



### III Sección: Educación y ocio en tiempos de pandemia

## COVID-19 y ocio. El caso de Costa Rica

Patricia Fumero-Vargas  
Universidad de Costa Rica  
San Pedro, San José, Costa Rica  
[patricia.fumero@ucr.ac.cr](mailto:patricia.fumero@ucr.ac.cr)  
<https://orcid.org/0000-0002-5399-8658>

Recibido: 20 de mayo de 2022

Aceptado: 27 de mayo de 2022

**Resumen:** Se estudia el ocio y la recreación durante la pandemia por COVID-19 en Costa Rica con el objetivo de estudiar las rutinas y la recreación realizadas por la población costarricense. Se parte de un muestreo no probabilístico de conveniencia que fue respondido por 423 personas mayores de 18 años. Se caracteriza la población por edad, género, nivel educativo, profesión/ocupación e ingreso con el objetivo de establecer sus patrones y a partir de tales datos se establece su relación con el tipo de entretenimiento, el deporte y su motivación, así como las aficiones.

**Palabras claves:** ocio; recreación; salud física; salud mental; pandemia; COVID-19; Costa Rica

### COVID-19 and leisure: Costa Rica's case

**Abstract:** Leisure and recreation during the COVID-19 pandemic in Costa Rica is studied to analyze routines and recreation performed by the Costa Rican population. It is based on a non-probabilistic convenience sampling answered by 423 people over 18 years of age. In the study, the population is characterized by age, gender, educational level, profession/occupation, and income. The relationship between the participants and their preferred type of entertainment, about sports and their motivation, as well as their hobbies, is established based on this data.

**Keywords:** leisure; recreation; physical health; mental health; pandemic; COVID-19; Costa Rica.



## Introducción

El presente estudio sobre el ocio y la recreación durante la pandemia por COVID-19 en Costa Rica, surge de la necesidad de analizar las actividades que realizaron las personas en el país, durante la crisis sanitaria entre el 2020 y 2022. El confinamiento y aislamiento social que dicha crisis ha producido entre los habitantes ha creado una preocupación en el sector salud al haberse disminuido los niveles de actividad física, así como también disminuyeron las posibilidades de esparcimiento y entretenimiento, elementos que además han profundizado la brecha de clase y afectan la salud mental de los habitantes. Al iniciarse el tercer año de la crisis sanitaria, se han realizado estudios que permiten acercarnos a las diversas emociones y motivaciones que han surgido durante este proceso.

En el marco de este proceso de análisis de la pandemia, el objetivo de esta investigación es construir un primer acercamiento a las rutinas y a la recreación durante la pandemia por COVID-19, en la población costarricense. Con dicho objetivo, durante el 13 al 20 de enero de 2022, se realizó una encuesta mediante muestreo no probabilístico de conveniencia, la cual fue respondida por 423 personas (ver Anexo1). Se eligió esta metodología al ser un primer acercamiento a la problemática de estudio, por lo cual no se esperaba que la muestra fuera representativa de la población. Para ello y como elemento en el proceso de selección solo se aplicó en la encuesta la categoría etaria, esto es, solo debían participar personas mayores de 18 años, edad que representa la mayoría de edad legal en Costa Rica.

Esta metodología permite estudiar un elemento específico, en este caso, actitudes hacia el ocio y la recreación durante la pandemia por COVID-19 en la población costarricense, por lo cual el tipo de muestreo privilegia la disponibilidad y facilidad para acceder a las personas, permitiendo a la investigadora identificar tendencia y revelar posibles resultados que pueden ser útiles en otro tipo de estudios relacionados. No obstante, es necesario indicar que el muestreo



seleccionado puede producir un sesgo estadístico en los resultados y no permite llegar a conclusiones generalizadas.(Otzen y Monterola, 2017, 227-237)<sup>1</sup>

### ¿Quiénes participaron?

Al caracterizar a quienes responden la encuesta, se encuentra que la mayoría, un 64.3% de las respuestas fue dada por mujeres mientras que un 35.46 % por hombres, con un solo caso en el cual la persona se identificó como no binarie como se muestra en el Cuadro 1. Tal sesgo de género se va a ver reflejado en las decisiones que durante la pandemia se tomaron en relación con el entretenimiento y el deporte. Al establecer el rango de edad en el Cuadro 1 encontramos que el mayor porcentaje de las personas que respondieron la encuesta están entre los 55 y 64 años (25.53 %) seguido por aquellos entre los 34 y 44 años (18.91%) luego por quienes tienen entre 18 y 25 años (16.08%), los de 45-54 años (15.84%), los de 26-34 años (13.71%) y aquellos mayores de 65 años (9.93%). Al detallar encontramos que en el rango de jóvenes y de adultez temprana entre 18 y 34 años respondieron un total de 126 personas, lo cual permite visibilizar las actividades que este grupo etario realizan. Le sigue el rango de 34 a 54 años (147 personas) la cual es una edad muy productiva pues, en términos generales, han finalizado sus estudios, se han incorporado al mundo laboral y la mayoría han construido una relación sentimental o familiar. Es así como la encuesta permite asomarse a las actividades que tal grupo realiza para paliar la pandemia como se analizará posteriormente. El peso de las respuestas fue brindado por personas entre 55-64 años, quienes aún están en edad productiva, en términos laborales, pues en estos momentos la edad de jubilación en Costa Rica es de 62 años para las mujeres y 65 para los hombres.

---

1\* La autora es historiadora en la Universidad de Costa Rica y agradece el apoyo de la asistente de investigación, Amanda Sánchez Mesén.



**Cuadro 1. Rango de edad por género**

Género*	18-25	26-34	34-44	45-54	55-64	65-	Total	%
Femenino	44	36	49	44	68	31	272	64,3
Masculino	23	22	31	23	40	11	150	34,5
No binarie	1						1	0,2
Total general	68	58	80	67	108	42	423	

Fuente: Fumero, Base de Datos: Ocio y recreación. Inédita  
En adelante Femenino, F. Masculino, M. No binarie, N/b.

En procura de caracterizar nuestro universo encuestado, consideramos necesario preguntar sobre el aspecto educativo para saber si afecta las decisiones que se tomaron con respecto al tipo de esparcimiento. Los datos reflejan a la población encuestada como una que ha cumplido, en su mayoría, la educación secundaria y que tiene en un porcentaje relevante los estudios universitarios. La muestra refleja que en total 297 personas completaron los estudios universitarios y 89 tienen tales estudios incompletos. Ello puede suponer que están en proceso de terminar su educación, en especial cuando vemos un 29.79% que están en edades en las cuales aún podrían estar en las aulas universitarias, como se desprende del Cuadro 2. Siendo que el 91.01 % de las personas encuestadas tiene estudios universitarios en forma completa o parcial, ello supone, en este caso que la muestra tiene un claro sesgo hacia un sector poblacional que tiene posibilidades de realizar una educación superior. El acceso a universidad en Costa Rica no está restringido a sectores de más alto ingreso pues en especial, las universidades estatales tienen un robusto sistema de becas. Si se debe advertir que el patrón de escolaridad que surge de la muestra se contrapone al del país, donde las categorías anteriores a los estudios universitarios son los que predominan.<sup>2</sup>

<sup>2</sup> Confrontar Molina, I.(2016). *La educación en Costa Rica de la época colonial al presente*. San José, Costa Rica: EDUPUC.



**Cuadro 2. Nivel educativo**

Estudios	F	%	M	%	N/b	Total	%
Primaria completa	2	0.47	1	0.24		3	0.7
Secundaria incompleta	2	0.47	7	1.62		9	2.1
Secundaria completa	19	4.49	6	1.42		25	5.91
Universitaria incompleta	54	12.76	34	8.04	1	89	21.04
Bachillerato universitario	53	12.53	29	6.85		82	19.38
Licenciatura	66	15.6	26	6.14		92	21.75
Maestría	68	16.07	40	9.45		108	25.53
Doctorado	8	1.89	7	1.65		15	3.56
<b>Total</b>	<b>272</b>	<b>64.3</b>	<b>150</b>	<b>35.4</b>	<b>1</b>	<b>423</b>	<b>100</b>

N/b: no binarie

Fuente: Fumero, Base de Datos: Ocio y recreación. Inédita

Se indicó que este universo no es representativo de los datos sobre educación a nivel nacional, motivo por el cual es interesante que un porcentaje de quienes participaron en la encuesta sean mujeres con estudios universitarios, un 58.86 por ciento en comparación al 32.15 por ciento de hombres, en esta diferencia de género, es relevante el nivel de escolaridad.

En cuanto a su lugar de vivienda, la mayoría de las personas participantes son de la provincia de San José (65.48%), seguidas por Heredia (11.82%), Cartago (11.1%), Alajuela (8.52%), Puntarenas (1.82%), Guanacaste (1.2%) y Limón (0.709%) por lo que podríamos indicar que la encuesta refleja, en su mayoría, las prácticas del centro del país, de la llamada Gran Área Metropolitana (GAM).



## ¿En qué se desempeñan?

La ocupación también incide en el tipo de entretenimiento y deporte que se realiza, pues a mayor ingreso producto del nivel educativo, mayores oportunidades de tener acceso a lugares privados como son los gimnasios y plataformas de paga. Así, con el objetivo de determinar la condición socioeconómica y ocupacional se preguntó sobre la profesión y la ocupación en la cual se desempeñan, con la finalidad de comprender el lugar que los encuestados ocupan dentro del espectro laboral. De tal forma, tenemos dos datos diferenciadores. En el Cuadro 3 vemos en qué se ocupan, esto es, que actividad productiva realizan en el momento de realizar la encuesta. Diferenciar ambos nos resulta necesario pues la profesión seleccionada o para la cual estudiaron no es necesariamente en la cual la persona se desempeña pues una misma ocupación puede dar lugar a diversas formas de empleo. (Programa Estado de la Nación, 2009, cap.6)

Es especialmente importante separar las condiciones socioeconómica y ocupacional pues en el periodo de la pandemia, el nivel de desempleo alcanzó cifras récord. Conforme la data proporcionada por el Instituto Nacional de Estadística y Censos (INEC) la tasa de desempleo hacia finales de 2020 fue de un 20%, siendo el punto más alto el IV trimestre de ese mismo año con una tasa de 24% de desempleo. (Madrigal, 2021, párr.1-2) Para los meses de abril a junio de 2021, el desempleo fue de un 18,1 %. Según datos del INEC (2021) para los meses de febrero a abril de 2021 la tasa de desempleo nacional fue de un 17,3%, sin embargo, hacia finales de ese mismo año, la tasa de desempleo nacional fue de un 15,3 %. Al desagregar esta última tasa de desempleo se encuentra que el desempleo masculino fue de 12,2% mientras que el femenino fue de un 19,8%, elemento fundamental para comprender el desarrollo y la capacidad de poder optar al ocio y al esparcimiento. El IV trimestre de 2021 cerró con un 13,7 % de desempleo.



Tales datos son fundamentales para tomar en cuenta cómo se refleja en la población encuestada, en especial por el impacto que la pandemia ha tenido en la población femenina costarricense.

En el caso de los trabajadores, estos se dividieron por clasificación profesional en el cual algunos se explican por sí solos y otros se agruparon por la ocupación. Artes refiere a aquellas actividades artísticas como música, artes visuales, artes escénicas y cine. Ciencias básicas, incluye biólogos y químicos; ciencias sociales, comprende las disciplinas de antropología, ciencias políticas, historia, relaciones internacionales, sociología y trabajo social. Comunicación y ciencias de la información: bibliotecología, comunicación, locución, mercadeo, publicidad y ventas. Economistas y administradores incluye, administración, contabilidad, economía, banca y finanzas. Educación, docentes y orientadores. Ingenieros y arquitectos, ingenieros civiles, informática, arquitectura, agronomía y arquitectura. Letras e idiomas, incluye el estudio de los idiomas mismos, traducción y filología. El sector salud, enfermería, farmacéuticos, medicina, microbiología, nutrición, odontología, psicología, terapeuta y promotores de salud. Trabajadores calificados se compone por un grupo de bodeguero, conserje, chofer, dependiente, mensajero, pistero, hojalatero, secretaria, servicio al cliente, seguridad y servicios técnicos.

En conclusión, podemos apreciar que el grupo de participantes es variopinto y representativo de diversas dimensiones laborales y examinamos el tipo de profesiones. Todas, con excepción de los estudiantes, están posicionadas a nivel profesional y social en niveles medios e intermedios. Ello se ve reflejado en los salarios recibidos por la cohorte.

En la muestra que se recolectó se encuentra que la mayoría de las personas participantes participan como economistas o administradores en diversas actividades económicas, tanto a nivel femenino como masculino. El segundo grupo representado son personas que tienen una formación en ciencias sociales, seguido por quienes se desempeñan en el sector salud. En estos dos



grupos participan más mujeres que hombres, al igual que el grupo de estudiantes, educadores, y comunicación. Ello cambia en el sector de ingeniería y arquitectura en el cual existe una pequeña diferencia a favor del sector masculino. Tales niveles educativos son determinantes para el autocuidado y la posibilidad de contratar o pagar servicios de entretenimiento comercial o posibilidades de financiar carreras y caminatas en parques y plazas por el desplazamiento y compra de equipo especializado.

**Cuadro 3. Clasificación por ocupación profesional**

Clasificación / profesión	F	%	M	%	N/b	S/d	%
Abogados	10	2.4	1	0.2			
Amas de casa	3	0.7	0	0			
Artes	12	2.8	8	1.9	1		0.2
Ciencias básicas	0	0	2	0.5			
Ciencias sociales	32	7.6	15	3.5			
Comunicación, información y publicidad	21	5	13	3.1			
Economistas y administradores	52	12.2	30	7.1			
Educadores y orientadores	26	6.2	14	3.4			
Estudiantes	27	6.4	7	1.7			
Ingenieros y arquitectos	26	6.1	27	6.4			
Letras e idiomas	5	1.2	3	0.7			
Otros	14	3.3	4	0.9			
Sector salud	31	7.3	2	0.5			
Trabajadores calificados	8	1.9	9	2.1			
Sin datos		0		0		20	4,7
<b>Totales</b>	<b>267</b>	<b>63.1</b>	<b>135</b>	<b>32</b>	<b>1</b>		<b>4,9</b>

S/d: sin datos | N/b: no binarie

Fuente: Fumero, Base de Datos: Ocio y recreación. Inédita.



El análisis mismo no quedaría completo si no relacionamos los niveles de ingresos, siendo así que en la encuesta se puede desprender la condición de clase, la cual expresa la relación entre la práctica profesional y las condiciones materiales. El 29,55 % de los que respondieron tienen un ingreso inferior a 500,000 colones (USD 770.61), mientras que el 54,6 % de los participantes tienen un salario inferior a un millón de colones, lo cual supone al cambio del día, según datos del Banco Central de Costa Rica(2022), USD\$ 1541,22 mensuales, en un rango medio se encuentra el 17.02 % con ingresos entre un millón de colones y un millón, quinientos mil colones (USD\$ 1541,22 y USD\$ 2311,82) y solo un 13.96 % tiene ingresos superiores a 2,500,000 colones (USD\$ 3853,04 en adelante).

**Cuadro 4. Ingresos según género**

Ingreso	F	%	M	%	N/b	%
0 – 499,999		83	19.6	41	9,7	1 0.2
500,000 – 999,999		69	16,3	37	8,7	
1,000,000- 1,499,999		46	10,8	26	6,4	
1,500,000 - 2,499,999		41	9,6	20	4,7	
2,500,000 - 3,499,999		20	5,0	11	2,6	
3,500,000 – 4,499,999		4	0,9	6	1,4	
4,500,000 - 5,499,999		2	0,5	3	0,7	
5,500,000 – 6,499,999		2	0,5	2	0,5	
6,500,000 –		5	1,1	4	0,9	

N/b: no binarie

Fuente: Fumero, Base de Datos: Ocio y recreación. Inédita.

Según lo publicado en *La Gaceta* (2021) en diciembre de 2021, el salario mínimo para los trabajadores no calificados es de ¢326 mil (USD 500.9), para técnicos se estableció en ¢384 mil (USD 591,83), para bachilleres universitarios en ¢580 mil (USD 893,91) y para licenciados universitarios en ¢696 mil (USD



1072,69). Estas condiciones laborales y las educativas se ven reflejadas en la selección del ocio. En el caso de la muestra el 35,9% de las mujeres reciben un salario menor a un millón de colones, mientras que en los hombres representa un 18,4%. En los rangos de mayores ingresos, se nota el promedio nacional, las mujeres reciben menor salario que los hombres. De la relación entre salarios y profesión u oficio, podemos concluir que el pago del salario mensual está entre el rango medio y bajo, vinculado con lo establecido por el gobierno en relación con los salarios mínimos y en cuanto a las condiciones materiales, la mayoría se encuentra entre la clase media baja (0-1,000,000 colones) y clase media (1,000,000-2,500,000 colones). El resto se ubicarían en la clase media alta. El ingreso es relevante pues las actividades que se pueden realizar quedan supeditadas a la capacidad de pago.

### ¿En qué se entretienen?

Los estudios académicos indican el impacto significativo que ha tenido el confinamiento producto del COVID-19 alrededor del mundo. (García-Tascón, M, et.al., 2021, 684-695). Al igual que en el resto del mundo, Costa Rica sufrió un confinamiento de toda la población desde el 10 en marzo de 2020 y a partir de allí iniciaron múltiples medidas sanitarias vinculadas con la pandemia. (Decreto Ejecutivo 42227-MP-S, 2020) Las limitaciones de movimiento de los habitantes se mantuvieron durante todo el 2020 y empezaron a relajarse durante el 2021. Los cambios relativos a la posibilidad de movilización en el interior del país, llevaron a que algunas personas salieran del confinamiento en forma limitada. No es sino hasta el 2022 que muchas personas empiezan a hacer una vida cotidiana con relativa normalidad. Tales medidas de confinamiento y movimiento llevaron a que se afectara la salud de la población, en especial su salud mental y, a que cambiara el estilo y calidad de vida. Claramente, la actividad física y el entretenimiento se



vieron afectados. Algunas personas empezaron a realizar ejercicios en sus hogares durante el 2020 al ver que el confinamiento se alargaba, al punto que, para el segundo semestre de ese año, los implementos deportivos escasearon en las principales tiendas del país.

Las respuestas que se recibieron en la muestra realizada indican que la mayoría de las personas participantes realizaron actividades deportivas, en un 76.83 por ciento contra un 23.17 % que no lo hace. La mayoría realizan el deporte en sus propias casas (76.35%), seguido por la contratación de clases en un gimnasio (25.29%) y en parques públicos (17.25%). Sobre este último punto, se evidencia la importancia de la inversión pública en el mobiliario para deportes en los parques públicos. Algunas pocas personas de esta muestra, realizan deporte en canchas privadas, lo que supone prácticas asociadas con el fútbol (2.36%) y el 10, 22 por ciento realizan diversas prácticas deportivas y de entretenimiento. De los números anteriores podemos presentar varias hipótesis, una que aquellas personas que realizan deporte en sus casas, habilitaron espacios y compraron equipo necesario para realizar prácticas deportivas. Tales prácticas las pueden estar realizando mediante programas especializados en plataformas de paga o pospago, individualmente o por medio de la contratación de un especialista en preparación física. Cabe indicar que un 19,38 por ciento no contratan plataformas de pago.

Al detallar el Cuadro 5 en el que se brindan los datos referidos al deporte según los ingresos y el género, proporcionados por quienes participaron en la encuesta, es necesario resaltar que, a menor salario, mayor participación en actividades deportivas, mientras que al aumentar el salario son menos las personas que hacen deporte. La diferencia que se encuentra también se puede atribuir al hecho que muchas participantes no respondieron dicha pregunta.



**Cuadro 5. Realiza deporte según ingreso y género**

Ingreso	F	%	No	%	Si	%	M	%	No	%	Si	%	N/b	%	N	%	Total
0- 500,000	83	19.6	22	5.2	10	2.4	41	9,7	4	0.9	37	8.7	1	0,2	1	0.2	125
500,000- 999,000	69	16.3	18	4.3	51	12	37	8,7	9	2.1	28	6.6					106
1,000,000- 1,499,000	46	10.8	10	2.4	36	8.5	26	6,1	6	1.4	20	4.7					72
1,500,000- 2,499,000	41	9.67	3	0.7	17	4	20	4,7	3	0.7	17	4					61
2,500,000- 3,499,000	20	4.7	3	0.8	1	0.2	11	2,6	5	1.2	6	1.4					31
3,500,000- 4,499,000	4	0.9	1	0.2	3	0.7	6	1,4	3	0.7	3	0.7					10
4,500,000- 5,499,000	2	0.5	0	0	2	0.5	3	0,7	1	0.2	2	0.5					5
5,500,000- 6,499,000	2	0.5	0	0	2	0.5	2	0,5	0	0	2	0.5					4
6,500,000-	5	1.2	1	0.2	4	0.9	4	0,9	2	0.5	2	0.5					9
Total	272	64.3	58	14	126	30	150	35,4	33	7.8	117	27.7	1		1		423

N/b: no binarie

Fuente: Fumero, Base de Datos: Ocio y recreación. Inédita

Las actividades deportivas que realizan las personas encuestadas además se cruzan con el tipo de deporte. Encontramos que los deportes privilegiados son caminatas, correr, ciclismo recreativo, gimnasio, yoga, natación, baile y pesas. Además, son importantes las actividades físicas realizadas en la vía pública y parques públicos, así como en canchas privadas, gimnasios y academias privadas y en los hogares. En suma, se encuentra que todo tipo de espacios son utilizados para realizar actividades físicas y deporte.

La encuesta fue realizada para acercarnos a saber los motivos y al que estaban haciendo las personas durante la pandemia para mantener su salud física y mental en dos aspectos específicos, uno tiene que ver con la parte deportiva y el otro con el entretenimiento. Cabe resaltar que en esta muestra encontramos un 19,17 por ciento que no realiza deportes (ver el Cuadro 5). No obstante, se



encuentra que al menos un 15,13 por ciento indican que realiza actividad física con el objetivo de tener recreación y para estar en consonancia con la naturaleza, por ello este grupo se acerca al entretenimiento. El peso mayor del estímulo para dedicarse a realizar deporte es la salud, un 60,75 por ciento del total, lo que es relevante pues este porcentaje cuidan su salud física y mental junto con el grupo anterior. Es de todos conocido los efectos en el cuerpo y la mente del confinamiento.<sup>3</sup> La culpa, la soledad, la desesperanza, miedo y la ansiedad han habitado a muchas personas, una forma de tratar esta problemática reside en el cuidado de una misma, al establecer rutinas y hábitos saludables. El Cuadro 6 establece los porcentajes de las motivaciones para realizar actividades físicas y deporte por género, como se puede apreciar, la mayoría lo hace por salud, un 38.5% de mujeres y un 19.9% de hombres. Los datos no suman el 100 por ciento al quedar algunos sin responder.

**Cuadro 6. Motivos por los cuales realiza deporte y actividad física según género**

Motivo	F	%	M	%	N/b	%
Aspecto físico	12	2.8	5	1.18		
Ayudar al ambiente			0	1	0.24	
Deporte competitivo			0	1	0.24	
Habito creado desde niña	1	0.2			0	
Recreación	22	5.2	20	4.73		
Salud	163	38.5	84	19.9		
Salud física y mental	2	0.5			0	
Salud y aspecto físico	2	0.5			0	
Salud y recreación	2	0.5	2	0.5		

<sup>3</sup> Ver, Marzo, V. (2021) *Actividad físico-deportiva y confinamiento debido a la COVID-19: estudio cualitativo de la relación entre los beneficios psicológicos y el deporte en casa*. (Tesis para optar el grado de Psicología. Facultad de Psicología, Universitat de les Illes Balears).



Salud, Aspecto Físico y Recreación.	0	1	0.3	
Salud, bienestar y gusto	0		0	1
Salud, recreación, bienestar, amor a la naturaleza	1	0.2		0
Todas las anteriores	9	2.1	5	1.2
<b>Total</b>	<b>214</b>	<b>50.6</b>	<b>119</b>	<b>28.2</b>
				<b>1</b>

N/b: no binarie

Fuente: Fumero, Base de Datos: Ocio y recreación. Inédita

El confinamiento producto de la pandemia por COVID-19 supuso que muchas personas se orientaran hacia entretenimientos encaminados hacia una vida sedentaria que puede afectar su salud física, pero apoyar la salud mental. Las redes sociales, ver películas, tanto en cine como en diversas plataformas y la práctica de la lectura fueron las formas privilegiadas para entretenerse. Las tres redes sociales fueron mencionadas 391 veces, preferidas por los participantes fueron Facebook (59%), YouTube (49.9%) e Instagram (48%). Seguidas en menor número por Tik Tok (16.9%) y Twitter (11.8%). La selección de tales redes se vincula con el grupo etario pues redes sociales como Tik Tok son utilizadas mayormente por jóvenes menores de 24 años. (Lopez,2021)

Las películas, tanto en el cine como en plataformas varias, es el segundo tipo de entretenimiento mencionado por quienes respondieron la encuesta. El tercer tipo de entretenimiento buscado por quienes están presentes en la muestra fue el consumo de música a través de radio, discos o plataforma de paga. Seguido por la lectura de diversos tipos de literatura. Eligieron primero las novelas, seguidos por la lectura de ciencia ficción, drama, cuento y poesía. También algunas personas mencionaron lectura de temas especializados, vinculados con investigaciones científicas. En cuanto a la lectura resalta el hecho que se leen mayormente los periódicos en formato digital sobre los físicos. Ello fortalece la hipótesis de que en su mayoría las personas están conectadas a sus diversos dispositivos electrónicos.



Las aficiones cruzan a través de los grupos etarios, pues encontramos que hay actividades que tienen muchos adeptos y otras que son de interés en los más jóvenes o de mayores edades, como vemos en el Cuadro 7. Primero, encontramos que, con los cambios en las composiciones de las familias y las relaciones humanas, la mayoría de las personas tienen mascotas, siendo que el hecho de alimentar y cuidar animales fomenta sentimientos positivos en los seres humanos como son la empatía, la compasión, la responsabilidad y brindan una sensación de bienestar emocional (36.9%).<sup>4</sup> Aquellos grupos mayores a los 45 años procuran también alimentar, además de sus emociones, sus mentes al procurar actividades que ejercitan el cerebro (30,3%). La escogencia de este tipo de actividades se explica por la importancia que ellas tienen para ralentizar procesos asociados al deterioro producto del proceso natural de envejecimiento.

**Cuadro 7. Aficiones / pasatiempos**

Entretenimiento	18-25	26-34	34-44	45-54	55-64	65-	Total	%
Bordado	5	2	4	6	11	7	35	8.27
Cocina	27	20	28	18	39	19	151	35.7
Costura / quiltear	5	1	3	5	7	8	29	6.9
Dibujo/colorear	9	8	8	7	12	2	46	10.89
Ebanistería	1	0	1	1	4	1	8	19
Encuadernación	2	0	1	2	4	2	11	2.6
Huertas/jardinería	14	7	29	28	44	18	140	33.1
Joyería	2	2	1	5	2	6	18	4.23
Leer / escribir	2	5	6	3	4	4	24	5.7
Mascotas	42	21	31	22	30	10	156	36.9

Fuente: Fumero, Base de Datos: Ocio y recreación. Inédita

<sup>4</sup> Ver Rodríguez, M y Díaz, M. (2020). Las mascotas en el genograma familiar. *Ciencias Psicológicas*, 14(1). <https://doi.org/10.22235/cp.v14i1.2112>



Además, las actividades de esparcimiento incluyen fuertemente la cocina (35,7%), una tendencia mundial que ha cambiado la forma en que nos acercamos a la gastronomía y al autocuido. El confinamiento produjo una revalorización de la misma al estar más en el hogar y en familia o con allegados. De igual forma, las huertas caseras y el contacto con las plantas se convirtieron en una actividad esencial y a la larga de seguridad alimentaria y salud mental en el marco del aislamiento (33.1%). El grupo etario que realiza estas actividades está entre los 34 y 64 años, etapas de la vida en las cuales se establecen lugares propios de vivienda. Estos datos muestran también una inversión que realiza esta muestra en autocuido y un interés en su salud física y mental.

### **A forma de conclusión**

El muestreo no probabilístico de conveniencia fue respondido por 423 personas. Un 64.3 por ciento por mujeres quienes en su mayoría (58.7%) tienen estudios universitarios y por 35.5 % de hombres con un porcentaje de 32.15 % de estudios superiores. La mayoría de quienes participaron se encuentran en un rango de edad entre los 55 y 64 años (25.53%) lo cual indica que es una población que ya tiene resuelto su problema laboral, seguido por quienes están entre 34 y 44 años, cuyos ingresos empiezan a estabilizarse al estar en camino a la consolidación laboral. Asimismo, el 96.92 por ciento de quienes participaron viven en el Gran Área Metropolitana.

La escolaridad es fundamental pues por su ocupación tienen mayores probabilidades de acceso al entretenimiento, el ocio y el deporte en el marco de la pandemia debido al acceso a lugares privados y plataformas de paga, tanto para entretenerse como para hacer deporte. Se encuentra que la mayoría (54.3%) tienen ingresos menores a un millón de colones (USD\$ 1,541.22). Los datos muestran que un 76.8% realiza diversos tipos de deportes, por lo cual planteamos la hipótesis que se habilitaron espacios en las viviendas, se invirtió en equipo y



que realizaron deporte a través de las plataformas de paga o pospago. Además, dejan ver que la mayoría realiza deportes por motivo de salud física y mental (60.7%)

Asimismo, quienes están orientados hacia el entretenimiento, lo hicieron en forma sedentario, lo cual apoyó su salud mental mas no su salud física. De tal forma que muestran el uso de redes sociales, acceso a películas y ejercicios mentales. Sumado a ello se encontró que un 36.88% se apoyó en sus mascotas para pasar el confinamiento y en actividades asociadas a la cocina. A los datos anteriores hay que sumarle el efecto del desempleo en la salud física y mental de la mayoría de los costarricenses.

## Bibliografía

- Banco Central de Costa Rica. (2022, 10 marzo). Tipo cambio de compra y de venta del dólar de los Estados Unidos de América. [Registro web]. Recuperado de <https://gee.bccr.fi.cr/indicadoreseconomicos/Cuadros/frmVerCatCuadro.aspx?idioma=1&CodCuadro=%20400>
- EFE. (2021, setiembre 2). Costa Rica desempleo. *EFE*. Recuperado de <https://www.efc.com/efe/america/economia/el-desempleo-en-costarica-baja-7-puntos-julio/20000011-4621358>
- García-Tascón, Marta, et.al. “Repercusiones en la calidad de vida, salud y práctica de actividad física del confinamiento por Covid-19 en España”, *Retos*, 42, 2021, pp. 684-695.
- INEC. Tercer trimestre julio-agosto-setiembre 2021. 04 de noviembre. Disponible en <https://www.inec.cr/noticia/tasa-de-desempleo-es-de-153-por-ciento>. INEC, “Encuesta continua de empleo, IV trimestre 2021”. Disponible en <https://www.inec.go.cr/noticia/desempleo-cerro-el-ano-en-137>



- La Gaceta*. (2021, diciembre 23). Decreto No. 43365-MTSS. *La Gaceta*. Recuperado de <https://gee.bccr.fi.cr/indicadoreseconomicos/Cuadros/frmVerCatCuadro.aspx?idioma=1&CodCuadro=%20400>
- La República*. (2021, setiembre 28). ¿Cómo TikTok llegó a 1,000 millones de usuarios activos al mes en todo el mundo?. *La República*. Recuperado de <https://www.larepublica.co/ocio/como-tiktok-llego-a-1000-millones-de-usuarios-activos-al-mes-en-todo-el-mundo-3238887>
- Madrigal, L. (2021, febrero 4) Tasa de desempleo. *Delfino*. Recuperado de <https://delfino.cr/2021/02/487-675-personas-terminaron-el-2020-sin-trabajo-tasa-de-desempleo-cerro-en-20>
- Marzo, V. (2021) *Actividad físico-deportiva y confinamiento debido a la COVID-19: estudio cualitativo de la relación entre los beneficios psicológicos y el deporte en casa*. (Tesis para optar el grado de Psicología. Facultad de Psicología, Universitat de les Illes Balears).
- Molina, I. (2016). *La educación en Costa Rica de la época colonial al presente*. San José, Costa Rica: EDUPUC.
- Otzen, T y Monterola, C. (2017). Técnicas de muestreo sobre una población a estudio. *Int. J. Morphol.*, 35(1), 227-237. <https://dx.doi.org/10.4067/S0717-95022017000100037>
- Programa Estado de la Nación. (2009). Informe del Estado de la Nación. Pavas, Costa Rica: Programa Estado de la Nación
- Programa Estado de la Nación. (2019) *Informe del Estado de la Nación*. Pavas, Costa Rica: Programa Estado de la Nación
- Rodríguez, M y Díaz, M. (2020). Las mascotas en el genograma familiar. *Ciencias Psicológicas*, 14(1). <https://doi.org/10.22235/cp.v14i1.2112>



## Anexos

**Anexo 1.** Elementos para encuesta: *Ocio y deporte durante la pandemia por COVID-19.* No se solicitan datos de identificación personal.

Indicador	Opciones
<b>Edad</b>	18-25 26-34 35-44 45-54 55-64 65-
<b>Género</b>	Femenino Masculino Otro
<b>Escolaridad</b>	Primaria completa Secundaria 9no Secundaria completa Bachillerato universitario Licenciatura Maestría Doctorado
<b>Profesión</b>	
<b>Ocupación</b>	
<b>Lugar de residencia</b>	Provincia Cantón Distrito
<b>Ingreso</b>	0-500,000 501,000-1,000,000 1,000,000-1,500,000 1,500,000-2,000,000 2,500,000- 3,500,000 3,500,000 – 4,500,000 4,500,000- 5,500,000 5,500,000 – 6,500,000 6,500,000 –



<p><b>Deporte realizado</b></p>	<p>Pesas Gimnasio     Rutina básica     Entrenador personal Entrenador personal en su casa Caminata Senderismo Correr Triatlón Bicicleta:     Ciclismo recreativo     Spinning     Hogar  Surf Futbol Motocross Motocicleta Paddling Patineta Patines Artes marciales Yoga Pilates Natación Tennis</p>
<p><b>Lugar en donde realiza el deporte</b></p>	<p>Casa de habitación     Condominio Gimnasio Cancha privada Pistas privadas Parque público Aire libre Lugar de trabajo Club privado Playa Lago Ciclismo     Ruta     Circuito     Downhill  Otro</p>



<b>Entreno por</b>	Salud Aspecto físico Recreativo Otro
<b>Método de pago de plataformas de entretenimiento</b>	Prepago Pospago
<b>Entretenimiento</b>	Cine Película HD Plataforma deportiva pagas Música Plataforma Radio Discos Teatro Redes sociales Facebook Instagram Tic Toc Twitch YouTube Otras plataformas pagas TV canales nacionales Lectura: Novela Poesía Dramaturgia Cuento Ciencia ficción Periódico Físico Plataforma Gamer Juego en plataforma tecnológica Minado Estadio Otro



<b>Hobbie</b>	Bordado Tejido Quiltear Cocina Costura Quiltear Dibujo Ebanistería Encuadernación Juegos mentales: Sudoku Crucigrama Sopa de letras Crucigramas En plataformas Mecánica Scrapbooking Joyería Huertas Jardinería Mascotas: Perros Gatos Otros Otro
---------------	---

:

