

SIGNIFICADO DE LA PARTICIPACIÓN EN ACTIVIDADES DE OCIO Y TIEMPO LIBRE ANTES Y DESPUÉS DE UN CAMBIO EN LA CONDICIÓN DE SALUD

MEANING OF THE PARTICIPATION IN LEISURE AND FREE TIME ACTIVITIES BEFORE AND AFTER A CHANGE IN THE HEALTH CONDITION



Rut Cristina Leegstra*
Docente-investigador.
Universidad Nacional de Quilmes (UNQ). Argentina

E-mail de contacto rutleeg@gmail.com

*autora para correspondencia



María Fabiana Cacciavillani
Docente-investigador.
Universidad Nacional de Quilmes (UNQ). Argentina



Cristiani Liliana Sandra
Docente-investigador.
Universidad Nacional de Quilmes (UNQ). Argentina



Mariela Anderson
Docente-investigador.
Universidad Nacional de Quilmes (UNQ). Argentina



Alzola Beatriz Silvia
Docente-investigador.
Universidad Nacional de Quilmes (UNQ). Argentina



Agustina Ramos
Becaria de investigación.
Docente-investigador de la Universidad Nacional de Quilmes (UNQ). Argentina



Silvina Aida Montilla
Colaborador de investigación.
Docente-investigador de la Universidad Nacional de Quilmes (UNQ). Argentina

DeCS Tiempo Libre; Participación; Condición de salud.
MeSH Free time; Participation; Health condition.

Objetivos: el presente trabajo, realizado entre 2016 y 2017, tuvo como objetivo describir y analizar la participación en actividades de Ocio y Tiempo Libre en personas con un repentino cambio en su condición de salud. **Método:** este trabajo presentó una metodología exploratoria descriptiva con estrategia cualitativa. Se realizaron entrevistas en profundidad en las que participaron seis personas. **Resultados:** los resultados obtenidos documentaron que las personas entrevistadas participaron de actividades de Ocio y Tiempo Libre antes y después, mostrando una tendencia a continuar con la misma forma. Se evidenció además un incremento en la valoración de las actividades de tiempo libre, especialmente las compartidas con la familia y amigos resaltando los roles significativos; y se vinculó la participación en estas actividades con el cuidado y mantenimiento de la salud. **Conclusiones:** la participación en las actividades de Ocio y Tiempo libre se ha presentado como un continuum en su forma, cambiando su significado, siendo más valoradas las actividades compartidas con otras personas y vinculando el desempeño de estas actividades con el cuidado de la salud.

Objective: The present work, conduct between 2016 and 2017, aimed to describe and analyze participation in Leisure and Free Time activities in people with a sudden change in their health condition. **Methods:** This work presented a descriptive, exploratory methodology with a qualitative strategy. 6 people participated of In-depth interviews. **Results:** The results obtained documented that the interviewees participated in Leisure and Free Time activities before and after, showing a tendency to continue in the same way. There was also an increase in the meaning of leisure activities, especially those shared with family and friends, highlighting the significant roles; and participation in these activities was linked to health care and maintenance. **Conclusions:** Participation in Leisure and Free Time activities is presented as a continuum in its form, changing its meaning, activities shared with others being more valued and linking the performance of these activities with health care.

Texto recibido:

12/01/2020

Texto aceptado:

01/07/2020

Texto publicado:

30/11/2020

Derechos de autor



INTRODUCCIÓN

En la actualidad, la forma dinámica y cambiante de la vida nos enfrenta a circunstancias nuevas con una frecuencia tal que se ha llegado a afirmar que "el cambio es lo único verdaderamente constante en las sociedades contemporáneas" ⁽¹⁾. Esta situación de cambio permanente enfrenta al ser humano a la necesidad de adaptarse y acomodarse al entorno participando en la vida cotidiana de diversas maneras.

Múltiples factores influyen en el proceso de adaptación y en la posibilidad de participar de aquello que hacemos a diario. La salud es uno de ellos.

Su definición depende de la cultura en la que se produce, pues ella es la que suministra el patrón que define la forma de estar o de ser sano. Se trata de una abstracción, un concepto que hace referencia a una circunstancia humana.

El proceso de salud-enfermedad afecta de forma importante, y en ocasiones permanente, tanto a los grupos de población en general como a cada uno de los seres humanos en particular. Esta probabilidad de permanencia, unida a la sensación de urgencia en la forma en la que el fenómeno es percibido, ha hecho que se le valore y considere como una necesidad existencial básica del hombre.

La condición de salud se define como una expresión genérica del estado de salud que se presenta como resultado de la enfermedad o trauma ⁽²⁾. Se considera condición primaria si está relacionada a una deficiencia o discapacidad ⁽³⁾.

Cuando la condición de salud cambia repentinamente en un período mínimo de tiempo, la adaptación de la persona a esa nueva condición es dificultosa, lo que podría resultar en limitaciones o restricción a la participación en sus actividades cotidianas. Éstas son entendidas como los problemas que un individuo puede experimentar y que limitan su participación en situaciones vitales ⁽²⁾.

La modificación repentina en la condición de salud puede determinar cambios en la participación ocupacional desde varios aspectos, entre ellos los observables y/o analizables de la Ocupación, que para Carrasco y Olivares ⁽⁴⁾, surgen como el producto de la interacción dinámica de la persona, el ambiente y la actividad y son, la Forma, el Significado y el Propósito personal de la Ocupación. Este estudio se basa en el concepto de forma que propone Nelson ⁽⁵⁾: un sistema objetivo de circunstancias, independiente y externo a una persona, por lo tanto, con una naturaleza objetiva, independiente de la ocupación en que el individuo esté involucrado; mientras que el significado es concebido como "...aquellos aspectos subjetivos, no observables directamente de la ocupación, que la persona construye en la interacción con el ambiente al realizar la actividad..." ⁽⁵⁾ o bien, definido desde "una perspectiva social, en la que el significado es socialmente compartido, de acuerdo con los modelos culturales. Este significado es público y socialmente construido" ⁽⁶⁾.

De las múltiples ocupaciones en las que participa el ser humano, nos interesa analizar su participación en las actividades de Ocio y Tiempo Libre entendidas como "Una actividad no obligatoria que está intrínsecamente motivada y en la cual se anticipa durante un tiempo discrecional o libre, es decir, un tiempo no comprometido con ocupaciones obligatorias tales como trabajo, autocuidado o dormir" ⁽⁷⁾.

Las Actividades de Ocio y Tiempo Libre pueden ser clasificadas de diversas maneras según se las vincule con actividades físicas, culturales, expresivas, turísticas, culinarias, entre otras, actividades que se entrelazan con otras actividades de la vida cotidiana.

A partir de los resultados obtenidos, surgió el interés del equipo por publicar un recorte de la investigación en relación al análisis de las formas y significados de la participación en actividades de Ocio y Tiempo Libre en personas con un repentino cambio en su condición de salud.

Objetivos

El presente artículo tiene como objetivo describir y analizar la participación en actividades de Ocio y Tiempo libre en personas con un repentino cambio en su condición de salud.

MÉTODOS

La metodología utilizada en el proyecto (2015-2017) corresponde a un estudio exploratorio descriptivo con estrategia cualitativa. Participaron seis personas con residencia en diferentes lugares de Argentina, con cambios repentinos en su condición de salud que resultaron en algún grado de restricción a la participación. La muestra fue no probabilística^(8,9).

“La muestra no probabilística selecciona casos típicos y son de gran valor en los estudios cualitativos, donde no se busca el interés de generalizar los datos”, “logran obtener los casos (personas, contextos, situaciones) que interesan al investigador y que llegan a ofrecer una gran riqueza para la recolección y análisis de los datos”⁽⁸⁾. La elección de la muestra no probabilística, presupone la no generalización⁽¹⁰⁾.

Criterios de selección

Los criterios de inclusión para la selección de la muestra fueron: personas mayores de 18 años, que hayan presentado un cambio repentino en su condición de salud en un periodo comprendido entre los 12 a 24 meses anteriores a la entrevista.

Fueron excluidas de este estudio aquellas personas que tuvieran una limitación a la participación previa al cambio repentino en su condición de salud, que no pudieran comprender, y embarazadas, o que presentarán patologías crónicas que impliquen cambios paulatinos en su condición de salud. Los datos fueron recolectados mediante entrevistas en profundidad, las cuales brindaron información rica en la descripción de la formas de presentación de las ocupaciones de Ocio y Tiempo Libre. Se buscó también contextualizar la experiencia a fin de poder asociar el significado atribuido.

Recogida de datos

Para la realización de las entrevistas se elaboró una guía de preguntas que incluyó temas de punteo vinculados a la temática tratante. La misma fue puesta a prueba y ajustada a fin de cumplir con los objetivos propuestos en la investigación.

Análisis estadístico

La información resultante fue sistematizada y analizada con metodologías cualitativas donde se extrajeron los núcleos emergentes a partir del análisis del contenido de las entrevistas mantenidas. El análisis de datos se realizó a partir del método comparativo constante. Se llevó a cabo en tres etapas, en primer lugar se realizó la desgravación de las entrevistas y se identificaron los ejes de análisis, centrándose en la forma y significado de las actividades de O y TL antes y después del cambio en la condición de salud. En un segundo momento se categorizaron y codificaron, y en la tercera etapa se realizó el análisis de los datos y entrecruzamiento de variables a fin de generar un entendimiento del fenómeno.

Consideraciones éticas

Este trabajo de investigación no tiene informe de comité de ética, pero se siguieron las recomendaciones de los principios éticos de la declaración de Helsinki. Todas las personas participantes fueron informadas y tuvieron la posibilidad de revocar su participación en cualquier fase del estudio, lo que fue pautado en el consentimiento informado, respetando el anonimato y confidencialidad de todas las personas participantes.

RESULTADOS

Se entrevistó a 6 personas con cambios en la condición de salud por diversas causas: lesión cerebral, quemaduras, enfermedad discapacitante, cardíacos, trauma por accidente.

Participación en actividades de Ocio y Tiempo Libre antes y después del cambio en la condición de salud

Todas las personas entrevistadas⁽⁶⁾ realizaban actividades de Ocio y Tiempo Libre antes y también después del cambio en la condición de salud.

Entre las preferencias de los entrevistados encontramos actividades de Ocio y Tiempo Libre más vinculados a



la actividad física, otros a actividades de participación social o actividades culturales.

Tres de los entrevistados cuyas actividades de Ocio y Tiempo Libre estaban más vinculadas a actividades físicas, continuaron con dichas actividades de igual o distinta forma, mientras que los restantes que no realizaban actividad física antes del cambio repentino en su condición de salud, tampoco las seleccionaron para su participación después del evento.

La mayoría de las personas entrevistadas refirió su participación en actividades sociales vinculadas al tiempo libre excepto dos de ellos la entrevistada 1 y el entrevistado 2. Sin embargo, al momento de la entrevista, todas participaban de las actividades sociales de tiempo libre. En algunos casos, la forma de participación pareciera no haberse modificado, como en el caso de la entrevistada 3 quien antes del evento refería que iba a bailar, a la cancha o pasaba tiempo con el sobrino, continuando su participación en las mismas actividades pero acompañada. Paralelamente otras personas entrevistadas modificaron su forma como en el caso del entrevistado 4, quien de participar en reuniones familiares y paseos, pasó a juegos de mesa, o el entrevistado 2 quien no refería hacer actividades vinculadas a participación social y posterior al evento, comenzó a jugar a la pelota y actividades al aire libre.

En las actividades de tiempo libre más relacionadas a lo cultural se observa que por lo general los gustos culturales se mantienen, así, quienes disfrutaban de la música, la lectura o la fotografía lo sostuvieron luego del cambio en su condición de salud.

Otras actividades consideradas de tiempo libre son mencionadas en los relatos, muchas de ellas a partir del cambio en la condición de salud: participación en actividades religiosas, aprender a manejar o tomar un curso, limpiar, cocinar o pasar tiempo con la mascota.

Como objetivo propuesto y parte del proceso de análisis de los datos emergieron tres temas que dan cuenta del significado en la participación en las actividades de Ocio y Tiempo Libre.

1) Aumento en la valorización de las actividades de Tiempo Libre; 2) Valorización de las actividades de tiempo libre compartidas resaltando roles significativos ; 3) Relación entre las actividades de tiempo libre y la salud.

Aumento en la valorización de las actividades de Tiempo Libre

Un aspecto resaltado por las personas entrevistadas, es que en el presente, valoran más las actividades de tiempo libre y piensan que tal vez deberían haber hecho cambios antes del evento que modificó su condición de salud.

La entrevistada 1 nos relata como después del tratamiento oncológico se inscribe en un gimnasio para poder sentirse mejor, pero luego intensifica la actividad física hasta llegar a convertirse en un deporte. Logró ser maratonista y participar del cruce de los Andes "...tal vez la fórmula debería ser vivir de lo que realmente te apasiona".

El entrevistado 2 dice *"Sí, la verdad que desarrollé un montón de actividades, pero sí trato de a veces salir un poco, ir a la cancha, ver a los chicos correr, la verdad que me pone muy contento, son cosas que tal vez antes no las veía, y ahora las veo de otra manera"*.

La entrevistada 5: *"Cuando uno está bien y puede hacer diferentes cosas... no sé cómo explicarlo.. es como .. bah! en mi caso fui tan tonta de no haber hecho otras cosas cuando podía"*.

Valorización de las actividades de tiempo libre compartidas con la familia y con otro

De las personas entrevistadas se desprende el valor que les atribuyen a las actividades de Ocio y Tiempo Libre, resaltando el significado que adquieren al ser compartidas con la familiares y amigos, los cual favorece el desempeño de diversos roles significativos.

Así la entrevistada 1 relata la importancia que adquiere la actividad desarrollada con su sobrino *"trato de dedicarle más a lo familiar, tengo otro concepto de la vida familiar...una vez por semana lo voy a buscar al colegio y meriendo con él, y a él le encanta el arte y lo llevo al taller"*



de arte y trato de compartir esas cosas”.

El entrevistado 2 expresa la importancia de compartir con su hija, su madre, hermanos y amigos, él nos dice... *"Y cambió un montón (la vida), la verdad que ahora con el tiempo libre estoy en mi casa, estoy con mi hija, con mi familia, me levanto de dormir una siesta, me voy, me tomo unos mates con mi mamá, salgo un ratito afuera, charlar con un amigo ...me vino a buscar una hermana, un hermano, vamos a mi casa a tomar unos mates, vamos a comer algo, a compartir algo, y trato de estar lo mejor con todo”;* el mismo entrevistado 2 continúa *"...se puede hacer lo mismo que antes pero cuidándote, disfrutar... pasear salir de joda disfrutar la familia, la familia es lo principal, ellos son los primeros que están siempre al lado tuyo”.*

Entrevistada 5 *“si antes era pensar en trabajar, trabajar, trabajar... ahora es el poder descansar o hacer otra cosa que no sea trabajo”.*

Relación entre las actividades de tiempo libre, el cuidado de uno y de otros

Luego del evento que modificó su condición de salud se presentó una resignificación del cuidado, donde el tiempo libre es considerado un tiempo relacionado no solamente al disfrute y a compartir con las familias sino también a la oportunidad de cuidarse y cuidar de otros. Resulta muy interesante visualizar que aparece la necesidad de transmitir a otros la experiencia vivida, como una forma de cuidar a los otros o de enseñar, dando consejos para cuidarse y disfrutar.

Casi todas las personas participantes, luego del evento, manifestaron la valorización de las actividades de tiempo libre compartidas con la familia. Se presenta una toma de conciencia respecto de los valores personales y el paso del tiempo como si el cambio en la condición de salud despertara una necesidad de evaluación o balance del “hacer” revalorizando el tiempo libre como un tiempo de disfrute.

Por su parte el entrevistado 6 nos dice: *"Mi tiempo libre antes eran los fines de semana, para mí antes la semana era el consumo, el alcohol, y el trabajo, nada más. Consumía en el trabajo, tomaba en el trabajo, fumaba en el trabajo así que prácticamente el trabajo era mi casa.”* *"...ahora (después de la enfermedad) con el tiempo libre estoy en mi casa, estoy con mi hija, con mi familia, me levanto de dormir una siesta, me voy, me tomo unos mates con mi mamá, salgo un ratito afuera, charlar con un amigo, pero no soy de andar en la calle como era antes”.*

DISCUSIÓN

De lo analizado y expuesto surge preguntarnos si los cambios en la participación en Ocio y Tiempo Libre donde aparece el cuidado vinculado a la salud, se modifica por placer, por cuidado o por ambas funciones a la vez.. Cabría indagar aquí si el fenómeno Ocupación, tal como lo definen Carrasco Olivares⁽⁴⁾ se vio modificado por el cambio en el propósito, sea este placer o cuidado, influenciado por la forma y el significado atribuido a la participación de cada entrevistado en particular, considerando a cada uno de los entrevistados, una persona determinada, realizando una actividad determinada, en un ambiente físico, social y temporal determinado. A partir de este planteo, resulta necesaria la incorporación en la discusión de la variable temporal.

Si se considera el análisis de la participación ocupacional a partir de la Teoría Dinámica de los Sistemas, la forma y el propósito (función) de la actividad se modifican según el momento, el contexto; es decir, el análisis no puede ser estático sino dinámico, como lo es la participación, con variaciones que pueden relacionarse a la intensidad, a la adaptación o a la elección/exploración de una nueva actividad.

Los relatos se ven atravesados por el antes y el después del momento del cambio en la condición de salud, y en ocasiones se centran en el presente; aparecen como “cuadros” o “recortes” de una realidad que los mismos entrevistados están transitando. En este sentido pareciera que el tiempo transcurrido, ese antes y después, es el que de alguna manera, permite al entrevistado, tomar conciencia de los cambios, generando una re apropiación o re valorización de su participación en las actividades de Ocio y Tiempo Libre. Se da entonces un proceso de construcción de los significados atribuidos, de la actividad en sí misma, de los roles asumidos en su participación y de su relevancia en el cuidado de la salud.

Otro aspecto a considerar en futuros estudios que profundicen esta temática es el ambiente.



En nuestro análisis consideramos la forma ocupacional, pero siempre con características contextuales, es decir una actividad concreta, en un espacio y tiempo concreto, por tanto la modificación del lugar de residencia, por ejemplo, podría promover un nuevo cambio en el significado atribuido a una actividad de Ocio y Tiempo Libre. De igual modo podría producirse frente a una modificación del entorno social. A partir del concepto de interacciones dinámicas tomado de Carrasco, Olivares⁽⁴⁾ la ocupación, no es solo la suma de estos aspectos, sino algo cualitativamente distinto.

Aplicabilidad

El análisis de los resultados obtenidos se ha realizado desde una concepción de la Ocupación como una vivencia subjetiva, dada por el propósito (o función) y el significado de realizar una forma ocupacional en un contexto determinado, -Argentina-, lo que le otorga una característica específica y particular, en coincidencia con lo que sostiene Navarrete⁽¹⁾ en relación a que la mayor parte de las publicaciones acerca de la temática provienen de la cultura anglosajona; por lo que consideramos los hallazgos realizados con esta investigación un aporte al cuerpo de conocimiento de la Ciencia de la Ocupacional desde una matriz epistémica propia del contexto latinoamericano, el puntapié inicial a partir del cual debiéramos trabajar para un conocimiento colectivo a nivel local además de mundial.

Limitaciones y futuras líneas de la investigación

Se abre entonces este nuevo interrogante, considerando que el presente trabajo se basa en el análisis de entrevistas en profundidad, no pretende la generalización, idea que se sustenta en la concepción multicausal y relacional de los fenómenos (Carrasco Olivares) ni la aplicación práctica de los resultados, sino una mirada más profunda del fenómeno a tratar, por lo que se considera necesaria la complementación del mismo con otros estudios que posibiliten ampliar los resultados

Por tanto, resultaría conveniente ampliar el estudio con un mayor número de entrevistados, dado que los hallazgos obtenidos hasta el momento no permiten una generalización. Continuando con el desarrollo conceptual de interacciones dinámicas, sería oportuno indagar sobre la forma y función de las Ocio y Tiempo Libre en personas que han tenido un cambio repentino en su condición de salud, acerca de la presencia de cambios en la forma de realización de la actividad física, actividades sociales, culturales. También se sugiere profundizar en los resultados presentados en relación al aumento en la valorización de las actividades de tiempo libre que han presentado las personas con un cambio en su condición de salud, la valorización también de las actividades de O y TL compartidas con la familia u otro y la resignificación del cuidado.

CONCLUSIÓN

El presente proyecto permitió describir y analizar los cambios en la participación en las actividades de Ocio y Tiempo Libre de las personas luego de un cambio repentino en la condición de salud.

Los resultados obtenidos sobre 6 personas con diversos diagnósticos que resultaron en restricción a la participación muestran el impacto de los trastornos de salud en la participación ocupacional. La identificación y análisis a partir de la forma y significado son aportes al conocimiento de la participación ocupacional en actividades de Ocio y Tiempo Libre, luego de un trastorno de salud.

El estudio permitió entender que la participación en actividades de Ocio y Tiempo Libre se presenta como un continuum en su forma, evidenciándose el gusto por determinada forma de actividad antes del evento en salud. Así las personas con gusto por las actividades relacionadas a la actividad física, culturales o de participación social continúan con ellas de manera igual o distinta.

De los resultados vinculados al significado podemos decir que la valorización de las actividades de Ocio y Tiempo Libre compartidas en familia o no, son una constante que permite valorizar roles significativos.

Otro aspecto observado en el análisis de los relatos es el vínculo entre las actividades de tiempo libre y la salud. Las actividades de Ocio y Tiempo Libre se establecen como una forma de cuidarse o cuidar, de mejorar el estado de salud o hasta de prevenir complicaciones. La necesidad de compartirlo se establece así como una forma de cuidar.

Los cambios en la condición de salud no solo determinan modificaciones en la participación ocupacional como



consecuencia de los cambios en las habilidades, sino que pueden determinar otros cambios, como el lugar de residencia o el entorno social, siendo estos factores los que mayor incidencia tienen sobre la participación en Ocio y Tiempo Libre.

AGRADECIMIENTOS

Los y las autoras manifiestan que el presente trabajo no presenta conflicto de intereses.

FINANCIACIÓN

El mismo forma parte del proyecto de Investigación "Estudio cualitativo de la participación en ocupaciones de Ocio y Tiempo Libre en personas con un repentino cambio en su condición de salud", que forma parte del programa "Problemáticas del cuidado. Metamorfosis socioculturales y producción de subjetividades en los espacios sociales contemporáneos", financiado por la Universidad Nacional de Quilmes (Código PUNQ 1387/15).

DECLARACIÓN DE AUTORÍA

Este es el producto continuo de un trabajo colaborativo; en primer lugar se generó en el equipo la idea de transmitir los resultados de la investigación, dirigida por la T.O. Rut Leegstra, posteriormente se trabajó en la elaboración del trabajo a presentar, para finalmente escribir el trabajo propuesto a publicación, entre todos las personas integrantes del equipo. El grupo de trabajo contó permanentemente con el asesoramiento de sus dos integrantes metodólogas Mg. Fabiana Cacciavillani y Especialista en metodología Mariela Anderson.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Navarrete Salas E. Ciencias de la ocupación. Caminos y perspectivas. TOG (A Coruña) [Revista de internet] 2010 [13/11/2108] Vol. 7; suplemento 6, pág. 132-143, disponible en: <http://www.revistatog.com/suple/num6/erna.pdf>
2. World Health Organization. How to use the ICF: A practical manual for using the International Classification of Functioning, Disability and Health (ICF). Exposure draft for comment. Geneva: WHO . 2013
3. Organización Mundial de la Salud. Resumen Informe Mundial sobre la Discapacidad .Génova : OMS . 2011
4. Carrasco J, Olivares D. Haciendo camino al andar: construcción y comprensión de la ocupación para la investigación y práctica de la Terapia Ocupacional. Rev Chil Ter Ocup. 2008; 8: 5-16.
5. Nelson D. L. Occupation: Form and performance. Am J Occup Ther. 1998; 42 (10): 633-641.
6. Moruno, P., Romero, D. Actividades de la vida diaria. Elsevier: España; 2006.
7. Parham, L. D., Fazio, L. S. Play in occupational therapy for children. St. Louis, Ed: Mosby. 1997.
8. Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., & Baptista Lucio, P. Metodología de la investigación. 2010;190.
9. Ynoub, R. Cuestión de método. Aportes para una metodología crítica. México, Cengage. 2014; 368-365.
10. Souza Minayo M.C La artesanía de la investigación cualitativa. Editorial Lugares . Buenos Aires 2013 ; 245-321.

Derechos de autor

