

# Artículo de Investigación

Recibido: 18 Abril de 2018 / Aceptado: 23 Agosto de 2019

---

## **Una mirada a los conceptos de ocio, tiempo libre y recreación de los estudiantes, docentes y administrativos de la facultad de ciencias exactas y naturales de la universidad Surcolombiana**

**A look at the concepts of leisure, free time and recreation of students, teachers and administrative staff of the Faculty of Exact and Natural Sciences of the Universidad Surcolombiana**

**Um olhar sobre os conceitos de lazer, tempo livre e recreação de estudantes, professores e funcionários administrativos da Faculdade de Ciências Exatas e Naturais da Universidade Surcolombiana**

**Ángel Miller Roa Cruz**

Doctor en ocio, cultura y comunicación para el desarrollo humano  
Universidad Surcolombiana  
miler.roa@usco.edu.co

**Kelly Vanessa González Vanegas**

Estudiante de licenciatura en pedagogía infantil  
Universidad Surcolombiana  
kellyvanegas14@hotmail.com

### **Resumen**

Se presentan los resultados de una investigación cuantitativa de corte exploratorio donde se utilizó como herramienta de recolección de información una encuesta estructurada con preguntas de opción múltiple. La población objeto de estudio estuvo conformada por 45 estudiantes del programa de matemáticas aplicadas y 45 estudiantes del programa de física, 60 docentes de matemáticas aplicadas y 33 de física, así como 7 administrativos pertenecientes a la facultad de ciencias exactas y naturales de la Universidad Surcolombiana. Se concluyó que un alto porcentaje de la población no tiene claridad frente a los conceptos de ocio, recreación y tiempo libre, además, no son conscientes de los beneficios que estas actividades generan en la vida del ser humano.

**Palabras clave:** Ocio, recreación, tiempo libre, calidad de vida, salud.

### **Abstract**

The results of an exploratory quantitative investigation are presented where a structured survey with multiple-choice questions was used as an information collection tool. The population under study consisted of 45 students of the applied Maths program and 45 students of the Physics program, 60 teachers of applied Maths and 33 Physics, as well as 7 administrative staff belonging to the Faculty of Exact and Natural Sciences of the Universidad Surcolombiana. It was also concluded that a high percentage of the population is not sufficiently clear about the concepts of leisure, recreation and free time, besides, they are not fully aware of the benefits that these activities generate in the life of the human being.

**Keywords:** Leisure, recreation, free time, quality of life, health.

### **Resumo**

Nesse artigo apresentam-se resultados de pesquisa quantitativa de foco exploratório que utilizou como instrumento de coleta de dados uma enquete estruturada com perguntas de múltipla escolha. O recorte populacional foi conformado por 45 estudantes do programa de graduação de Matemáticas Aplicadas e 45 estudantes do programa de graduação de Física, além disso, por 60 professores de Matemática Aplicada e 33 de Física, e, 7 funcionários administrativos da Faculdade de Ciências Exatas e Naturais da Universidade Sul-colombiana. As conclusões apontam para uma alta porcentagem da população que não tem certeza do que significa o conceito de lazer, recreação e tempo livre, do mesmo modo, não tem clareza dos benefícios que essas atividades têm na vida do ser humano.

**Palavras-chave:** Lazer, recreação, tempo livre, qualidade de vida, saúde.

### **Introducción**

La importancia de conocer la percepción sobre estos conceptos, permite explorar una dimensión de la vida humana la cual se relaciona con aspectos tan esenciales para la misma como la promoción de la salud y la prevención de la enfermedad, así como los beneficios relacionados

con un mejor estado de ánimo, mayor capacidad de concentración y aprendizaje etc. Sin embargo estas áreas de estudio no han sido una preocupación relevante para la investigación a nivel internacional, en este sentido América Latina no ha sido la excepción, Fernández (2014)

señala que las posibles razones que han influenciado de manera negativa en los intentos de estudiar estos temas, se deben a la dependencia del campo de las influencias extranjeras, la falta de una adecuada comunicación que impide conocer los desarrollos logrados en los diferentes países, la poca cultura de socialización de lo que se hace y se investiga más allá de las fronteras nacionales y el aún bajo nivel de producción de conocimiento en el campo de indagación.

Aclarado lo anterior, las investigaciones realizadas en otros contextos permiten tomar ciertos aportes y referencias que son importantes, ya que sirven para mejorar la fundamentación teórica de esta investigación, generando dudas, que llevan a la formulación de interrogantes y posteriormente la búsqueda de respuestas mediante la indagación y la investigación, posibilitando de esta forma descubrir y conocer más sobre el tema que aquí nos convoca.

### **Referentes Teóricos y otros estudios**

Cuenca (2000) en sus estudios propone las bases para que las personas entiendan mejor el ocio en general y el ocio en particular, partiendo del planteamiento de que el ocio es un ámbito de desarrollo y realización humana, por ende, esta investigación permite hacer claridades sobre este concepto.

Por su parte Vega (2009) en su estudio denominado la ocupación del tiempo libre de la población escolar y su participación en actividades extraescolares

observa que el tiempo libre es algo ajeno al niño en su etapa más primaria del desarrollo, pero que empieza a tomar importancia cuando este entra en la edad escolar.

Rodrigo y Gómez (2010) a través de su artículo ocio y recreación en América Latina: conceptos, abordajes y posibilidades de re-significación, analizan las variadas definiciones de ocio y recreación, identificando los diferentes puntos de vista, indicando que en América Latina estas concepciones fueron formuladas en otros contextos que son insuficientes para esta región.

En otro trabajo elaborado por Cortes (2012) titulado tiempo libre, ocio y recreación, pensamiento crítico en México, expone las principales características de un proceso donde la práctica y la experiencia de tiempo libre, ocio y recreación en México son condicionadas por procesos de mestizaje que durante más de tres siglos han configurado hasta hoy una vida comunitaria particular, donde se conservan lenguas, creencias, tradiciones, fiestas, bailes y expresiones culturales que han estado vigentes en la vida cotidiana actual y que son parte de las manifestaciones del tiempo libre, ocio y recreación personal y colectiva.

Según Gomes (2014) en su trabajo el ocio y la recreación en las sociedades latinoamericanas actuales, realizado a estudiantes de maestrías afines a este tema, pertenecientes a cuatro países latinoamericanos, indicó la

importancia de conceptualizar de forma habitual el ocio y la recreación principalmente en función del trabajo.

A nivel nacional Bolaño (1999) realizó una investigación en el Politécnico Colombiano Jaime Isaza indagando precisamente por el estado del ocio, tiempo libre y recreación, y en el contexto universitario se encuentran los trabajos de ocio realizados por Orozco (2009) en la Universidad Pedagógica Nacional.

A nivel local la tesis denominada el uso del tiempo libre y ocio de los estudiantes de ingeniería agrícola de la Universidad Surcolombiana, permitió conocer y caracterizar las prácticas de ocio de este grupo de estudiantes, así mismo se encuentra la tesis de grado de Trujillo y Villa (2009) cuyo objetivo principal fue determinar el tiempo libre del que disponen los estudiantes de licenciatura en educación física, recreación y deporte.

De modo que, aunque existen algunos vacíos y falta aún investigar más, los estudios mencionados ya son un referente importante a seguir y evaluar. Para el caso de esta investigación sirven como ejes y conducen al desarrollo de nueva investigación, de igual manera actúan de forma positiva para que las personas amplíen sus conocimientos y posibiliten una cultura de investigación tan necesaria en nuestros contextos académicos.

De ahí que esta investigación buscó mejorar el estilo de vida de este grupo de estudiantes,

docentes y administrativos en todos los ámbitos posibles; familiar, social y personal para garantizar un mejoramiento en la calidad de vida iniciando desde la universidad, a partir de la dignificación de la vivencia humana, donde la recreación, el ocio y el tiempo libre son parte esencial de las dimensiones de proyección humana que favorecen la configuración del ser. Por ello, la comprensión de estos conceptos permitió conocer y reconocer los caminos de influjo de la comunidad académica relacionados con esta dimensión de la vida.

### **Justificación y Objetivos**

El abordar el trabajo investigativo desde la facultad de ciencias exactas y naturales, posibilitó hacer un análisis profundo desde lo académico, no solo por la necesidad de abrir otras miradas y nuevas perspectivas desde donde preguntarse qué es propiamente lo humano y cuáles son los nuevos caminos en el proceso de humanizar las sociedades, sino también la urgencia de construir una propuesta sobre la utilización del tiempo libre desde el punto de vista de la universidad como centro de formación de profesionales en las distintas áreas del saber, y además entenderla como un colectivo social donde investigadores y sujetos de estudio se conocen así mismos tomando conciencia de su propio desarrollo humano. Lo anterior constituye una alternativa válida y necesaria para expandir hábitos sobre el uso adecuado del tiempo libre, cimentar valores sociales,

morales y estéticos, que permiten especialmente a los jóvenes, docentes y administrativos desarrollar valores como la solidaridad, la tolerancia, la autonomía, el sentido crítico, la identidad cultural y corporal entre otras.

Por otra parte en una ciudad donde la oferta cultural y recreativa es limitada (Roa,2018), donde factores como el conflicto armado, la pobreza, la violencia, inequidad e inseguridad en general han llevado progresivamente al debilitamiento de valores - si alguna vez los tuvimos- y el fomento de acciones que favorecen la utilización inadecuada del tiempo libre, donde las dinámicas del ocio nocivo han ganado bastante terreno; la principal forma de distracción y entretenimiento son las discotecas y todo lo que encierran estos espacios, como el consumo de alcohol y sustancias psicoactivas perjudiciales para la salud. Esto lleva a considerar la importancia de analizar la función social de la universidad, donde se concentra una población muy alta de jóvenes que asisten a este tipo de sitios, es pues imperativo que dependencias como bienestar universitario cuestionen su rol y lo que desde allí se hace, para fomentar procesos de inclusión de todos los actores de la comunidad universitaria en las prácticas de ocio y recreación que la universidad ofrece para que los jóvenes aprovechen su tiempo libre.

En consecuencia, se planteó como hipótesis de trabajo y

principal objetivo, determinar los conceptos de ocio, recreación y tiempo libre que tienen los estudiantes, administrativos y docentes de la facultad de ciencias exactas y naturales de la Universidad Surcolombiana y sus aportes al mejoramiento de la calidad de vida. Así mismo se plantearon como objetivos específicos conocer los conceptos de ocio, recreación y tiempo libre desde la vivencia de los sujetos de investigación, interpretar las nociones de ocio, recreación y tiempo libre de los actores de investigación y finalmente identificar los aportes que el ocio, la recreación y el tiempo libre generan en el bienestar del ser humano, así como las características que diferencian los conceptos de ocio, recreación y tiempo libre.

### **Metodología**

El presente estudio es cuantitativo de tipo exploratorio, cuantitativo porque según Tamayo (2007) consiste en el contraste de teorías ya existentes a partir de una serie de hipótesis surgidas de la misma, siendo necesario obtener una muestra, ya sea en forma aleatoria o discriminada, pero representativa de una población o fenómeno objeto de estudio. Es pues importante contar en la investigación cuantitativa con teorías y estudios ya elaborados que den cuenta de la trascendencia del tema a investigar. De acuerdo a lo anterior, se tuvo en cuenta los siguientes aspectos: la utilización de datos estadísticos para generalizar los resultados, el uso de los datos para socializar los

resultados ante la comunidad universitaria y la recolección de información a través de diferentes instrumentos, que fueron aplicados a los integrantes de la facultad de ciencias exactas y naturales. Ahora bien, es de tipo exploratorio siguiendo a Fernández, Hernández y Baptista (2006) porque tuvo como objetivo examinar un tema o problema de investigación poco estudiado del cual se tienen muchas dudas o no se ha abordado con la importancia y sistematicidad necesaria, en esta investigación se pretendió sondear o descubrir nuevas posibilidades en este campo.

En términos generales los estudios exploratorios, permiten describir el contexto y el tipo de actividades que se desarrollan para cubrir la necesidad de la recreación, el ocio y el tiempo libre, también explicar los resultados de forma detallada, utilizando la información obtenida a partir de la metodología utilizada.

La unidad de análisis empleada en esta investigación se organizó en tres categorías: estudiantes, docentes y administrativos. La primera categoría conformada por estudiantes se organizó de la siguiente manera: programa de matemáticas aplicadas 28 mujeres y 17 hombres para un total de 45 personas objeto de estudio; el programa de física 31 mujeres y 14 hombres, para un total de 45, así la muestra de estudiantes quedó conformada por un gran total de 90 personas, por su parte la categoría docentes fue dividida en dos

subcategorías: los de planta y los catedráticos la cual estuvo compuesta por 42 catedráticos y 18 de planta del programa de matemáticas aplicadas para un total de 60 docentes, la muestra del programa de física se conformó con 18 catedráticos y 15 profesores de planta para un total de 33. En cuanto a los administrativos, la muestra estuvo compuesta por 7 personas pertenecientes a ambos programas de la facultad de ciencias exactas y naturales.

El procedimiento utilizado para seleccionar esta muestra fue la inclusión total de docentes y administrativos de los dos programas, en cuanto a los estudiantes, se tomó de manera aleatoria 5 estudiantes por cada uno de los semestres.

Como instrumento de recolección de información se utilizó una encuesta semiestructurada elaborada previamente con preguntas de selección múltiple, las cuales apuntan a conocer y comprender las concepciones de recreación, ocio y tiempo libre de los estudiantes, docentes y administrativos de la facultad de ciencias exactas y naturales, para ello, en la pregunta número 8 y la pregunta 10 se presentó tres opciones de respuesta con base a diferentes autores que definían los conceptos de recreación y ocio, donde los sujetos investigados tenían que elegir la que más se adaptara a la definición correcta.

Para recolectar la información, se tuvieron en cuenta las siguientes estrategias:

seleccionar con criterios claros los actores escogidos en la muestra, teniendo en cuenta las características establecidas, la ubicación de un sitio central, de fácil acceso, amplio y cómodo donde se aplicaron las encuestas y además se tuvo en cuenta la logística necesaria que permitió abordar cada uno de los momentos instaurados para desarrollar el proceso con el fin de garantizar la consecución de una información objetiva, confiable, pertinente y rica en saberes.

La información recolectada se organizó a partir de la unidad de estudio y las categorías de análisis propuestas, una vez se estructuró la información se sistematizó teniendo como referente los relatos, los sentidos, las vivencias, las acciones, las comparaciones y la contextualización con el propósito de que la información respondiera a la hipótesis de trabajo y a los objetivos previamente establecidos.

Los postulados y conceptos surgidos en el proceso investigativo se teorizaron permitiendo descubrir, combinar, relacionar, explicar percepciones, características y vivencias, por ello, en la medida en que se fue profundizando en el análisis se fue construyendo y reconstruyendo las unidades de estudio, incluyendo la confrontación y la socialización con las personas que participaron directamente en el proceso investigativo.

Finalmente, la investigación se desarrolló a partir de la siguiente

secuencia: la fundamentación teórica mediante la cual se continúa construyendo y reconstruyendo los referentes conceptuales en relación al ocio, la recreación y el tiempo libre. El acercamiento a la realidad y contextualización fue el momento en el que se hace los contactos con los diferentes sujetos involucrados en la investigación, con el propósito de entablar relaciones de trabajo e iniciar el proceso de trabajo de campo, además se realizó el conocimiento general de la población de la facultad. La interacción, vivenciación y acción fue el proceso donde se dio inicio a la aplicación de los instrumentos y la ejecución del plan de acción acordado con los actores de la facultad, de tal manera que pudieran participar activamente los estudiantes, docentes y administrativos para concluir la interpretación y comprensión de la realidad, fase donde se analizó la situación problema acorde con los objetivos formulados, y se realizó la socialización con los actores de la investigación para que estos conocieran, analizaran y se retroalimentaran a partir de los resultados obtenidos.

## **Resultados**

Inicialmente se encontró que la muestra estuvo compuesta en un 75% por estudiantes, un 21% por los docentes y 4 % por los administrativos, donde la población predominante pertenecía al género femenino en el 56% de los casos y los restantes 44% pertenecientes al género masculino; en este sentido existió

una mayor tendencia de gustos y preferencias femeninas.

En cuanto a las actividades que más realizan en el tiempo libre se encontró dada las circunstancias y el contexto en el que se realizó la investigación que estos lo dedican a leer y

escribir en un 20% de los casos, seguido por la práctica del deporte en un 17%, actividad que favorece un desarrollo físico y mental óptimo en el ser humano, siendo estas las actividades que se realizan en mayor proporción. En la tabla 1 se observan los resultados.

Actividades		(%)	%valido	% acumulado
Escribir y leer	53	20.4	20.4	20.4
Conversar con amigos	26	10.0	10.0	30.4
Oír música	23	8.8	8.8	39.2
Video juegos	15	5.8	5.8	45.0
Ver tv	19	7.3	7.3	52.3
Ir a cine	6	2.3	2.3	54.6
Visitar centro comercial	8	3.1	3.1	57.7
Oficio en casa	20	7.7	7.7	65.4
Deporte	46	17.7	17.7	83.1
Estar con la pareja	24	9.2	9.2	92.3
Presentaciones artísticas y culturales	4	1.5	1.5	93.8
Otro ¿Cuál?	16	6.2	6.2	100.0
<b>Total</b>	<b>260</b>	<b>100.0</b>	<b>100.0</b>	

**Tabla 1.** Actividades que se realizan en el tiempo libre - **Fuente:** elaboración propia

En cuanto a la frecuencia con que realizan dichas actividades se encontró que el 34% de los investigados la efectúan tres a cuatro veces por semana, un 29% entre una y dos veces por semana y un 18% siete o más veces por semana, lo cual indica que la mayoría de las personas leen, escriben y realizan deporte de manera moderada, siendo éste un factor importante en la creación de una sociedad más crítica capaz de fomentar el desarrollo de deportistas en pro de una cultura del deporte por salud y recreación, aspecto que es una falencia en Colombia. De este modo, dedican a estas actividades una a dos horas al día lo que se vio reflejado en el 52% de la población, hay un

porcentaje importante; 31% que le dedican entre tres y cuatro horas al día. En cuanto a la preferencia de compañía para pasar la mayor parte del tiempo libre se halló que el 45% prefiere pasarlo con la familia y el 21% con su pareja, lo que es un indicador de que la mayoría de las personas tienden a fortalecer los vínculos familiares al compartir con ellos realizando diversas actividades, algo común en Colombia donde las personas tienden a pasar la mayor parte del tiempo que sea posible al lado de sus familias, en una sociedad tan caótica donde muchos se ven obligados a pasar largas horas de trabajo día a día convirtiéndolos en seres enajenados. Quienes pasan tiempo con sus parejas prefieren

dedicarlas a fortalecer su vínculo amoroso en la mayoría de los casos con la aceptación de la familia; estas personas afirmaron en un 48% de las veces estar de acuerdo con la definición que Grazia (2005) hace sobre recreación, donde se configura como una actividad que da descanso al hombre de su trabajo dándole frecuentemente un cambio hacia situaciones de distracción y diversión para luego incorporarse a su labor nuevamente.

En relación al concepto de ocio, se descubrió que un 69% de la población encuestada conoce el concepto, mientras que el 31% lo desconoce. A la hora de presentarse ante la pregunta 10, el 46% de los encuestados señalaron la definición de Cuenca (2000) como la correcta, dicha definición está relacionada con el disfrute de las acciones realizadas en el tiempo libre que es donde se están plasmando las actividades de ocio. Así, el ocio se podría definir como todas las actividades que generan disfrute y placer.

En cuanto al conocimiento de los grupos artísticos y talleres que ofrece la universidad, la investigación arrojó que el 52% no conoce las actividades que esta dependencia ofrece para el aprovechamiento del tiempo libre, por ello es importante que se brinde mayor información sobre el tema que permita llegar a la mayoría de estudiantes y demás personas de la universidad. Muestra de ello es que cerca del 88% del personal estudiantil, docente y administrativo de la facultad de

ciencias exactas y naturales no pertenece a ninguno de los grupos y/o talleres que ofrece bienestar universitario como son las danzas, el teatro, los talleres de guitarra, técnica vocal, pintura etc. Hay pues un gran desconocimiento del tema. Otra zona de esparcimiento que ofrece la universidad; la zona *bye*, también brillo por su desconocimiento en esta investigación, el 60% de los encuestados manifestaron no conocerla, sin embargo, este es un sitio donde se pueden realizar varias actividades con las cuales se puede aprovechar el buen uso del tiempo libre.

Del mismo modo, la encuesta permitió conocer qué tan eficientes son los sitios de esparcimiento que ofrece la Universidad Surcolombiana; en ella se obtuvieron resultados muy similares, un 36% dijo que estos sitios son regulares, y un 36% mencionó que son buenos, lo cual indica que aunque dichos espacios son aceptables, se tienen que mejorar, pues con ello se facilitará un mejor aprovechamiento del tiempo libre, así como el mejoramiento de la calidad de vida de toda la comunidad universitaria desde varios ámbitos como el afectivo, social y académico.

### **Propuestas y conclusiones**

Con base en los resultados se proponen una serie de actividades de bienestar para la facultad de ciencias exactas y naturales, se mencionarán algunas: primero, realizar una conferencia de ocio, recreación y el buen uso del tiempo libre la

cual pretende informar al estudiantado sobre la terminología exacta, sugerencias y orientaciones en los términos aquí investigados. Segundo, una asesoría de orientación de los grupos y actividades que ofrece bienestar universitario, la cual tiene como objetivo dar a conocer las diferentes actividades que el área de bienestar universitario ofrece (entre ellas la zona Bye), pues se hace necesario que la comunidad universitaria participe más y se beneficie de estos grupos y actividades que fomentan el crecimiento personal. Tercero, apoyo a la semana de Cinexcusa, como uno de los medios que hacen posible el aprovechamiento del tiempo libre a partir del cine educativo que invite a la reflexión y al aprendizaje. Cuarto, maratón rumbera de disfraces, que permite la consecución de espacios para entablar amistades, fortalecer las ya existentes, hacer ejercicio, generar espacios lúdicos-recreativos etc. Éstas y otras actividades se plantean con el objetivo de que los estudiantes, docentes y administrativos de la facultad de ciencias exactas y naturales puedan vivenciar y ser partícipes activos de lo que implica llevar una vida donde se le den los espacios tanto, para el ocio, como para la recreación en aprovechamiento del tiempo libre.

Hecha esta salvedad se concluye con base en los resultados obtenidos, que los estudiantes, docentes y administrativos conocen o saben conceptualizar el ocio, la recreación y el tiempo libre, sin

embargo, no en su totalidad, por lo que se hace necesario crear propuestas metodológicas que le permitan a dicha población tener mayor claridad en relación a lo investigado. También se logró determinar que un alto porcentaje de los sujetos encuestados no conocen los beneficios que brinda la universidad para el sano esparcimiento dentro del alma mater. En esta línea, las personas que sí conocen los programas de bienestar universitario que ofrece la casa de estudios, no cuentan con el tiempo requerido para participar de las actividades que se ofrecen para el aprovechamiento del tiempo libre.

Por otra parte, también se logró identificar la necesidad de mejorar los canales de comunicación al interior del claustro universitario, de tal modo que toda la comunidad educativa se entere de los diversos programas que se ofrecen en la universidad, para que cada quien participe en los programas que sean de su agrado, y en los cuales su condición física y su disponibilidad de tiempo les permita participar.

De igual modo, se requiere de manera esencial la generación de espacios de socialización donde se den a conocer los beneficios para la salud física y mental de las personas, en este sentido las características principales del ocio, la recreación y el tiempo libre se enmarcan dentro de un contexto de bienestar y buen vivir, no solo para los sujetos investigados, sino para toda la

comunidad en general, dentro y fuera de la Universidad Surcolombiana.

## Referencias

- Cuenca, M. (2009). *Ocio humanista*. Documentos de Estudios de Ocio, 16. Bilbao: Universidad de Deusto.
- Cuenca, M (2005). *Emergencia de un discurso-realidad en la sociedad del ocio*. Cuadernos de Pedagogía, N. 349. 60 -63.
- Cabeza, M. (2000): “Ocio humanista”. Documentos de Estudios de Ocio, núm. 16. Bilbao: Universidad de Deusto.
- Cabeza, M., (2002):“Modelo de Intervención UD en Educación del Ocio”, en De la Cruz Ayuso, C. (ed.), “Educación del Ocio. Propuestas internacionales”. Documentos de Estudios de Ocio, núm. 23, Instituto de Estudios de Ocio, Universidad de Deusto, Bilbao.
- Cabeza, M., (2004): “Pedagogía del ocio: modelos y propuestas”, Universidad de Deusto, Bilbao.
- Cabeza, M (2007): Retos actuales de los Estudios de Ocio”, en el libro coordinado por Monteagudo Sánchez, M<sup>a</sup> J. (2007). “El Ocio en la investigación actual”. Ed. Universidad de Deusto.
- Cortez, L. (2012) Tiempo libre, ocio y recreación, pensamiento crítico en México.*Proquest*.31(2)recuperado <http://search.proquest.com.ezproxy.uniminuto.edu:8000/docview/1429690259/fulltextPDF/9F5E4B8B978C4133PQ/1?accountid=48797>
- Elizalde, R. Gomes, C. (2010) Ocio y recreación en América Latina: conceptos, abordajes y posibilidades de re significación. *Polis*. 9, 19-40. Recuperado de [http://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S071865682010000200002&script=sci\\_arttext](http://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S071865682010000200002&script=sci_arttext),"[http://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S071865682010000200002&script=sci\\_arttext](http://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S071865682010000200002&script=sci_arttext).
- Gomes. C. (2014) El ocio y la recreación en las sociedades latinoamericanas actuales. *Polis, Revista de la Universidad Bolivariana*. 13, 1-22. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=30531107020>,"<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=30531107020>.
- Roa A. (2018) El binomio ocio familia desde el enfoque del Ocio Humanista: El caso de las familias de la caja de compensación familiar del Huila. (Neiva-Colombia). Universidad de Deusto.



**Número de la obra:** 2

**Título:** “El tizne popular”

**Autor:** Johan Abath Muñoz Adames

**Lugar:** Barrio Loma de la cruz, comuna 5

**Fecha de captura:** Septiembre 26 de 2012

**Técnica:** Fotografía digital

**Fuente:** Muñoz, J. A. (2013) “El tizne popular”. La estética de la cocina popular en la ciudad de Neiva. Tesis de pregrado. Universidad Surcolombiana. Neiva.