

**UNIVERSIDAD PRIVADA SAN JUAN BAUTISTA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**



**USO DEL TIEMPO LIBRE Y FUNCIONAMIENTO FAMILIAR DE
LOS ESTUDIANTES DEL 4TO Y 5TO DE SECUNDARIA
DE LA I.E 7075 JUAN PABLO II
ABRIL 2016**

TESIS

**PRESENTADA POR BACHILLER:
ROCIO CALDERÓN HUAMÁN**

**PARA OPTAR TÍTULO PROFESIONAL DE:
LICENCIADA DE ENFERMERÍA**

LIMA – PERÚ

2017

ASESORA DE TESIS: LIC. MARGARITA YANAMANGO CONTRERAS

AGRADECIMIENTO

A Dios

Por bendecirme para llegar hasta donde he llegado, porque hiciste realidad este sueño anhelado.

A la Universidad Privada San Juan Bautista

Por haberme brindado una sólida educación y lograr profesionales de éxito, con el apoyo de cada uno de los profesionales que lo conforman como directivos docentes.

A la Escuela Profesional de Enfermería

Por permitirme realizar mi trabajo de investigación.

A la I.E 7075 Juan Pablo II

Por permitirme y brindar la disponibilidad de su institución para realizar mi trabajo de tesis,

A mi asesora

Por su apoyo constante y ayudarme a realizar la elaboración de mi tesis.

DEDICATORIA

Este trabajo les dedico a mis padres y a mi novio por haberme motivado y brindado su apoyo incondicional, ya que son las personas que aprecio y se esfuerzan para que yo sea alguien mejor en la vida.

RESUMEN

Introducción: El tiempo libre para los jóvenes de esta edad, es de vital importancia en sus vidas, ya que en este tiempo que tienen de ocio, está muy relacionado con la creación de la identidad del adolescente y algunos padres no motivan a sus hijos a la práctica de actividades, por lo que en sus hogares no hay un buen funcionamiento familiar. El presente estudio tiene como **Objetivo:** Determinar el uso del tiempo libre de los estudiantes del 4to y 5to de Secundaria y el funcionamiento familiar de la I.E 7075 Juan Pablo II Chorrillos, abril 2016. **Metodología:** La muestra estuvo conformada por 60 estudiantes del 4to y 5to de secundaria, el método de estudio fue cuantitativo, descriptivo y de corte transversal. La técnica que se utilizó para ambas variables fue encuesta a través de un instrumento cuestionario. **Resultados:** En cuanto al uso del tiempo libre el 57% de los estudiantes del 4to y 5to de secundaria es inadecuado, mientras que el 43% es adecuado el Uso del Tiempo Libre. En cuanto al Funcionamiento Familiar el 69% es extremo, el 18% es de rango medio y el 13% un Funcionamiento Familiar equilibrado. **Conclusión:** El uso del tiempo libre es inadecuado y el funcionamiento familiar de los estudiantes del 4to y 5to en nivel secundario es extrema en la I.E 7075 Juan Pablo II Chorrillos, por lo tanto, se acepta la hipótesis planteada. El funcionamiento familiar de los estudiantes en nivel secundario según cohesión predominan las familias desligadas, por lo tanto, se acepta la hipótesis planteada.

Palabras clave: Adolescente, tiempo libre y funcionamiento familiar.

ABSTRACT

Introduction: Free time for young people of this age is of vital importance in their lives, since in this time they have leisure, it is closely related to the creation of the identity of the adolescent and some parents do not motivate their children to The practice of activities, so that in their homes there is a good family functioning. The objective of this study is to determine the use of free time for students in 4th and 5th grades of Secondary School and the family functioning of IE 7075 Juan Pablo II Chorrillos, April 2016.

Methodology: The sample consisted of 60 students from the 4th and 5th grades, the method of study was quantitative, descriptive and cross-sectional. The technique that was used for both variables was surveyed through a questionnaire instrument.

Results: As for the use of free time, 57% of the students in the 4th and 5th secondary is inadequate, while 43% is appropriate Leisure Time. Regarding Family Functioning, 69% is extreme, 18% is of medium range and 13% is a balanced Family Performance.

Conclusion: The use of free time is inadequate and the family functioning of 4th and 5th grade students is extreme in I.E 7075 Juan Pablo II Chorrillos, therefore, the hypothesis is accepted. The family functioning of the students in secondary level according to cohesion predominates the families disconnected, therefore, the hypothesis is accepted.

Keywords: Adolescent, free time and family functioning.

PRESENTACIÓN

El uso del tiempo libre se caracteriza por ser actividades realizadas voluntariamente por los participantes que obtienen una satisfacción por la realización de estas actividades sin tener connotación laboral propiamente entendida.

Entonces decimos que el tiempo libre de obligaciones que el estudiante emplea para el descanso, la recreación y el desarrollo integral (físico, intelectual, social, emocional y espiritual). El uso del tiempo libre forma parte esencial de la vida de los adolescentes, en relación a la etapa de desarrollo en que se encuentran y al entorno en que viven: familia barrio y escuela. El tiempo libre sería aquel tiempo disponible, que no es para estudiar y que incluye el dormir, comer y que puede ser destinado al ocio, el descanso, la recreación, el desarrollo personal para realizar actividades que satisfagan necesidades esenciales, tales como la sociabilidad e identidad del adolescente.

La OMS define familia como “los miembros del hogar emparentados entre sí hasta un grado determinado por sangre, adopción y matrimonio.

El funcionamiento familiar consiste en la capacidad del sistema familiar para cumplir con sus funciones esenciales enfrentando y superando cada una de las etapas del ciclo vital, las crisis por las que atraviesa, dando lugar a patrones que permiten ver la dinámica interna en función del medio en que ella se desenvuelve.

De esta manera la familia es vista en el contexto mundial como núcleo central en la educación de los hijos, ya que en ella se sientan las bases fundamentales para un buen desarrollo psicosocial en la niñez, y se aprenden los valores, normas y conductas que van a caracterizar al niño hasta la edad adulta.

En tal sentido el estudio titulado uso del tiempo libre de los estudiantes del 4^{to} y 5^{to} de secundaria y el funcionamiento familiar de la I.E 7075 Juan Pablo II Chorrillos, abril 2016, tuvo como objetivo determinar el uso del tiempo libre de los estudiantes del 4^{to} y 5^{to} de secundaria y el funcionamiento familiar de la I.E 7075 Juan Pablo II Chorrillos, abril 2016. Se encuentra organizado en 5 capítulos: El capítulo I comprende: El problema lo cual abarca planteamiento del problema, formulación del problema, justificación del problema, objetivo general, objetivos específicos y el propósito de estudio. En el capítulo II comprende: Marco teórico, antecedentes, base teórica, hipótesis, variables y definición operacional de términos. En el capítulo III comprende: Material y método, tipo de estudio, área de estudio, población y muestra, técnicas e instrumentos de recolección de datos, diseño de recolección de datos, procesamiento y análisis de datos. En el capítulo IV comprende: Resultados y discusión. En el capítulo V comprende: Conclusiones y recomendaciones, referencias bibliográficas, bibliografía y anexos.

ÍNDICE

| | |
|-----------------------------------|------|
| CARÁTULA | i |
| ASESORA | ii |
| AGRADECIMIENTO | iii |
| DEDICATORIA | iv |
| RESUMEN | v |
| ABSTRACT | vi |
| PRESENTACIÓN | vii |
| ÍNDICE | ix |
| LISTA DE TABLAS | xi |
| LISTA DE GRÁFICOS | xii |
| LISTA DE ANEXOS | xiii |
| | |
| CAPÍTULO I: EL PROBLEMA | |
| I.a. Planteamiento del problema | 14 |
| I.b. Formulación de problema | 17 |
| I.c. Objetivos | 18 |
| I.c.1. Objetivo General | 18 |
| I.c.2. Objetivo Específico | 18 |
| I.d. Justificación | 18 |
| I.e. Propósito | 20 |
| | |
| CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO | |
| II.a. Antecedentes bibliográficos | 21 |
| II.b. Base Teórica | 27 |
| II.c. Hipótesis | 65 |

| | |
|--|----|
| II.d. Variables | 65 |
| II.e. Definición operacional de Términos | 65 |
| CAPÍTULO III: METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN | |
| III.a. Tipo de estudio | 67 |
| III.b. Área de estudio | 67 |
| III.c. Población y muestra | 61 |
| III.d. Técnica e instrumento de recolección de datos | 68 |
| III.e. Diseño de recolección de datos | 69 |
| III.f. Procesamiento y análisis de datos | 70 |
| CAPÍTULO IV: ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS | |
| IV.a. Resultados | 71 |
| IV.b. Discusión | 77 |
| CAPÍTULO V: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES | |
| V.a. Conclusiones | 86 |
| V.b. Recomendaciones | 87 |
| REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS | 88 |
| BIBLIOGRAFÍA | 93 |
| ANEXOS | 94 |

LISTA DE TABLAS

| | Pág. |
|---|-------------|
| TABLA 1 Datos generales uso del tiempo libre de los estudiantes del 4 ^{to} y 5 ^{to} de secundaria y el funcionamiento familiar de la I.E 7075 Juan Pablo II Chorrillos abril 2016. | 71 |

LISTA DE GRÁFICOS

| | Pág. |
|--|-------------|
| GRÁFICO 1 Uso del tiempo libre de los estudiantes del 4 ^{to} y 5 ^{to} de secundaria de la I.E 7075 Juan Pablo II Chorrillos abril 2016. | 72 |
| GRÁFICO 2 Uso del tiempo libre de los estudiantes del 4 ^{to} y 5 ^{to} de secundaria según dimensiones de la I.E 7075 Juan Pablo II Chorrillos abril 2016. | 73 |
| GRÁFICO 3 Funcionamiento familiar de los estudiantes de los estudiantes de 4to y 5to secundaria de la I.E 7075 Juan Pablo II Chorrillos abril 2016. | 74 |
| GRÁFICO 4 Funcionamiento familiar según dimensión cohesión de la I.E 7075 Juan Pablo II Chorrillos abril 2016. | 75 |
| GRÁFICO 5 Funcionamiento familiar según dimensión adaptabilidad de la I.E 7075 Juan Pablo II Chorrillos abril 2016. | 76 |

LISTA DE ANEXOS

| | Pág. |
|--|-------------|
| ANEXO 1 Operacionalización de Variables | 95 |
| ANEXO 2 Instrumento | 97 |
| ANEXO 3 Validez de Instrumento | 102 |
| ANEXO 4 Confiabilidad de Instrumento | 103 |
| ANEXO 5 Informe de la prueba piloto | 104 |
| ANEXO 6 Escala de Valoración de Instrumento | 105 |
| ANEXO 7 Consentimiento Informado | 107 |
| ANEXO 8 Asentimiento informado | 109 |

CAPÍTULO I: EL PROBLEMA

I.a. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

La adolescencia según la Organización Mundial de la Salud (OMS) se refiere a la población cuyas edades comprenden entre los 10 a 19 años de edad.¹ Según la OMS muchos problemas de salud mental tienden a aparecer al final de la infancia o al comienzo de la adolescencia. Según los estudios más recientes, los problemas de salud mental en particular, la depresión, constituyen la principal causa de morbilidad en los jóvenes (en años de vida ajustados en función de la discapacidad). El padecimiento de trastornos de salud mental, que puede tener efectos importantes en la salud general y el desarrollo del adolescente, tiende a ir asociado a diversos problemas sanitarios y sociales.²

La OMS está poniendo gran empeño en reforzar la prestación de servicios de salud mental a través de la puesta en práctica del Programa de acción para superar las brechas en salud mental.²

Muchos adolescentes, dedican el tiempo libre a ver la televisión o Internet, por lo que, se debería de crear una concienciación de lo que ven y escuchan los adolescentes. Durante esta edad, ellos mismos sufren falta de seguridad, continua insatisfacción, enfrentamiento con los adultos, dependencia afectiva con sus amigos y carencia de valores; esto hace que sean mucho más vulnerables a un tipo de tiempo libre, donde los hábitos y costumbres no son los más recomendados. Por ello la tasa de aumento del número de estudiantes que no aprovechan su tiempo libre es muy alto. Más de 80 mil

menores, entre 6 y 18 años, de Argentina, Brasil, Chile, Colombia, México, Perú y Venezuela su tiempo libre le dedican al uso de internet.¹¹

Según Fondo Internacional de Emergencia de las Naciones Unidas para la Infancia la actividad (UNICEF) que más tiempo ocupa de las horas libres de los adolescentes varones y mujeres, es ver televisión (TV). En México, este supera las 11 horas semanales, en tanto que en el Perú las preguntas se dividen en dos (ver TV con otros o solos), destinándose, en el primer caso, cerca de diez horas semanales y, en el segundo, poco más de ocho horas. En el Ecuador, las horas destinadas a la TV están incluidas en la categoría del tiempo dedicado a los medios de comunicación donde llega casi a las 14 horas a la semana.¹²

Este fenómeno de alto consumo de tiempo no se extiende solo a la televisión, sino también a las “pantallas” en un sentido más amplio, incluyendo a los dispositivos electrónicos como tablets, teléfonos celulares y otros, que son ampliamente utilizados por las y los adolescentes. En el Perú, donde se indaga sobre una amplia gama de actividades, los varones dedican más horas a actividades relacionadas con las tecnologías de información y comunicación (TIC) como chatear y navegar por Internet.¹²

La actividad donde existe una más amplia y consistente diferencia en el uso del tiempo libre entre las y los adolescentes es hacer ejercicios o practicar algún deporte. En los tres países México, Perú y Ecuador los varones coinciden en dedicar más tiempo a estas actividades que las niñas. Estos efectos no solo limitan el impacto positivo que tiene el ejercicio en la salud mental, la autoestima y la salud física, sino que incluyen también la

adquisición de habilidades como el liderazgo, trabajo en equipo y la resiliencia.¹²

En Latinoamérica, incluido el Perú los jóvenes se encuentran en la retaguardia de la Generación Interactiva (GI). De estos, más de 6 mil niñas, niños y jóvenes peruanos de I.E urbanos y rurales de Lima, Piura, Trujillo, Iquitos, Cajamarca, Huancayo, Cusco y Arequipa fueron encuestados. Entre los resultados más relevantes en cuanto la investigación figura que el Perú es el país donde los jóvenes hacen mayor uso de las cabinas de Internet (62 por ciento frente al 47 por ciento de media global. Mientras un 83% ocupan su tiempo de ocio en actividades recreativas como ver televisión, escuchar música o leer revistas, un 66% practica deportes o utilizan Internet y (56%) videojuegos. Así lo refleja un estudio realizado por la Universidad de Piura, esta forma de usar su tiempo libre determina cómo y en qué gastan su dinero para encontrar una imagen original.⁴

El Instituto Nacional de Salud Mental Honorio Delgado revelo que entre 2012 y 2013, en lima se han atendido a 297 pacientes nuevos con problemas de adicción a internet y ludopatía, 158 de ellos, relacionados a internet, 30 casos de ludopatía, 8 casos con problemas de ludopatía asociada a internet y drogas, 99 casos correspondientes a Internet y drogas y 2 casos de ludopatía e internet. Una red social, en los juegos de internet y pasarse tiempo en ella es como una moda para los adolescentes de hoy en día, a punto de volverse una especie de adicción. Asimismo, se mantienen en tensión constante, se han presentados efectos en la salud mental: cuadros depresivos y/o de ansiedad; también trastornos de conductas (mentir, coger dinero), disminuir sus actividades académicas, faltar a clases a consecuente pérdida de los estudios.⁵

Algunos padres no motivan a sus hijos, a la práctica de actividades en su tiempo libre y a veces no respetan las elecciones del hijo adolescente. Asimismo, se ha encontrado que el conflicto familiar puede tener un efecto negativo sobre el desarrollo de la autonomía del adolescente, sobre el rendimiento académico o incidir en el desarrollo de comportamiento antisocial y violento. Investigaciones recientes llevadas a cabo en el ámbito iberoamericano han mostrado que tanto los adolescentes como sus padres tienden a percibir un grado de conflictividad más bien bajo en sus relaciones.²⁸

Durante las prácticas pre profesionales en la I.E 7075 Juan Pablo II Chorrillos, se observó que los estudiantes del 4to y 5to de secundaria al salir de clases acudían a las cabinas de internet, algunos de ellos ingresaban a ver sus redes sociales y otros realizaban videojuegos por internet “los estudiantes refieren que como sus padres trabajan y no hay nadie en casa, no tienen un control en la hora de llegada, incluso algunos refieren que salen de sus casas con mentiras para poder jugar en internet y otros adolescentes refieren que no tienen una buena relación con sus padres”. Ante lo expuesto se plantea la siguiente interrogante:

I.b. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA

¿Cómo es el uso del tiempo libre y el funcionamiento familiar de los estudiantes del 4^{to} y 5^{to} de secundaria de la I.E 7075 Juan Pablo II Chorrillos abril 2016?

I.c. OBJETIVOS

I.c.1 OBJETIVO GENERAL

Determinar el uso del tiempo libre y el funcionamiento familiar de los estudiantes del 4^{to} y 5^{to} de secundaria de la I.E 7075 Juan Pablo II Chorrillos abril 2016.

I.c.2 OBJETIVO ESPECÍFICO

- A. Identificar el uso del tiempo libre del estudiante en nivel secundario según:
 - Actividades recreativas.
 - Actividades culturales.

- B. Identificar el funcionamiento familiar del estudiante de nivel secundario según:
 - Cohesión.
 - Adaptabilidad.

I.d JUSTIFICACIÓN

El presente estudio es de gran importancia porque observamos en la actualidad la tendencia al incremento del estudio del ocio. Además, los adolescentes se encuentran en una de las etapas más fascinantes y quizás más complejas, por lo que asumen nuevas responsabilidades y experimenta sensación de independencia.

Cabe mencionar que los adolescentes como buscan ser aceptados en un grupo, buscan una identidad propia, realizan su tiempo libre inadecuadamente por lo que no hay un control en casa y no hay una buena relación de padres e hijos.

Por consiguiente, la investigación contribuirá con el avance de los estudios que se refieran al empleo del tiempo libre; es decir, constituirá un elemento teórico en este campo, pues es tendencia en nuestros días el incremento de problemas vinculados con el tiempo libre, el cual si es aprovechado o bien empleado resultará en un recurso importante para el desarrollo personal, social y económico; y el funcionamiento familiar si cumple las funciones esenciales enfrentando y superando cada una de las etapas del ciclo vital.

Es por ello que el profesional de enfermería que atendemos al adolescente debemos fortalecer el desarrollo de hábitos saludables, propiciando que la comunicación establecida con ellos desarrolle su autoestima, fomente su pensamiento crítico y la toma de decisiones en los aspectos referidos al cuidado de su salud, a que tengan una buena relación con sus padres, al igual que con los padres de familia que escuchen y los entienda a sus hijos.

Esta investigación tiene relevancia socioeducativa, ya que incentivara a los profesores y padres de familia a orientar en este campo importante y recomendara a los alumnos sobre el buen uso del tiempo libre y a un buen funcionamiento familiar.

I.e. PROPÓSITO

La investigación va dirigida para la I.E Juan Pablo II, para trabajar conjuntamente con la institución promocionando y previniendo la salud mental de los adolescentes.

Con los resultados obtenidos de la investigación se hará entrega a las autoridades de la I.E 7075 Juan Pablo II para que lo tomen como referencia y puedan trabajar conjuntamente con el centro de salud más cercano, así conjuntamente puedan desarrollar actividades como mejorar el desarrollo integral de los jóvenes en el uso adecuado del tiempo libre, evitando la dependencia a internet, videojuegos, fomentar el apagado del celular en las horas de estudio, impulsando a un uso racional de la televisión, favoreciendo en su lugar al aumento de la lectura, deportes; potenciar prioritariamente los programas de educación de la afectividad y la relación padres e hijos, garantizando que los padres de familia puedan ejercer su función de acompañar a sus hijos durante su desarrollo como persona.

El trabajo de investigación sirve como antecedente para incentivar a las futuras promociones a seguir investigando e identificar las características y así generar nuevos instrumentos para el uso del tiempo libre y funcionamiento familiar.

CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO

II.a. ANTECEDENTES BIBLIOGRÁFICOS

- INTERNACIONALES

Cordero M, Cevallos I. en el 2012, realizaron trabajo de investigación con el objetivo de determinar **EL USO DEL TIEMPO LIBRE Y SU INCIDENCIA EN EL APRENDIZAJE DE LOS NIÑOS DEL CUARTO AÑO DE EDUCACIÓN BÁSICA DE LA ESCUELA “JUAN BAUTISTA VÁZQUEZ” DEL CANTÓN SIG DE LA PROVINCIA DEL AZUAY EN ECUADOR**, el tipo de estudio fue cuantitativo y cualitativo. La población está conformada correspondió a los docentes, padres de familia y estudiantes del cuarto año 37. El instrumento que realizaron fue un cuestionario. Resultados: De acuerdo a los resultados obtenidos en la tabla 1, el 72% de los docentes controlan adecuadamente el tiempo libre de sus niños, mientras que el 14% a veces y nunca, por motivo de desconocimiento sobre el uso adecuado del tiempo libre que debe escolares consiguiendo niños creativos y capaces de mejorar su aprendizaje con la debida ayuda y guía del maestro. Las conclusiones más relevantes fueron: Que los docentes no han implementado actividades para un buen uso del tiempo libre en la que participen los estudiantes. Que con la utilización del tiempo libre podemos desarrollar la creatividad, habilidades, destrezas y competencias en los estudiantes. Los padres de familia por ser de escasos recursos económicos salen en busca de trabajo dejando a sus hijos solos sin control alguno sobre el uso del tiempo libre descuidando su aprendizaje y sus responsabilidades.¹¹

Luna A. del año 2012, realizaron el trabajo con el objetivo de determinar **FUNCIONAMIENTO FAMILIAR, CONFLICTOS CON LOS PADRES Y SATISFACCIÓN CON LA VIDA DE FAMILIA EN ADOLESCENTES BACHILLERES, UNIVERSIDAD DEL VALLE DE ATEMAJAC, CAMPUS LEON EN COLOMBIA**, el tipo de estudio es descriptivo. La población total es de 204 compuesta por estudiantes de bachillerato entre 15 y 19 años. El instrumento que realizaron fue la Escala de conflicto familiar en la adolescencia (Parra y Oliva, 2002; Pérez y Aguilar, 2009), la Escala de Funcionamiento Familiar (FACES-20esp) (Martínez- Pampliega, Iraurgi, Galíndez y Sanz, 2006) y la Escala de Satisfacción con la Vida de Familia (Luna, Laca y Mejía, 2011). Con relación al funcionamiento familiar, el 5.8% de los participantes reportó un nivel de cohesión bajo, el 54.4% reportó cohesión media y el 35.9% reportó cohesión alta. Por otro lado, el 4.9% de los participantes se ubicó en un nivel de flexibilidad bajo, el 62.6% en flexibilidad media y un 28.6% en flexibilidad alta. Las medias generales obtenidas por los participantes en cohesión y flexibilidad se ubicaron en un nivel moderado. Con relación a la satisfacción con la vida de familia, el 4.9% de los participantes reportó un nivel bajo, el 18.0% se ubicó en nivel medio y el 73.8% reportó nivel alto. La media general de satisfacción con la vida de familia se ubicó en un nivel alto. Conclusiones: Como se observó, los adolescentes del presente estudio reportan percibir, en promedio, pocos conflictos con sus padres así como ser dichos conflictos de una intensidad entre baja y moderada. Este resultado es congruente con la mayor parte de los estudios empíricos sobre relaciones paterno-filiales en la adolescencia llevados a cabo en distintos países en los que se ha reportado, en general, una conflictividad baja entre padres e hijos adolescentes.²⁸

Puente M, Sandoval M, Medina R, Estrada C. del año 2011, realizaron el trabajo con el objetivo de determinar **USO DEL TIEMPO LIBRE EN ALUMNOS DE SECUNDARIA, UNIVERSIDAD NACIONAL DE LA PLATA EN ARGENTINA** el tipo de estudio descriptivo. La población que corresponde a los tres grados escolares en el nivel secundaria generaciones es de 277 alumnos, de los cuales 98 alumnos (50 hombres y 48 mujeres) están inscritos en primer grado, 93 alumnos (47 hombres y 46 mujeres) en segundo grado, y 86 alumnos (41 hombres y 45 mujeres) en tercer grado. La muestra que se analizaron representa la totalidad de la población antes mencionada. De acuerdo al calculador de muestras tomado de la red mundial, el total de alumnos recomendados es de 162 sujetos para alcanzar el 95% de nivel de confiabilidad. El instrumento que se utilizaron fue un cuestionario que fue adaptado (Cuestionario Internacional sobre Educación Física, Salud y Estilo de Vida). Resultados: El 59.9% de los alumnos dedica mayor tiempo a utilizar su tiempo libre en actividades donde se involucra el factor tecnología, en este caso oír música, ver televisión el 78.4%. Así mismo se analiza que existe una tendencia hacia el factor social como parte de su tiempo libre, existe mayor tendencia hacia la convivencia con amigos 67.9%. El 71.6% de los adolescentes dedican su tiempo libre a actividades como ir al cine, conciertos, teatro; sin embargo cabe destacar que el 54.3% de los adolescentes utiliza su tiempo libre en pasear o ver tiendas. Conclusiones: Los adolescentes de nivel secundario del Colegio en su tiempo libre se inclinan de acuerdo a sus intereses personales hacia la práctica de actividades de carácter social, demuestran poca importancia a realizar actividades físico/deportivas que generan beneficios a nivel fisiológico, psicológico, social.¹⁴

- **NACIONALES**

Valdivia M, del año 2014, realizaron el trabajo con el objetivo de determinar si existe **RELACIÓN ENTRE LA FUNCIONALIDAD FAMILIAR Y EL CONSUMO DE ALCOHOL EN LOS ESTUDIANTES DE SECUNDARIA INSTITUCIÓN EDUCATIVA ANTONIA MORENO DE CÁCERES SAN JUAN DE LURIGANCHO**, el tipo de estudio cuantitativo. La población está conformada por 90 estudiantes de secundaria. El instrumento que aplico el cuestionario por 25 ítems. El análisis de datos se desarrolló mediante el programa SPSS versión 21. Resultados: Los adolescentes tienen en su mayoría entre 15 a 17 años de edad, con predominancia del género femenino y en su mayoría, viven con los padres. Entre los estudiantes de secundaria predominan familias con funcionalidad de rango medio y en segundo lugar funcionalidad extrema. En cuanto al consumo de alcohol, más del 80% ya lo hacen, habiéndose iniciado el 65% entre los 13 a 15 años con amigos y familia. Conclusiones: el consumo de alcohol de los estudiantes de secundaria y la funcionalidad familiar, son independientes, es decir, que no existe relación entre ambas variables.³⁰

Salas V, del año 2013, realizaron el trabajo con el objetivo de determinar **TIEMPO LIBRE Y RENDIMIENTO ACADÉMICO EN ALUMNOS DE SECUNDARIA DEL CONO SUR DE LIMA**, se realizó el tipo estudio descriptivo. La población está conformada por alumnos de 5º grado de educación secundaria de menores de colegios estatales del cono sur de Lima (UGEL N° 1), los cuales ascienden a una muestra no probabilística según criterio de 348 alumnos. El instrumento que aplicó el cuestionario de actividades en el tiempo libre adaptado de Ponce A. El análisis de datos se desarrolló mediante el programa SPSS 15.0 y con los estadísticos: el coeficiente de Spearman, la prueba de Kruskal Wallis, chi-cuadrado y la

prueba de U de Mann Whitney. Resultados: Un 54% practica y le gusta ir al cine y al teatro, mientras que a un 37,6 % no practica pero le gustaría. Esto quiere decir que hay una marcada tendencia y preferencia por esta actividad, el 51,7% de los alumnos encuestados no visita museos y exposiciones pero le gustaría, mientras que el 27,3% sí practica y le gusta; en tanto que el 9,8% no practica y no le gusta; el 39,9% no practica pero le gustaría practicar las danzas y música de su localidad, un 32,5% si practica y le gusta; frente a un 18,4% que no practica y no le gusta esta actividad, el 32,5% de los alumnos encuestados no participa en ritos y costumbres de su pueblo y tampoco le gusta esta actividad, seguido de un 30,2% que no participa en ritos y costumbres de su pueblo pero le gustaría participar, el 88,2% le gusta pasear y charlar con amigos mientras que el 1,4% no lo hace y no le gusta, un 79%, seguido de un 13,8% que no sale ni está con la familia pero le gustaría.

Mientras que un 9% lo hace pero no le gusta, el 68,1% lee libros revistas y periódicos. Seguido de un 15,5% que sí lo hace pero no le gusta. Cabe mencionar que hay un 12,1% que no practica esta actividad pero le gustaría, el 65,8% sí practica algún deporte y además le gusta, seguido de un 23% que no practica pero le gustaría; el 35,6% no estudia más allá de lo necesario pero que le gustaría hacerlo, seguido de un 29,9% que sí lo hace y además le gusta, frente a un 17,2% que sí estudia más allá de lo necesario pero no le gusta, y un 15,8% que no lo hace y tampoco le gusta, 56,6% no asiste a la academia de idiomas, pero le gustaría y un 10,9% que no asiste y tampoco no le gustaría asistir a dicha academia.

Mientras que hay un 20,1% que sí asiste a la academia de idiomas y también le gusta, un 40,5% que va a la iglesia y además le gusta, frente a un 11,8% que va pero no le agrada. Cabe mencionar a un 26,4% que no va a la iglesia pero le gustaría y un 19,5% que no va y tampoco no le gusta, hay un 48% de alumnos de 5º año que no juega a las fichas o maquinitas y así mismo no le

gusta, seguido de un 25% que sí lo hace y le gusta, una mayoría de alumnos de 5º grado de secundaria (65,8%) juega en internet y además le gusta esta actividad, frente a un 19,3% que no lo hace y no le gusta, un 50% de alumnos encuestados realiza juegos electrónicos o virtuales y además le gusta hacerlo, frente a un 23,3% que no lo hace y no le gusta, una gran mayoría que asciende al 90,2% le gusta ver televisión y, de otro lado el 5,5% ve televisión pero no le gusta, Hay un 38,5% de estudiantes de 5º año que le gusta ir al pub, bar y discoteca, mientras que un 27,9% no le gusta, seguido de un 22,4% que no lo hace pero le gustaría, el 39, el 30,7% no realiza juegos de salón como billar y fútbolín, asimismo un 25,9% tampoco lo practica pero le gustaría, en contraste, un 29,9% que sí lo hace y además le gusta. El 30.2% de los alumnos tiene un rendimiento académico bajo, el 44%, rendimiento académico intermedio y el 25.9%, rendimiento alto. Conclusiones: Por último, dichos sujetos se encuentran en un nivel de rendimiento académico regular o intermedio, siendo las damas las que superan a los varones. Se concluye que existe una correlación significativa entre el tiempo libre y el rendimiento académico.¹⁶

Los antecedentes fueron de gran importancia para la realización de la investigación, para esquematizar mi índice de la base teórica, para la elección, creación de un instrumento, poder realizar la discusión y comparación del trabajo de las vivencia que son diferentes en otro país y en nuestro país, poder llegar a una determinada conclusión evaluando las realidades que se ven en la actualidad, y mejorando a través de las recomendaciones que brindan otros estudios.

II.b. BASE TEÓRICA

ADOLESCENCIA

El término Adolescente proviene del verbo latino “adolecere” cuyo significado es crecer y suele emplearse para denominar la etapa de transición de la infancia a la vida adulta, sin embargo, la Adolescencia tiene una connotación más significativa.¹

La OMS considera que es el período de la vida en el cual el individuo adquiere madurez reproductiva y transitan los patrones biológicos y psicológicos de la niñez a la adultez. Para abordar la salud de los y las adolescentes según sus necesidades, brindando una atención integral de salud, es relevante tener en cuenta todas las determinantes que influyen en su desarrollo de una manera dinámica, tanto en lo conceptual, metodológico y operativo, con un enfoque intersectorial.¹

En una declaración conjunta, realizada en 1998 por la OMS, UNICEF y el Fondo de las Naciones Unidas para Actividades en Materia de Población (FNUAP), se declaró que el término “adolescencia” se refiere a la población cuyas edades comprenden entre los 10 a 19 años, criterios tomados en cuenta por el Ministerio de Salud con la finalidad de unificar estándares internacionales y además realizar evaluaciones objetivamente verificables.¹

No obstante, actualmente el Ministerio de Salud (MINSa) ha modificado dicho rango de edades para estar acorde con la normatividad nacional. Actualmente la etapa de vida adolescente es la población comprendida

desde los 12 años de edad hasta los 17 años, 11 meses y 29 días, bajo Resolución Ministerial N° 538-2009/MINSA, del 14 de agosto del 2009.³

La adolescencia es una de las fases de la vida más fascinantes y quizás más complejas, una época en que la gente joven asume nuevas responsabilidades y experimenta una nueva sensación de independencia. Los jóvenes buscan su identidad, aprenden a poner en práctica valores aprendidos en su primera infancia y a desarrollar habilidades que les permitirán convertirse en adultos atentos y responsables. Cuando los adolescentes reciben el apoyo y el aliento de los adultos, se desarrollan de formas inimaginables, convirtiéndose en miembros plenos de sus familias y comunidades y dispuestos a contribuir. Llenos de energía, curiosidad y de un espíritu que no se extingue fácilmente, los jóvenes tienen en sus manos la capacidad de cambiar los modelos de conducta sociales negativos y romper con el ciclo de la violencia y la discriminación que se transmite de generación en generación. Con su creatividad, energía y entusiasmo, los jóvenes pueden cambiar el mundo de forma impresionante, logrando que sea un lugar mejor, no sólo para ellos mismos sino también para todos.⁶

LA ADOLESCENCIA TEMPRANA Y TARDÍA

Dado el abismo de experiencia que separa a los adolescentes más jóvenes de los mayores, resulta útil contemplar esta segunda década de la vida como dos partes: la adolescencia temprana (de los 10 a los 14 años) y la adolescencia tardía (de los 15 a los 19 años).⁶

La adolescencia temprana (de los 10 a los 14 años)

Tomada en un sentido amplio, podría considerarse como adolescencia temprana el período que se extiende entre los 10 y los 14 años de edad. Es en esta etapa en la que, por lo general, comienzan a manifestarse los cambios físicos, que usualmente empiezan con una repentina aceleración del crecimiento, seguido por el desarrollo de los órganos sexuales y las características sexuales secundarias. Estos cambios externos son con frecuencia muy obvios y pueden ser motivo de ansiedad así como de entusiasmo para los individuos cuyos cuerpos están sufriendo la transformación. Los cambios internos que tienen lugar en el individuo, aunque menos evidentes, son igualmente profundos.⁶

Una reciente investigación neurocientífica muestra que, en estos años de la adolescencia temprana, el cerebro experimenta un súbito desarrollo eléctrico y fisiológico. El número de células cerebrales pueden casi llegar a duplicarse en el curso de un año, en tanto las redes neuronales se reorganizan radicalmente, con las repercusiones consiguientes sobre la capacidad emocional, física y mental. El desarrollo físico y sexual, más precoz en las niñas que entran en la pubertad unos 12 a 18 meses antes que los varones que se reflejan en tendencias semejantes en el desarrollo del cerebro. El lóbulo frontal, la parte del cerebro que gobierna el razonamiento y la toma de decisiones, empieza a desarrollarse durante la adolescencia temprana. Debido a que este desarrollo comienza más tarde y toma más tiempo en los varones, la tendencia de éstos a actuar impulsivamente y a pensar de una manera acrítica dura mucho más tiempo que en las niñas.⁶

Este fenómeno contribuye a la percepción generalizada de que las niñas maduran mucho antes que los varones. Es durante la adolescencia temprana que tanto las niñas como los varones cobran mayor conciencia de su género

que cuando eran menores, y pueden ajustar su conducta o apariencia a las normas que se observan. Pueden resultar víctimas de actos de intimidación o acoso, o participar en ellos, y también sentirse confundidos acerca de su propia identidad personal y sexual. La adolescencia temprana debería ser una etapa en la que niños y niñas cuenten con un espacio claro y seguro para llegar a conciliarse con esta transformación cognitiva, emocional, sexual y psicológica, libres de la carga que supone la realización de funciones propias de adultos y con el pleno apoyo de adultos responsables en el hogar, la escuela y la comunidad. Dados los tabúes sociales que con frecuencia rodean la pubertad, es de particular importancia darles a los adolescentes en esta etapa toda la información que necesitan para protegerse del VIH, de otras infecciones de transmisión sexual, del embarazo precoz y de la violencia y explotación sexuales. Para muchos niños, esos conocimientos llegan demasiado tarde, si es que llegan, cuando ya han afectado el curso de sus vidas y han arruinado su desarrollo y su bienestar.⁶

La adolescencia tardía (de los 15 a los 19 años)

La adolescencia tardía abarca la parte posterior de la segunda década de la vida, en líneas generales entre los 15 y los 19 años de edad. Para entonces, ya usualmente han tenido lugar los cambios físicos más importantes, aunque el cuerpo sigue desarrollándose. El cerebro también continúa desarrollándose y reorganizándose, y la capacidad para el pensamiento analítico y reflexivo aumenta notablemente. Las opiniones de los miembros de su grupo aún tienden a ser importantes al comienzo de esta etapa, pero su ascendente disminuye en la medida en que los adolescentes adquieren mayor confianza y claridad en su identidad y sus propias opiniones. La temeridad un rasgo común de la temprana y mediana adolescencia, cuando

los individuos experimentan con el “comportamiento adulto” declina durante la adolescencia tardía, en la medida en que se desarrolla la capacidad de evaluar riesgos y tomar decisiones conscientes.⁶

En la adolescencia tardía, las niñas suelen correr un mayor riesgo que los varones de sufrir consecuencias negativas para la salud, incluida la depresión; y a menudo la discriminación y el abuso basados en el género magnifican estos riesgos. Las muchachas tienen una particular propensión a padecer trastornos alimentarios, tales como la anorexia y la bulimia; esta vulnerabilidad se deriva en parte de profundas ansiedades sobre la imagen corporal alentadas por los estereotipos culturales y mediáticos de la belleza femenina. No obstante estos riesgos, la adolescencia tardía es una etapa de oportunidades, idealismo y promesas. Es durante estos años que los adolescentes ingresan en el mundo del trabajo o de la educación superior, establecen su propia identidad y cosmovisión y comienzan a participar activamente en la configuración del mundo que les rodea.⁶

LA SALUD MENTAL DEL ADOLESCENTE: UN DESAFÍO URGENTE PARA LA INVESTIGACIÓN Y LA INVERSIÓN

“Los problemas de salud mental representan una gran parte de la carga de enfermedades entre los jóvenes de todas las sociedades”.⁷

Se calcula que el 20% de los adolescentes de todo el mundo tiene problemas mentales o de comportamiento. La depresión es la enfermedad que más contribuye a la carga mundial de morbilidad entre los jóvenes de 15 a 19 años de edad, y el suicidio es una de las tres causas principales de mortalidad entre las personas de 15 a 35 años. En conjunto, unos 71.000

adolescentes cometen suicidio anualmente y una cifra 40 veces superior lo intenta. Alrededor de la mitad de los trastornos mentales de una vida comienzan antes de los 14 años de edad y el 70% antes de los 24. La frecuencia de trastornos mentales entre los adolescentes ha aumentado en los últimos 20 y 30 años; dicho aumento se atribuye a la ruptura de las estructuras familiares, al aumento del desempleo entre los jóvenes y a las poco realistas aspiraciones educativas y profesionales que las familias tienen para sus hijos e hijas.⁷

Los problemas mentales de los jóvenes que no reciben asistencia están asociados con resultados insuficientes en materia de educación, desempleo, uso de estupefacientes, estilos de vida peligrosos, delitos, una salud sexual y reproductiva deficiente, autolesiones y un escaso cuidado de sí mismos, factores todos que aumentan los riesgos de enfermedades y de muerte prematura. Los problemas de salud mental de los adolescentes acarrear unos altos costes sociales y económicos ya que, conforme pasa el tiempo, suelen sufrir discapacidades. Los factores de riesgo de los problemas de salud mental están suficientemente demostrados e incluyen los malos tratos en la infancia; la violencia en la familia, la escuela y el vecindario; la pobreza; la exclusión social y la desventaja en materia de enseñanza.⁷

Las enfermedades psiquiátricas y la toxicomanía en los progenitores, así como la violencia marital, también aumentan la situación de riesgo de los adolescentes, al igual que estar expuestos a las alteraciones sociales y la angustia psicológica que acompañan a los conflictos armados, los desastres naturales y otras crisis humanitarias. El estigma dirigido hacia los jóvenes con trastornos mentales, y las violaciones de los derechos humanos a las que están sometidos, aumentan las consecuencias adversas. En muchos países, solo se somete a un reconocimiento y a unos cuidados básicos a una pequeña minoría de jóvenes con problemas de salud mental, mientras que la

mayoría sufre innecesariamente, incapaz de acceder a los recursos apropiados de reconocimiento, asistencia y tratamiento.⁷

A pesar de los considerables avances en la elaboración de intervenciones eficaces, la mayoría de las necesidades para una buena salud mental no están siendo satisfechas ni siquiera en las sociedades más ricas, y en muchos países en vías de desarrollo la tasa de necesidades que no se satisfacen alcanza casi el 100%. Por lo tanto, los problemas de salud mental en los jóvenes representan un importante reto para la salud pública de todo el mundo. Las medidas preventivas pueden ayudar a evitar el agravamiento y la progresión de los trastornos mentales, y una pronta intervención limita la gravedad de los mismos.⁷

Los jóvenes a los que se les reconocen sus necesidades de salud mental actúan mejor en la sociedad, rinden de manera más eficaz en la escuela y tienen más posibilidades de convertirse en adultos productivos y bien adaptados socialmente que aquellos cuyas necesidades no están siendo satisfechas. El apoyo a la salud mental, su prevención y un tratamiento oportuno reduce también la carga que pesa sobre los sistemas de atención de la salud. Si se quiere lograr una prevención y asistencia eficaces, es esencial que exista una mayor conciencia pública sobre los problemas de salud mental y un respaldo social general a los adolescentes.⁷

La salvaguarda de la salud mental del adolescente comienza con los progenitores, las familias, la escuela y las comunidades. Si se educa en materia de salud mental a estas importantes partes interesadas, es posible ayudar a que los adolescentes aumenten sus capacidades sociales, mejoren su aptitud para resolver problemas y ganen seguridad en sí mismos, lo que a

su vez puede aliviar los problemas de salud mental y evitar comportamientos arriesgados y violentos. Asimismo se debería animar a los propios adolescentes a participar en debates y en la elaboración de políticas sobre la salud mental.⁷

El reconocimiento temprano de desarreglos emocionales y la prestación de ayuda psicológica a cargo de personal especializado (no necesariamente trabajadores de la salud) pueden mitigar los efectos de los problemas mentales. Se puede formar a trabajadores de atención primaria de la salud para que utilicen entrevistas estructuradas con las que poder detectar los problemas en una primera fase y ofrecer tratamiento y asistencia. Los programas psicopedagógicos en las escuelas, el asesoramiento de apoyo, las terapias cognoscitivas y del comportamiento, a poder ser con la participación familiar, son todos ellos sistemas eficaces a la hora de mejorar la salud mental de los adolescentes, mientras que los casos más complicados de adolescentes con graves trastornos mentales se remitirán gradualmente a servicios especializados.⁷

A nivel internacional, se han establecido varios instrumentos jurídicos y acuerdos para promocionar la salud y el desarrollo de los adolescentes, en particular la Convención sobre los Derechos del Niño y la Convención sobre los Derechos de las Personas con Discapacidades. La integración de la salud mental dentro de los sistemas de atención primaria de la salud supone una tentativa fundamental para reducir el vacío en el tratamiento de los problemas mentales. Con ese fin, la OMS y sus colaboradores han elaborado el Acuerdo Marco 4 S, el cual ofrece una estructura para iniciativas nacionales con la que reunir y utilizar información estratégica; preparar políticas de apoyo basadas en pruebas empíricas; aumentar la escala de la

provisión y utilización de los productos y servicios de la salud; y fortalecer los vínculos con otros sectores del gobierno. Dicha integración aumentará el acceso a los servicios y reducirá el estigma atribuido a los trastornos mentales.⁷

Uno de los cometidos más urgentes a la hora de abordar la salud mental de los adolescentes es el de mejorar y ampliar la información comprobada. Una investigación sistemática sobre la naturaleza, frecuencia y factores determinantes de los problemas mentales en los adolescentes (además de la prevención, las intervenciones tempranas y las estrategias de tratamiento) será fundamental para garantizar el derecho de los adolescentes a la salud y el desarrollo en estos entornos.⁷

USO DEL TIEMPO LIBRE

El tiempo "verdaderamente libre" está constituido por aquellos momentos de nuestras vidas en las que después de satisfacer nuestras obligaciones, nos disponemos a realizar una actividad que más o menos podemos llegar a escoger; "la libertad predomina sobre las necesidades inmediatas" ⁸

Para empezar a definir el Tiempo libre se puede decir que en la Declaración Universal de los Derechos Humanos en el artículo 24 del 10 de Diciembre de 1948 reza: "Toda persona tiene derecho al descanso, al disfrute del tiempo libre, a una limitación razonable de la duración del trabajo y a vacaciones periódicas pagadas".⁸

De acuerdo al diccionario básico del deporte y la educación física manifiesta que el Tiempo Libre es “Una expresión que denota aquel período de tiempo en el cual un ser humano se siente liberado de sus actividades cotidianas, que le permite actuar bajo su propia voluntad e impulsos, según sus deseos e inclinaciones.”⁹

Según el sociólogo soviético B. Grushin afirma: “Por tiempo libre se entiende pues, aquella parte del tiempo que no se trabaja y que queda después de descontadas todas las inversiones de tiempo utilitario (actividades domésticas, fisiológicas con el transporte, etc.), es decir, el tiempo libre del cumplimiento de diversas obligaciones”.⁹

“Por otro lado Lupe Aguilar Cortez y Oscar Incarbone en su libro de Recreación y Animación concluyen de que el Tiempo “verdaderamente Libre” está constituido por aquellos momentos (tiempo) de nuestras vidas en lo que, después de satisfacer todas nuestras obligaciones laborales o estudiantiles, así como las necesidades básicas, sociales y civiles principalmente; en este espacio denominado como libre nos disponemos a realizar la actividad que elegimos.”⁹

EVOLUCIÓN HISTÓRICA DEL TIEMPO LIBRE

En los tiempos de la Grecia Antigua, el tiempo libre o tiempo de ocio se relacionaba con la reflexión acerca de los hechos sociales, la política y la filosofía. Mientras, en la actualidad, se relaciona con actividades que buscan el goce y la sensación de disfrutar por parte del sujeto, sensaciones que las actividades obligatorias no ofrecen.¹⁰

Benito López Andrada en señal a que el tiempo libre es un conjunto de actividades realizadas por el sujeto durante su tiempo disponible resultante, después de descontar a veinticuatro horas el tiempo empleado en realizar las necesidades vitales necesarias, el disfrute del tiempo libre en ningún caso se pueda considerar como marginal en su vida. Por consiguiente, de manera personal definimos el tiempo libre como una serie de actividades placenteras y voluntarias realizadas en el tiempo que nos resta una vez finalizadas las actividades obligatorias diarias.¹⁰

Por tanto, es muy importante que los adolescentes sepan enfrentarse a la sociedad, dándoles a conocer las posibilidades sobre actividades físico-deportivas-recreativas que existen para ocupar su tiempo libre de una manera ordenada, creativa y saludable, capaz de contribuir a su calidad de vida. El campo de actividades del tiempo libre abarca prácticamente todas las realidades humanas, siempre y cuando se entienda como actividad voluntaria y no obligatoria (pintura, música, coleccionismo, actividades físico/deportivas, lectura, teatro, actividades acuáticas). Según Cagigal, el tiempo libre es el conjunto de ocupaciones voluntarias, con el objetivo de descanso, diversión o desarrollo de su formación cuando se ha liberado de sus ocupaciones profesionales, familiares o sociales.¹⁰

Por su parte, el sociólogo peruano Martín Santos realizó una investigación sobre el tiempo libre en los jóvenes limeños. La muestra estuvo formada por 366 jóvenes, entre 18 y 25 años de edad, pertenecientes los diferentes estratos socioeconómicos. Para los encuestados, las actividades más importantes son: escuchar música, practicar algún deporte, salir con la pareja, leer periódicos y revistas, leer por placer. Este investigador sostiene que el sexo del encuestado y el nivel socioeconómico de procedencia

influyen en la manera como los jóvenes distribuyen su tiempo libre. Sin embargo, se trata de afirmaciones difíciles de analizar ya que el autor no menciona si las diferencias encontradas tienen significancia estadística.¹⁰

Un hallazgo interesante del estudio de Santos es la aparente popularidad de la lectura entre los jóvenes de todos los estratos socioeconómicos, hecho que contrasta con la creencia generalizada que los jóvenes de hoy no leen. Se trata de un tema que debe ser analizado con mayor profundidad porque, como el propio Santos señala, la preferencia por la lectura no está centrada en las noticias ni en la literatura sino en los deportes, espectáculos, historietas, chistes, etc. Por otro lado, no debe olvidarse que en ocasiones el hecho de mirar los titulares de los diarios puede ser percibido por los jóvenes como “leer las noticias”.¹⁰

Sanchís en su elaboración de la evolución histórica de las concepciones sobre el tiempo, señala que las primeras culturas concibieron al tiempo, como un tiempo cíclico determinado por ritos de siembra y cosecha, por los solsticios y ritmos del sol y otros astros, por festividades religiosas etc., donde el tiempo como medida no tenía valor. Para los clásicos el tiempo se definía en relación a que todo está en movimiento (posición compartida por los hindúes, egipcios y griegos). Otro de los efectos indeseados del exceso de tecnología es la falta de concentración por centrarnos más en una pantalla, en un videojuego o cualquier otro entorno virtual que nos aleja del mundo real.¹⁰

TIEMPO LIBRE EN LA ACTUALIDAD

En la actualidad el tiempo libre, el tiempo que resta del tiempo de trabajo y del tiempo dedicado a las obligaciones, adquiere un enorme significado vital

para los individuos. Los cambios sociales provocan que el tiempo de trabajo se subordine al tiempo libre, sino el progreso, del desarrollo, lo que sin duda pretende una mejora de la calidad de vida.¹¹

El tiempo libre es aquel periodo de tiempo no sujeto a necesidades, de una parte, ni obligaciones de otra. Resulta de la diferencia de restar al tiempo total, el tiempo dedicado a nuestras obligaciones familiares, laborales y escolares.¹¹

El tiempo libre de los escolares va aumentando al mismo ritmo que el resto de la sociedad. Existe una tendencia a agrupar la jornada escolar o a crear una jornada intensiva, con el consiguiente aumentado del tiempo libre. En este tiempo es donde la sociedad debe intervenir para facilitar la ocupación del niño, en actividades que favorezcan su desarrollo integral.¹¹

Lo importante del tiempo libre, referido a los escolares, es la manera de utilizarlo y la aportación que éste haga en la mejora de la calidad de vida. Como dice García Montes en realidad no se trata de que el tiempo libre, sino que es la persona la que debería vivir de forma libre y voluntaria ese periodo temporal.¹¹

TIEMPO LIBRE DE LOS ADOLESCENTES EN LA ACTUALIDAD

El adolescente consolida su identidad en esta etapa, es parte del proceso de alcanzar la madurez. En esta fase se da un salto significativo que consiste en pasar de tener cosas a tener dinero. El riesgo es que confundan que tener más equivale a ser más y pierdan la capacidad de percibir las necesidades

de los demás”, explica Paul Corcuera, director del Instituto de Ciencias para la Familia de la Universidad de Piura.¹²

El mismo estudio indica que los adolescentes gastan su dinero, sobre todo en ropa, hacer deporte y usar Internet en cabinas públicas. Estos rubros, que son prioritarios para los jóvenes, expresan su preocupación por consolidar su identidad.¹²

“Las compras del joven tienen la finalidad de afianzar su imagen. Por ello, más que compras impulsivas son compras obsesivas; es decir, se obsesionan con un producto específico y hasta que no lo consiguen no piensan en otras alternativas”, indica Guido Maggi, coordinador del Observatorio para el Desarrollo Territorial de la Universidad Católica Sedes Sapientiae.¹²

Es ahí donde tiene que surgir la responsabilidad del cuidado del dinero, ya que es necesario que adquieras los buenos hábitos en el manejo del dinero, por ejemplo el ahorro, al margen de cuánto sean tus ingresos. Y es ahí donde debes consultar con tus padres sobre que puedes hacer. Aunque es difícil, es necesario que te transmitan el ejemplo de ser personas que no derrochan el dinero y saben utilizarlo responsablemente.¹²

Antonio Alvarado, director de la carrera de Gestión Comercial de ISIL, señala que, en el Perú, el segmento juvenil no es debidamente atendido por los bancos en cuanto a opciones de ahorro. “Es importante incentivar la capacidad de ahorro desde jóvenes, para que se acostumbren a obtener lo que desean sobre la base de trabajo y esfuerzo”, dice. Paul Corcuera, indica

que la juventud se caracteriza por ser una consumidora asidua de las nuevas tecnologías, por ello, muchos de los productos están orientados a captar a este público.¹²

FACTORES

Los factores que inciden en el disfrute y aprovechamiento de las actividades de ocio y tiempo libre juvenil son entre otros:

- La atracción por la libertad, que conlleva una búsqueda de lo desconocido, lo prohibido, lo arriesgado, aquello que escapa al control de los padres: sexo, drogas, aventuras.
- La presión de grupo, que adecua y equipara hábitos de ocio a nivel generacional, incitando a la realización de algunas actividades como forma de imitación de modelos estereotipados.
- En contra de lo anterior, la no permisividad de los padres debido a la edad y a su deseo de control sobre el comportamiento de los hijos, lo cual choca de plano con las ansias de libertad juvenil, que quedan bastante limitadas.
- Una cierta incapacidad para organizarse su tiempo libre, debido a la falta de información y alternativas, a esa presión de grupo que obliga a repetir siempre las mismas actividades de forma colectiva, sin dejar tiempo para la persona ni proponer nada nuevo.¹²

RELACIÓN TIEMPO LIBRE Y SALUD.

El hombre por su esencia, está sujeto a la actividad social, expuesto a influencias del medio donde se desarrolla, mismas que se reflejan a través de sus condiciones internas, dentro de la personalidad del individuo la salud

juega un papel importante para la realización de actividades en el tiempo libre (González y Vera). Los beneficios en la salud con la práctica de actividad física realizada en el tiempo libre, ayuda al mantenimiento del peso ideal, al canalizar en forma positiva la agresividad, de igual manera fomenta el trabajo en equipo y el equilibrio de las funciones corporales tanto físicas como mentales, la salud según la OMS es un estado de bienestar y equilibrio físico, psíquico y social, y no la ausencia de enfermedad.¹²

Cabe destacar que los motivos importantes que conducen a la práctica deportiva o práctica física giran entorno a la posibilidad de realizar ejercicios físicos con el objetivo de mantener la salud (Nuviala, Ruíz, y García). Delgado señala: entre los hábitos de vida más analizados en las últimas décadas por su relación con la salud, se encuentra la práctica de actividad física, dada la ausencia o escasez de la misma puede ser el origen de algunas enfermedades degenerativas propias de la sociedad moderna. La sensación de bienestar puede desarrollarse a partir de la práctica del ejercicio físico siendo un factor vinculado con la salud al incluirse dentro de la realización de actividades físico/deportiva. Tratar de promover estilos de vida saludables en la práctica de actividades físicas en el tiempo libre a partir de un concepto de salud meramente biológico, supone promover una visión en la calidad de la salud basada en la realización de actividades. De esta manera existe la posibilidad de desarrollar en el alumno actitudes y valores orientados positivamente hacia conductas saludables se ven limitadas sensiblemente Hernández y Velásquez.¹³

EL TIEMPO LIBRE DE LA POBLACIÓN ESCOLAR

Si nos centramos en la edad escolar observamos que el tiempo libre es algo ajeno al niño en su etapa más infantil, pero empieza a tomar importancia cuando éste entra en la edad escolar. Al principio no existe una clara diferenciación entre el trabajo obligatorio y el juego, pero a medida que se inicia y avanza en la etapa primaria, el niño va tomando una clara conciencia de esta diferencia y de lo que significa el tiempo libre.¹³

Se puede considerar el tiempo libre de los niños como aquel que queda después de sus obligaciones escolares y familiares. Es un tiempo que se llena, por ellos mismos, con actividades libres y espontáneas que no son otra cosa que juegos, la actividad más natural del niño. Es a través del juego donde el niño toma contacto con el mundo exterior. Los niños tienen que disponer de un tiempo realmente libre, de un tiempo que no tengan comprometido con ninguna institución ni con ninguna actividad reglamentaria; es decir un tiempo que no esté sometido a la dirección del adulto.¹³

Las actividades extraescolares podrían considerarse como actividades constructivas y recomendables para ocupar parte del tiempo fuera del horario lectivo escolar según Guilman, Meyers y Pérez, siendo potencialmente beneficiosas por las características de: voluntariedad, estructuración y organización, esfuerzo y desafío, redes sociales de apoyo, desarrollo de habilidades y competencias.¹³

En conjunto, según informa Molinuevo, la participación en actividades extraescolares durante la adolescencia es más positiva para el rendimiento académico que la no participación, tanto a corto como a medio plazo. No

obstante esta relación parece depender del tipo de actividad. Así, practicar únicamente actividades deportivas no parece tener relación con el nivel académico y, en cambio, otro tipo de actividades como las artísticas o académicas sí lo tienen.¹³

EDUCAR PARA EL TIEMPO LIBRE

En los últimos años se ha desarrollado en nuestras sociedades, cambios fundamentales, transformando la manera de vivir, pensar, actuar de las personas y, como no podía ser de otra manera, la forma de educar. Se trata de una nueva coyuntura que obliga a revisar qué y cómo lo hacen en un proceso de evaluación continua, y de búsqueda de la excelencia en todas las acciones que realizan para lograr un cambio en su manera de ver la vida y sobre todo desde el punto de vista educativo. y es que, lejos de dejarse llevar por la transformación o la novedad en sí misma, se cree que es necesario adoptar una postura reflexiva, crítica y atenta que permita adaptarnos a los cambios con la perspectiva, que no todo puede ser tiempo de trabajo y estudio, sino que este debe conectarse de manera productiva y efectiva con el uso adecuado y productivo del tiempo libre como un medio para la humanización de las personas y por ende el fortalecimiento del proceso de socialización a lo largo de toda su vida.¹⁸

Hay que resaltar que, uno de los aspectos esenciales que caracteriza al ser humano es su capacidad de crear su propio proyecto de vida que lo lleva a lograr su propia formación y aprendizaje ayudándole también a crecer tanto en su vida personal como en su vida laboral, siendo un aspecto importante dentro de ese proyecto: el tiempo libre y la recreación, los cuales no responde solamente a su impulsos, deseos, apetencias o gustos por aquellos aspectos que producen placer o satisfacción de sus necesidades básicas; sino de lograr un equilibrio en todos los contextos de su vida para fortalecer

las necesidades de las personas ayudándole a mejorar su interacción con los demás; siendo un tema fundamental para en el desarrollo del hecho educativo.¹⁵

De allí que, los docentes deben impulsar a los estudiantes sobre la realización de las actividades físicas y recreativas en el área educativa, durante el tiempo de libre, ya que esta como disciplina social ejerce una relevante influencia en todos los aspectos o dimensiones que conforman al ser humano. De acuerdo con lo planteado, todo aquello que ayude a las personas a satisfacer sus necesidades en función del bienestar en su vida personal y laboral se debe afianzar a través de la educación, desde que nacen hasta que llega a la plenitud de su vida, logrando una estabilidad no solo física sino también mental, porque las personas tienen necesidades básicas y de ellas depende su actitud ante la vida, tanto en lo personal como en el ámbito laboral y social.¹⁶ Es de hacer notar que, cuando se utiliza el tiempo libre de una manera responsable y sobre todo creativa, se le da sentido a lo que se hace, sobre todo al desarrollo de las relaciones interpersonales, porque la persona se enriquece personalmente de sus experiencias, de sus vivencias, sintiéndose mejor consigo mismo; y grupalmente, estableciendo relaciones productivas con los que le rodean, esto le permite razonar mejor y por consiguiente vivir mejor y convivir con los demás.¹⁶

Es importante aclarar que cuando se habla de tiempo libre se toma en cuenta la conceptualización de Osuna quien la define como: “Período de tiempo que le queda al individuo después de llevar a cabo sus obligaciones diarias (laborales, educativas, sociales, familiares). También hay una parte del tiempo libre que lo dedicamos a actividades autoimpuestas, que no forman parte de nuestras obligaciones, sino que son actividades que nosotros hemos decidido hacer (tareas religiosas, voluntariado social)”.¹⁶

En tal sentido, casi todos los expertos consideraran que el tiempo libre es aquel en el que las personas realizan las actividades que más les gustan. Pero esto no excluye el descanso, las diversiones y el desarrollo o enriquecimiento personal. Si se lleva al plano educativo se convierte en una acción indispensable en la formación del individuo dependiendo de la edad y el nivel donde se encuentre, pero si es fortalecido desde la niñez, el ser humano aprenderá a hacer uso adecuado de los mismos, sin que esto afecte sus actividades al llegar a la adultez.¹⁶

Este aspecto se ve reflejado también desde que el ser humano ingresa a la institución educativa, teniendo en cuenta que ésta no solo tiene la función de formar sino también tiene una función socializadora y es en ella donde los estudiantes mantienen relaciones con sus pares que les llevan a formarse como para aprender a vivir en armonía y en convivencia con los demás; Por ello, quizás una de sus mayores debilidades, presentes en toda sociedad consumista, es que la institución educativa se convierte única y exclusivamente en un ente donde solo se imparten conocimientos y desarrollo de capacidades e inquietudes intelectuales, y probablemente, una de las causas de que la escuela no cumpla adecuadamente su cometido es el que se haya renunciado a educar para el tiempo libre .¹⁶

Por lo tanto, no se puede cuestionar que los seres humanos desde la niñez al ingresar a la I.E hasta llegar a la universidad necesitan aprender las áreas académicas básicas como el Lenguaje, Matemáticas, Historia, y también técnicas intelectuales y hábitos de trabajo y estudio, pero eso no es suficiente para formar a un ser integral.¹⁷

Al respecto Goldstein, considera que la institución educativa en cualquiera de sus niveles tiene que ocuparse también por desarrollar habilidades sociales y

personales así como capacidades y actitudes que ayuden a favorecer en el educando la autonomía personal y posibilitar el desarrollo de inquietudes y aptitudes que los faculten para elaborar proyectos de vida donde actividad física y la recreación formen parte indispensable de los mismos; pero no visto como una pérdida de tiempo, sino que puedan entusiasmarse a descubrir nuevos mundos que den sentido a sus vidas, esa es la función humanizadora que tanto se requiere cumplir en la organización educativa en todos los niveles en la actualidad.¹⁷

Actualmente, en el estado Lara las horas que se dedican al área de recreación es prácticamente cero, por lo que es una urgencia orientar al personal docente sobre la buena utilización del tiempo libre, sus beneficios y como se debe planificar actividades durante ese tiempo. Es por ello mi inquietud como investigador en formar ese personal Docente que sea adiestrado en tiempo libre para que luego forme a los estudiantes en general sobre los tipos de actividades que se pueden realizar y los beneficios que estas aportan al mejoramiento de la calidad de vida. Sería interesante brindar oportunidades para hacer buen uso del tiempo libre, lo que se transformaría en más y mejor salud para los individuos y menos ociosidad para una sociedad que poco a poco se pierde en la delincuencia desenfrenada. Todo esto es posible a partir de la acción educativa, con docentes dispuestos a trabajar por una mejor sociedad.¹⁷

DIMENSIONES DE USO DEL TIEMPO LIBRE

ACTIVIDADES RECREATIVAS

Es la acción que desarrolla un ser vivo o una entidad puede recibir el nombre de actividad. Recreativo, por su parte, es un adjetivo que alude a aquello que ofrece recreación (entretenimiento, diversión o distracción). Las actividades recreativas, de este modo, son aquellas acciones que permiten que una persona se entretenga o se divierta. Se trata de actividades que un individuo no realiza por obligación, sino que las lleva a cabo porque le generan placer.¹⁹

Se considera que desde la perspectiva educativa las actividades recreativas constituyen el medio principal del proceso de educación del tiempo libre para el desarrollo de los conocimientos, habilidades, motivos, actitudes, comportamientos y valores en relación con el empleo positivo del tiempo libre.¹⁹

Para su implementación adecuada, por parte de profesores de recreación, recreadores y otro personal implicado, dependiendo del contexto, consideramos necesario el conocimiento de las características, tipología y beneficios de las actividades recreativas.¹⁹

CARACTERÍSTICAS DE LAS ACTIVIDADES RECREATIVAS

A continuación se muestran las características de la actividad recreativa:

- Es voluntaria, no es compulsada.
- Es de participación gozosa, de felicidad.
- No es utilitaria en el sentido de esperar una retribución o ventaja material.

- Es regeneradora de las energías gastadas en el trabajo o en el estudio, porque produce distensión y descanso integral.
- Es compensadora de las limitaciones y exigencias de la vida contemporánea al posibilitar la expresión creadora del ser humano a través de las artes, las ciencias, los deportes y la naturaleza.
- Es saludable porque procura el perfeccionamiento y desarrollo del hombre.
- Es un sistema de vida porque se constituye en la manera grata y positiva de utilizar el tiempo libre.
- Es un derecho humano que debe ser válido para todos los periodos de la vida y para todos los niveles sociales.
- Es parte del proceso educativo permanente por el que procura dar los medios para utilizar con sentido el tiempo libre.
- Es algo que puede ser espontáneo u organizado, individual o colectivo.

CARACTERÍSTICA DE LAS ACTIVIDADES RECREATIVAS

- Pasear y charlar con amigos
- Salir y estar con la familia
- Practicar algún deporte
- Jugar en internet
- Juegos electrónicos/virtuales
- Juegos de salón billar/fútbol
- Ver televisión
- Ir al cine
- Escuchar música
- Ir a fiestas y/o discoteca

ACTIVIDADES CULTURALES

Lo cultural hace referencia a la cultura, como creación humana, y conjunto de valores, creencias, objetos materiales, ideología, religión y costumbres en general, de una determinada sociedad. La identidad cultural supone estar imbuido de la cultura social a la que se pertenece, considerándose un miembro del sistema.¹⁶

Actividad cultural son todas las acciones que se desarrollan para crear, difundir o desarrollar la cultura. Por ejemplo, actividades en escuelas, clubes, centros religiosos, o artísticos.¹⁶

- Asistir a la iglesia
- Practicar danzas y música de su localidad.
- Teatro
- Visitar a museos y exposiciones
- Leer libros
- Dibujar, pintar, actuar y modelar.
- Asistir a la academia de idiomas o preparación preuniversitaria.¹⁶

FAMILIA

La OMS define familia como “Los miembros del hogar aparentados entre sí, hasta un grado determinado por sangre, adopción y matrimonio. El grado de parentesco utilizado para determinar los límites de la familia dependerá de los usos, a los que se destinen los datos y, por lo tanto, no puede definirse con precisión en escala mundial”. Según la OMS, podemos definir la familia

como “conjunto de personas que conviven bajo el mismo techo, organizadas en roles fijos (padre, madre hermanos, etc.) con vínculos consanguíneos o no, con un modo de existencia económico y social comunes, con sentimientos afectivos que los une y aglutinan.”²⁰

La familia es una estructura dinámica que evoluciona con la sociedad de la que forma parte y de la que constituye una fundamental referencia para entenderla. Los factores que determinan su composición, su tamaño y cómo se forman no son sólo demográficos sino que tienen que ver también con cuestiones económicas y sociales. A la conocida como “familia tradicional” se le han ido sumando nuevos modelos de relaciones internas y nuevas funciones. La pluralidad y heterogeneidad de formas familiares es la norma.²¹

TIPOS DE FAMILIAS

- Familia nuclear, padres e hijos (si los hay); también se conoce como «círculo familiar»;
- Familia extensa, además de la familia nuclear, incluye a los abuelos, tíos, primos y otros parientes, sean consanguíneos o afines;
- Familia monoparental, en la que el hijo o hijos vive(n) sólo con uno de los padres;
- Otros tipos de familias, aquellas conformadas únicamente por hermanos, por amigos (donde el sentido de la palabra "familia" no tiene que ver con un parentesco de consanguinidad, sino sobre todo con sentimientos como la convivencia, la solidaridad y otros), etcétera, quienes viven juntos en la mismo espacio por un tiempo considerable.²²

FUNCIONAMIENTO FAMILIAR Y LOS ADOLESCENTES

Conceptualización de funcionalidad familiar

La funcionalidad familiar es considerada como la capacidad para enfrentar cada una de las etapas del ciclo vital y las crisis por las que atraviesa. Una familia funcional es aquella capaz de cumplir con las tareas encomendadas, de acuerdo con el ciclo vital en que se encuentre y en relación con las demandas que percibe del medio ambiente externo. El funcionamiento en la familia es un factor determinante en la conservación de la salud o en la aparición de la enfermedad entre sus miembros. La adolescencia como tal es una crisis del ciclo vital de la familia está marcada por inestabilidad y desequilibrio, ya que el adolescente cuestiona y desafía el orden familiar ya establecido, resultando en conflictos intensos y aunados a la pobre habilidad de los padres para manejar esta etapa del desarrollo, puede generarse conflictos crónicos favoreciendo la presencia de síntomas y conductas de riesgo generar dificultades en el desarrollo en el adolescente y esto puede ocasionar enfermedades físicas o mentales. La disfunción familiar puede manifestarse por medio de síntomas en sus integrantes como depresión en el adulto, lección física en la esposa, síntomas somáticos en los adultos o niños, problemas de conducta o trastornos de simulación en los adolescentes y siempre que esto aparezca deben ser tomados como un indicador de disfunción familiar.²⁴

La OMS y la OPS definen familia como “La unidad básica de la organización social más accesible para llevar a la práctica las intervenciones preventivas de promoción y terapéuticas. La demografía cambiante ha producido cambios en los modelos en relaciones familiares. Estos cambios, unidos a la

pobreza generalizada y a los comportamientos de riesgos mayores y más amplios, están ejerciendo intensas presiones sobre la familia. La repercusión de la interacción entre los cambios en la familia y las estructuras de población y los patrones de enfermedades carecen de información adecuada”. La familia es un grupo primario de pertenencia de los individuos. En su concepción más conocida está constituida por la pareja y su descendencia. Sin embargo, el proceso histórico y social muestra diferentes estructuras familiares que hacen difícil una definición de ella. Ello indica que la familia está ligada a los procesos de transformación de la cultura contemporánea.²⁴

Estructura

Conjunto de personas que bajo los conceptos de distribución y orden integran al grupo familiar.

Funciones de la familia

Son las tareas que les corresponde realizar a los integrantes de la familia como un todo. Se reconocen las siguientes funciones:

- Socialización: promoción de las condiciones que favorezcan en los miembros de la familia el desarrollo biopsicosocial de su persona y que propicia la réplica de valores individuales y patrones conductuales propios de cada familia.
- Afecto: interacción de sentimientos y emociones en los miembros de la familia que propicia la cohesión del grupo familiar y el desarrollo psicológico personal.

- Cuidado: protección y asistencia incondicionales de manera diligente y respetuosa para afrontar las diversas necesidades (materiales, sociales, financieras y de salud) del grupo familiar.
- Estatus: participación y transmisión de las características sociales que le otorgan a la familia una determinada posición ante la sociedad.
- Reproducción: provisión de nuevos miembros a la sociedad.
- Desarrollo y ejercicio de la sexualidad.²¹

Funciones de la familia

El funcionamiento en la familia es un factor determinante en la conservación de la salud o en la aparición de la enfermedad. Con base en que la familia cumpla o deje de cumplir eficazmente sus funciones, se habla de familia funcional o disfuncional, ya que la funcionalidad familiar es la capacidad del sistema para enfrentar y superar cada una de las etapas del ciclo vital y las crisis por las que atraviesa. La familia acorde a sus posibilidades, debe satisfacer las necesidades básicas de sus miembros y es el medio fundamental para transmitir a las nuevas generaciones los valores culturales, morales, espirituales, costumbres y tradiciones propias de cada sociedad.²²

La función económica: garantiza, en sentido general, la satisfacción de las necesidades materiales, individuales y colectivas, matizadas por el sentido de pertenencia de cada uno de los integrantes de la familia ante las tareas del hogar, con particular énfasis en la distribución de las tareas a desempeñar por el niño y la niña con diagnóstico de RM. Estas actividades, cuando se realizan de manera consciente y voluntaria, propician un clima de satisfacción personal y colectiva que redundará en beneficio de la formación y

la transformación positiva de cada uno de sus miembros. El estímulo sistemático para el desempeño de las tareas favorece extraordinariamente en nivel de responsabilidad compartida, con la consiguiente satisfacción de sentirse útil y necesario.²²

La función biosocial (reproductora o biológica): asegurada o bien dirigida, propicia la estabilidad conyugal de la pareja y con ello establecimiento de patrones de conducta adecuados de fácil trasmisión a los hijos(as), a fin de sentar las bases para la seguridad emocional y la identificación de estos con la familia.²²

La satisfacción de las necesidades culturales, en sentido general, se manifiestan en la función espiritual y cultural, con la inclusión de todo lo relacionado con la educación de los hijos(as); es por ello que algunos autores la consideran **la función educativa.** En ella esta presenta el legado cultural generacional que, sin lugar a dudas, establece las bases educativas que comienzan desde el nacimiento y no finalizan hasta la muerte.²²

El funcionamiento familiar se explica por los distintos procesos del cambio que pueden facilitar y promover la adaptación de la familia a una situación determinada.²⁴

La familia no es un recipiente pasivo sino un sistema intrínsecamente activo. Así, todo tipo de tensión, sea originada por cambios que ocurren dentro de la familia (la independencia de un hijo, una muerte, etc.) o que proceden del exterior (mudanzas, pérdida del trabajo, etc.) repercute en el sistema y en el funcionamiento familiar. Frente a estos cambios se requiere un proceso de adaptación, es decir, una transformación constante de las interacciones y de

las reglas familiares capaces de mantener, por un lado, la continuidad de la familia y, por otro, permitir el crecimiento de sus miembros.²⁴

Este doble proceso de continuidad y crecimiento ocurre a través de un equilibrio dinámico entre dos funciones aparentemente contradictorias, tendencia homeostática y capacidad de transformación. En este proceso actúan circuitos retroactivos a través de un complejo mecanismo de retroalimentación (feedback) orientado hacia el mantenimiento de la homeostasis (retroalimentación negativa) o bien hacia el cambio (retroalimentación positiva). La flexibilidad es necesaria para garantizar el cambio y el desarrollo en una situación de crecimiento, envejecimiento y condiciones ambientales cambiantes, mientras que la estabilidad lo es para lograr un espacio familiar interno bien definido con reglas aceptadas que proporcionan a cada miembro de la familia un marco de orientación afectivo y cognitivo.²⁴

El funcionamiento familiar ha sido definido como aquel conjunto de atributos que caracterizan a la familia como sistema y que explican las regularidades encontradas en la forma cómo el sistema familiar opera, evalúa o se comporta (McCubbin y Thompson). Es frecuente que el funcionamiento familiar se analice a partir de tipologías familiares que permitan distinguir, con pocas dimensiones, sistemas familiares que funcionan de forma muy diferente tanto internamente como en relación al exterior.²⁴

En nuestros trabajos hemos constatado que cuando un sistema familiar que mantenga un gran énfasis en el sentimiento de vinculación emocional entre sus miembros (elevada vinculación) y a la vez una gran capacidad de cambio de sus roles y estructuras familiares en función de las demandas externas a la familia (elevada adaptabilidad) mostrará menos problemas de ajuste y adaptación durante el ciclo vital que una familia que mantenga

simultáneamente poca capacidad de cambio de sus estructuras (baja adaptabilidad) y una baja vinculación emocional entre sus miembros (baja vinculación). Este planteamiento diverge significativamente de los modelos clásicos en los que los niveles altos de cohesión y adaptabilidad son tan disfuncionales como los niveles bajos. Es decir que solo los niveles medios son funcionales.²⁴

LA IMPORTANCIA DE LA FAMILIA EN EL DESARROLLO HUMANO

Un factor importante y determinante en la formación y desarrollo del ser humano es precisamente la familia, siendo causales, los padres ya sea por desconocimiento de la evolución del niño, la incompreensión de las necesidades de su desarrollo, la desintegración familiar, familias incompletas, padres separados, etc. generando problemas en el menor a través de mecanismos diferentes, produciéndole conciencia de inferioridad social, timidez, inseguridad afectiva, etc. en la que sin duda las dificultades económicas de la familia obligan con frecuencia, al menor a trabajar, especialmente en las familias populares, ocasionándole estados de fatiga.²³

La familia es importante, porque constituye la forma más elemental y primitiva de comunidad o agrupación humana, entendida como la "Célula Social". En sentido estricto, la familia es el grupo social formado por padres e hijos y comprende las relaciones que se dan entre ellos. Su base es el amor como sentimiento que se eleva sobre la atracción mutua de carácter sexual, cimentando así sobre bases firmes la unión de los cónyuges. La formación y condiciones de desarrollo de la prole, depende de muchos factores, de la aplicación de métodos educativos adecuados y más importante aún resulta la organización de la propia familia, la estructura.²³

Esta unidad nuclear llamada "familia" es el ente transmisor de educación informal y de influencias directas sobre el niño, pudiendo ser esta formadora o deformadora. El niño forma su personalidad y sus valores en función a los modelos y normas de vida que recibe del núcleo familiar, concretamente de los padres de familia o de la persona mayor que cuida del niño.²³

EJEMPLO FAMILIAR

El impacto modélico de los padres es decisivo para el adolescente y no se puede pretender que los adolescentes dejen de hacer algo que ven en sus padres o hermanos mayores. Su conducta podría resumirse así:

- Padres comunicadores.
- Padres no consumidores de sustancias tóxicas.
- Tolerantes y dialogantes.
- Que dedican tiempo a sus hijos.
- Amantes de la paz y de la convivencia.
- Inductores del esfuerzo y del trabajo bien hecho.

Recordemos que si hay algo que hiera a los adolescentes es la "inconsistencia de los adultos", de la que habla el antropólogo y educador Salazar, entendiéndose por tal la discordancia entre lo que se predica y lo que se hace. Así, la adolescencia llega a los 10 – 18 años con una imagen personal y de su familia que es el fruto de la afectividad y de la comunicación que los padres le transmitieron a través de la inter-relación familiar, y que le condicionará para bien o para mal.²³

EL MODELO CIRCUMPLEJO DE OLSON

El desarrollo del instrumento de evaluación del sistema familiar tiene una historia de dos décadas. En 1978, Olson, Portner y Bell iniciaron el análisis del funcionamiento familiar con un conjunto de escalas construidas con un lenguaje asequible para niños a partir de los doce años de edad. En esta primera versión, se evaluaba la cohesión y la adaptabilidad familiar percibida por cada miembro a través de 96 ítems. A partir de 1981 (Olson, Portner y Bell), iniciaron un trabajo de reducción del número de ítems de la escala y simplificación de las frases en algunos ítems. De este modo, se redujo el instrumento a 30 ítems. Con la selección de 20 ítems de la escala original, los autores han informado haber encontrado una correlación entre cohesión y adaptabilidad muy baja. Este instrumento también evalúa la percepción ideal que los miembros de la familia mantienen con respecto a los niveles de cohesión y adaptabilidad.²⁶

A partir del modelo circunflejo los niveles centrales de cohesión (separada y conectada) son los más viables para el funcionamiento de la familia, considerándose problemáticas los niveles extremos de cohesión (desvinculada y enmarañada). Los niveles centrales de adaptabilidad (estructura y flexible) son más favorables para el funcionamiento del matrimonio y la familia. Los extremos en la adaptabilidad (rígida y caótica) son los más problemáticos. La mayoría de parejas que buscan tratamientos, se encuentran de uno de estos niveles de extremos.²⁶

Relacionando las variables de adaptabilidad y cohesión, Olson; Russell & Sprenkle plantearon que cuando hay un equilibrio fluido entre morfogénesis(cambio) y morfostásis (estabilidad), suele haber también un estilo de comunicación mutuamente asertivo, éxito en las negociaciones, un liderazgo más o menos igualatorio, circuito de retroalimentación positivos y

negativos, y roles y reglas compartidos, siendo aquellos más explícitos que implícitos. Por contraposición, los sistemas familiares más disfuncionales se sitúan en los extremos de esta dimensión. Este tipo de familias suelen tener más problemas a lo largo de su ciclo vital. Desde la perspectiva del Modelo Circumplejo establece que un sistema adaptivo y equilibrado requiere del balance entre los dos procesos antes mencionados: morfogénesis (cambio) y morfostásis (estabilidad).²⁶

DIMENSIONES DE LA FUNCIONALIDAD FAMILIAR (FACES II)

COHESION FAMILIAR

Es el vínculo emocional de la familia unos con otros, refiriéndose al grado en el cual los miembros de la familia están separados o unidos, esta dimensión valora: vínculos emocionales, límites familiares, coaliciones, tiempo, espacio, amigos, toma de decisiones, intereses y recreación. Para clasificar a la familia en: desligada, separada, balanceada y aglutinada (Olson, 1983). El modelo circumflejo fue desarrollado por David Olson profesor de la Universidad de Minnesota, realizó su tesis doctoral en el departamento de Desarrollo Humano y Relaciones Familiares de la Universidad de Pennsylvania en los años 60, con una orientación clínica. Este es uno de los modelos más importantes para el estudio del funcionamiento familiar y establece una tipología para clasificar y manejar los distintos perfiles a través de dos dimensiones: cohesión y adaptabilidad.²⁶

La combinación de estas dimensiones permite a los autores describir dieciséis tipos de sistemas de relación familiar. La cohesión se define como la proximidad, vínculo o lazo emocional que los miembros de la familia tienen entre sí. En este test se evalúan: vinculación emocional, independencia,

limites, coaliciones, tiempo, espacio, amigos, adopción de decisiones intereses y recreación.²⁶

Se puede distinguir cuatro niveles de cohesión que permiten diferenciar tipos de familias:

- Desligadas (cohesión muy baja). La cohesión desvinculada o desligada se refiere a familias donde prima el “yo”, esto es, hay ausencia de unión afectiva entre los miembros de la familia, ausencia de lealtad a la familia y alta independencia personal.
- Separadas (cohesión baja a moderada). Si bien prima el “yo” existe presencia de un “nosotros”, además se aprecia una moderada unión afectiva entre los miembros de la familia, cierta lealtad e interdependencia entre ellos, aunque con una cierta tendencia hacia la independencia.²⁷
- Unidas (cohesión moderada a alta). En la cohesión conectada o unida, prima el “nosotros” con presencia del “yo”. Son familias donde se observa una considerable unión afectiva, fidelidad e interdependencia entre los miembros de la familia, aunque con una tendencia hacia la dependencia.
- Aglutinadas (cohesión muy alta). En la cohesión enmarañada o enredada, prima el “nosotros”, apreciándose máxima unión afectiva entre los familiares, a la vez que existe una fuerte exigencia de fidelidad y lealtad hacia la familia, junto a un alto grado de dependencia respecto de las decisiones tomadas en común.²⁷

Dentro de los niveles centrales de cohesión, los extremos como las familias desligadas y enredadas son considerados como familias caóticas,

desbalanceadas o problemáticas, y los medios como las familias separadas o unidas son considerados como familias facilitadoras.²⁶

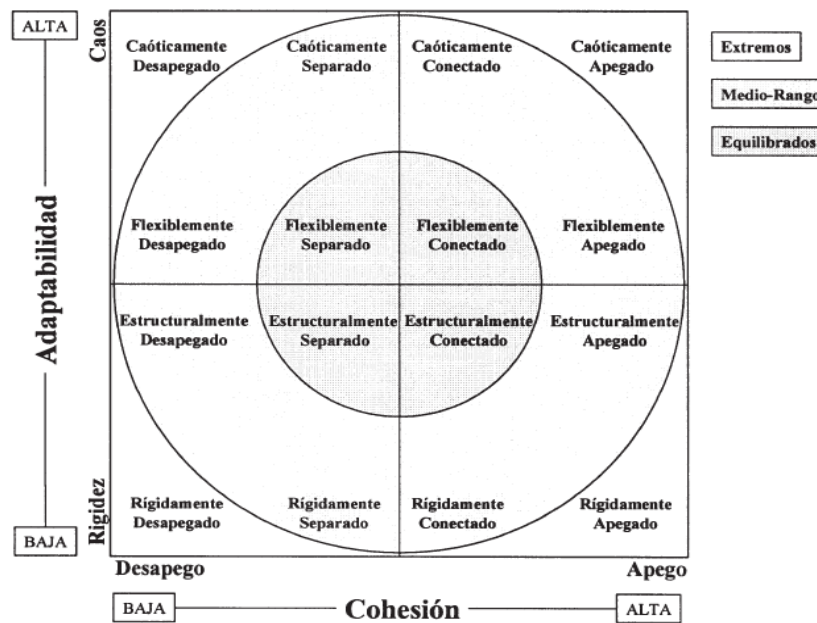
ADAPTABILIDAD FAMILIAR:

Son recursos que el sistema familiar tiene para ser flexible y capaz al cambio, representado por las habilidades para cambiar su estructura de autoridad, roles y normas ante el estrés situacional o de desarrollo. Esta dimensión valora asertividad, autoridad, disciplina, negociación roles y normas. Para clasificar a la familia en: Rígida, estructurada, flexible y caótica (Olson).²⁵

- La adaptabilidad caótica (adaptabilidad muy alta) se refiere a ausencia de liderazgo, cambios aleatorios de roles, disciplina irregular y cambios frecuentes.
- La adaptabilidad flexible (adaptabilidad moderada alta) está representada por un liderazgo y roles compartidos, disciplina democrática y cambios cuando son necesarios.
- La adaptabilidad estructurada (adaptabilidad baja a moderada) ha sido entendida como aquella en que el liderazgo y los roles en ocasiones son compartidos, donde existen cierto grado de disciplina democrática y los cambios ocurren cuando se solicitan.
- La adaptabilidad rígida (adaptabilidad muy baja) alude a un liderazgo autoritario, roles fijos, disciplina estricta y ausencia de cambios.²⁵

Nivel de funcionamiento familiar:

El modelo Circunflejo fue desarrollado por David Olson profesor de la universidad de Minnesota realizó su tesis doctoral en el departamento de Desarrollo Humano y Relaciones Familiares de la Universidad de Pennsylvania en los años 60, con una orientación clínica. Éste es uno de los modelos más importantes para el estudio de funcionamiento familiar y establece una tipología para clasificar y manejar los distintos perfiles a través de dos dimensiones: cohesión y adaptabilidad.²⁶



Callista Roy. "Modelo de la Adaptación"

Se refiere " a que los hombres son seres biopsicosociales que están en constante interacción con el entorno cambiante, que usa mecanismos innatos y adquiridos para afrontar los cambios y tienen formas adaptativas basadas en las necesidades fisiológicas del auto concepto (yo físico, yo

moral-ético, coherencia del yo. El yo ideal su expectativa y autoestima. Se trata de que cada vida humana tiene una función en un universo creador y la integración del ser humano con su entorno. El modelo de Roy destaca el rol y la interdependencia a través de dos mecanismos adaptativos, uno regulador y otro cognitivo; el individuo puede demostrar respuestas adaptativas o respuestas ineficaces que requieren del apoyo de enfermería. Considera que las personas tienen cuatro funciones, y relaciones de interdependencia.²⁹

El resultado final más modos o métodos de adaptación: Fisiológica, auto concepto, desempeño de conveniente es un estado en el cual las condiciones facilitan la consecución de las metas personales, incluyendo supervivencia, crecimiento, reproducción y dominio. La intervención de enfermería implica aumento, disminución o mantenimiento de los estímulos focales, contextuales, y residuales de manera que el paciente pueda enfrentarse a ellos. Roy subraya que en su intervención, la enfermera debe estar siempre consciente de la responsabilidad activa que tiene el paciente de participar en su propia atención cuando es capaz de hacerlo.²⁹

Este modelo proporciona un sistema de clasificación de los productores de tensión que suelen afectar la adaptación, así como un sistema para clasificar las valoraciones de enfermería. Roy define la salud como un proceso de ser y llegar a ser una persona integrada y total; también la considera como la meta de la conducta de una persona y la capacidad de la persona para ser un órgano adaptativo. El objetivo del modelo es facilitar la adaptación de la persona mediante el fortalecimiento de los mecanismos de afrontamiento y modos de adaptación.²⁹

II.c. HIPÓTESIS

II.c.1. HIPÓTESIS GLOBAL

El uso del tiempo libre es inadecuado y el funcionamiento familiar de los estudiantes del 4^{to} y 5^{to} en nivel secundario es extremo de la I.E 7075 Juan Pablo II Chorrillos abril 2016.

II.c.2. HIPÓTESIS DERIVADAS

- El uso del tiempo libre de los estudiantes del 4^{to} y 5^{to} en nivel secundario en actividades recreativas es inadecuado.
- El uso del tiempo libre de los estudiantes del 4^{to} y 5^{to} en nivel secundario en actividades culturales es adecuado.
- El funcionamiento familiar de los estudiantes del 4^{to} y 5^{to} en nivel secundario según cohesión, predominan las familias desligadas.
- El funcionamiento familiar de los estudiantes del 4^{to} y 5^{to} en nivel secundario según adaptabilidad, existe un mayor porcentaje de familias caóticas.

II.d. VARIABLES

En la investigación se identifica dos variables.

- Uso del tiempo libre.
- Funcionamiento familiar.

II.e. DEFINICIÓN OPERACIONAL DE TÉRMINOS

ADOLESCENTE: Persona varón o mujer comprendido entre la etapa de la niñez y la adultez (10 y 19) años, es el período de la vida en el cual el

individuo adquiere madurez reproductiva y transitan los patrones biológicos y psicológicos de la niñez a la adultez.

TIEMPO LIBRE: Es el tiempo libre de obligaciones que el estudiante emplea para el descanso, la recreación y el desarrollo integral (físico, intelectual, social, emocional y espiritual).

FUNCIONAMIENTO FAMILIAR: El conjunto de relaciones interpersonales que se generan en el interior de cada familia y que le confieren identidad propia.

CAPÍTULO III: METODOLOGÍA DE INVESTIGACIÓN

III.a TIPO DE ESTUDIO

El presente trabajo de investigación es de tipo cuantitativo porque las variables se expresan de forma numérica, la investigación es descriptiva y de corte trasversal porque estudia las variables en un determinado momento.

III.b. ÁREA DE ESTUDIO

El área de estudio donde se realizó es en la I.E 7075 Juan Pablo II donde actualmente se encuentra ubicado en el distrito de Chorrillos en el AA.HH de San Genaro. Con referencia a una cuadra del Mercado San José y la comisaría de San Genaro. El horario de la institución primaria y secundaria en el turno mañana es de 8:00 am a 12:50 pm y en el turno tarde es 1:10 pm a 6:00 pm.

La I.E cuenta con una infraestructura de material noble, con ambientes amplios y ventilados, lugares de recreación como dos canchas deportivas y pequeños jardines. La institución cuenta con dos niveles primario y secundario.

III.c. POBLACIÓN Y MUESTRA

El estudio se llevó a cabo con 60 estudiantes de nivel secundario turno tarde, 30 alumnos del 4^{to} y 30 alumnos del 5^{to} para la investigación, en la institución solo cuenta por cada grado una aula.

- CRITERIO DE INCLUSIÓN

- Estudiantes en nivel secundario aceptaron en participar voluntariamente.
- Estudiantes entre 14 – 17 años.
- Estudiantes cuyos padres consintieron en la participación de sus hijos.

- CRITERIO DE EXCLUSIÓN

- Estudiantes en nivel secundario que no aceptaron en participar voluntariamente.
- Estudiantes de 1^{ero}, 2^{do} y 3^{ro} de secundaria.
- Estudiantes cuyos padres no consintieron en la participación de sus hijos.

III.d. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS

Para la recolección de datos en la presente investigación se utilizó la técnica de encuesta y como instrumento un cuestionario de actividades de tiempo libre, el autor(a) es Ponce de León, en la cual se ha añadido un ítems más con el objetivo de medir la variable uso del tiempo libre en los estudiantes del 4^{to} y 5^{to} de secundaria y para medir la variable funcionamiento familiar es un instrumento validado (FACES-II-20esp) el autor Dr David H. Olson.

Para la validez de este estudio se sometió al juicio de expertos, para la validez de este estudio fueron seis profesionales especialistas en la investigación, la confiabilidad de instrumentos-estudio piloto, prueba alfa de Cronbach. **ANEXO 3 Y 4.**

III.e. DISEÑO DE RECOLECCIÓN DE DATOS

Se llevó cabo a través de una carta de la Escuela Profesional de Enfermería, coordinando con el director de la I.E Juan Pablo II 7075, previo consentimiento informado de los padres y asentamiento informado del alumno, se realizó la encuesta a los estudiantes considerando un tiempo de encuesta de 15 minutos para la aplicación del instrumento, terminada la encuesta se les agradeció por su participación.

Los datos se manejaron mediante la presencia en todo momento de la investigadora, la recolección de los datos se llevó a cabo en un día, en coordinación con el tutor y el auxiliar se realizó la encuesta.

Se consideró los principios éticos de beneficencia donde se garantizó a los estudiantes adolescentes ningún daño alguno, no maleficencia la investigación se realizó en estricta confidencialidad, justicia cada participante recibió un trato justo y autonomía ya que el estudiante es libre de elegir su participación en el estudio o así como retirarse.

III.f. PROCESAMIENTO Y ANÁLISIS DATOS

Una vez concluida el procesamiento se procedió a codificar las respuestas; para luego elaborar una matriz de datos con la ayuda del programa Microsoft Excel a cada alternativa de una respuesta se le dio un determinado puntaje de la primera variable de 1 a 2 y la segunda variable de 1 a 5 que permite presentar y agrupar los resultados en tablas y gráficos para su posterior análisis teniendo en cuenta los objetivos, el marco teórico y las hipótesis habiéndose dado valor final a las variables de estudio considerando para la primer variable causa como valor final adecuado y inadecuado para la cual se categorizo a dicha variable dicotomía, tomando en cuenta las puntuaciones entre dos, considerando los puntajes de mayor adecuado y los de menor puntaje para inadecuado. Para la segunda variable se da valor final mediante la escala de Likert.

CAPÍTULO IV: ANÁLISIS DE RESULTADOS

IV.a. RESULTADOS

TABLA 1

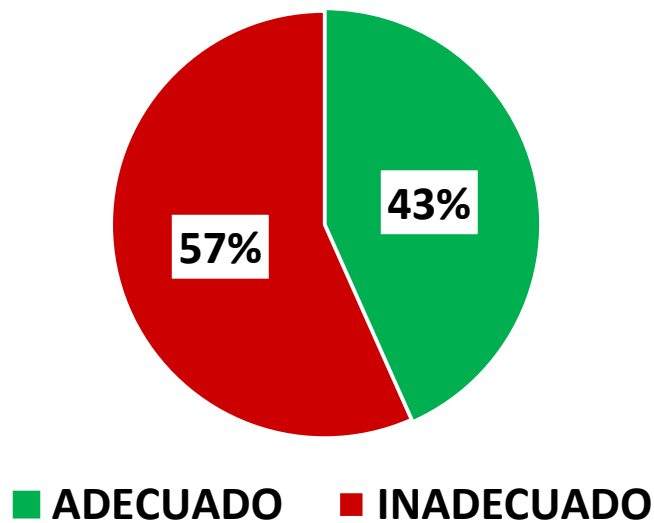
DATOS GENERALES DE LOS ESTUDIANTES DEL 4^{TO} Y 5^{TO} DE SECUNDARIA DE LA I.E 7075 JUAN PABLO II CHORRILLOS
ABRIL 2016

| DATOS GENERALES | CATEGORÍA | FRECUENCIA | PORCENTAJE |
|-----------------|-----------------|------------|------------|
| EDAD | 14-15 | 24 | 40% |
| | 16-17 | 36 | 60% |
| | TOTAL | 60 | 100% |
| GÉNERO | FEMENINO | 36 | 60% |
| | MASCULINO | 24 | 40% |
| | TOTAL | 60 | 100% |

La edad que predomina es de 16 a 17 años 60% (36) y en relación al género el 60% (36) es de sexo femenino.

GRÁFICO 1

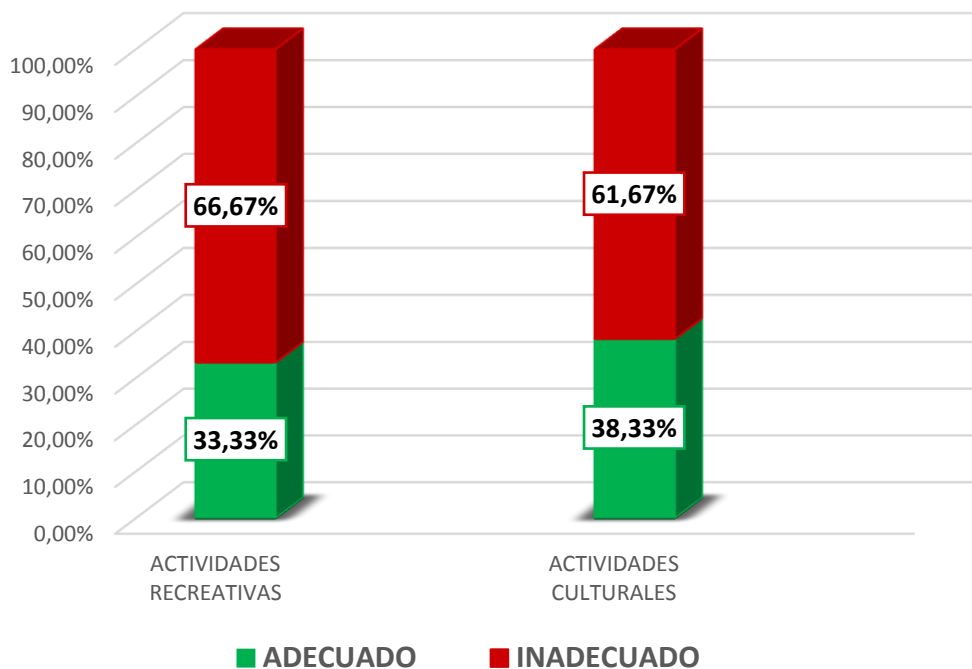
USO DEL TIEMPO LIBRE DE LOS ESTUDIANTES DEL 4^{TO} Y 5^{TO} DE SECUNDARIA I.E 7075 JUAN PABLO II CHORRILLOS ABRIL 2016



El 57%(34) de los estudiantes del 4^{to} y 5^{to} secundaria usan el tiempo libre de forma inadecuado, mientras que el 43%(26) lo usan adecuadamente.

GRÁFICO 2

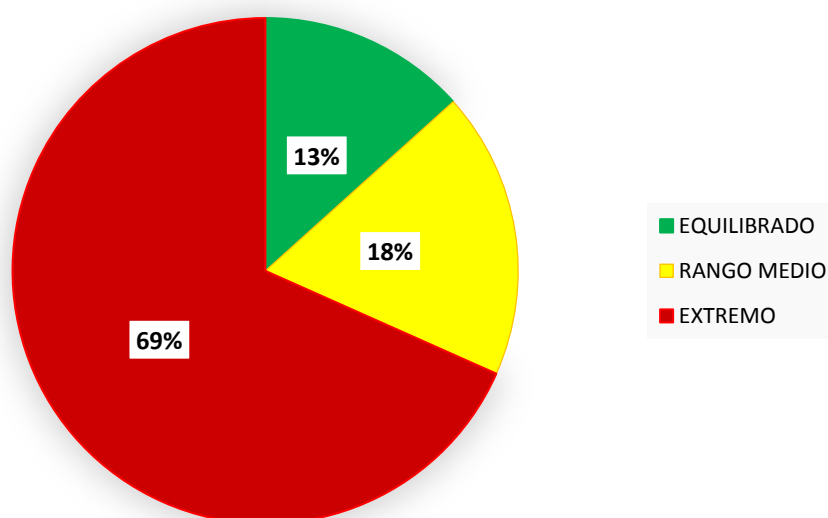
USO DEL TIEMPO LIBRE DE LOS ESTUDIANTES DEL 4^{TO} Y 5^{TO} DE SECUNDARIA SEGÚN DIMENSIONES I.E 7075 JUAN PABLO II CHORRILLOS ABRIL 2016



El uso del tiempo libre de los estudiantes del 4^{to} y 5^{to} de secundaria son inadecuadas 66.67%(40) en la dimensión actividades recreativas.

GRÁFICO 3

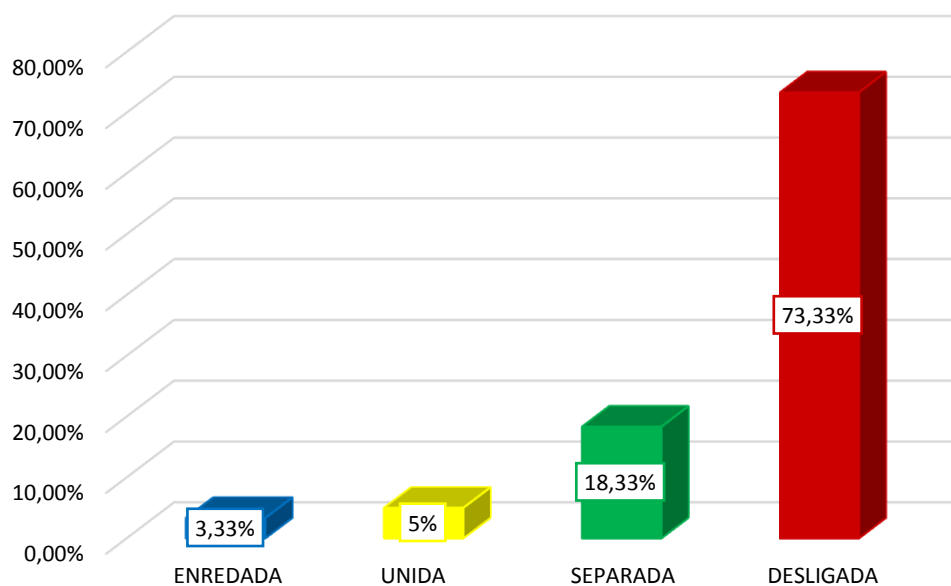
**FUNCIONAMIENTO FAMILIAR DE LOS ESTUDIANTES DE 4^{TO} Y 5^{TO}
SECUNDARIA I.E 7075 JUAN PABLO II CHORRILLOS
ABRIL 2016**



De acuerdo a los resultados la familia de los estudiantes de secundaria tienen un 69%(41) de funcionamiento familiar extremo, el 18%(11) un funcionamiento familiar de rango medio y el 13% (8) un funcionamiento familiar equilibrado.

GRÁFICO 4

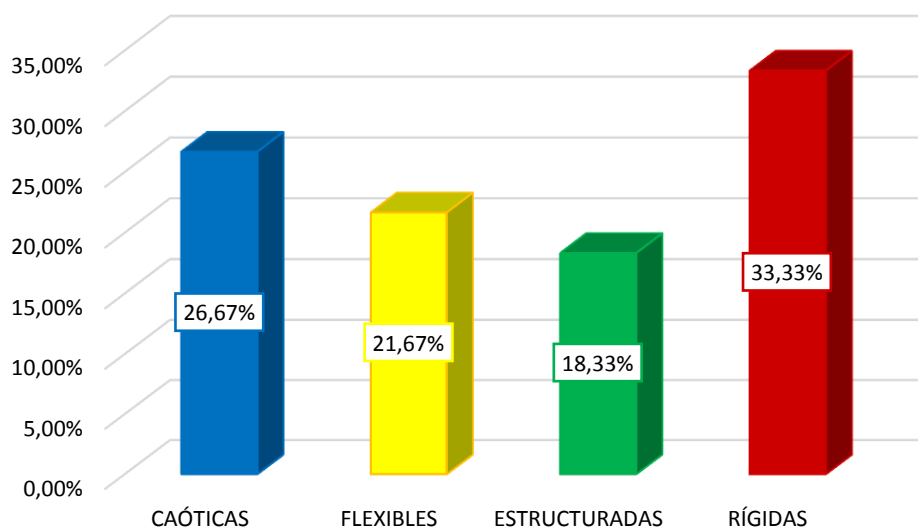
FUNCIONAMIENTO FAMILIAR DE LOS ESTUDIANTES DE SECUNDARIA SEGÚN DIMENSIÓN COHESIÓN I.E 7075 JUAN PABLO II CHORRILLOS ABRIL 2016



De acuerdo a los resultados del funcionamiento familiar con respecto a la dimensión cohesión se encontró que un 73,33% (44) de adolescentes tienen familias desligadas.

GRÁFICO 5

FUNCIONAMIENTO FAMILIAR DE LOS ESTUDIANTES SEGÚN DIMENSIÓN ADAPTABILIDAD I.E 7075 JUAN PABLO II CHORRILLOS ABRIL 2016



Según los resultados del funcionamiento familiar con respecto a la dimensión adaptabilidad se encontró 33,33% (20) tienen familias rígidas.

IV.b. DISCUSIÓN

En cuanto a los datos generales, los resultados presentados de los estudiantes de 4^{TO} y 5^{TO} de secundaria indican que las edades de mayor predominio oscilan entre 16 a 17 años 60% (36). La OMS considera que es el período de la vida en el cual el individuo adquiere madurez reproductiva y transitan los patrones biológicos y psicológicos de la niñez a la adultez. En una declaración conjunta, realizada en 1998 por la OMS, UNICEF y FNUAP, se declaró que el término “adolescencia” se refiere a la población cuyas edades comprenden entre los 10 a 19 años, criterios tomados en cuenta por el MINSA con la finalidad de unificar estándares internacionales y además realizar evaluaciones objetivamente verificables.¹

Dado el abismo de experiencia que separa a los adolescentes más jóvenes de los mayores, resulta útil contemplar esta segunda década de la vida como dos partes: la adolescencia temprana (de los 10 a los 14 años) y la adolescencia tardía (de los 15 a los 19 años).⁷ Así mismo, en la capital hay un total de 993 mil 380 adolescentes de 12 a 17 años (el 10% de los limeños), la mayoría en los distritos de Lima Sur, Lima Este y Lima Norte. San Bartolo es el distrito con mayor porcentaje de adolescentes y Miraflores el distrito con la menor proporción.¹⁵ Estos hallazgos se asemejan a los encontrados por Salas V. la edad promedio de los alumnos encuestados es de 16 años; así como también el 59,5% tiene dicha edad, esto quiere decir que la mayoría de los jóvenes del 5^o grado de secundaria del cono sur de Lima tienen 16 años. La mayoría de los sujetos encuestados son de género femenino, es decir el 55,2%.¹⁴ Comparando todos estos hallazgos se puede observar que en Lima el mayor predominio es de sexo femenino. El profesional de enfermería tiene que ir acorde a la problemática adolescente, para poder prevenir riesgos propios de la edad del adolescente además cumplir con su rol en la promoción y prevención de la salud, esto puede

darse con la presencia de profesionales de enfermería en las instituciones educativas, para elaborar estrategias.

En los encuestados se observa el 57%(34) de los estudiantes del 4^{to} y 5^{to} secundaria usan el tiempo libre de forma inadecuada. De acuerdo al diccionario básico del deporte y la educación física manifiesta que el Tiempo Libre es “Una expresión que denota aquel período de tiempo en el cual un ser humano se siente liberado de sus actividades cotidianas, que le permite actuar bajo su propia voluntad e impulsos, según sus deseos e inclinaciones.

Según Cordero M, Cevallos I. el 72% de los docentes controlan adecuadamente el tiempo libre de sus niños, mientras que el 14% a veces y nunca, por motivo de desconocimiento sobre el uso adecuado del tiempo libre que debe escolares consiguiendo niños creativos y capaces de mejorar su aprendizaje con la debida ayuda y guía del maestro. Por lo que también los padres de familia por ser de escasos recursos económicos salen en busca de trabajo dejando a sus hijos solos sin control alguno sobre el uso del tiempo libre descuidando su aprendizaje y sus responsabilidades.¹¹

Los beneficios en la salud con la práctica de actividad física realizada en el tiempo libre, ayuda al mantenimiento del peso ideal, al canalizar en forma positiva la agresividad, de igual manera fomenta el trabajo en equipo y el equilibrio de las funciones corporales tanto físicas como mentales, la salud según la OMS es un estado de bienestar y equilibrio físico, psíquico y social, y no la ausencia de enfermedad.¹⁴ Observando los resultados estadísticos que el uso del tiempo libre es inadecuado por los adolescentes, por ello la enfermera tiene que Tratar de promover estilos de vida saludables en la práctica de actividades físicas en el tiempo libre a partir de un concepto de salud meramente biológico, supone promover una visión en la calidad de la

salud basada en la realización de actividades. De esta manera existe la posibilidad de desarrollar en el alumno actitudes y valores orientados positivamente hacia conductas saludables.

El uso del tiempo libre de los estudiantes del 4^{to} y 5^{to} de secundaria son inadecuadas 66,67%(40) en la dimensión actividades recreativas y con respecto a las actividades culturales el 61,67%(37) hacen un uso inadecuado. En este hallazgo de Puente M, Sandoval M, Medina R, Estrada C. el 59,9% de los alumnos dedica mayor tiempo a utilizar su tiempo libre en actividades donde se involucra el factor tecnología, en este caso oír música, ver televisión el 78,4%. Así mismo se analiza que existe una tendencia hacia el factor social como parte de su tiempo libre, existe mayor tendencia hacia la convivencia con amigos 67,9%. Estas actividades marcan una tendencia hacia factores tecnológicos y sociales. Los medios de comunicación tradicionales y modernos, son un elemento central en la construcción de las culturas adolescentes, con importantes variaciones de consumo en los diferentes contextos de todas las regiones del mundo. Esto debido a que los adolescentes hacen un consumo intensivo de estos medio y extensivo a la variedad de ellos.¹⁴

Estos hallazgos se asemejan a los encontrados por Salas V. el uso de internet en el mundo representa una cifra importante, llegando a estimarse en un 32,7% de penetración mundial (Islas); mientras que en el Perú, el 71,2% de los jóvenes de 15 a 19 años de edad usan internet INEI; cómo podemos apreciar son cifras ilustrativas que nos indican una marcada tendencia al uso de internet, sobre todo en las generaciones más jóvenes. En la presente investigación, jugar en internet y realizar juegos electrónicos ha sido considerado como actividades de mayor preferencia y las de mayor

gusto entre los estudiantes de 5º de secundaria 65,8% en el caso de jugar en internet y 50% de alumnos encuestados realiza juegos electrónicos o virtuales y además le gusta hacerlo, frente a un 23,3% que no lo hace y no le gusta, una gran mayoría que asciende al 90,2% le gusta ver televisión y, de otro lado el 5,5% ve televisión pero no le gusta, Hay un 38,5% de estudiantes de 5º año que le gusta ir al pub, bar y discoteca, mientras que un 27,9% no le gusta, seguido de un 22,4% que no lo hace pero le gustaría. Similar a este hallazgo, obtuvo Sabaris, Muñoz y Olmos.¹⁶

Como vivimos en una época donde las tecnologías forman cada vez más parte de la vida de los niños, jóvenes y adultos. Entonces, cabe hacer una revisión acerca de los efectos que trae consigo las actividades que son más preferidas por la mayoría de las personas especialmente jóvenes (la televisión y el internet). En este sentido, la psicóloga López, hizo referencia en el programa televisivo en conexión, de la existencia de una serie de adicciones a las nuevas tecnologías: al móvil, al internet (redes sociales, cibersexo, juegos on line, compras on line, chat) a la televisión etc.¹⁵

Por eso debe ser una constante preocupación de las organizaciones y centros recreativos el dirigir los planes de distracción y empleo positivo del tiempo libre en estas edades, estas, que agrupa un gran número de adolescentes y es necesario atenderlo organizándoles actividades variadas y sanas, hay que partir desde la base, por lo que desde los centros de enseñanzas se debe romper con el método tradicional de enseñanza, estableciendo otros más motivantes, en los que el individuo participe con una actitud positiva y libre, y que comprenda el papel tan importante que dicho tiempo debe tener para su desarrollo personal. Hay que concientizar a los adolescentes de la importancia que el tiempo libre tiene y hacer un buen uso

de él, nos ayudará a formarnos como personas, a la vez que nos alejará de muchos de los males que aquejan a la sociedad. Observando dichas connotaciones positivas y de prevención que el tiempo libre puede provocar en la sociedad, se hace necesario que desde las instituciones se pongan en marcha programas serios que satisfagan dichas necesidades sociales, las cuales nos ayudarán en definitiva a mejorar la calidad de vida de los comunitarios y sobre todo de esta edad.

De acuerdo a los resultados la familia de los estudiantes de secundaria tienen un 69%(41) de funcionamiento familiar extremo, un 18%(11) tienen un funcionamiento de rango medio y un 13%(8) tienen un funcionamiento equilibrado. Los hallagos pueden asemejarse con Valdivia M, solo existe el 1% de funcionalidad equilibrada, correspondiendo, el 55% de las familias a una funcionalidad de rango medio y al 44% a una funcionalidad extrema. La funcionalidad familiar es considerada como la capacidad para enfrentar cada una de las etapas del ciclo vital y las crisis por las que atraviesa. Una familia funcional es aquella capaz de cumplir con las tareas encomendadas, de acuerdo con el ciclo vital en que se encuentre y en relación con las demandas que percibe del medio ambiente externo. El funcionamiento en la familia es un factor determinante en la conservación de la salud o en la aparición de la enfermedad entre sus miembros.³⁰

En la familia es necesario que los padres ejerzan un liderazgo y roles compartidos, que practiquen una disciplina democrática y cambios que sean necesario, es indispensable ejercer el equilibrio familiar y que la convivencia sea ejerciendo tolerancia y la comunicación entre sus miembros. La cohesión y la adaptación familiar permitirán que familias de los adolescentes se expresen con libertad y puedan tomar decisiones en conjunto y con el apoyo de cada uno, pero otros estudios indican que cuanto más grave es el problema familiar, más rígida es la resistencia al cambio. En aquellas familias

en las que se aprecia algún tipo de disfunción, los procesos de autorregulación pueden incorporar conductas mal adaptadas. En estas situaciones, la necesidad de mantener comportamientos establecidos incrementa la rigidez familiar y dificulta las posibilidades de cambio. Por ello como enfermeras debemos fomentar la prestación y aplicación de políticas sociales y de salud que sean favorables a la familia, atrae una atención hacia la importancia de la familia y la función que les corresponde a sus miembros en la preservación de su salud, individual y como unidad.

De acuerdo a los resultados del funcionamiento familiar con respecto a la dimensión cohesión se encontró que un 73,33% (44) de adolescentes tienen familias desligadas, el 18,33% (11) tienen familias separadas, el 5% (3) tienen familias unidas y el 3,33% (2) tienen familias enredadas. Los hallagos pueden asemejarse con Valdivia M. el 56% son familias desligadas, 22% familias separadas, el 19% familias unidas y 3% son familias aglutinadas. La cohesión evalúa el grado por el cual los miembros están conectados o separados del resto de la familia.³⁰ Según Luna A. se ha encontrado que el conflicto familiar puede tener un efecto negativo sobre el desarrollo de la autonomía del adolescente, sobre el rendimiento académico o incidir en el desarrollo de comportamiento antisocial y violento. Así pues, en la literatura sobre conflicto familiar en la adolescencia, podemos constatar que actualmente persisten dos tipos de resultados: por una parte, se tiende a destacar los aspectos positivos de las interacciones entre padres e hijos, mostrando una imagen más bien optimista de sus relaciones y funciones positivas del conflicto paterno-filial. Por otro lado, sin embargo, otra serie de estudios muestra los efectos negativos que el conflicto familiar puede tener sobre el bienestar del adolescente y sobre la propia dinámica familiar, sin ignorar la incidencia que dichos efectos puedan tener, finalmente, sobre los problemas de salud pública y la generación de violencia social. En ese

marco, algunos autores han señalado que el efecto positivo o negativo que puedan tener los conflictos sobre las relaciones paterno-filiales y el bienestar del adolescente depende, en realidad, de una serie de factores moduladores. En efecto, según Musitu el conflicto será funcional dependiendo del contexto en que se manifieste: si dicho contexto es cohesivo, la aparición de cierto grado de conflicto puede proporcionar beneficios personales y una mejora de las relaciones; en cambio, cuando el conflicto es hostil y escala en intensidad, los hijos se sienten abandonados y evitan las interacciones con los padres. En México, Pérez y Aguilar encontraron que los adolescentes reportan conflictos frecuentes e intensos cuando sus padres son autoritarios o violentos al comunicarse, y existe inflexibilidad familiar.²⁸

Ortiz menciona al respecto que “la familia es la primera fuente donde se aprende a manejar los afectos, cualquiera que sea su tipo y esta experiencia marca profundamente el desarrollo de los niños, así como su manera de establecer las relaciones con personas fuera del círculo familiar”; lo que estamos comunicando a los integrantes de nuestras familias, pues ellos son el fiel reflejo de lo que transmitimos consciente o inconscientemente en materia de emociones.²⁷ La cohesión serían los siguientes: los lazos familiares, la implicación familiar, las coaliciones padres-hijos, las fronteras internas y externas. En este estudio se observa que el mayor predominio tiene las familias desligadas esto quiere decir que en esta población no hay un buen funcionamiento familiar, cada uno se encuentra en su propio mundo interior. Por ello el personal de enfermería debemos dar charlas educativas a los padres e hijos para enseñales cual importante es un buen funcionamiento familiar y los adolescentes puedan crecer, ser buenas personas y contribuir para la sociedad.

Según los resultados del funcionamiento familiar con respecto a la dimensión adaptabilidad se encontró 33,33% (20) tienen familias rígidas, el 26,67% (16) tienen familias caóticas, el 21,67% (13) tienen familias flexibles y el 18,33% (11) tienen familias estructuradas. Los hallagos pueden asemejarse con Valdivia M. en cuanto a la adaptabilidad se encuentra un predominio a las familias caóticas 78%, seguido con un 10% familias flexibles, con un 7% familias rígidas y con un 5% familias estructuradas.³⁰ La adolescencia como tal es una crisis del ciclo vital de la familia está marcada por inestabilidad y desequilibrio, ya que el adolescente cuestiona y desafía el orden familiar ya establecido, resultando en conflictos intensos y aunados a la pobre habilidad de los padres para manejar esta etapa del desarrollo, puede generarse conflictos crónicos favoreciendo la presencia de síntomas y conductas de riesgo generar dificultades en el desarrollo en el adolescente y esto puede ocasionar enfermedades físicas o mentales.²⁴ Para Hernández la familia es “un sistema de normas que tienen el carácter de reglas de comportamientos para sus miembros”, organizando dichas normas sociales en patrones peculiares para cada institución, de acuerdo al área de la vida a la cual se ocupe de un buen mantenimiento de un orden grupal y las relaciones con el resto del sistema social.

Sin embargo, al decir de Minuchin la familia por ser una unidad social estaría sujeta a diversos cambios comportamentales, lo que la diferenciaría de otras familias, por los distintos rasgos culturales que sostienen a la sociedad a nivel mundial, a pesar de esto menciona que la familia contiene por sí raíces universales que le darían su característica particular de familia. La maleabilidad de adaptación de la familia le ha permitido enfrentar los diversos desafíos y cambios externos e internos, a la vez, mantener su continuidad, apoyando y estimulando a sus integrantes mientras se adapta a la sociedad en transición, como ya lo proponía Engels.²⁶ Se puede observar

en el estudio que mayor predominio tienen la familia rígida, tanto las familias como los adolescentes están en constante cambios en la cual tiene que adaptarse.

La teorista Callista Roy destaca el rol de la enfermera en la cual debe promocionar y prevenir la salud física y mental, involucrando a la familia, a que tengan una buena relación padres e hijos adolescentes ya que están en una etapa de constantes cambios en la cual deben adaptarse a los cambios que pueden ser beneficiosos para la familia, desarrollando, fortaleciendo habilidades y capacidades que los conduzcan a practicar estilos de vida saludables.

CAPÍTULO V: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

V.a. CONCLUSIONES

- El uso del tiempo libre es inadecuado y el funcionamiento familiar de los estudiantes del 4to y 5to en nivel secundario es extremo en la I.E 7075 Juan Pablo II chorrillos, por lo tanto, se acepta la hipótesis planteada.
- El uso del tiempo libre de los estudiantes el 4^{to} y 5^{to} en nivel secundario en las actividades recreativas es inadecuado, por lo tanto se acepta la hipótesis planteada.
- El uso del tiempo libre de los estudiantes el 4^{to} y 5^{to} en nivel secundario en las actividades culturales es inadecuado, por lo cual se rechaza la hipótesis planteada.
- El funcionamiento familiar de los estudiantes en nivel secundario según cohesión predominan las familias desligadas, por lo tanto, se acepta la hipótesis planteada.
- El funcionamiento familiar de los estudiantes en nivel secundario según la adaptabilidad existe un mayor porcentaje de familias rígidas, por lo cual, se rechaza la hipótesis planteada.

V.b. RECOMENDACIONES

- El personal de enfermería del Centro de Salud San Genaro en coordinación con las autoridades de la I.E Juan Pablo II se debe promover sesiones educativas (cambios en la etapa de la adolescencia, tiempo libre, una buena relación de padres e hijos) y realizar talleres para incentivar a los estudiantes adolescentes a que tengan un buen estilo de vida.
- Las autoridades de la I.E coordinando con el personal de salud debe a ver una atención personalizada desde la perspectiva de la salud integral, favoreciendo el dialogo con los adolescentes y padres de familia.
- El personal de enfermería del Centro de Salud San Genaro conjuntamente con la I.E Juan Pablo II 7075 brindar apoyo en la “Escuelas de Padres” para que los orienten, eduquen y tengan una relación más adaptable entre padres e hijos.
- El personal de enfermería del Centro de Salud San Genaro de conferencias pedagógicas a los docentes de la I.E para que también puedan orientar a los adolescentes y a las familias.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. UNICEF. Informe Mundial de la Infancia [en línea] Ginebra: 2011 [fecha de acceso 15 de junio 2015] URL Disponible:
<http://www.unicef.org/ecuadorSOWC2011MainReportSP02092011.pdf>
2. OMS. Salud de la Madre, el recién nacido, del niño y adolescente [en línea] [fecha de acceso 26 de mayo] URL Disponible:
http://www.who.int/maternal_child_adolescent/topics/adolescence/mental_health/es/
3. MINSA. Salud de las y los adolescentes peruanos [en línea] [fecha de acceso 15 de junio 2015] URL Disponible:
http://www.minsa.gob.pe/portada/ciudadanos/boletin_adolescentes/bolletin01-2010.pdf
4. Universidad de Piura. ¿Qué actividades realizan los adolescentes en su tiempo libre? [en línea] Perú: 2011 [fecha de acceso 14 de junio 2015] URL Disponible:
<http://noticias.universia.edu.pe/vidauniversitaria/noticia/2011/02711/790344/que-actividades-realizan-adolescentes-tiempo-libre.html>
5. RPP Noticias. Piden padres tener mayor control de hijos cuando usen videojuegos [en línea] Perú:2014 [fecha acceso 20 de abril 2017] URL Disponible:
<http://rpp.pe/lima/actualidad/piden-a-padres-tener-mayor-control-de-hijos-cuando-usen-viedojuegos-noticia-661200>
6. UNICEF. La adolescencia [en línea] México: 2006 [fecha de acceso 14 de junio 2015] URL Disponible:
http://www.unicef.org/lac/indice_adolescencia_mexico2006.pdf
7. UNICEF. Una etapa fundamental: Adolescencia [en línea] Nueva York: 2001 [fecha de acceso 14 de junio 2015] URL Disponible:
http://www.unicef.org/ecuador/pub_adolescence_sp.pdf

8. Maldonado R. Adolescencia parte 1: introducción [en línea] La paz: 1993 [fecha de acceso 20 de abril 2016] URL Disponible: <http://www.ops.org.bo/textocompleto/rnsbp93320106.pdf>
9. Dito E, Prieto L, Yuste V. El ocio y tiempo libre como claves integradoras en el deficiente mental. Revista interuniversitaria de Formación de Profesorado de la Universidad de Zaragoza año/vol. 155, número 002, pp.181 – 194. Recuperado el 29 de marzo del 2012 URL Disponible: <http://redalyc.uaemex.mx/pdf/274/27418211.pdf>
10. UNESCO. Declaración de los Derechos Humanos [en línea] Santiago: 2008 [fecha de acceso 08 de enero 2015] URL Disponible: <http://unesdoc.unesco.org/images/0017/001790/179018m.pdf>
11. Cordero G. El uso del tiempo libre y su incidencia en el aprendizaje de los niños del cuarto año de educación básica de la escuela “Juan Bautista Vázquez” del Cantón Sigsig [en línea] Azuay: 2012 [fecha de acceso 04 de abril 2014] URL Disponible: http://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/2990/1/tebs_2012_4_86.pdf
12. UNICEF. El derecho al tiempo libre en la infancia y adolescencia [en línea] Chile:2016 [fecha de acceso 26 de enero 2017] URL Disponible: [https://www.unicef.org/lac/2016909UNICEF_CEPAL_Desafios19_es\(1\).pdf](https://www.unicef.org/lac/2016909UNICEF_CEPAL_Desafios19_es(1).pdf)
13. Llaberas N. Análisis del Uso del Tiempo Libre de los estudiantes en el horario escolar y su impacto. Universidad metropolitana Recinto Bayomon [en línea] 2008 [fecha de acceso 04 de abril 2014] URL Disponible: http://www.suagm.edu/umet/biblioteca/UMTESIS/Tesis_Educacion/En_s_Educ_Fisica/NLlaberasGonzalez04082009.pdf

14. Puente M, Sandoval M, Medina R, Estrada C. Universidad Nacional de La Plata [en línea] 210 [fecha de acceso 04 de abril 2014] URL Disponible:
<http://www.argenmex.fahce.unlp.edu.ar/pdf/EFArgenmex%20posicion%2012%20Puente.pdf>
15. Sabaris G. Investigación sobre adolescentes, tiempo libre y deportes en las zonas del Cerro y la Teja. Recuperado el 6 de mayo de 2012 de <http://www.plazadedeportes.com/hnnoticia.cgi>
16. Salas V. Tiempo libre y rendimiento académico en alumnos de secundaria del cono sur de lima. [en línea] Lima: 2013 [fecha de acceso 20 de noviembre 2015] URL Disponible:
<http://cybertesis.unmsm.edu.pe/handle/cybertesis/3499>
17. García J, Pérez R. Tiempo libre en adolescentes escolarizados de dos clases sociales de Costa Rica. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, vol. 8, nº1, pp. 439 – 454. Recuperado el 29 de marzo del 2012 de <http://www.redalyc.org/redalyc/pdf/773/77315079021.pdf>
18. Hermoso Y, García V, Chinchilla J. Estudio de la ocupación del tiempo libre de los escolares. [en línea] Lima: 2010 [fecha de acceso 20 de abril 2016] URL Disponible:
<http://www.redalyc.org/pdf/3457/345732284002.pdf>
19. Mateo J. Las actividades recreativas: sus características, clasificación y beneficios [en línea] Buenos aires: 2014 [fecha de acceso 19 de enero 2016] URL Disponible:
<http://www.efdeportes.com/efd196/las-actividades-recreativas-clasificacion.htm>
20. Revista médica electrónica portales médicos. [en línea] [fecha de acceso 20 de abril 2016] URL Disponible:
<http://www.revista-portalesmedicos.com/revistamedica/familiapaciente/>

21. Alonso J, Santamaría L, Regodón C. La familia un concepto siempre moderno [en línea] Madrid: 2011 [fecha de acceso 20 de abril 2016] URL Disponible:
<http://www.siiis.net/documentos/ficha/208406.pdf>
22. Enciclopedia británica. La familia: Concepto, tipos y evolución. [en línea] 2009 [fecha de acceso 20 de abril 2016] URL Disponible:
http://cvonline.uaeh.edu.mx/Cursos/BV/S0103/Unidad%204/lec_42_La_Fam_ConcTip&Evo.pdf
23. Archivos de medicina familiar. II conceptos básicos para el estudio de las familias [en línea] 2005 [fecha de acceso 20 de abril 2016] URL Disponible:
<http://www.medigraphic.com/pdfs/medfam/amf-2005/amfs051c.pdf>
24. Archivos en Medicina Familia. Conceptos básicos para el estudio de las familias [en línea] Medigraphic: 2005 Vol. 7(1) [fecha de acceso 10 de junio 2015] Disponible en:
<http://www.medigrphic.com/pdfs/medfam/amf-2005/amfs051c.pdf>
25. Castellano G. El adolescente y su entorno: sociedad, familia y amigos [en línea] Torrelavega: 2005 [fecha de acceso 04 de mayo 2017] URL Disponible en:
<http://www.culturadelalegalidad.org.mx/recursos/Contenidos/Infanciayadolescencia/documentos/El%20adolescente%20y%20su%20entorno,%20sociedad,%20familia%20y%20amigos.pdf>
26. Martínez A, Iraurgi L, Galíndez E, Sanz M. Family Adaptability and Cohesion Evaluation Scale (FACES): desarrollo de una versión de 20 ítems en español [en línea] Santiago: 2005 [fecha de acceso 03 de setiembre 2014] URL Disponible:
http://www.aepc.es/ijchp/articulos_pdf/ijchp-180.pdf
27. Singüenza W. Funcionamiento familiar según el modelo circunflejo de Olson [en línea] Cuenca: 2015 [fecha de acceso 14 de diciembre 2015] URL Disponible:

<http://dspace.ucuenca.edu.ec/bitstream/123456789/21878/1/TESIS.pdf>

f

28. Luna A. Funcionamiento Familiar, conflictos con los padres y satisfacción con la vida de familia en adolescentes bachilleres, Universidad del Valle de Atemajac, Campus Leon [en línea] COLOMBIA: 2016 [fecha de acceso 09 de setiembre 2016] URL Disponible:

[http://www.academia.edu/9329222/Funcionamiento_familiar_conflictos_con_los_padres_y_satisfacci%C3%B3n_con_la_vida_de_familia_en_adolescentes_bachilleres.](http://www.academia.edu/9329222/Funcionamiento_familiar_conflictos_con_los_padres_y_satisfacci%C3%B3n_con_la_vida_de_familia_en_adolescentes_bachilleres)

29. González M, Vázquez H, Domínguez J, Domínguez M, Barrera C, Gonzales E. Proceso de Atención de Enfermería: Modelo de Sor Callista Roy, Enfermero, Hospital Barlavento Algarvio, Portimão, Portugal. [en línea] Huelva: 2001 [fecha de acceso 25 de noviembre 2015] URL Disponible:

http://www.elmedicointeractivo.com/ap1/emiold/publicaciones/centrosa_lud8/495-498.pdf

30. Valdivia M. Relación entre la funcionalidad familiar y el consumo de alcohol en estudiantes de secundaria Institución Educativa Antonia Moreno de Cáceres. [en línea] San Juan de Lurigancho: 2014 [fecha de acceso 27 diciembre 2015] URL Disponible:

<http://biblioteca.upsjb.edu.pe/biblioteca/catalogo.aspx>

BIBLIOGRAFÍA

- Codina N. Recreación y tiempo libre en los Estados Unidos: Evolución sociocultural e investigación del comportamiento en el ocio. [Versión electrónica], Tesis doctoral. Universidad de Barcelona. España; 1990.
- Echevarría A. El empleo del tiempo libre por los adolescentes de dos niveles socioeconómicos. Monografía de la Universidad Particular San Martín de Porres; 1977.
- Santos M. ¿Cuán libre es el tiempo libre de los jóvenes limeños? Revista de Psicología de la Pontificia Universidad Católica del Perú, No 13, 13-20; 2000.
- Gómez E. Adolescencia y familia: revisión de la relación y la comunicación como factores de riesgo o protección. Revista Intercontinental de Psicología y Educación, 10 (2), 105-122; 2008.
- Alonso P. Discrepancia entre padres e hijos en la percepción del funcionamiento familiar y desarrollo de la autonomía del adolescente. Disertación doctoral no publicada, Universidad de Valencia, Valencia, España; 2005.

ANEXOS

| VARIABLE | DEFINICIÓN DE CONCEPTOS | DEFINICIÓN OPERACIONAL | DIMENSIONES | INDICADORES | VALOR FINAL |
|---------------------------------------|---|---|--------------------------------------|---|--|
| <p>FUNCIONAMIENTO FAMILIAR</p> | <p>Se define como la fuerza en el trabajo en una familia que produce comportamiento s y síntomas particulares. Es la manera en la que una familia vive e interactúa unos con otros lo que crea la dinámica.</p> | <p>Forma en la que interaccionan socialmente los miembros de la familia y que afecta a todos.</p> | <p>COHESION</p> <p>ADAPTABILIDAD</p> | <ul style="list-style-type: none"> ▪ Enredada ▪ Unida ▪ Separada ▪ Desligada <ul style="list-style-type: none"> ▪ Caótica ▪ Flexible ▪ Estructurada ▪ Rígida | <ul style="list-style-type: none"> ▪ Extrema ▪ Rango medio ▪ Balanceada |



ANEXO 2 INSTRUMENTO

UNIVERSIDAD PRIVADA SAN JUAN BAUTISTA FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

Estimado estudiante de la I.E Juan Pablo II soy estudiante de enfermería mi nombre es Rocio Erika, Calderón Huamán. Les voy a presentar a continuación algunas presentes que han sido elaborados con finalidad de determinar EL USO DEL TIEMPO LIBRE Y EL FUNCIONAMIENTO FAMILIAR DE LOS ESTUDIANTES DEL 4^{TO} Y 5^{TO} DE SECUNDARIA. Para lo cual solicito con toda sinceridad a las preguntas. Esta encuesta es anónima no es necesario que anote su nombre.

INSTRUCCIONES: MARCAR UNA (X) LA ALTERNATIVA QUE MEJOR SE ADECUA A SU REALIDAD.

I) DATOS GENERALES

1. EDAD

- a) 14-15 años () b) 16-17 años ()

2. SEXO

- a) Femenino () b) Masculino ()

II) USO DEL TIEMPO LIBRE

| N° | ACTIVIDADES | SIEMPRE | AVECES | NUNCA |
|----|---|---------|--------|-------|
| | ACTIVIDADES RECREATIVAS | | | |
| 1 | Pasear y charlar con amigos | | | |
| 2 | Salir y estar con la familia | | | |
| 3 | Practicar algún deporte | | | |
| 4 | Jugar en internet | | | |
| 5 | Juegos electrónicos/virtuales | | | |
| 6 | Juegos de salón billar/futbolín | | | |
| 7 | Ver televisión | | | |
| 8 | Ir al cine | | | |
| 9 | Escuchar música | | | |
| 10 | Ir a fiestas y/o discoteca | | | |
| | ACTIVIDADES CULTURALES | | | |
| 11 | Ir al teatro | | | |
| 12 | Asistir a la iglesia | | | |
| 13 | Practicar danzas y música de su localidad | | | |
| 14 | Visitar a museos y exposiciones | | | |
| 15 | Leer libros | | | |
| 16 | Dibujar, pintar, actuar y modelar | | | |
| 17 | Preparación pre-universitaria | | | |

III) FUNCIONAMIENTO FAMILIAR

| N° | FUNCIÓN | NUNCA O CASI NUNCA | POCAS VECES | A VECES | CON FRECUE NCIA | CASI SIEMPRE |
|----|---|--------------------------|----------------|---------|-----------------------|-----------------|
| | COHESIÓN | | | | | |
| 1 | Los miembros de nuestra familia se sienten cercanos unos a otros. | | | | | |
| 2 | Los miembros de nuestra familia asumen las decisiones que se toman de manera conjunta como familia. | | | | | |
| 3 | Los miembros de la familia se piden ayuda mutuamente. | | | | | |
| 4 | En nuestra familia hacen cosas juntas. | | | | | |
| 5 | En nuestra familia nos reunimos todos juntos en la misma habitación (sala, cocina). | | | | | |
| 6 | A los miembros de tu familia les gusta pasar su tiempo libre junto. | | | | | |
| 7 | Los miembros de nuestra familia se apoyan unos a otros en los momentos difíciles. | | | | | |
| 8 | Los miembros de | | | | | |

| | | | | | | |
|----|---|--|--|--|--|--|
| | nuestra familia comparten intereses y hobbies. | | | | | |
| 9 | Los miembros de nuestra familia se consultan unos a otros sus decisiones. | | | | | |
| 10 | La unidad familiar es una preocupación principal. | | | | | |
| | ADAPTABILIDAD | | | | | |
| 1 | Cuando hay que resolver problemas, te toman en cuenta tu propuesta. | | | | | |
| 2 | En tu familia la disciplina (normas, obligaciones, castigos) es justa. | | | | | |
| 3 | En cuanto a tu disciplina se tiene en cuenta tu decisión (normas y obligaciones). | | | | | |
| 4 | Cuando surgen problemas, negocian para encontrar una solución. | | | | | |
| 5 | Los miembros de nuestra familia dicen lo que quieren libremente. | | | | | |
| 6 | En nuestra familia los resulta fácil, expresar su opinión. | | | | | |
| 7 | En nuestra familia | | | | | |

| | | | | | | |
|----|--|--|--|--|--|--|
| | se intentan nuevas formas de resolver el problema. | | | | | |
| 8 | Todos los miembros de nuestra familia tienen voz y voto en las decisiones familiares importantes. | | | | | |
| 9 | Tus padres y tú hablan juntos de su castigo. | | | | | |
| 10 | Los miembros de nuestra familia comentan sus problemas y se sienten bien con las soluciones encontradas. | | | | | |

ANEXO 3 VALIDEZ DE INSTRUMENTO

| PREGUNTAS | JUECES | | | | | | VALOR DE P* |
|-----------|--------|---|---|---|---|---|-------------|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | |
| 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 0.0156 |
| 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 0.0156 |
| 3 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 0.0156 |
| 4 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 0.0156 |
| 5 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 0.0156 |
| 6 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 0.0156 |
| 7 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 0.0156 |
| 8 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 0.0156 |
| 9 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 0.0156 |
| 10 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 0.0156 |

VALIDEZ DEL INSTRUMENTO PRUEBA BINOMIAL

$$P = \frac{0.156}{10} = 0.0156$$

El grado de concordancia es significativo y el instrumento es válido según la prueba Binomial aplicada.

ANEXO 4 CONFIABILIDAD DE INSTRUMENTO

COEFICIENTE DE ALFA DE CROMBACH (α)

Para determinar la confiabilidad del cuestionario de la prueba piloto, se utilizó el coeficiente de confiabilidad Alfa de Crombach, cuya fórmula es:

$$\alpha = \frac{n}{n-1} \left(1 - \frac{pq}{Vt} \right)$$

Dónde:

- n: es el número de ítems.
- pq: sumatoria total
- Vt: varianza total

Se obtuvo los siguientes resultados estadísticos de confiabilidad:

| VARIABLE | ALFA DE CROMBACH |
|------------|------------------|
| VARIABLE 1 | 0.54 |
| VARIABLE 2 | 0.76 |

Para que el instrumento sea confiable α debe ser ≥ 0.5 y mientras más se acerque a 1 este será más confiable, por lo tanto con los datos obtenidos se establece que el instrumento es altamente confiable.

ANEXO 5 INFORME DE LA PRUEBA PILOTO
USO DEL TIEMPO LIBRE Y FUNCIONAMIENTO FAMILIAR DE LOS
ESTUDIANTES DE 4TO Y 5TO SECUNDARIA
DE LA I.E 7075 JUAN PABLO II
ABRIL 2016

La prueba piloto se realizó el día martes 28 de abril del 2014 año, desde las 1:45 pm hasta las 2:15 pm en la I.E Juan pablo II, ubicado en el distrito de Chorrillos. Se encuestó a 60 estudiantes de 4^{to} y 5^{to} de secundaria, 30 estudiantes de 4^{to} y 30 estudiantes de 5^{to} de secundaria. Por cada aula el tiempo fue de 15 minutos. Previamente se coordinó con el docente de ambas aulas para realizar la encuesta.

Para la recolección de datos tuve que sacar 65 juegos de copias, las cuales fueron revisadas previamente, teniendo en cuenta la claridad, letra y el orden de las preguntas antes de ser aplicadas a las estudiantes de 4^{to} y 5^{to} de secundaria de la institución.

Para realizar la prueba piloto, yo lo realice, previa coordinación con la I.E Juan Pablo II Chorrillos, la cual, me facilitó la accesibilidad a las aulas y conversar con las docentes.

En el transcurrir del llenado del cuestionario se resolvieron las dudas respecto a las preguntas contenidas en la encuesta, los estudiantes pudieron resolver fácilmente las preguntas.

**ANEXO 6 ESCALA DE VALORACIÓN DE INSTRUMENTO PARA LAS
DIMENSIONES DE LA VARIABLE USO DEL TIEMPO LIBRE**

| DIMENSIONES | ITEM | ALTERNATIVA | | |
|-------------------------|------|-------------|---------|-------|
| | | SIEMPRE | A VECES | NUNCA |
| ACTIVIDADES RECREATIVAS | 1 | 1 | 2 | 2 |
| | 2 | 1 | 2 | 2 |
| | 3 | 1 | 2 | 2 |
| | 4 | 1 | 2 | 2 |
| | 5 | 1 | 2 | 2 |
| | 6 | 1 | 2 | 2 |
| | 7 | 1 | 2 | 2 |
| | 8 | 1 | 2 | 2 |
| | 9 | 1 | 2 | 2 |
| | 10 | 1 | 2 | 2 |
| ACTIVIDADES CULTURALES | 11 | 2 | 1 | 1 |
| | 12 | 2 | 1 | 1 |
| | 13 | 2 | 1 | 1 |
| | 14 | 2 | 1 | 1 |
| | 15 | 2 | 1 | 1 |
| | 16 | 2 | 1 | 1 |
| | 17 | 2 | 1 | 1 |

**ESCALA DE VALORACIÓN DE INSTRUMENTO PARA LAS DIMENSIONES
DE LA VARIABLE FUNCIONAMIENTO FAMILIAR**

| DIMENSIONES | ITEM | ALTERNATIVA | | | | |
|---------------|------|--------------------------|----------------|------------|-------------------|-----------------|
| | | NUNCA O CASI NUNCA | POCAS VECES | A VECES | CON FRECUENCIA | CASI SIEMPRE |
| COHESIÓN | 1 | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| | 2 | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| | 3 | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| | 4 | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| | 5 | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| | 6 | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| | 7 | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| | 8 | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| | 9 | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| | 10 | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| ADAPTABILIDAD | 1 | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| | 2 | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| | 3 | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| | 4 | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| | 5 | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| | 6 | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| | 7 | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| | 8 | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| | 9 | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| | 10 | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |

| COHESIÓN | AMPLITUD DE CLASE | ADAPTABILIDAD | AMPLITUD DE CLASE |
|------------------|-------------------|---------------|-------------------|
| NO RELACIONADA | 10 A 34 | RÍGIDA | 10 A 19 |
| SEMI RELACIONADA | 35 A 40 | ESTRUCTURADA | 20 A 24 |
| RELACIONADA | 41 A 45 | FLEXIBLE | 25 A 28 |
| AGLUTINADA | 46 A 50 | CAÓTICA | 29 A 50 |

ANEXO 7 CONSENTIMIENTO INFORMADO

Estimado padre de familia:

Soy Rocio Calderón Huamán egresada de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Privada San Juan Bautista, responsable del trabajo de investigación titulado: **USO DEL TIEMPO LIBRE Y EL FUNCIONAMIENTO FAMILIA DE LOS ESTUDIANTES DEL 4^{TO} Y 5^{TO} DE SECUNDARIA.**

La presente es para informarle sobre la invitación a participar del estudio a su hijo estudiante de secundaria, el cual tiene como objetivo identificar el uso del tiempo libre y el funcionamiento familiar de los estudiantes.

Para que su hijo pueda participar en el estudio Ud. tendrá que llenar un cuestionario de manera anónima sobre sus datos y marcar sobre las preguntas del uso del tiempo libre y funcionamiento familiar, lo cual demandara un tiempo de 15 minutos.

Con su participación colaborará a que se desarrolle el estudio y los resultados servirán para mejorar deficiencias encontradas. La información que su menor hijo proporcione es absolutamente confidencial y anónima, solo será de uso de la autora del estudio.

Es muy importante recordarle que si acepta, participar en este estudio es totalmente anónimo y voluntario; nadie le obliga a ser parte de ella; no hay ningún inconveniente si decide no participar.

Por participar del estudio su hijo no recibirá ningún beneficio, salvo la satisfacción de contribuir en esta importante investigación.

Si tuviese alguna duda con respecto al estudio puede comunicarse al siguiente teléfono: 994643345.

Yo, dejo constancia que me han explicado en que consiste el estudio titulado: USO DEL TIEMPO LIBRE Y FUNCIONAMIENTO FAMILIAR DE LOS ESTUDIANTES DEL 4TO Y 5TO DE SECUNDARIA, realizado por la egresada Rocio Calderón Huamán.

He tenido el tiempo y la oportunidad de realizar las preguntas necesarias en relación al tema.

Por lo anterior doy mi consentimiento voluntario para que mi menor hijo participe en el estudio.

Firma del padre
DNI.....

Firma del participante
DNI.....

ANEXO 8 ASENTIMIENTO INFORMADO

Estimado Estudiante de Secundaria

Soy Rocio Calderón Huamán egresada de la Escuela Profesional de Enfermería de Universidad Privada San Juan Bautista, responsable del trabajo de investigación titulado: **USO DEL TIEMPO LIBRE Y EL FUNCIONAMIENTO FAMILIA DE LOS ESTUDIANTES DEL 4^{TO} Y 5^{TO} DE SECUNDARIA.**

La presente es para informarle sobre la invitación a participar del estudio a su hijo estudiante de secundaria, el cual tiene como objetivo identificar el uso del tiempo libre y el funcionamiento familiar de los estudiantes.

Para que pueda participar en el estudio Ud. tendrá que llenar un cuestionario de manera anónima sobre sus datos y marcar sobre las preguntas del uso del tiempo libre y funcionamiento familiar, lo cual demandara un tiempo de 15 minutos.

Con su participación colaborará a que se desarrolle el estudio y los resultados servirán para mejorar deficiencias encontradas. La información que su menor hijo proporcione es absolutamente confidencial y anónima, solo será de uso de la autora del estudio.

Es muy importante recordarle que si acepta, participar en este estudio es totalmente anónimo y voluntario; nadie le obliga a ser parte de ella; no hay ningún inconveniente si decide no participar.

Por participar no recibirá ningún beneficio, salvo la satisfacción de contribuir en esta importante investigación.

Si tuviese alguna duda con respecto al estudio puede comunicarse al siguiente teléfono: 994643345.

Yo, dejo constancia que me han explicado en que consiste el estudio titulado: USO DEL TIEMPO LIBRE Y FUNCIONAMIENTO FAMILIAR DE LOS ESTUDIANTES DEL 4TO Y 5TO DE SECUNDARIA, realizado por la egresada Rocio Calderón Huamán.

He tenido el tiempo y la oportunidad de realizar las preguntas necesarias en relación al tema.

Por lo anterior doy mi consentimiento voluntario para participar en el estudio.

Firma del estudiante

DNI.....

Firma del participante

DNI.....