

**UTILIZACIÓN DEL TIEMPO LIBRE COMO FACTOR PROTECTOR Y FACTOR  
DE RIESGO EN NIÑOS Y ADOLESCENTES DE 9 A 18 AÑOS DE LA  
INSTITUCIÓN EDUCATIVA DEPARTAMENTAL SERREZUELA DEL  
MUNICIPIO DE MADRID: INFORME DE PASANTÍA**



**GLORIA STEFAN RIOS NIÑO**

**UNIVERSIDAD DE CUNDINAMARCA**

**FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES, HUMANIDADES Y CIENCIAS  
POLÍTICAS**

**PROGRAMA DE PSICOLOGÍA**

**FACATATIVÁ, 11 de mayo de 2018**

**UTILIZACIÓN DEL TIEMPO LIBRE COMO FACTOR PROTECTOR Y FACTOR  
DE RIESGO NIÑOS Y ADOLESCENTES DE 9 A 18 AÑOS DE LA INSTITUCIÓN  
EDUCATIVA DEPARTAMENTAL SERREZUELA DEL MUNICIPIO DE MADRID:  
INFORME DE PASANTÍA**



**GLORIA STEFAN RIOS NIÑO**

**CÓDIGO: 440 212 166**

**ASESOR:**

**CAMILO ALEJANDRO RODRIGUEZ**

**UNIVERSIDAD DE CUNDINAMARCA**

**FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES, HUMANIDADES Y CIENCIAS  
POLÍTICAS**

**PROGRAMA DE PSICOLOGÍA**

**FACATATIVÁ, 11 de mayo de 2018**

<b>Tabla de contenido</b>	<b>Pág.</b>
Introducción .....	5
Justificación y diagnóstico.....	8
Objetivos.....	10
Objetivo general .....	10
Objetivos específicos.....	10
Marco institucional.....	11
Misión:.....	11
Objetivos: .....	11
Funciones: .....	11
Marco teórico.....	13
Infancia .....	13
Adolescencia.....	14
Factores de protección y factores de riesgo en la infancia y la adolescencia.....	15
Factores de protección .....	15
Factores de riesgo.....	23
Tiempo libre.....	24
Infancia y tiempo libre .....	25
Adolescencia y tiempo libre.....	26
Marco empírico.....	27
Marco metodológico .....	29
Enfoque de estudio.....	29
Diseño de estudio y paradigma .....	29
Población.....	30
Participantes.....	30
Criterios de inclusión.....	30
Criterios de Exclusión .....	31
Técnica e instrumento de recolección de datos.....	31
Lineamientos éticos.....	32
Resultados .....	34
Caracterización de niños y adolescentes entre 9 y 18 años.....	34
Factores de riesgo identificados en la ocupación del tiempo libre en la infancia .....	36
Factores de riesgo en la ocupación del tiempo libre en la adolescencia .....	37
Factores protectores identificados en la ocupación del tiempo libre en la Adolescencia.....	37

Recomendaciones.....	42
Referencias.....	44
Anexos.....	49

**Lista de tablas**

Tabla 1. Categoría de factores protectores.....	19
Tabla 2. Identificación de los factores protectores y de riesgo.....	34

## Resumen

El presente informe permite la identificación de los factores de protección y los factores de riesgo relacionados con la utilización del tiempo libre en niños y adolescentes entre los 9 y los 18 años pertenecientes a la Institución Educativa Departamental Serrezuela del Municipio de Madrid, remitidos en el primer periodo del presente año por la IPS REMY respecto a problemáticas de carácter personal, familiar y social, por ende es importante llevar a cabo una descripción a profundidad de los contextos en los que están inmersos los participantes y que factores influyen en la ocupación de su tiempo libre, para lo cual se realizó un análisis documental y el uso de diferentes fuentes para la obtención de la información. El informe asume que el tiempo libre está caracterizado como un espacio de completa autonomía y disfrute personal que genera una contribución al desarrollo personal del individuo, este análisis pone en evidencia la importancia de las dinámicas familiares, el contexto social y los recursos personales determinantes en el desarrollo idóneo del mismo. El presente informe de enfoque cualitativo y método fenomenológico tuvo como propósito principal la determinación de factores protectores, así como factores de riesgo y el reconocimiento de aquellos factores que puedan favorecer el uso adecuado del tiempo libre a partir de las descripciones de los niños y adolescentes.

**Palabras clave:** Infancia, Adolescencia, factores protectores, tiempo libre, factores de riesgo.

## Abstrac

The report present allows the identification of the protection factors and the factors of risk related to the utilization of the free time in children and teenagers between the 9 and 18 years belonging to the Educational Departmental Institution Serrezuela of the Municipality of Madrid, sent in the first period of the present year for the IPS REMY with regard to problematic of personal, familiar and social character, for this reason is important to carry out a description to depth of the contexts in which the participants are immersed and which factors influence the occupation of his free time, It was realized a documentary analysis and the use of different sources fountains for the obtaining of the information. The report assumes that the free time is characterized as a space of complete autonomy and personal enjoyment that generates a contribution to the personal development of the individual, this analysis puts in evidence the importance of the familiar dynamics, the social context and the personal resources determinant in the suitable development of the same one. The report present of qualitative approach and

method fenomenológico took as a principal intention the determination of protective factors, as well as factors of risk and the recognition of those factors that could favor the suitable use of the free time from the descriptions of the children and teenagers.

**Keywords:** Childhood, Adolescence, Protective factors, Free time, Risk factors.

## **Introducción**

El siguiente informe de investigación se argumenta en la necesidad evidenciada en el municipio para llevar a cabo la identificación de los factores protectores y los factores de riesgo relacionados con la utilización del tiempo libre en los niños y adolescentes de la Institución Educativa Departamental Serrezuela de Madrid, frente a los casos que presentan determinadas problemáticas remitidos por la IPS Remy a la Secretaría de Educación y desarrollo social de Madrid, por este motivo es importante realizar una descripción a profundidad con cada uno de los contextos en los que se encuentra sumergida la población

El uso del tiempo libre se ha visto perjudicado por determinadas ocupaciones que no resultan provechosas para los niños y los adolescentes, la importancia de obtener dicha y complacencia en este tiempo de ocio se convirtió en un deterioro respecto a su finalidad principal, por ello es necesario investigar acerca de los factores que intervienen en la elección de dichas actividades.

Las políticas de carácter gubernamental y el Ministerio de Cultura destacan la importancia del buen manejo del tiempo libre acompañado de diversas estrategias de entretenimiento y enriquecimiento personal en la población infanto juvenil de nuestro país (Ministerio de Cultura, 2015). Uno de los desafíos más grandes de los últimos tiempos ha sido la implementación de esas estrategias para fortalecer los factores protectores en las familias, escuelas y comunidades de los niños y jóvenes respecto a qué tipos de actividades llevar a cabo en su tiempo libre. El reconocimiento de dichos factores protectores facilitará disponer adecuadamente la utilización de su tiempo libre contrarrestando los posibles efectos de los factores de vulnerabilidad o de riesgo.

### **Justificación y diagnóstico**

La prioridad por enfocar la salud mental en las funciones principales de salud pública y como un derecho de toda la población colombiana, parte de la necesidad de estudiar a profundidad aquellas temáticas que abarquen las exigencias manifiestas en la población, desarrollando estrategias y creando acciones direccionadas a promover un desarrollo íntegro social e individual para un mejoramiento en la calidad de vida de los niños y jóvenes de nuestro país (Ministerio de Salud, s.f.).

Por lo anterior es importante abarcar aquella población que presenta determinados riesgos psicosociales para llevar a cabo una intervención adecuada que permita mitigar factores de vulnerabilidad y reconocer aquellos aspectos que los enfrentan y los previenen. Se realiza un acercamiento a la utilización del tiempo libre en la población infantil y adolescente, debido que actualmente el uso de este espacio libre ha tomado una importancia progresiva presentando diversos cambios en la finalidad del mismo. La distribución y el contenido de este tiempo es una cuestión fundamental para la vida, los efectos de la ausencia de este son múltiples y pueden intervenir en el desarrollo personal, el bienestar y calidad de vida del niño y del adolescente.

Según Hernández y Morales (2000), la trascendencia de tener tiempo libre y dedicarlo a actividades que favorezcan el desarrollo personal, que sean agradables y honestas, tiene además una idiosincrasia preventiva de algunos de los perjuicios que afligen a la sociedad: depresión, aislamiento, soledad, drogadicción, alcoholismo, etc. Desde este apartado se genera la cuestión respecto hasta qué punto los individuos están llenando estos espacios de tiempo libre adecuadamente para satisfacer esas necesidades, ya que se convierte en un intento por rescatar los espacios que compone a todos los estratos sociales y está presente en todos los grupos de edades.

A partir de esto se considera pertinente este informe debido que, en la Secretaría de Educación y Desarrollo Social de Madrid, se reportaron casos por parte de la I.P.S REMY los cuales se encuentran bajo una tipificación de riesgo medio con relación a la conducta suicida observando una repercusión de índole personal, familiar y social que aqueja principalmente a los niños y adolescentes de las Instituciones Educativas Departamentales del municipio. Estos problemas han sido asociados con eventos que intervienen en su salud mental y en el proceder de sus actividades cotidianas, teniendo en cuenta un interés de corresponsabilidad con los niños y los adolescentes y un aporte por generar avances en la implementación y creación en programas de promoción y educación del buen manejo del tiempo libre.



Como parte del ejercicio de la pasantía profesional en la secretaria, se llevó a cabo un diagnóstico con base a una orientación primaria como herramienta pertinente que permitió evidenciar el uso inadecuado del tiempo libre en la población destacada, por lo anterior, se observa la necesidad de abordar el tema realizando las orientaciones a fin de obtener una triangulación de la información a través de varias fuentes, enmarcando las dinámicas inmersas que intervienen en el desarrollo integral de los participantes. También se enmarca la pertinencia para la psicología que se direcciona a abordar una etapa del ciclo vital que es de gran importancia en el desarrollo del ser humano como lo es la infancia y la adolescencia concentrada en la interacción de cambios temporales que constituyen un desarrollo y significado único para cada individuo.

El sedentarismo, la tecnología, las dinámicas familiares y demás factores influyen en la elección de actividades para ocupar el tiempo libre, la realización del diagnóstico del fenómeno por medio de las intervenciones personales y familiares lograra permitir la identificación de factores protectores y de riesgo encaminados a realizar un profundo estudio con relación a la utilización del tiempo libre como aspecto determinante en el desarrollo y la formación integral de los niños y adolescentes de Madrid que permitan apoyar procedimientos frente a los casos reportados en los niños y adolescentes de la Institución Educativa Departamental Serrezuela de Madrid. Se puede constituir el tiempo libre como una problemática para los mismos cuando no descubren espacios productivos ni una orientación en el manejo adecuado del mismo, también se hace hincapié en la escasez de investigaciones sobre esta temática en el municipio.

Se adopta la línea de investigación de desarrollo humano como pertinente para llevar a cabo el presente informe de pasantía, debido que plantea de manera integral los entornos en los cuales están sumergidos los niños y adolescentes, abarcando la importancia de las etapas vitales en esta población. También se caracteriza por determinar las dimensiones y características que están en constante interacción e influyendo en las condiciones a las que pertenecen la población COLCIENCIAS, (sf).

## **Objetivos**

### **Objetivo general**

Identificar los factores de protección y factores de riesgo relacionados con la utilización del tiempo libre en niños y adolescentes de 9 a 18 años de la Institución Educativa Departamental Serrezuela del municipio de Madrid.

### **Objetivos específicos**

Caracterizar a los niños y adolescentes entre 9 a 18 años reportados por determinadas problemáticas.

Identificar los factores de riesgo o de protección en niños y adolescentes por medio del formato de seguimiento y a través de orientaciones individuales y familiares.

Analizar los factores de riesgo y los factores de protección relacionados con la utilización del tiempo libre en niños y adolescentes de 9 a 18 años de la Institución Educativa Departamental Serrezuela.

## **Marco institucional**

La Secretaría de Educación y Desarrollo Social está ubicada en el municipio de Madrid, Cundinamarca, en el barrio San Luis.

### **Misión:**

Corresponde a la Secretaría de Educación y Cultura planear, diseñar, administrar y evaluar políticas, estrategias y programas para el sector educativo, de conformidad con la normatividad vigente, con el fin de aumentar la cobertura, el mejoramiento de la calidad y la eficiencia de la educación de los niveles de preescolar, básica y media, garantizando una óptima administración y manejo de la prestación del servicio educativo y asesorar y coordinar la ejecución de la política cultural para el Municipio y orientar su difusión y desarrollo, propendiendo por la preservación del patrimonio y el desarrollo de las expresiones artísticas materiales e inmateriales locales.

### **Objetivos:**

La Secretaría de Educación y Desarrollo Social tiene como misión y objetivo diseñar, formular, asesorar, orientar y liderar la formulación de políticas de Educación, de cultura, desarrollo social, de primera infancia, poblacional y de la salud pública mediante estudios, planes, proyectos y estrategias planteadas en el marco de la aplicación del Plan de Desarrollo Municipal en concordancia con las políticas Nacionales y Departamentales.

### **Funciones:**

Algunas de las funciones de la Secretaría de Educación y Desarrollo Social respecto al sector salud:

- a) Formular, ejecutar y evaluar planes, programas y proyectos en salud, en armonía con las políticas y disposiciones del orden nacional y departamental
- b) Adoptar, administrar e implementar el sistema integral de información en salud, así como generar y reportar la información requerida por el Sistema
- c) Identificar a la población pobre y vulnerable en su jurisdicción y seleccionar a los beneficiarios del Régimen Subsidiado, atendiendo las disposiciones que regulan la materia

- d) Adoptar, implementar y adaptar las políticas y planes en salud pública de conformidad con las disposiciones del orden nacional y departamental, así como formular, ejecutar y evaluar, los planes de intervenciones colectivas
- e) Controlar y/o eliminar los factores de riesgo que atentan contra la salud de las personas realizando acciones de promoción de la salud, prevención de la enfermedad y la inspección, vigilancia y control
- f) Organizar y coordinar las actividades necesarias para la asistencia médica y sanitaria a las poblaciones vulnerables
- g) Identificar y gestionar los diferentes recursos financieros que deben ingresar al municipio, teniendo en cuenta el sistema general de participaciones y las demás que otorguen recursos al sector.

Respecto al sector de Desarrollo Social encontramos el desarrollo de políticas públicas orientadas al restablecimiento de derechos de los grupos poblacionales, buscando mayores y mejores condiciones de participación, equidad e inclusión social en el marco de la corresponsabilidad, brindar atención a los usuarios de los diferentes programas asistenciales sociales dirigidos a los adultos Mayores, discapacitados, maternas y demás grupos en riesgo de vulnerabilidad, con el fin de lograr su inclusión en el desarrollo social y productivo del municipio, coordinar y articular con las diferentes entidades acciones que contribuyan al cumplimiento de los propósitos y la participación de las mujeres y sus organizaciones en la gestión de iniciativas que permitan el acceso y el disfrute de sus derechos (Secretaría de Educación y Desarrollo Social de Madrid, 2018, p.1).

## **Marco teórico**

Utilización del tiempo libre como factor protector y factor de riesgo en niños y adolescentes de la Institución Educativa Departamental Serrezuela de Madrid: Informe de pasantía

El desarrollo humano ha tenido diversas proporciones y revisiones teóricas direccionadas a indagar acerca de los procesos inmersos en dicha evolución y progreso del individuo. Enmarcar el estudio en las etapas de la infancia y la adolescencia permite un profundo acercamiento a los factores que intervienen en el mismo, su definición se ha trabajado detalladamente a partir de conocimientos que permitan establecer los periodos sumergidos en el desarrollo del ser humano, en este informe se realiza un énfasis en las etapas de la infancia y la adolescencia.

Desde el ámbito psicológico Craig, (2001) define desarrollo entendido como aquellos cambios temporales producidos en el cuerpo y el pensamiento o en diferentes conductas, las cuales proviene de la interacción dinámica de carácter biológico y la experiencia, enfatizando en un desarrollo único y significativo. Para Sullivan, (1983) (Citado por Mansilla, 2000), la definición de desarrollo corresponde a “el producto de la continua interacción entre diversos factores estimulantes y una matriz de crecimiento prevalecientemente compuesta por ciertas predisposiciones selectivas, tanto para experimentar el cambio como para responder al ambiente de determinadas maneras” (p, 106).

Respecto a esto es importante enfatizar en los cambios sumergidos en un proceso social y cultural, los procesos que se involucran durante todo el ciclo de vida del ser humano toman en cuenta los cambios físicos, cognitivos y psicosociales centrandolo al individuo como actor primordial de su propio desarrollo.

Se aborda la infancia como etapa vital, creativa y participativa que reproduce experiencias y aprendizajes que participan en el conocimiento del mundo que rodea al niño ajustándose a las condiciones del mismo.

### **Infancia**

La noción de infancia ha pasado por diversas estimaciones como una etapa con sus propias cualidades y características dependiendo del entorno cultural de cada época, un proceso diferente de entender, sentir, crear, percibir y evolucionar para cada individuo. Abello, Amar y Tirado (2004) establecen que el contexto primario del niño interviene en el proceso para permitir que aprenda comportamientos y actitudes propias a su familia. Es decir que los

cuidadores en su primera etapa de desarrollo son la influencia más significativa ejerciendo un impacto primordial para su desarrollo socioemocional, cognitivo y físico.

Respecto a su definición, Jaramillo (2007) determina esta etapa desde una necesidad que permita tener las condiciones en las cuales los niños y niñas puedan relacionarse con otros de su misma edad y personas mayores, desde un carácter de conciencia social, influenciado por familia y escuela; así mismo generar espacios que permitan la experimentación de sentimientos y situaciones que den un sentido a la vida para poder reencontrar y reconstruir ese conocimiento como aprendizaje vivido y percibido.

Por lo tanto, la calidad del desarrollo en todos sus ámbitos se direcciona a generar un enriquecimiento integral por medio de su rol activo y productivo en sus propios procesos de cambio para concebir nuevas maneras de interacción, un conocimiento amplio de su entorno y de sus capacidades como ser humano que contribuye a su propio desarrollo.

Jiménez (2011), parte de la teoría del desarrollo infantil instaurada por Jean Piaget enfocando la relación que el niño establece con su medio y expresa el postulado de Piaget: “El organismo altera el medio y lo hace en función de sí mismo, aspecto que es definido como asimilación; por otra parte, el organismo se altera en función del medio, aspecto que es definido como acomodación.” (p.127). De acuerdo a esto el autor expone que la asimilación intelectual se genera cuando el individuo afronta un factor ambiental, lo organiza en relación al propio esquema intelectual y que toda acción de este tipo conjetura una interpretación de la realidad externa, es decir que dentro del periodo de las operaciones concretas que estipula Piaget; la simbolización de los sucesos y los factores externos resultan aspecto elemental para la creación del pensamiento formal durante los primeros años de esta etapa influenciado notoriamente su toma de decisiones respecto a situaciones en su vida.

## **Adolescencia**

La concepción de este término es complejo, integral y cultural posible de evolucionar respecto a los cambios que sufre la sociedad influyendo en la construcción social del mismo.

Los adolescentes se encuentran inmersos en transformaciones constantes que contribuyen a su construcción individual y colectiva, que a su vez pueden presentar dificultades e incertidumbres de acuerdo con su edad, delegando determinadas responsabilidades y cambios en las relaciones interpersonales de su vínculo familiar y social. De esta forma, el autor puntualiza este periodo como un resultado del desarrollo que se produce en la pubertad,

inmerso en transformaciones biológicas, aspectos culturales y representaciones sociales que van construyendo al adolescente. Señala esta etapa asociada con la aparición de profundos cambios en la estructura del pensamiento y postula a Piaget quien refiere a este proceso como el ciclo de las operaciones formales; enmarcando la configuración de un razonamiento social que está vinculado con el conocimiento del yo y los otros, dando espacio al reconocimiento personal, la capacidad de habilidades sociales y la necesidad de estas (Dávila, 2004).

De la misma forma Pineda y Aliño (2002) establecen esta etapa como un periodo de transformación y adaptación de los cambios corporales, puberales, biológicos, psicológicos y sociales. Refieren que es una fase del individuo con grandes determinaciones hacia una mayor independencia psicológica y social. Por consiguiente, se enfatiza la influencia de factores que se interponen en el desarrollo del adolescente y a su vez repercuten en la interpretación que forman de su entorno.

Cada uno de estos periodos se encuentra en constante sinergia con el entorno y con factores que permiten diferenciar un individuo de otros individuos. Dentro de las fases del desarrollo y desde la perspectiva de la psicología evolutiva los autores Cantero *et al*;(sf) concentran 3 ámbitos principales: a) el ámbito biofísico, concentrándose en estudiar el desarrollo físico, sensorio motriz y contextual que afecta el crecimiento, maduración y desarrollo del individuo. b) el ámbito cognitivo que se direcciona a estudiar el desarrollo de las cogniciones y las capacidades intelectuales, así mismo los ambientes que influyen en el proceso de aprender a hablar, leer, escribir, desarrollar la memoria, etc. y c) el ámbito socio afectivo encargado de estudiar la capacidad de sentir y manifestar emociones, relacionarse con los demás, y todos los aspectos del ambiente que estimulan el desarrollo socio emocional del individuo en general (p, 14).

Desde este planteamiento se determina que la conducta humana siempre está ligada a cambios progresivos y temporales que hacen únicos a cada ser humano y que están inmersos en las etapas de ciclo vital como lo es la infancia y la adolescencia.

## **Factores de protección y factores de riesgo en la infancia y la adolescencia**

### **Factores de protección.**

El autor define los factores protectores como aquellas características presentes en un individuo, grupo, familia o sociedad que enriquecen y favorecen el desarrollo humano, la salud

tanto física como mental y a su vez enfrentan los efectos de los factores de riesgo y una reducción de las conductas de vulnerabilidad (Páramo,2011).

Por otra parte, Hernández y García, 2007 (Citados por Guerrero y Sánchez, 2015) determinan los factores protectores como: “Aquellas características personales o elementos del ambiente, o la percepción que se tiene sobre ellos, capaces de disminuir los efectos negativos sobre la salud y el bienestar” (p.63). Es así como los factores protectores promueven una mejor calidad de vida en cuanto al tiempo dedicado para llevar a cabo diversas actividades satisfactoriamente.

Existen grupo de factores protectores llamados protectores de amplio espectro, es decir aquellos factores que indican mayor probabilidad de conductas protectoras favoreciendo así mismo la no ocurrencia de riesgos o daños, dentro de los mismo el autor expone: la familia contenedora, con buena comunicación interpersonal, alta autoestima, proyecto de vida elaborado, locus de control interno establecido, sentido de vida elaborado, hacer parte del sistema educativo formal y un alto nivel de resiliencia (Burak, citado por Páramo 2011).

Con respecto a lo anterior los adolescentes necesitan tener un equilibrio abastecido según sus necesidades, que fortalezcan su desarrollo integral, permitiendo un descubrimiento con su entorno al momento de relacionarse; así mismo generan un desempeño y una realización favorable en cada una de las actividades que lleguen a desempeñar. Los adolescentes deben conocer el rol fundamental que tienen en la sociedad, debido a que ellos pertenecen a diversos contextos y pueden aportar avances significativos para un mayor emprendimiento personal.

### **Factores personales.**

*Autonomía.* De acuerdo con lo anterior Miranda y Pérez, 2005(Citados por Bartolomé, Montañez, Montañes y Parra, 2008) plantean la importancia de las buenas relaciones con las figuras de apego, aunque en esta etapa pueden aparecer crisis debido al descubrimiento de esa autonomía frente a las figuras de apego, una crisis pacífica o conflictiva que implica un profundo cambio en ese sistema relacional entre padres e hijos. Según Bustos (2013) posiciona la autonomía como la capacidad y sentido de independencia para poseer un discernimiento de poder personal y control interno, es una autodisciplina en la conformación de la propia identidad y la capacidad de tener control de algunos factores que intervienen en el entorno.

Desde una perspectiva similar Medina y Carvalho (2010) establecen los factores protectores personales que destacan mayor tendencia al acercamiento y a la empatía, mayores



niveles de autoestima, e incentivación al logro, sentimientos de autosuficiencia, autonomía e independencia, y actividades encaminadas a la resolución de problemas, y los factores sociales direccionados a la comunicación activa en el interior de la familia, ambiente afectivo, dinámica familiar funcional, padres estimuladores y mayor apoyo social.

***Autoestima y resiliencia.*** Como uno de los recursos personales imprescindibles de abarcar, la autoestima se sitúa como factor positivo y protector debido a que hace parte de la identidad personal del individuo. Este factor valorativo permite el enfrentamiento a diversos desafíos que se presentan cotidianamente. La autoestima constituye un pilar básico sobre el cual se estructura la personalidad desde la infancia, asumiendo retos, regulando el comportamiento con las demás personas, generando un equilibrio emocional y creando una actitud positiva para superar las dificultades y adversidades de la vida diaria Echeburúa, (2012). Desde la perspectiva de la autonomía y centrándose en la resiliencia; Goyeneche, Heredia y Kalbermatter, (2006) exponen la resiliencia como la capacidad y factor primordial para promover actitudes que favorecen el desarrollo de habilidades que proporcionan enfrentamientos idóneos ante situaciones amenazantes, permitiendo un fortalecimiento y crecimiento personal teniendo en cuenta los sistemas de apoyo familiar y social, características de la personalidad y la construcción de ambientes que promuevan este factor.

### **Factores familiares.**

La función que tiene la familia en el desarrollo del adolescente es fundamental ya que por medio de esta se proporcionan mecanismos que potencializan el crecimiento del joven para un enfrentamiento y proceder en el contexto social y en las diferentes situaciones que este exige. Desde este apartado Argollo, Borquez, Cerda, Santander, Santelices, y Zubarew, (2008) plantean que la familia es el contexto más influyente al momento de prevenir problemas de salud mental en los adolescentes, la red de apoyo familiar se posiciona como un factor protector que hay que fortalecer para una adecuada dinámica familiar.

Es importante instaurar en la cohesión familiar la participación activa de los niños y adolescentes, fomentar condiciones saludables que se orienten a fortalecer su amor propio, la confianza en sí mismos, su capacidad de expresar emociones y sentimientos positivos o negativos para una relación formidable con su entorno y las personas que lo componen.

**Factores sociales.**

Este recurso social favorecerá la manifestación de comportamientos resilientes en circunstancias familiares adversas, como lo expresan Dainig y DePanfilis, 2007(citados por Martín, 2011), la existencia de intereses y relaciones afectivas con personas significativas externas a las que componen el marco familiar se convierte en factor protector cuando los jóvenes llegan a la edad adulta y abandonan el sistema de protección. Es por esto que la red social juega un papel fundamental como red de apoyo al momento de desarrollar habilidades en entornos de interacción que resulten provechosos para el tiempo libre de los niños y adolescentes. También se puede rescatar que el grupo social fuertemente constituido puede dar un indicio importante en la elección de las actividades que demanda el tiempo libre, actividades como salir juntos, compartir determinadas aficiones, conversar y confiar diversos temas, jugar, hacer parte de escuelas de formación o programas culturales, entre otros dinanismos que fortalecen la utilización del mismo.

***Recreación, el deporte y el juego.*** Los niños y adolescentes también están desarrollando capacidades y habilidades en los espacios extracurriculares donde practican actividades que benefician su progreso personal, dichas actividades deben permitir explorar la recreación, la actividad física y el juego.

Respecto a eso la UNICEF implementa un compromiso mundial de acuerdo con la incorporación de programas y herramientas en todos los países con el propósito de incentivar recursos e iniciativas que favorezcan el desarrollo y el buen uso de su tiempo libre. Frente a la recreación, el deporte y el juego plantea que practicar la actividad física favorece su desarrollo (físico, mental, psicológico y social), fortalecen el organismo y previenen las enfermedades, preparan a los niños y adolescentes para su aprendizaje realizando actividades relacionadas con el arte, la música, el movimiento, la narración de cuentos y los juegos bajo techo y al aire libre que permitan oportunidades de libre expresión, reduciendo los síntomas del estrés y la depresión, mejoran la autoestima, mejoran su aprendizaje con relación al aspecto académico, previenen el tabaquismo, el consumo de drogas ilícitas y reducen la delincuencia.(UNICEF, 2004).

Algunas de las finalidades de los factores protectores según Donas Burak, 2001 (citado por Páramo, 2011) se enfatizan desde el contraste de acciones que cumplan con determinados requisitos primordiales encaminados a un desarrollo humano de los adolescentes, a una integridad personal de los mismos, a un trabajo multidisciplinar y así mismo la amplia participación de personas que componen su diario vivir. (Padres de familia, profesores...).

Desde este apartado es importante identificar los factores protectores que están contribuyendo al desarrollo personal de los niños y adolescentes que hacen parte del proyecto de pasantía, cada uno de esos factores contribuye a la detección y mitigación de los factores de vulnerabilidad que puedan estar asociados a la utilización del tiempo libre.

CATEGORÍA	SUBCATEGORÍA	DEFINICIÓN	FUNCION
<b>Factores Personales</b>	<b>Autonomía</b>	Capacidad y sentido de independencia para poseer un discernimiento de poder personal y control interno, es una autodisciplina en la conformación de la propia identidad y la capacidad de tener control de algunos factores que intervienen en el entorno (Bustos, 2013,p.94)	La autonomía como factor fundamental en el desarrollo del niño y el adolescente, debido que potencializa el sentido de identidad y de pertenencia en el individuo.
	<b>Resiliencia</b>	Capacidad como factor primordial para promover actitudes que favorecen el desarrollo de habilidades que proporcionan enfrentamientos idóneos ante situaciones amenazantes, permitiendo un fortalecimiento y crecimiento personal teniendo en cuenta los sistemas de apoyo familiar y social, características de la personalidad y la construcción de ambientes que promuevan este factor Goyeneche, Heredia y Kalbermatter, (2006).	Enfrentar situaciones adversas a partir de la identificación de factores positivos y protectores.
		Capacidad de creer en las potencialidades personales enmarcando el sentimiento de capacidad personal y la competencia personal como elementos fundamentales en	Constituye un pilar básico sobre el cual se estructura la personalidad desde la infancia, asumiendo retos, regulando el comportamiento con las demás

	<b>Autoestima</b>	el desarrollo del individuo (Alonso <i>et al</i> ; 2007).	personas, generando un equilibrio emocional y creando una actitud positiva para superar las dificultades y adversidades de la vida diaria (Echeburúa,2012).
<b>Factores Familiares</b>	<b>Red de apoyo familiar</b>	La familia es el contexto más influyente al momento de prevenir problemas de salud mental en los adolescentes, la red de apoyo familiar se posiciona como un factor protector que hay que fortalecer para una adecuada dinámica familiar. Argollo <i>et al</i> ;(2008).	La función que tiene la familia en el desarrollo del adolescente es fundamental ya que por medio de esta se proporcionan mecanismos que potencializan el crecimiento del joven para un enfrentamiento y proceder en el contexto social y en las diferentes situaciones que este exige.
	<b>Dinámica familiar</b>	Gallego, A. (2012) expone este concepto como los encuentros entre las subjetividades, mediados por una serie de normas, reglas, límites, jerarquías y roles, entre otros, que permiten regular la convivencia y que el funcionamiento de la vida familiar se desarrolle armónicamente, también se direcciona a la distribución de responsabilidades en el hogar, la participación y la toma de decisiones (p.333).	Se concentra en conocer el rol que tienen cada uno de los miembros de la familia para aportar adaptación y reconocimiento personal.
		Vínculos que permiten interacciones proporcionadas principalmente por los padres, dichas interacciones	Permite que los niños y los adolescentes permitan ser amados, reconocidos y visualizados cultivando las

	<b>Lazos afectivos</b>	significativas generan satisfacción personal y un desarrollo complementario al interior del entorno familiar Gallego, A. (2012).	relaciones con cada individuo que compone la familia.
<b>Factores sociales</b>	<b>Red de apoyo social</b>	Red de apoyo que permite Favorecer la manifestación de comportamientos resilientes en circunstancias familiares adversas, como lo expresan Dainig y DePanfilis, 2007(citados por Martín, 2011), la existencia de intereses y relaciones afectivas con personas significativas externas a las que componen el marco familiar se convierte en factor protector cuando los jóvenes llegan a la edad adulta y abandonan el sistema de protección.	Generar Intercambios entre las personas que pueden satisfacer las necesidades de estas a través de la interacción de dichos intereses para brindar
	<b>Recreación, juego y deporte</b>	Actividades direccionadas a desarrollar capacidades y habilidades en los espacios extracurriculares donde practican ocupaciones que benefician su progreso personal, dichas actividades deben permitir explorar la recreación, la actividad física y el juego.	Fortalecer el organismo y prevenir enfermedades, preparando a los niños y adolescentes para su aprendizaje llevando a cabo actividades relacionadas con el arte, la música, el movimiento, la narración de cuentos y los juegos bajo techo y al aire libre que permitan oportunidades de libre expresión, reducen los síntomas del estrés y la depresión, mejoran la autoestima, mejoran su aprendizaje con relación al aspecto académico, previenen el tabaquismo, el

			consumo de drogas ilícitas y reducen la delincuencia (UNICEF, 2004).
--	--	--	--

**Tabla 1. Categorías de factores protectores. Elaboración propia.**

### **Factores de riesgo.**

Hein, (2004) Define los factores de riesgo como: “La presencia de situaciones contextuales o personales que, al estar presentes, incrementan la probabilidad de desarrollar problemas emocionales, conductuales o de salud” (p.2). Desde esta postura se enfatiza el rol del individuo como sujeto que contribuye y participa activamente en la sociedad, en cada periodo de transición en su ciclo vital presentará cambios a nivel emocional, comportamental y físico que desencadenaran adaptaciones o desajustes en su pleno desarrollo. Dichas problemáticas posibilitan la aparición de desequilibrios en sus facultades que dificultará el logro del desarrollo esperado para el individuo.

*Disfunción familiar.* Dentro del compuesto de los factores de riesgo se destacan los de carácter familiar por ser la unidad primaria de interacción y convivencia particular determinante en la adquisición del fortalecimiento de habilidades para responder idóneamente a los sucesos diarios de la vida, de acuerdo al fortalecimiento de los contextos familiares Gallego,(2012) expresa determinadas características como la comunicación activa, el intercambio afectivo, la autoridad de los progenitores y los roles que desempeña cada miembro que compone la familia; aspectos determinantes en la descripción de las dinámicas familiares. Cuando no se presenta este empoderamiento en la cohesión familiar puede convertirse en un factor vulnerable con respecto a las relaciones internas inmersas en el núcleo familiar.

*Ausencia de cuidador o cuidadores.* Rodríguez, (2010) señala desde la disciplina y la supervisión la identificación de pautas de crianza inconsistentes, las prácticas educativas negativas y el manejo inadecuado de pautas familiares como obstáculos en el desarrollo saludable e integral de los niños. También considera que el aislamiento parental genera que el niño perciba el mundo con hostilidad y dificultad para desarrollar competencias prosociales. Desde el aporte del autor se considera factor de riesgo la escasa supervisión por parte de los padres y una inadecuada implementación de pautas de crianza.

De acuerdo con lo anterior Amezcua, Fernández y Pichardo, (2002) expresan que las experiencias del sujeto en su entorno familiar serán factores imprescindibles en la autoimagen del mismo, cuando los conflictos de los padres son percibidos por los hijos pueden generar una autoestima más baja y una escasa adaptación personal. Desde esta perspectiva se evidencia la



existencia de conflictos como un factor de riesgo dentro de la dinámica familiar y en el desarrollo de la autoestima del joven (p. 576).

***Baja adaptabilidad a la adversidad.*** De acuerdo con la resiliencia; Es importante tener en cuenta aquellas situaciones que demandan riesgos psicosociales, como dinámicas familiares disfuncionales, violencia intrafamiliar, situación económica difícil, ámbito académico decadente por falta de supervisión e interés personal entre otros factores. Según Goyeneche *et al;* (2006) La resiliencia tiene como finalidad desarrollar la capacidad del individuo para enfrentar, superar, fortalecer y transformar a partir de experiencias, condiciones y situaciones de adversidad. Se puede presentar como un factor de riesgo cuando existen familias disfuncionales, modelos de conductas desviados, fracaso escolar y deserción, ausencia de red de apoyo familiar y el tiempo libre gastado de forma no creativa y productiva.

Donas Burak,2001(Citado por Páramo,2011) plantea dos tipos de factores de riesgo: a) Los de amplio espectro direccionados a la dinámica familiar con escasos vínculos entre los miembros, violencia intrafamiliar, baja autoestima, pertenecer a un grupo con conductas de riesgo, deserción escolar, proyecto de vida frágil, locus de control externo y un bajo nivel de resiliencia. Y b) Los factores de riesgo específicos compuestos por portar un arma blanca, en la moto no usar casco protector, tener hermana o amigas adolescentes embarazadas, consumir alcohol, ingesta excesiva de calorías; depresión. También hace hincapié en los trastornos de aprendizaje, el consumo de sustancias psicoactivas por parte de amigos y familiares, desajustes emocionales en diferentes áreas, la autoimagen y tendencia al aislamiento.

## **Tiempo libre**

El tiempo libre es un espacio que se ha vuelto versátil con más frecuencia en la población que se compone de los niños y adolescentes, los factores que se interponen pueden influenciar adecuada o equivocadamente en la elección y ocupación de su tiempo libre, debido a esto es importante indagar acerca de dicho constructo y de los agentes que intervienen en su contenido.

Rodríguez y Agulló, (1999) exponen el concepto de tiempo libre direccionado a aquel espacio en el cual las actividades no son obligatorias, los autores refieren actividades que no generan remuneración alguna, actividades de tipo académico, que no satisfacen necesidades básicas como dormir o comer y aquellas que no llevan a cabo obligaciones religiosas o

familiares. Desde este apartado se enmarca el tiempo libre como el espacio que se ocupa con prácticas autónomas y libremente elegidas de forma racional y responsable dependiendo de cada individuo.

De acuerdo con lo expuesto anteriormente Nuviala, Ruiz y García, (2003) expresan la definición de tiempo libre como: “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”(p.13). Por lo tanto es importante enmarcar que los niños y adolescentes se encuentran sumergidos en una sociedad de consumo donde todas sus actividades se ven influenciadas por determinados factores que no siempre permiten el tiempo libre como un espacio idóneo y adecuado para enriquecer su desarrollo personal, buscando el bienestar de los niños y jóvenes cuando no están estudiando, cuando sus padres se encuentran trabajando y estos no realizan supervisión de sus actividades en ese tiempo libre.

Sin embargo y compartiendo una perspectiva similar Pastor, (2015) plantea una definición encaminada a la dedicación de actividades fuera del ámbito y responsabilidad laboral, obligaciones impuestas como autoimpuestas. Considerándolo como un fenómeno con una función y uso determinado en la sociedad contemporánea, destacando su carácter social y recreativo. Este autor también hace hincapié en el tiempo de ocio como manera de emplear el tiempo libre, menciona a Trilla, 1993 (Citado en Pastor, 2015) cumpliendo con determinadas condiciones:

Autonomía, de este modo se elige la actividad y se lleva a cabo de forma libre.

Placer, debido a que la actividad de ocio proporciona satisfacción y complacencia.

Ocupación autotélica, con relación a que la actividad escogida no tiene otro propósito más que el disfrute personal (p.15).

### **Infancia y tiempo libre.**

El tiempo libre en la infancia ha evolucionado en su concepto y en su contenido. Como lo señala Sánchez (2014), el autor hace hincapié en las actividades y tareas extraescolares, obligaciones y deberes que restringen el tiempo para llevar a cabo actividades que promuevan la adquisición de conocimientos y capacidades direccionadas a la orientación, habilidades sociales personales, capacidad de resolver problemas por sí mismos y la capacidad para conocer qué es aquello que le gusta y le divierte.

### **Adolescencia y tiempo libre.**

Como lo expresan Lobo y Menchen, 2004(Citados por Muñoz y Olmos, 2010): “El tiempo libre debe entenderse no como estar libre de algo, sino también como estar libre para algo, osea, disponibilidad para ejecutar algo que procura placer y satisfacción, etc.” (p.140-141). Este tiempo libre es crucial para los jóvenes, porque despiertan nuevas oportunidades de ocio y diversión que entretienen y suponen experiencias para aportar a la calidad de vida del joven. El autor también señala que este periodo de tiempo puede estar sumergido en dos momentos: el que puede resultar provechoso adecuada y positivamente y el otro momento que resulta desperdiciado o perjudicado por actividades no enriquecedoras.

Por otra parte, Garaigordobil y Donado (2011), consideran significativo que la utilización del tiempo libre en los jóvenes puede constituir a la aparición de factores de riesgo o factores protectores de salud mental que participan en el desarrollo de su personalidad y en la forma de relacionarse con las demás personas.

Estos factores se presentan de manera deliberada, ya que ocurren en momentos en la que la supervisión de los adultos está ausente y los jóvenes puede escoger autónomamente qué actividades llevar a cabo o no en su tiempo libre. Es necesario conocer la definición y el contexto de los factores protectores y los factores de vulnerabilidad que intervienen respecto a la decisión que toman los niños y adolescentes al momento de elegir las actividades o tareas para ocupar su tiempo libre. La importancia de dichos factores asociados a la utilización del tiempo libre se refleja en cada una de las investigaciones planteadas.

## Marco empírico

Las investigaciones sobre la distribución del tiempo libre y los factores relacionados en su contenido se dirigen a indagar acerca de las repercusiones en el desarrollo integral del individuo. Es importante enmarcar una investigación llevada a cabo en la ciudad de Salamanca en el Noroeste de España, tomando un énfasis en el análisis de la distribución, los usos y valores que sostienen el tiempo libre en estudiantes observando que los valores que intervienen en el mismo son muy escasos desde el punto de vista educativo, también una falta de libertad de los adolescentes al momento de elegir, el deseo de los padres de que hagan los hijos lo que ellos no pudieron hacer, la sobresaturación de actividades como dedicar a la música, los deportes, idiomas; puede hacer perder el objetivo con el que fueron elegidas determinadas actividades para ocupar el tiempo libre (Muñoz y Olmos, 2010).

Dentro de los resultados obtenidos en la investigación anterior se enmarcan la necesidad de respetar y complementar las actividades y alternativas en los grupos de referencias, más del 94% afirma salir con los amigos los fines de semana, gran porcentaje de la muestra de adolescentes dedica más de dos horas a escuchar música a diario y buena parte de la muestra invierte el mismo tiempo en ver la televisión y estar frente a la pantalla del ordenador. La investigación concluyó que es difícil constatar el tipo de reflexiones sobre los usos y la distribución del tiempo libre, igual que sus pensamientos acerca de la existencia de diferentes alternativas de vivir y aprovechar el tiempo libre.

Así mismo, cabe mencionar un estudio realizado por Hurtado y Ochoa, (2011) en la Ciudad de Cali que tuvo como finalidad el análisis del uso que le dan el tiempo libre los estudiantes de 9<sup>a</sup> de los colegios Americano (Carácter Privado) y José Holguín Garcés (Carácter Público) de Cali y sus repercusiones en su entorno social y cultural, caracterizando la saturación de actividades que resultan poco beneficiosas al momento de ocupar el tiempo libre y lo difícil que puede ser el decidir actividades productivas para el buen uso del tiempo libre.

De acuerdo a la evolución del uso del tiempo libre en los jóvenes, se toma en cuenta un proyecto que abarcó las prácticas de tiempo libre y ocio de los jóvenes de hace 20 años a los jóvenes actuales en la Ciudad de Bogotá, enmarcando en la siguiente temática: la comparación de las prácticas de tiempo libre y ocio de los jóvenes de hace 20 años, a los jóvenes actuales y como se ha ido modificando las prácticas de tiempo libre y ocio en los jóvenes de la actualidad en comparación a los jóvenes de hace 20 años en su socialización y los beneficios de compartir en grupo, por medio del uso de la tecnología y los medios informáticos se han ido influenciado

en la transformación de las prácticas. El diseño de la investigación tuvo un alcance descriptivo, de tipo cuantitativo con un enfoque: empírico- analítico: Cuasi experimental- No experimental con fases en aplicación de cuestionario prácticas de tiempo libre y ocio de los jóvenes de hace 20 años a los jóvenes actuales y aplicación a adultos de 30 a 40 años, de la localidad de Engativá. Dentro de las actividades de hace 20 años, se lograba generar un aprovechamiento del tiempo libre y ocio formando diferentes maneras cotidianas de vivir. En la actualidad, el crecimiento de medios tecnológicos ha dado origen a diversas clases de prácticas de tiempo libre y ocio, ocasionando distintas maneras de esparcimiento e integración en los jóvenes de la actualidad (Barrero, Segura y Tintín 2017).

De modo similar, se encontró un proyecto enfatizado a promover el uso positivo y racional del tiempo libre de los jóvenes del municipio de Zipaquirá, a través de un programa de actividades deportivas, artísticas y lúdicas recreativas apoyadas por Tic, para el mejoramiento de sus hábitos y estilos de vida. Los jóvenes en su mayoría concluyen que una de las fortalezas del municipio es que cuenta con escuelas de formación artística y deportivas donde ellos pueden realizar procesos de aprendizaje más motivantes y eficaces. La amenaza más relevante para ellos es el uso inadecuado de las redes sociales virtuales y en general del internet, poco apoyo y monitoreo de los padres de familia en las actividades de sus hijos cuando están en internet (Salamanca, 2017).

## **Marco metodológico**

### **Enfoque de estudio**

Para llevar a cabo este informe de pasantía se adopta como pertinente la investigación de carácter cualitativo. Este enfoque se enmarca en comprender y percibir el conocimiento respecto a la manifestación de acciones, articulaciones verbales, comunicación no verbal y la relación que tiene el individuo con el contexto. Profundiza en el proceso de producción y apropiación de la realidad social y cultural a partir de experiencias, opiniones y significados interpretados por el individuo (Sandoval, 1996, p. 32-34).

A partir de lo anterior se pretende realizar un acercamiento trascendental de la realidad de los niños y adolescentes, determinando los contextos más importantes y relacionales, así mismo identificando los factores de riesgo y de protección inmersos en la utilización del tiempo libre de los mismos.

Para la detección de los factores de riesgo y de protección se hace uso del formato de seguimiento a casos en salud mental de la Secretaría de Salud en la que se exponen datos los cuales facilitan la identificación de dichos factores. También se evidencian las dinámicas familiares y los entornos sociales donde los sujetos participan activamente.

### **Diseño de estudio y paradigma**

Orientado al enfoque fenomenológico que tiene como propósito principal la exploración, la descripción y comprensión de las experiencias en los individuos con respecto a un determinado fenómeno, partiendo desde su perspectiva y descubriendo los elementos en común de esas vivencias (Baptista, Fernández y Hernández, 2010, p. 493). Con respecto a esto se indaga sobre los contextos de los niños y adolescentes, su relación con ellos y se extrae las similitudes que existen entre los casos expuestos por reportes de la IPS Remy en donde se llegará al conocimiento de los factores de protección y los factores de riesgo.

### **Procedimiento**

El procedimiento se llevó a cabo con un primer momento ejecutando una revisión documental por medio de la cual se determine los factores protectores y de riesgo mediante la recolección de información extraída de los formatos de seguimiento y realizando una descripción de los mismos frente a estos casos. Como un segundo momento se pretende producir una triangulación que tiene como objetivo la utilización de diversas fuentes y métodos

de recolección de datos (Baptista *et al*; 2010, p 418). De esta manera el sentido de comprender el fenómeno será mayor utilizando varias fuentes de información e integrando las evidencias identificadas.

Se procede al abordaje en donde se realiza una orientación con relación a la posible problemática presentada. En un segundo momento se indaga respecto a la dinámica familiar en la cual se desenvuelve el niño y el adolescente, a partir de este se genera la identificación de factores de riesgo y de protección presentes en los sujetos, indagando sobre la utilización de su tiempo libre para así proceder a realizar recomendaciones y/o orientaciones para la ejecución de las mismas por medio de la red de apoyo familiar. Este proceso se realiza con el propósito de abordar la problemática de factores de riesgo y realizar una amplia descripción de los factores protectores en donde se logre comprender la repercusión de estos en la utilización del tiempo libre.

### **Población**

La población elegida para el estudio son personas que están inmersas en diversas problemáticas en el presente año, dando un total de 18 casos.

### **Participantes**

Fueron seleccionados niños y adolescentes entre los 9 y los 18 años. Los cuales presentan determinada problemática. La muestra es de carácter homogénea, teniendo en cuenta que las unidades a seleccionar poseen un mismo perfil o característica, o bien, comparten rasgos semejantes. Su finalidad es centrarse en el fenómeno a estudiar o resaltar situaciones, procesos o episodios en un grupo social (Baptista *et al*; 2014, p.388). Dentro de la muestra tenemos tres (3) niñas en edades entre los 9 y los 11 años, ocho (8) niños entre los 9 y los 11 años y seis (6) adolescentes masculinos entre los 13 y 18 años. Mediante esta muestra se proporcionan datos sociodemográficos, dinámicas familiares, factores de riesgo y de protección con relación a la ocupación del tiempo libre.

### **Criterios de inclusión**

Niños y adolescentes en edades entre los 9 y 18 años.

Niños y adolescentes que viven en el municipio de Madrid.

Casos reportados por la IPS Remy por determinadas problemáticas en el primer semestre del año 2018.

### **Criterios de Exclusión**

Personas pertenecientes al periodo o ciclo vital vejez.

Casos reportados de personas nacidas en otros municipios.

Casos reportados a la secretaría de Educación y desarrollo social por otras entidades.

### **Técnica e instrumento de recolección de datos**

Para llevar a cabo la recolección de datos en un primer momento se hace uso del formato de seguimiento a casos en salud mental suministrado por la Gobernación de Cundinamarca el cual está estructurado por seis fases que se dividen en:

1. Información general del sujeto: Este apartado hace referencia a la información del código asignado al caso, número de identificación, nombres y apellidos del sujeto, edad, ocupación, tipo de régimen de salud, municipio y lugar de residencia, teléfono de contacto, información de la persona a cargo, etapa del ciclo, información de la entidad que notifica y la fecha del seguimiento.
2. Evento que influye en la salud mental de la persona o la familia: Hace referencia al acontecimiento que interviene en la salud mental del sujeto.
3. Objetivo del seguimiento: Se especifica la finalidad de la orientación y la identificación de factores de riesgo y factores protectores.
4. Actividades realizadas a la fecha en Salud mental identificando responsables: Aquí se obtiene información de orientaciones previas realizadas al sujeto sobre algún evento específico que influya en su salud mental.
5. Dinámica familiar: Apartado que permite obtener información acerca del tipo de familia, relaciones y funciones existentes en la misma con relación al sujeto.
6. Situación económica de la familia: Este apartado hace referencia al tipo de vivienda, ingresos familiares y proveedores.
7. Factores protectores y de riesgo: Esta parte corresponde a la adquisición de información precisa sobre los posibles factores de riesgo y de protección. Se optó por la elaboración de una corta entrevista no estructurada, como otro instrumento de recolección de información compuesta por 3 ítems, los cuales se orientan a indagar acerca de la



ocupación del tiempo libre de los niños y adolescentes, con relación a la identificación de dichos factores. Teniendo en cuenta que la entrevista abierta se fundamenta en una guía general de contenido y el entrevistador posee toda la flexibilidad para manejarla (Baptista, *et al*; 2014, p.403).

8. Plan que seguir: A partir de los hallazgos, se definen recomendaciones y observaciones para la familia.
9. Logros del seguimiento: Este apartado permite generar los compromisos por parte del sujeto y de su cuidador.

### **Lineamientos éticos**

Para llevar a cabo el informe de pasantía respecto a la utilización del tiempo libre como factor protector o de riesgo en niños y adolescentes del municipio de Madrid, se emplea como herramienta para la realización de la misma, la Ley 1090 del 2006 por la cual se estipula el ejercicio de la profesión de psicología, se dicta el Código Deontológico y Bioético y otras disposiciones. Teniendo en cuenta lo siguiente:

Capítulo VII: Referente a la investigación científica, las publicaciones y la propiedad intelectual; se hace énfasis en los artículos 49, 50 y 52 en los que se reglamenta que es responsabilidad del psicólogo las temáticas de estudio, metodología, materiales, conclusiones, resultados, la divulgación y correcta utilización de este. Asimismo, que las investigaciones científicas llevadas a cabo se basen en principios éticos de respeto y dignidad, salvaguardando el bienestar y los derechos de los participantes. Además, en los casos de menores de edad y personas incapacitadas, el consentimiento respectivo deberá ser firmado por el representante legal del participante (Ministerio de Protección Social, 2006, pp. 11-12).

Con respecto a los aspectos éticos de las investigaciones en seres humanos, se tiene en cuenta la Resolución 8430 de 1993 que considera en el artículo 6 criterios refiriendo que toda investigación en la que el ser humano sea sujeto de estudio contará con el consentimiento informado y por escrito del sujeto de investigación o su representante legal. (Ministerio de Salud, 1993, p.2).

De acuerdo con lo anterior la responsabilidad de la psicología se direccionará a velar y conservar la protección de los participantes, contribuyendo desde los principios éticos y profesionales por los cuales se rige la profesión, la información recabada para el desarrollo y la ejecución del presente proyecto de pasantía para prevenir una inadecuada aplicación del mismo.

Es importante retomar de la constitución política de Colombia en el capítulo 2 (De los derechos sociales, económicos y culturales) haciendo énfasis en el siguiente artículo:

Artículo 44. Son derechos fundamentales de los niños: la vida, la integridad física, la salud y la seguridad social, la alimentación equilibrada, su nombre y nacionalidad, tener una familia y no ser separados de ella, el cuidado y amor, la educación y la cultura, la recreación y la libre expresión de su opinión. En este artículo es importante mencionar el rol fundamental que tiene la familia, la sociedad y el estado frente a la obligación de asistir y proteger al niño garantizando su desarrollo integral y el cumplimiento de todos sus derechos. Señala la recreación y la libre expresión de su opinión como aspecto primordial en su desarrollo personal (Constitución Política de Colombia, 2016, cap. 2).

Por otra parte, el Congreso de la República estipula la Ley 1098 por la cual se expide el Código de Infancia y Adolescencia que refiere a un niño o una niña las personas entre los 0 y los 12 años, y por adolescente las personas entre los 12 y los 18 años. Esta ley tiene por objetivo la protección integral de los niños, niñas y adolescentes enmarcando a la familia, la sociedad y el Estado como responsables al garantizar sus derechos y libertades en un ambiente de felicidad, amor y comprensión sin discriminación alguna, tiene en cuenta los artículos 29 y 30 que establecen el derecho al desarrollo integral en la primera infancia enmarcando este periodo como una etapa del ciclo vital en la que se determinan las bases para el desarrollo cognitivo, social y emocional del individuo. También refiere el derecho que tiene todos los niños y adolescentes al descanso, esparcimiento, al juego, actividades recreativas propias de su ciclo vital y la participación en la vida cultural y la integración a actividades artísticas (Congreso de Colombia, 2006).

En cuanto al uso del tiempo libre el congreso de la república también concreta la Ley 181 de 1995 estipulando el artículo 5° que entiende el aprovechamiento del tiempo libre como el uso constructivo que el ser humano hace de él, en beneficio de su enriquecimiento personal y del disfrute de la vida, en forma individual o colectiva. Tiene como funciones básicas el descanso, la diversión, el complemento de la formación, la socialización, la creatividad, el desarrollo personal, la liberación en el trabajo y la recuperación psicológica (República de Colombia, 2000).

## **Resultados**

En el presente informe se realiza una aproximación a los factores de protección y los factores de riesgo presentes en los contextos de los participantes y asociados en la utilización del tiempo libre, dando respuesta a los objetivos establecidos en el inicio de la investigación, se expone información acerca de la caracterización de los niños y adolescentes obteniendo lo siguiente:

### **Caracterización de niños y adolescentes entre 9 y 18 años**

La muestra seleccionada corresponde en su mayoría a menores de 10 años en estado de escolarización, pertenecientes al estrato dos (2). Dentro de la muestra tenemos tres (3) niñas en edades entre los 9 y los 11 años, ocho (8) niños entre los 9 y los 11 años y seis (6) adolescentes masculinos entre los 13 y 18 años. Mediante esta muestra se proporcionan datos sociodemográficos, dinámicas familiares, factores de riesgo y de protección con relación a la ocupación del tiempo libre, junto a esto se integra que la utilización del tiempo libre es aprovechada eficientemente por la población femenina infantil, de igual manera se enmarcan las siguientes actividades para ocupar el tiempo libre con frecuencia: Leer, escuchar música, jugar con los amigos, jugar videojuegos, actividades de juego con los padres o hermanos, dormir y ver programas de televisión.

FACTORES DE RIESGO	FACTORES DE PROTECCIÓN	FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA
<b>Baja autonomía</b>	<b>Autonomía</b>	Favorece y aumenta el potencial que genera posibilidades de satisfacción personal, construyendo una decisión favorable en el individuo para la ocupación individual de su tiempo libre (Phil, 1999, p.92).
<b>Baja adaptación a la adversidad</b>	<b>Resiliencia</b>	Promueve actitudes que favorecen el desarrollo de habilidades que proporcionan enfrentamientos idóneos ante situaciones amenazantes, permitiendo un fortalecimiento y crecimiento personal teniendo en cuenta los sistemas de apoyo familiar y social, características de la personalidad y la construcción de ambientes que fomenten este factor (Kalbermatter, 2006).
<b>Disfunción familiar y ausencia del padre o de la madre en espacios extracurriculares</b>	<b>Supervisión e interés por parte de los progenitores en las actividades de los hijos, normas básicas de convivencia y comunicación activa</b>	Ambiente generado entre los miembros que componen el núcleo familiar, grado de cohesión, dependiendo como se asuman los roles, la autoridad, el afecto, y la comunicación. Se direccionar a especificar cumplimiento de normas y reglas, el calor afectivo será armonioso o de lo contrario la hostilidad aparecerá generando espacios de inconformidad

		y altos grados de distanciamiento y apatía en la familia (Gallego, 2001, p.339).
<b>Red de apoyo social deficiente</b>	<b>Red de apoyo social favorable</b>	La existencia de intereses y relaciones afectivas con personas significativas externas a las que componen el marco familiar se convierte en factor favorable o negativo cuando los jóvenes llegan a la edad adulta y abandonan el sistema de protección Dainig y DePanfilis, 2007(citados por Martín,2011).
<b>Ausencia de actividades enriquecedoras y productivas</b>	<b>Presencia de actividades enriquecedoras</b>	El aprovechamiento de actividades y el uso constructivo que el individuo hace de las mismas, en beneficio de su enriquecimiento personal y del disfrute de la vida, en forma individual o colectiva. Tiene como funciones básicas el descanso, la diversión, el complemento de la formación, la socialización, la creatividad, el desarrollo personal, la liberación en el trabajo y la recuperación psicobiológica (República de Colombia,2000).

**Tabla 2. Identificación de los factores protectores y de riesgo. Elaboración propia.**

### **Factores de riesgo identificados en la ocupación del tiempo libre en la infancia**

Los factores de riesgo encontrados en la población infantil se direccionaron a una baja autonomía al momento de elegir las actividades para disfrutar en el tiempo libre; de acuerdo con las descripciones no hay una clara relación personal con este aspecto porque el conocimiento de la finalidad del mismo es escaso, o se desborda del mero disfrute personal. La disfunción familiar y ausencia del padre o de la madre en espacios extracurriculares, observando la composición de familias monoparentales, con escasa supervisión en las actividades de la población infantil, al indagar con los progenitores a cargo expresan el tiempo mínimo que pueden dedicar a sus hijos por cuestión de trabajo, por la indisposición de compartir juntos en familia o porque consideran la institución educativa también tiene la función de educar en tiempo libre. Otro factor es la ausencia de actividades enriquecedoras y productivas debido a que se presenta un uso constructivo del espacio de tiempo libre, las actividades mencionadas se direccionan el uso extenso en los aparatos electrónicos, acompañado de la utilización de videojuegos por largas horas y la inmersión en las redes sociales de carácter negativo como mecanismo para ocupar el tiempo en el cual ellos consideran estar libres.

### **Factores de protección identificados en la ocupación del tiempo libre en la Infancia**

Se evidencio como factor de protección la red de apoyo familiar respecto a la supervisión por parte de los padres al momento de observar los intereses de sus hijos respecto a las actividades que llevan a cabo en su tiempo libre, se presentó activa comunicación para expresar sentimientos y describir situaciones determinadas al momento de entablar el diálogo con los padres acerca de las actividades que más les gusta disfrutar en familia y con el círculo social de los niños. Otro factor evidenciado fue el círculo social de la población infantil, debido a que es amplio, la mayoría corresponden a la red escolar y se evidencian buenas relaciones interpersonales para llevar a cabo actividades como el juego y la recreación en el entorno académico. Con respecto a la descripción de las actividades realizadas en el círculo social son notorias los encuentros para aprovechar del deporte, especialmente el fútbol en los niños, y en las niñas el aprovechamiento del tiempo libre se genera en los espacios en las horas del descanso.

### **Factores de riesgo en la ocupación del tiempo libre en la adolescencia**

Las descripciones generadas a partir de las orientaciones familiares y personales evidencian una escasa autonomía al momento de elegir actividades para ocupar el tiempo libre, según las descripciones de la mayoría de los casos no consideran una elección pertinente porque tienen desconocimiento acerca del mismo o porque no buscan los espacios para dedicar a actividades impuestas por ellos mismo. Se evidenció también el factor de la baja adaptación a la adversidad debido a que la mayoría de los adolescentes al momento de estar sometidos a presiones familiares o académicas, presentan muchas distracciones que se convierten en inadecuados hábitos que interviene en la utilización del tiempo libre negativamente.

Con respecto a la disfunción familiar y ausencia del padre o de la madre en espacios extracurriculares las descripciones generaron este factor presente en la mayoría de los casos, es decir que existe la carencia de los lazos afectivos porque los adolescentes no generan espacios de comunicación y de acompañamiento con los padres, aunque es importante señalar la descripción por parte de los padres quienes en mayoría expresan que el ámbito laboral de los progenitores no permite que se generen los espacios de dinámica familiar.

Con respecto al factor social, los adolescentes carecen de círculos sociales para llevar a cabo actividades productivas, en algunos casos se evidenció un círculo social influyente en la elección de las actividades de tiempo libre, así mismo se dio a conocer la ausencia de actividades enriquecedoras y productivas en el tiempo libre debido a la extensa carga académica y si se logran realizar actividades en ese espacio que no desarrollan las propias cualidades de los adolescentes y tampoco obtienen una gratificación esperada.

### **Factores protectores identificados en la ocupación del tiempo libre en la Adolescencia**

Las informaciones recabadas en las orientaciones permitieron identificar descripciones en la elección de actividades organizadas voluntarias y satisfactorias con fines de recreación, juego y de carácter artístico en esta población, es decir la autonomía se posiciona como factor protector para llevar a cabo actividades de disfrute personal. También es importante enmarcar en el contenido de las descripciones para la identificación de los factores, es notorio conocer el fortalecimiento de las dinámicas familiares concentradas en reconocer el rol que desempeñan los padres en la organización del tiempo libre de sus hijos, varios casos permitieron detectar la realización de aficiones en familia como ver películas, ir al cine, realizar actividades con juegos de mesa, observando los interés de los adolescentes y también de los padres valorando

preferencias de cada miembro familiar para así llevar a cabo un acuerdo de satisfacción a todas sus partes.

Existe la manifestación de diferencias significativas respecto a los factores inmersos en la utilización del tiempo libre en la etapa infantil y la etapa de adolescencia, sin embargo, es posible transformar realidades para cambiar factores de riesgo a factores de protección, estos factores se producen en el núcleo primario de relación, debido a que la familia es una unidad determinante en la adquisición o mitigación de los factores inmersos en el desarrollo integral del individuo, como se constata desde la perspectiva de Gallego,(2012).

Es importante destacar la pertinencia de las orientaciones personales y familiares sobre la percepción que tiene el niño y el adolescente frente a la finalidad concentrada en el tiempo libre para delegar actividades voluntarias y productivas, a partir de estas se manifestó un conocimiento y un descubrimiento de las opiniones observando que el tiempo empleado para dichas actividades es muy pobre, la dedicación a actividades de carácter virtual es muy notorio, el aprovechamiento es mínimo y el disfrute se direcciona a una distracción fácil en los aparatos tecnológicos, de acuerdo a esto y según el estudio realizado por Salamanca,(2017), se convierte en una amenaza relevante para el buen uso del tiempo libre y la escasa supervisión o ausencia por parte de los padres denota el bajo interés de los progenitores en las mismas y en el conocimiento de las elecciones preferidas por los niños y los adolescentes acerca de la integración a escuelas de formación o participación en los programas culturales que ofrece el municipio

Es importante enmarcar que las descripciones generadas por la población permitieron evidenciar factores de riesgo relacionados con la ocupación de su tiempo libre, y como lo expresa Hein (2004), la vivencia de situaciones contextuales o personales que generen la posibilidad de la aparición de problemas que influyan en la salud mental y física pueden tener una repercusión desplegada como un factor vulnerable en su desarrollo integral.

En suma, Desde una perspectiva significativa Nuviala, Ruiz y García, (2003) también acoplan que aquel periodo de tiempo voluntario e impuesto personalmente se encuentra sumergido por determinados factores que no siempre permiten el tiempo libre como un espacio idóneo y adecuado para enriquecer su desarrollo personal, debido a que en esta época actual se presenta la escasez de las figuras de autoridad y supervisión impuestas en los núcleos familiares de los niños y adolescentes y por ende una deficiencia en las redes de apoyo de la misma, esto ocasiona que los niños s algunas veces se limitan al contexto escolar intentando por medio de



este entorno llenar el vacío de la red de apoyo primordial, apoyando sus decisiones y sus perspectivas en las experiencias y elecciones de los pares.

## Conclusiones

De acuerdo con la realidad de la revisión efectuada en las orientaciones con los niños y los adolescentes y los objetivos del presente informe, se logró llevar a cabo la identificación de factores que influyen en los contextos de los cuales son ellos partícipes y la influencia de estos en su tiempo libre. La posibilidad de entender y reflexionar significados profundos, descripciones y contenidos inmersos en la finalidad del tiempo libre como aspecto fundamental en el desarrollo del individuo, permitió abordar el fenómeno desde la recolección de información de diferentes fuentes que tiene constante interacción con el niño y el adolescente. Como lo menciona Muñoz y Olmos, (2010) en su investigación, es muy difícil constatar el tipo de reflexiones sobre los usos y la distribución del tiempo libre, los pensamientos de los niños y adolescentes son cambiantes y permiten el abordaje de diferentes alternativas de vivir y aprovechar el tiempo libre.

En suma, se evidenciaron dos factores de protección que presentan los niños y adolescentes de edades entre los 9 y los 18 años del municipio de Madrid, de esta forma se determinó la red de apoyo familiar y social con más prevalencia en la población infantil y la autonomía en la elección de las actividades por parte de los adolescentes. Se describieron actividades de compartir en familia ocupaciones como ver películas, practicar juegos de mesa, jugar con los amigos en el parque y el disfrute de los mismo en el colegio. Dentro del espectro de los factores de riesgo predominaron las familias monoparentales, el ámbito de la pobre supervisión y ausencia de los padres en las labores de tiempo libre de sus hijos, baja resiliencia ante presiones o adversidades personales y la ausencia de actividades enriquecedoras en el desempeño del tiempo libre.

Por otro lado, se tomó en cuenta las percepciones que tienen los participantes del contenido y significado del tiempo libre, el conocimiento de la finalidad del mismo se desplaza a una apreciación de tiempo como momento en el cual no hay ninguna labor para realizar. Estas percepciones permitieron una estimación real acerca del cuestionamiento de este término y un análisis a profundidad de la relevancia de este.

Se logró evidenciar una base fundamental de llevar a cabo orientaciones y estrategias en promoción adecuada de las actividades, el contexto y la orientación en la forma de utilización del tiempo libre como factor protector. De igual manera el fortalecimiento de las dinámicas familiares y las relaciones interpersonales para aumentar el grado de resiliencia en los niños y

adolescentes produciendo un adecuado afrontamiento a diversas situaciones que provocan deficiencia en el uso del tiempo libre.

Los factores protectores encontrados en los niños y adolescentes que contribuyen a la mitigación de factores de vulnerabilidad y que según Paramo,(2011) enriquecen y favorecen el desarrollo humano dando lugar a una reducción de los efectos de los factores de riesgo, en relación a la ocupación y el aprovechamiento del tiempo libre; existe la predominancia de la red de apoyo familiar, logrando identificar que la mayoría de los niños y adolescentes tienen un apoyo constante dentro del núcleo familiar por parte de uno de los progenitores. También se logró evidenciar que los padres intentan fortalecer la comunicación con sus hijos y el tiempo compartido en familia, pero se denota el escaso interés por complementar en las actividades de tiempo libre de los mismos.

Se observó que los niños y adolescentes de la muestra incluyendo sus padres y cuidadores no poseen claridad de la finalidad primordial de educar acerca del tiempo libre como espacio idóneo, participativo y clave en el desarrollo constante del individuo en cualquier momento de su ciclo vital. Muchas veces se generan espacios libres y por el desconocimiento prefieren señalarlo como un tiempo para dormir, hacer actividades sin organización sin fundamento y por ende tienden a naturalizar este espacio como un tiempo libre sin responsabilidad alguna.

En definitiva, este estudio pretende de igual manera aportar a la Secretaría de Educación y Desarrollo social información para la implementación de proyectos, programas y estrategias de promoción del buen uso del tiempo libre en conjunto con las Instituciones Educativas Departamentales del Municipio para producir una educación en la ocupación del tiempo libre en los niños y adolescentes de Madrid. También desde la disciplina de la psicología promover espacios de capacitación para dar a conocer los factores de riesgo y los factores de protección inmersos en la elección y la ocupación de las actividades a desarrollar en ese tiempo de disfrute voluntario, generando en los niños, adolescentes y padres de familia para que a partir de la percepción de los mismos puedan producir alternativas positivas en la elección de las actividades que desempeñan en su tiempo libre y la importancia de enriquecer dichos espacios con autonomía, satisfacción y disfrute personal.

## Recomendaciones

A partir del informe y las descripciones arrojadas se sugiere hacer un énfasis en el fortalecimiento de la condición de autonomía en los niños y adolescentes para integrar la autosuficiencia, la empatía y la independencia personal deliberadamente ante diversas situaciones del diario vivir y con preferencia en las actividades a desempeñar en su tiempo libre, debido que están inmersos en entornos que generan determinadas tensiones y problemáticas produciendo respuestas diferentes de enfrentamiento. De acuerdo con esto, la resiliencia también se posiciona como un factor positivo para un proceder idóneo ante la presencia de situaciones amenazantes. La promoción y la participación de estos factores se direccionan a enriquecer los vínculos afectivos de los padres con sus hijos y estimular la participación de los mismos en actividades lúdico-recreativas contenidas en la producción y desarrollo del tiempo libre como aspecto fundamental en el crecimiento íntegro del individuo.

Es importante no solo considerar cuales son las descripciones y las opiniones acerca de el contenido que evoca el tiempo libre en la población con determinados riesgos psicosociales para determinar la influencia de los factores protectores y los de riesgo, sino que además es fundamental destacar la importancia de la participación en las escuelas de formación que ofrece el municipio en convenio con el Instituto Municipal de Deporte y Recreación de Madrid, brindando espacios en diferentes ámbitos deportivos. También se hace hincapié en la integración a actividades culturales y artísticas para el fomento del buen manejo del tiempo libre acompañado de diversas estrategias de entretenimiento y enriquecimiento personal que se direccionen a “conocer” como desarrollar el tiempo libre.

Dentro del marco de la oportunidad para delegar actividades que complementen el tiempo libre se genera la priorización por crear redes de apoyo y de contención que permitan trabajar de manera sincronizada en conjunto con la Secretaría como pueden ser las Instituciones Educativas Departamentales, la Casa de la Cultura, las Escuelas de Formación, las Escuelas de Padres, entre otras para optimizar los espacios de ocio y generar propuestas pedagógicas y culturales para la integración social de la comunidad respecto al conocimiento del fenómeno. Dentro de esta consideración, las actuaciones de las diferentes entidades que integran la participación de la población infanto juvenil, deben ser significativas al momento de percibir los beneficios del buen uso del tiempo libre y la producción de un conocimiento partiendo de las necesidades manifiestas en la población y de los contenidos recabados en el presente informe

para promover los encuentros de experiencias satisfactorias que fomenten la utilización del tiempo libre idóneamente.

El fortalecimiento de los espacios de comunicación entre padres e hijos permitirá el conocimiento de las actividades preferidas por los niños y los adolescentes, otorgando espacios que permitan desarrollar capacidades y habilidades de carácter personal social y cultural, es importante destacar la supervisión por parte de los padres como ámbito fundamental para el desarrollo de actividades que componen un espacio de acción personal encaminado al mero disfrute personal. Se sugiere compartir con el niño y el adolescente en diferentes contextos que no solo se limiten al hogar, salir de casa permite la experiencia de nuevas vivencias para identificar nuevas aficiones e intereses que pueden ser de agrado para los niños y jóvenes y que integran esas figuras de apego para identificar diversidad de actividades que permiten el disfrute y desarrollo personal en el tiempo libre.

## Referencias

- Abello, R., Amar., J y Tirado., D. (2004). Desarrollo Infantil y construcción del mundo social. *Barranquilla: Ediciones Uninorte.*
- Alcaldía de Madrid. (2018). *Secretaría de Educación y Desarrollo Social.* Recuperado de <http://www.madrid-cundinamarca.gov.co/directorio-institucional/secretaria-de-educacion-y-cultura>.
- Alonso, L., Ariza, P., Comas, M., Guzmán, D., Murcia G., Murcia, J y Herrera, D. (2007). Autoestima y relaciones interpersonales en jóvenes estudiantes de primer semestre de la División Salud de la Universidad del Norte, Barranquilla (Colombia). *Revista Salud Uninorte.* Vol. 23(núm. 1). Recuperada de <http://www.scielo.org.co/pdf/sun/v23n1/v23n1a05.pdf>
- Amezcu, J., Fernández, E., y Pichardo M. (2002). Importancia del clima social familiar en la adaptación personal y social de los adolescentes. *Revista General de Psicología y aplicaciones.* Vol. 55(núm. 4). Recuperada de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=294345>
- Argollo, P, Borquez, M, Cerda, J, Santander, S, Santelices, L, y Zubarew, T. (2008). Influencia de la familia como factor protector de conductas de riesgo en escolares chilenos. *Revista Scielo.* Vol 136(núm. 3). Recuperada de [https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?pid=S0034-98872008000300006&script=sci\\_arttext&tlng=en](https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?pid=S0034-98872008000300006&script=sci_arttext&tlng=en)
- Baptista, P., Fernández, C & Hernández, R. (2014). *Metodología de la investigación.* México: McGraw Hill. Recuperado de <http://observatorio.epacartagena.gov.co/wp-content/uploads/2017/08/metodologia-de-la-investigacion-sexta-edicion.compressed.pdf>
- Barrero, S., Segura, E., y Tintín C. (2017). *Prácticas de tiempo libre y ocio en los jóvenes de hace 20 años a los jóvenes actuales.* Trabajo de grado. Universidad Minuto de Dios. Recuperada de [http://repository.uniminuto.edu:8080/xmlui/bitstream/handle/10656/5073/TEFIS\\_TintinCristian\\_2017.pdf?sequence=1](http://repository.uniminuto.edu:8080/xmlui/bitstream/handle/10656/5073/TEFIS_TintinCristian_2017.pdf?sequence=1)
- Bartolomé, R., Montañez, J., Montañés y Parra, M. (2008). Influencia del contexto familiar en las conductas adolescentes. *Ensayos.* p. 392. Recuperada de <http://files.psicologia-2-de-secundaria.webnode.com/200000031-20fdd21fab/Dialnet-InfluenciaDelContextoFamiliarEnLasConductasAdolesc-3003557.pdf>

- Bustos, M. (2013). Factores de Resiliencia en Adolescentes Residentes en un Centro de Protección de Valparaíso. *Revista de Psicología*. Vol 2(núm. 4). Recuperada de <http://sitios.uvm.cl/revistapsicologia/revista/04.04.resiliencia.pdf>
- Cantero, M., Delgado, B., Gion, S., González, C., Martínez, A., Navarro, I., Pérez y Valero. (sf). *Psicología del desarrollo humano. España: Editorial Club Universitario.*
- COLCIENCIAS. (sf). Ciencias Humanas, Sociales y Educación. *Líneas de acción.* Recuperada de [http://legadoweb.colciencias.gov.co/programa\\_estrategia/ciencias-humanas-sociales-y-educaci-n](http://legadoweb.colciencias.gov.co/programa_estrategia/ciencias-humanas-sociales-y-educaci-n)
- Craig, G. (2001). *Desarrollo psicológico. México: Prentice Hall Hispanoamericana, S.A.*
- Dávila, O. (2004). Adolescencia y juventud: de las nociones a los abordajes. *Revista Scielo*. Vol 12(núm. 21). Recuperada de [https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?pid=S0718-22362004000200004&script=sci\\_arttext](https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?pid=S0718-22362004000200004&script=sci_arttext)
- Echeburúa, E. (2012). Factores de riesgo y factores de protección en la adicción a las nuevas tecnologías y redes sociales en jóvenes y adolescentes. *Revista Española de drogodependencias.* Vol. 37(núm. 4). Recuperada de [http://aesed.com/descargas/revistas/v37n4\\_5.pdf](http://aesed.com/descargas/revistas/v37n4_5.pdf)
- Garaigordobil, M, y Donado, M. (2011). Sexismo, personalidad, psicopatología y actividades de tiempo libre en adolescentes colombianos: Diferencias en función del nivel de desarrollo de la ciudad de residencia. *Revista redalyc.* (núm. 27, p. 93). Recuperada de <http://www.redalyc.org/html/213/21320708005/>
- Gallego, A. (2012). Recuperación crítica de los conceptos de familia, dinámica familiar y sus características. *Revista Virtual Universidad Católica del Norte.* (núm. 35). Recuperada de <http://revistavirtual.ucn.edu.co/index.php/RevistaUCN/article/viewFile/364/679>
- Gobierno de Colombia. (s.f.). *Ministerio de Salud.* Recuperado de <https://www.minsalud.gov.co/salud/publica/SMental/Paginas/salud-mental-y-convivencia-social.aspx>
- Guerrero, J., y Sánchez, J. (2015). Factores protectores, estilos de vida saludable y riesgo cardiovascular. *Revista Psicología y Salud.* Vol. 25(núm. 1). Recuperada de <http://revistas.uv.mx/index.php/psicysalud/article/view/1339/2462>
- Goyeneche, S., Heredia, R., y Kalbermatter, M. (2006). *Resiliente. Se nace, se hace, se rehace: Talleres de resiliencia y valores para niños y adolescentes.* Córdoba, España. Editorial Brujas.P.11.

- Hein, A. (2004). *Factores de riesgo y delincuencia juvenil: revisión de la literatura nacional e internacional*. Fundación Paz Ciudadana. Recuperada de <http://www.copihueb.com/paz-ciudadana/publicacion/factores-de-riesgo-y-delincuencia-juvenil-revision-de-la-literatura-nacional-e-internacional/>
- Hernández, A, y Morales, V. (2000). Acerca del ocio, del tiempo libre y de la animación sociocultural. *Revista digital-Buenos Aires*. Vol. 5(núm. 23). Recuperada de <http://www.efdeportes.com/efd127/una-revision-teorica-ocio-tiempo-libre-y-animacion-sociocultural.htm>
- Hurtado, O., y Ochoa D. (2011). *Análisis del uso de tiempo libre en estudiantes de grado 9º, de dos instituciones educativas una pública y una privada de Cali y sus repercusiones en su entorno social y cultural*. Trabajo de grado. Universidad del Valle. Recuperado de <http://bibliotecadigital.univalle.edu.co/bitstream/10893/9669/1/CB-0456026-LCS.pdf>
- Jaramillo., L. (2007). Concepción de infancia. *Revista del Instituto de Estudios Superiores Universidad del Norte*. (núm. 8). Recuperada de <http://rcientificas.uninorte.edu.co/index.php/zona/article/view/1687/1096>
- Jiménez, A. (2011). La tardía instalación de la teoría del desarrollo cognitivo de Jean Piaget en Colombia: 1968-2006. *Revista Colombiana de Educación*. (N 60). Recuperada de <http://www.scielo.org.co/pdf/rcde/n60/n60a8.pdf>
- Mansilla. (2000). Etapas del desarrollo humano. *Revista de Investigación en Psicología*. Vol 3(núm. 2).
- Martín, E. (2011). Apoyo social percibido en niños y adolescentes en acogimiento residencial. *Revista Internacional de Psicología y Terapia Psicológica*. Vol. 11(núm. 1). Recuperado de <http://www.ijpsy.com/volumen11/num1/285/apoyo-social-percibido-en-nios-y-adolescentes-ES.pdf>
- Medina, N., y Carvalho, M. (2010). Factores protectores de las familias para prevenir el consumo de drogas en un municipio de Colombia. *Revista Scielo*. Vol 18(núm. spe). Recuperada de [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0104-11692010000700004](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-11692010000700004)
- Ministerio de Protección Social (2006). Ley Número 1090 del 2006. Recuperado de <http://www.sociedadescientificas.com/userfiles/file/LEYES/1090%2006.pdf>



- Ministerio de Salud (1993). Resolución Número 8430 de 1993. Recuperado de <https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/DE/DIJ/RESOLUCION-8430-DE-1993.PDF>
- Muñoz, J, y Olmos, S. (2010). Adolescencia, tiempo libre y educación. Un estudio con alumnos de la ESO. *Revista redalyc*. Vol. 13(núm. 2) (p. 140-141). Recuperada de <http://www.redalyc.org/html/706/70617175006/>
- Nuviala, A, Ruiz, F y García, E (2003). Tiempo libre, ocio y actividad física en los adolescentes. La influencia de los padres. *FEADEF*. (núm. 6, p. 13). Recuperada de <https://recyt.fecyt.es/index.php/retos/article/view/35078>
- Páramo, M. (2011). Factores de riesgo y factores de protección en la adolescencia: Análisis de contenido a través de grupos de discusión. *Revista Redalyc*. Vol 29(núm. 1). Recuperada de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=78518428010>
- Pastor, A.G. (2015). *Actividades de educación en el tiempo libre infantil y juvenil. Proyectos educativos de ocio*. España: Ideas propias Editorial. (p.15)
- Phail, E. (1999). El tiempo libre y la autonomía: Una propuesta. *Revista de Estudios de Género, La Ventana*. México: Guadalajara. Vol. 1(núm. 9). Recuperada de <http://www.revistalaventana.cucsh.udg.mx/index.php/LV/article/view/400/423>
- Pineda, S., y Aliño, M. (2002). El concepto de adolescencia. Manual de prácticas clínicas para la atención integral a la salud en la adolescencia. *Cuba. MINSAP*. Recuperada de <http://ccp.ucr.ac.cr/bvp/pdf/adolescencia/Capitulo%20I.pdf>
- Procuraduría General de la Nación. (2006). *Código de la infancia y la adolescencia (Ley 1098 de noviembre 8 de 2006)*. Recuperada de [https://www.procuraduria.gov.co/portal/media/file/Visi%C3%B3n%20Mundial\\_Codigo%20de%20Infancia%202011%281%29.pdf](https://www.procuraduria.gov.co/portal/media/file/Visi%C3%B3n%20Mundial_Codigo%20de%20Infancia%202011%281%29.pdf)
- República de Colombia. (2016). *Constitución política de Colombia*. Recuperado de <http://www.corteconstitucional.gov.co/inicio/Constitucion%20politica%20de%20Colombia.pdf>
- República de Colombia. (2000). *Instituto Colombiano del deporte*. Recuperada de [http://www.coldeportes.gov.co/normatividad/normatividad\\_juridica/leyes/ley\\_181](http://www.coldeportes.gov.co/normatividad/normatividad_juridica/leyes/ley_181)
- República de Colombia. (2015). *Ministerio de Cultura*. Recuperada de <http://www.mincultura.gov.co/areas/fomento-regional/Documents/DIGITALlibro-Portafolio2015.pdf>

- Rodríguez, J., y Agulló, E. (1999). Estilos de vida, cultura, ocio y tiempo libre de los estudiantes universitarios. *Revista Redalyc. Vol. 11*(núm. 2). Recuperada de <http://www.redalyc.org/html/727/72711202/>
- Rodríguez, M. (2010). Factores personales y familiares asociados a los problemas de comportamiento en niños. *Revista Scielo.Vol 27*(núm. 4). Recuperada de <http://www.scielo.br/pdf/estpsi/v27n4/02.pdf>
- Sánchez, M. (2014). *Contextualización del tiempo libre infantil y juvenil en el entorno social*. Logroño (España): Editorial Tutor formación.
- Sandoval, C. (1996). *Investigación Cualitativa*. Programa de Especialización en teorías, métodos y técnicas de investigación social. (p. 32-34). Recuperada de <https://panel.inkuba.com/sites/2/archivos/manual%20colombia%20cualitativo.pdf>
- Salamanca, L. (2017). *Proyecto del aprovechamiento positivo del tiempo libre en el municipio de Zipaquirá, Cundinamarca*. (Trabajo Especialización, Universidad Militar Nueva Granada, Cajicá, Colombia) Recuperada en <http://repository.unimilitar.edu.co/handle/10654/16692>
- UNICEF, (2004). *Deporte, recreación y juego*. Fondo de las naciones unidas para la infancia. Estados Unidos. Recuperada de [https://www.un.org/sport/sites/www.un.org.sport/files/ckfiles/files/2004-04\\_UNICEF\\_Deporte\\_recreacion\\_y\\_juego.pdf](https://www.un.org/sport/sites/www.un.org.sport/files/ckfiles/files/2004-04_UNICEF_Deporte_recreacion_y_juego.pdf)

## Anexos

### Anexo A: Instrumento

#### FORMATO DE SEGUIMIENTO A CASOS EN SALUD MENTAL

Código asignado al caso	Nombres y apellidos	No de seguimientos	
Doc. De Identificación No.	Edad	Estado civil	Ocupación
			SGSSS ( C, S, V, O)
Municipio	Dirección		Barrio o vereda
			Teléfono
Persona contacto (familiar, amigo, jefe, otros)	Nombre del contacto		Teléfono y correo electrónico
Etapa de ciclo	Notificado por:		Fecha del seguimiento
Tipo de caso : Violencia ___ Conducta Suicida ___ Consumo SPA ___ Otro ___			
Evento que está influyendo en la salud mental de la persona o la familia.			
Objetivo del seguimiento			
Actividades realizadas a la fecha en salud mental identificando responsables			
Familiograma			

Dinámica familiar:	
Situación económica de la familia ( tipo de vivienda, ingresos familiares, proveedor)	
Factores protectores	Factores de riesgo
PLAN A SEGUIR (a partir de los hallazgos definir recomendaciones y observaciones para la familia, para el municipio, para la red, otro)	
SEGUIMIENTO 2	
Revisión de compromisos seguimiento anterior	
Nuevos Hallazgos	
Logros del seguimiento	
Fecha de cierre de caso	

Firma

---

---

Ejecutor de Salud Mental