	5
	22. Para liberar estrés y tensión	1	2	3	4	5
	23. Para liberarse de las ocupaciones	1	2	3	4	5

**Anexo E**

Escala limitación de participación recreativa



Universidad de Costa Rica  
Escuela de Educación Física y Deportes  
Maestría Profesional en Recreación  
Escala limitación de participación recreativa

Instrucciones: Las limitaciones de participación recreativas son las razones percibidas o experimentadas que inhiben o prohíben la participación en actividades recreativas. Las siguientes son las posibles razones que limitan la participación en actividades recreativas. Por favor marque el número que mejor representa su grado de acuerdo con las siguientes afirmaciones

1: Totalmente en desacuerdo; 2: En desacuerdo; 3: Ni a favor, ni en contra; 4: De acuerdo;  
5: Totalmente de acuerdo

Las siguientes son posibles razones por las que usted limitaría sus participación en actividades recreativas		Totalmente en Desacuerdo	En Desacuerdo	Ni a favor ni en contra	De acuerdo	Totalmente de acuerdo
<b>Factor Intrapersonal</b>	1. Soy demasiado tímido para iniciar una nueva actividad recreativa.	1	2	3	4	5
	2. Me inclino a hacer nuevas actividades recreativas que mi familia apruebe	1	2	3	4	5
	3. No voy a realizar una nueva actividad recreativa que me haga sentir incómodo	1	2	3	4	5
	4. Me inclino a hacer nuevas actividades recreativas que mis amigos aprueben	1	2	3	4	5
	5. Me inclino a hacer nuevas actividades recreativas en tanto concuerden con mis creencias religiosas	1	2	3	4	5
	6. Me inclino a hacer nuevas actividades recreativas que no me hagan sentir acomplejado	1	2	3	4	5
<b>Factor Interpersonal</b>	7. La gente que conozco vive muy lejos para hacer una nueva actividad recreativa conmigo	1	2	3	4	5
	8. La gente que conozco por lo general no tiene tiempo para iniciar una nueva actividad recreativa conmigo	1	2	3	4	5
	9. La gente que conozco por lo general tiene dinero para iniciar una nueva actividad de ocio conmigo	1	2	3	4	5
	10. La gente que conozco por lo general sabe qué tipo de nueva actividad recreativa pueden hacer conmigo	1	2	3	4	5
<b>Factor Estructural</b>	11. Me inclino a hacer una nueva actividad recreativa si el lugar en el que la haré no está muy lleno de gente	1	2	3	4	5
	12. Es muy posible que no haga nuevas actividades recreativas si tengo otros compromisos	1	2	3	4	5
	13. Es muy posible que haga nuevas actividades recreativas si tengo transporte	1	2	3	4	5
	14. Es muy posible que haga nuevas actividades recreativas si sé lo que está disponible	1	2	3	4	5
	15. Es muy posible que no haga nuevas actividades recreativas si el lugar para hacer la actividad no es conveniente	1	2	3	4	5
	16. Es muy posible que no haga nuevas actividades recreativas si no tengo tiempo	1	2	3	4	5

**Anexo F**  
Tablas de ANOVAS

Tabla 5.1 Nivel de interacción entre las variables considerando la participación interna

		Factores Motivacionales				Factores limitantes		
		Intel.	Soc.	Dom. de Comp.	Eva. de est.	Intrap.	Interpe.	Est.
Sexo	F	0,775	8,064	15,062	0,434	2,373	0,004	10,512
	Sig.	0,379	<b>0,005*</b>	<b>&lt;0,001*</b>	0,510	0,124	0,947	<b>0,001*</b>
Rol universitario	F	10,385	0,709	46,851	0,034	1,992	0,661	5,295
	Sig.	<b>0,001*</b>	0,400	<b>&lt;0,001*</b>	0,855	0,158	<b>0,010*</b>	<b>0,022*</b>
Participación dentro TEC (PDT)	F	3,156	0,405	6,596	0,815	8,182	14,325	11,470
	Sig.	0,076	0,525	<b>0,010*</b>	0,367	<b>0,004*</b>	<b>&lt;0,001*</b>	<b>0,001*</b>
Sexo*rol	F	3,104	1,985	2,502	0,596	2,617	0,037	0,014
	Sig.	0,078	0,159	0,114	0,440	0,106	0,847	0,906
Sexo*PDT	F	0,036	2,159	1,287	3,27	2,423	0,075	0,158
	Sig.	0,850	0,142	0,257	0,071	0,120	0,784	0,691
Rol*PDT	F	0,078	1,132	0,545	1,543	0,163	4,894	0,001
	Sig.	0,780	0,288	0,461	0,215	0,687	<b>0,027*</b>	0,978
Sexo*rol*PDT	F	0,503	0,237	0,614	0,423	0,980	0,170	0,263
	Sig.	0,478	0,627	0,434	0,516	0,323	0,680	0,608

Tabla 5.2 Nivel de interacción entre las variables considerando la participación externa

		Factores Motivacionales				Factores limitantes		
		Intel.	Soc.	Dom. de Comp.	Eva. de est.	Intrap.	Interpe.	Est.
Sexo	F	0,971	3,136	5,044	2,138	0,924	0,066	6,796
	Sig.	0,325	0,77	<b>0,025*</b>	0,144	0,337	0,798	<b>0,009*</b>
Rol universitario	F	11,792	0,067	45,688	0,230	2,648	8,364	9,119
	Sig.	<b>0,001*</b>	0,795	<b>&lt;0,001*</b>	0,632	0,104	<b>0,004*</b>	<b>0,003*</b>
Participación fuera TEC (PFT)	F	6,249	2,236	14,126	0,939	0,049	1,259	0,077
	Sig.	<b>0,013*</b>	0,627	<b>&lt;0,001*</b>	0,333	0,825	0,262	0,782
Sexo*rol	F	2,647	1,890	3,023	0,009	1,876	1,114	0,309
	Sig.	0,104	0,170	0,082	0,926	0,171	0,292	0,578
Sexo*PFT	F	0,228	2,176	3,083	1,151	1,356	0,193	1,202
	Sig.	0,633	0,141	0,079	0,284	0,244	0,661	0,273
Rol*PFT	F	1,194	0,147	0,604	0,880	0,021	7,296	6,290
	Sig.	0,275	0,701	0,437	0,348	0,886	<b>0,007*</b>	<b>0,012*</b>
Sexo*rol*PFT	F	0,354	0,084	0,21	1,376	0,641	0,007	0,029
	Sig.	0,552	0,772	0,885	0,241	0,423	0,934	0,865

**Anexo H**

Fórmula de consentimiento informado



UNIVERSIDAD DE COSTA RICA  
VICERRECTORÍA DE INVESTIGACIÓN  
COMITÉ ÉTICO CIENTIFICO  
Teléfonos:(506) 2511-4201 Telefax: (506) 2224-9367

Maestría Profesional en Recreación

FÓRMULA DE CONSENTIMIENTO INFORMADO  
(Para ser sujeto de investigación)

Análisis de factores asociados a la participación en actividades recreativas de estudiantes y funcionarios del Instituto Tecnológico de Costa Rica: Una estrategia de intervención

Código (o número) de proyecto: \_\_\_\_\_

Nombre del Investigador Principal: Jorge Armando Vega Agüero

Nombre del participante: \_\_\_\_\_

A. **PROPÓSITO DEL PROYECTO:** Como parte de proceso de graduación de la Maestría en Recreación que ofrece la Universidad de Costa Rica, se debe realizar un proyecto de investigación, el cual está a cargo de Jorge A. Vega Agüero, estudiante de dicha Maestría. Esta investigación se basa en la necesidad de conocer los motivos y las limitaciones que influyen en la participación de actividades recreativas en la comunidad institucional del Instituto Tecnológico de Costa Rica.

B. **¿QUÉ SE HARÁ?:** El sujeto parte de esta investigación, debe llenar el formulario que se le va a entregar. Son preguntas cerradas, por lo que simplemente debe marcar con una "X". Al ser parte del estudio se compromete a llenar el formulario de la mejor manera posible según las indicaciones del encargado. Es un formulario que se llena en aproximadamente 20 minutos. La prueba se aplicará durante las lecciones docentes o consejos de escuela, según sea el caso con un permiso otorgado con anterioridad.

Por otra parte el sujeto parte de esta investigación debe responder a una serie de preguntas que le hará el investigador. Son preguntas abiertas, por lo que simplemente debe responder a cada una de las interrogantes. Por otra parte esta conversación va a ser grabada. Al ser parte del estudio se compromete a responder de la mejor manera posible según las indicaciones del encargado. Es una guía que se llena en aproximadamente 40 minutos. La preguntas se realizarán cuando la cita sea asignada por su persona u organización.

C. **RIESGOS:**

1. La participación en este estudio puede significar cierto inconformidad para usted por lo siguiente: al llenar un formulario en horas laborales o lecciones docentes, es por esta razón que se solicitará un permiso con anterioridad.

2. Si sufriera algún daño como consecuencia de los procedimientos a que será sometido para la realización de este estudio, el investigador participante realizará una referencia al profesional apropiado para que se le brinde el tratamiento necesario para su total recuperación.

D. **BENEFICIOS:** Como resultado de su participación en este estudio, el beneficio que obtendrá será una mejor estructuración en las actividades recreativas que se planifican en el TEC, tanto para estudiantes como para personal docente y administrativo, basado en las motivaciones y las barreras que impiden la realización de actividades recreativas.

E. Antes de dar su autorización para este estudio se debe haber hablado con Jorge A. Vega Agüero, debe haber contestado satisfactoriamente todas sus preguntas. Si quisiera más información más adelante, se puede obtener llamando a Jorge A. Vega Agüero al teléfono 8849 1076 en el horario de lunes a sábado de 7:30 a 5:00 pm. Además, se puede consultar sobre los derechos de los Sujetos Participantes en Proyectos de Investigación a la Dirección de Regulación de Salud del Ministerio de Salud, al teléfono 22-57-20-90, de lunes a viernes de 8 a.m. a 4 p.m. Cualquier consulta adicional se puede comunicar a la Vicerrectoría de Investigación de la Universidad de Costa Rica a los teléfonos 2511-4201 ó 2511-5839, de lunes a viernes de 8 a.m. a 5 p.m.

F. Se recibirá una copia de esta fórmula firmada para uso personal.

G. Su participación en este estudio es voluntaria. Tiene el derecho de negarse a participar o a discontinuar su participación en cualquier momento, sin que esta decisión afecte la calidad de la atención médica (o de otra índole) que requiere.

H. Su participación en este estudio es confidencial. Los resultados podrían aparecer en una publicación científica o ser divulgados en una reunión científica pero de una manera anónima.

I. No se perderá ningún derecho legal por firmar este documento.

#### CONSENTIMIENTO

He leído o se me ha leído, toda la información descrita en esta fórmula, antes de firmarla. Se me ha brindado la oportunidad de hacer preguntas y éstas han sido contestadas en forma adecuada. Por lo tanto, accedo a participar como sujeto de investigación en este estudio

---

Nombre, cédula y firma del sujeto (niños mayores de 12 años y adultos) fecha

---

Nombre, cédula y firma del testigo fecha

---

Nombre, cédula y firma del Investigador que solicita el consentimiento fecha