



Revista Electrónica "Actualidades
Investigativas en Educación"

E-ISSN: 1409-4703

revista@inie.ucr.ac.cr

Universidad de Costa Rica
Costa Rica

Salazar Salas, Carmen Grace
ACTIVIDADES RECREATIVAS Y SUS BENEFICIOS PARA PERSONAS NICARAGÜENSES
RESIDENTES EN COSTA RICA
Revista Electrónica "Actualidades Investigativas en Educación", vol. 10, núm. 1, enero-abril, 2010, pp.
1-40
Universidad de Costa Rica
San Pedro de Montes de Oca, Costa Rica

Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=44713068004>

- Cómo citar el artículo
- Número completo
- Más información del artículo
- Página de la revista en redalyc.org

redalyc.org

Sistema de Información Científica
Red de Revistas Científicas de América Latina, el Caribe, España y Portugal
Proyecto académico sin fines de lucro, desarrollado bajo la iniciativa de acceso abierto

Actualidades Investigativas en Educación

Revista Electrónica publicada por el
Instituto de Investigación en Educación
Universidad de Costa Rica
ISSN 1409-4703
<http://revista.inie.ucr.ac.cr>
COSTA RICA

**ACTIVIDADES RECREATIVAS Y SUS BENEFICIOS PARA
PERSONAS NICARAGÜENSES RESIDENTES EN COSTA RICA**
RECREATIONAL ACTIVITIES AND THEIR BENEFITS FOR NICARAGUANS WHO LIVE IN
COSTA RICA

Volumen 10, Número 1
pp. 1-40

Este número se publicó el 30 de abril de 2010

Carmen Grace Salazar Salas

La revista está indexada en los directorios:

[LATINDEX](#), [REDALYC](#), [IRESIE](#), [CLASE](#), [DIALNET](#), [DOAJ](#), [E-REVIST@S](#),

La revista está incluida en los sitios:

[REDIE](#), [RINACE](#), [OEI](#), [MAESTROTECA](#), [PREAL](#), [HUASCARAN](#), [CLASCO](#)

Los contenidos de este artículo están bajo una licencia [Creative Commons](#)



ACTIVIDADES RECREATIVAS Y SUS BENEFICIOS PARA PERSONAS NICARAGÜENSES RESIDENTES EN COSTA RICA

RECREATIONAL ACTIVITIES AND THEIR BENEFITS FOR NICARAGUANS WHO LIVE IN COSTA RICA

Carmen Grace Salazar Salas¹

Resumen: Costa Rica se ha convertido en un país multicultural. Muchas personas han migrado a él en busca de mejores condiciones de vida. La mayoría de estas personas son nicaragüenses, quienes conforman alrededor de tres cuartas partes del grupo total inmigrante en el país. En el año 2007, se realizó un proyecto de investigación en la Escuela de Educación Física y Deportes de la Universidad de Costa Rica que tuvo la finalidad de estudiar cómo se recreaba esta población antes y, especialmente, después de la inmigración a Costa Rica. La investigación fue cualitativa, fenomenológica, e incluyó 13 personas nicaragüenses residentes en el Área Metropolitana. La información que se presenta en este artículo fue recolectada mediante entrevistas y observaciones de la participación en una actividad recreativa. Los datos fueron analizados en forma individual y se triangularon. Los resultados generales indican que: (1) la población investigada realizaba once tipos de actividades recreativas en Nicaragua, entre semana y fines de semana, antes de venir a Costa Rica; (2) esa misma población participaba en diez categorías de actividades recreativas en Costa Rica, entre semana y fines de semana, y (3) ese grupo percibió siete beneficios que le ofrecía la recreación.

Palabras clave: RECREACIÓN, TIEMPO LIBRE, INMIGRACIÓN, NICARAGUA, INVESTIGACIÓN CUALITATIVA.

Abstract: Costa Rica has become a multicultural country. Many people immigrated to it looking for a better lifestyle. Most of these people are Nicaraguans, who are three quarters of the total amount of immigrants in Costa Rica. In 2007, the School of Physical Education and Sports at the University of Costa Rica conducted a research to study how this Nicaraguans recreated before and after they immigrated to Costa Rica. The research conducted was qualitative, phenomenological, and included 13 Nicaraguans, who lived in the Metropolitan Area. This article is the first of several papers that will report the result of the research. The information of this article was collected with interviews and observations of the participation in a recreational activity. The data of each technique were analyzed individually and, then, triangulated. The main findings include: (1) Nicaraguans involved in the study practiced eleven recreational activities in their country during the week and the weekend, (2) these Nicaraguans participated in ten recreational activities in Costa Rica during the week and the weekend, and (3) these people perceived seven benefits as obtained through recreation participation.

Key words: RECREATION, FREE TIME, IMMIGRATION, NICARAGUA, QUALITATIVE RESEARCH.

¹ Doctora en Comportamiento del Esparcimiento de la Universidad de Indiana, Bloomington. Labora en la Escuela de Educación Física y Deportes de la Universidad de Costa Rica.

Dirección electrónica: carmengrace.salazar@ucr.ac.cr

Artículo recibido: 9 de setiembre, 2009

Aprobado: 1° de marzo, 2010

1. Introducción

El disfrute del tiempo libre es uno de los derechos humanos incluidos en la Carta de la Asamblea General de las Naciones Unidas (1948) y, como tal, debe estar al alcance de todas las personas sin importar su nacionalidad. El disfrute positivo del tiempo libre se realiza por medio de la recreación. Por "recreación" se entiende al conjunto de

actividades agradables en las cuales se participa durante el tiempo libre y que fomentan el uso positivo de éste para promover el desarrollo integral de las personas. Este desarrollo integral se alcanza por medio de experiencias significativas de educación no formal, el disfrute de o el gozo por lo que se hace, la selección de actividades que agradan y la participación voluntaria en lo que se desea realizar (Salazar Salas, 2008, p. 1).

La recreación debe ser diferenciada de la diversión negativa. Esta última consiste en las actividades y los pasatiempos que proporcionan placer o escape durante el tiempo libre, pero sus consecuencias son negativas y dañinas para las personas y la sociedad; por tal razón, son prohibidas por ley, costumbre, o creencia. La recreación incluye una gama de actividades que se pueden clasificar en: (1) deportes, juegos y actividades físicas; (2) actividades artísticas; (3) recreación social; (4) actividades al aire libre y relacionadas con la naturaleza; (5) actividades cognoscitivas; (6) actividades de enriquecimiento y actualización personal; (7) pasatiempos y (8) turismo. Todas estas actividades proporcionan beneficios físicos, intelectuales, sociales, psicológicos y espirituales a las personas participantes y beneficios para la familia, grupos sociales, la economía y el ambiente. La importancia de la recreación radica en contribuir a mejorar la calidad de vida de las personas por medio de los beneficios que brinda (Kraus, 2001; Russell, 2002; Salazar Salas, 2007).

A causa de que Costa Rica es una nación respetuosa de la normativa nacional e internacional y el disfrute del tiempo libre es un derecho humano, es importante brindarle a los diferentes grupos (nacionales y extranjeros) que viven en el país, la oportunidad de ejercer ese derecho. Uno de esos grupos es el de las personas extranjeras y el más numeroso es el de nicaragüenses. La inmigración de nicaragüenses a Costa Rica inició hace varias décadas. Sin embargo, aumentó notablemente a partir de la década de 1980, como consecuencia de los conflictos armados y la recesión económica que sufrió Nicaragua. El incremento de nicaragüenses en Costa Rica pasó de aproximadamente 89.000 en 1984 a más de 296.000 en el año 2000, lo cual equivale, en porcentaje, a un aumento de un 3,7 a

un 7,8 (Mojica Mendieta, 2003). Según el censo del año 2000, las personas nicaragüenses constituían el grupo extranjero mayoritario en Costa Rica, es decir, al 76,4% de inmigrantes sobre las personas panameñas, estadounidenses, salvadoreñas y colombianas (Vargas Aguilar, 2004).

El estudio de las personas inmigrantes nicaragüenses en Costa Rica se ha enfocado, principalmente, en ámbitos como los de vivienda, educación y salud (Mojica Mendieta, 2003), pero no en el disfrute del tiempo libre y la recreación.

La investigación de los temas de la recreación y del uso del tiempo libre es reciente en el país como producto de una carrera universitaria específica en ese campo. En el 2006, una estudiante de la Maestría en Recreación estudió el uso del tiempo libre de un grupo de mujeres, como parte de su trabajo de graduación (Portilla Gómez). No obstante, existen investigaciones en estas temáticas que han sido conducidas por el alumnado de otras carreras con diversas poblaciones, así como publicaciones de agrupaciones públicas y privadas.

El uso del tiempo libre de la población inmigrante no había sido objeto de estudio en Costa Rica, pero sí en otros países. Por ejemplo, en Estados Unidos y Canadá, múltiples investigaciones de profesionales de la carrera de Recreación se basan en este tema. Algunas de ellas son Blank y Torrecilha (1998), Bolla y Dawson (1990), Juniu (1999, 2000), Karlis, Gravelle y Pawlick (1997), Neider (1990) y Stodolska (1999, 2000a).

Ante la falta de estudio de la recreación en Costa Rica, en el año 2007, la Escuela de Educación Física y Deportes de la Universidad de Costa Rica presentó un proyecto de investigación para analizar otra arista de la población nicaragüense residente en el país: las actividades recreativas que había realizado en Nicaragua y las que realizaba en Costa Rica. En este artículo, se reporta parte de los resultados de ese estudio.

Con la recopilación de información y el análisis que se efectuaron en este estudio acerca de la población nicaragüense en Costa Rica, se espera que la sociedad costarricense comprenda una parte de la vida de dicho grupo, poco conocida en el país. Por consiguiente, esta investigación podría promover oportunidades para dar a conocer qué siente, piensa o hace para recrearse la población adulta inmigrante nicaragüense en Costa Rica.

La información obtenida en la investigación podría servir como insumo para que grupos e instituciones gubernamentales o privadas le ofrezcan a la población nicaragüense en Costa Rica una variedad de actividades recreativas que promuevan su bienestar socio-psicológico y que le ayuden a mejorar su condición física (Kraus, 2001). De esta manera, se fomentará la

salud integral de esta población, se contribuirá a mejorar su calidad de vida y, al mismo tiempo, se ayudará a ejercer el derecho humano que tienen todas las personas de recrearse durante su tiempo libre. También, se podrían promover actividades recreativas que unan a nicaragüenses y costarricenses.

El presente trabajo tiene como objetivo el reportar los hallazgos acerca de: (1) las actividades recreativas que la población investigada realizaba en Nicaragua antes de trasladarse a Costa Rica; (2) las actividades recreativas que esa misma población ha realizado en Costa Rica y (3) los beneficios que ese grupo percibió como los obtenidos al recrearse.

2. Revisión de literatura

2.1 Recreación y aculturación

La cultura es un sistema aprendido y transmitido de creencias, valores, sentimientos, normas, reglas, símbolos y perspectivas acerca del entorno. Como la cultura es el fundamento de todo comportamiento social, cada grupo se basa en este sistema para organizar su vida. La recreación es parte de la cultura, porque ésta influye en las decisiones para participar en actividades recreativas (Ewert, Dieser y Voight, 1999; Kelly, 1999; Russell, 2002). La recreación es un comportamiento que se aprende en lugares y momentos determinados (Kelly, 1999).

Como la recreación es considerada parte de la cultura, puede ayudar a las personas inmigrantes a sobreponerse a la aculturación y a la asimilación en el otro país. Diferentes actividades recreativas pueden ayudar a conocer al país anfitrión. Las personas inmigrantes pueden integrarse a la comunidad por medio de actividades recreativas como juegos y compartir comidas y tradiciones (Ibrahim, 1981; Karlis y Dawson, 1995; Putnam, 2007; Stodolska, 2000b; Stodolska y Livengood, 2006).

Para Obgu (1993), las personas inmigrantes son aquellas que se trasladaron a otro país de manera voluntaria, con la expectativa de obtener mejores oportunidades de trabajo y de libertad religiosa y política que las que tenían en sus países natales. Las razones que obligan a las personas a dejar sus países e inmigrar a otro suelen ser económicas, políticas, profesionales, ideológicas, religiosas y educativas (Juniu, 2000; Ovando y Collier, 1985).

La aculturación es la adopción de las personas recién llegadas a la nueva cultura del país anfitrión (Gans, 1997). Juniu (2000) expande esta definición al indicar que la aculturación es la adquisición que hace un grupo pequeño de las características del grupo

dominante y de la pérdida de rasgos ancestrales culturales. La asimilación, por su parte, consiste en la incorporación de las personas inmigrantes a las instituciones y a los grupos étnicos del país anfitrión al cortar las asociaciones con los grupos étnicos y las instituciones del país natal (Gans, 1997).

Muchas personas inmigrantes quieren ser parte del nuevo país donde viven y para ello tratan de aculturarse e incorporarse a él. Para alcanzar este fin, se necesita crear actividades de interacción y la recreación permite lograr esta meta al generar relaciones de capital social de puente. El capital social consiste en las redes sociales y las normas relacionadas de reciprocidad y confianza. Estas redes sociales tienen valor, especialmente, para las personas que las conforman. El capital social se manifiesta de diversas maneras y tiene diferentes efectos, según el grupo al que se esté asociado. Cuanto más altos sean los niveles de capital social, más sana, segura y educada crecerá la población infantil, más felices vivirán las personas y mejores serán la democracia y la economía. Existen dos tipos de capital social. Por un lado, el capital social de unión se refiere a las relaciones que mantiene una persona con otras que se asemejan de alguna manera a ella, tales como personas del mismo sexo, edad, etnicidad, profesión, entre otras características. Por otro lado, el capital social de puente consiste en las relaciones que mantiene una persona con otras que no se parecen a ella, como individuos de diferente generación, sexo, profesión, etnicidad, entre otras cualidades. Este tipo de capital social puede ser reforzado por algunas instituciones y organizaciones sociales al colaborar en la tarea de incluir a las personas inmigrantes al país anfitrión de una manera gradual (Putnam, 2007). La recreación es un medio para lograr esta relación.

Uno de los factores que dificulta la aculturación de las personas inmigrantes, y que ha llamado la atención en los estudios con esta población, en otros países, es el contar con familia en el país anfitrión. Este hecho motiva a las personas a migrar, porque la red familiar incentiva y apadrina cuando se arriba al nuevo país. Los familiares cooperan en la búsqueda de trabajo para la persona recién llegada, le ayudan a sobrevivir, a ajustarse al país, le brindan apoyo emocional y un lugar para quedarse en la nueva tierra. En resumen, la familia colabora en el proceso de adaptación, establecimiento y arreglos para vivir, así como en el apoyo social, emocional y económico (Foner, 1997). Sin embargo, este apoyo no contribuye con la aculturación.

La aculturación se puede favorecer por medio de actividades recreativas efectivas. Para proporcionar este tipo de actividades, se deben satisfacer las necesidades de las

personas a las que se sirve. Para ello, se deben conocer las necesidades y los intereses de los diferentes grupos que integran la sociedad y, entonces, diagnosticar las percepciones, los valores y las necesidades de todos estos grupos con respecto a la recreación, para involucrarlos en el planeamiento, toma de decisiones y puesta en práctica de actividades. Dicho diagnóstico permite determinar en cuáles actividades recreativas participa la población, qué le agrada, porqué participa en ellas y cuáles razones o problemas le impiden recrearse (Sasidharan, 2002).

2.2 Recreación, amistad y apoyo social

La amistad ha sido determinada en algunos estudios como un factor positivo para la salud y el bienestar, porque proporciona apoyo social. Este tipo de apoyo se ha relacionado con diferentes ámbitos (físico, psicológico, emocional y espiritual) de la salud y con diferentes poblaciones (Glover y Parry, 2008; Sasidharan, Payne, Orsega-Smith y Godbey, 2006). El apoyo social consiste en el sentimiento brindado por los demás y la percepción que tiene una persona de que esa afectividad estará disponible cuando la necesite (Coleman y Iso-Ahola, citados por Glover y Parry, 2008). El intercambio entre las personas es importante en la amistad y es lo que hace valiosa a esta relación. La amistad ha sido reconocida como un recurso que ayuda a las personas a sobrellevar su vida diaria y a hacerle frente a los incidentes que surgen (Glover, Shinew y Parry, citados por Glover y Parry, 2008).

La amistad es fuente de apoyo social, pero no su sinónimo. El apoyo social es una consecuencia de la amistad y tiene implicaciones significativas en la salud. El bienestar que las personas obtienen con la amistad ayuda a disminuir la probabilidad de enfermarse y mejora la salud de las personas enfermas. Existe evidencia de que la ausencia de apoyo social está asociada con deterioros psiquiátricos y con la depresión. Las personas con fuertes relaciones sociales tienen una mortalidad de la mitad o un tercio con respecto a aquellas que tienen lazos afectivos débiles. El apoyo social se manifiesta física y psicológicamente en la salud. El apoyo emocional es el que más fuertemente se ha relacionado con la salud, aunque el apoyo material también contribuye, pero en menor grado (Glover y Parry, 2008; Mowen, Orsega-Smith, Payne, Ainsworth y Godbey, 2007; Sasidharan et al., 2006).

La relación entre la recreación y la amistad se basa en la creencia de que la recreación social facilita el desarrollo de la amistad, la cual a su vez brinda apoyo social. En algunos estudios se ha detectado que las actividades sociales y la amistad fomentada con la

recreación generan sentimientos de apoyo y reducen la soledad y el aislamiento. La compañía que se obtiene con la recreación modera los efectos del estrés sobre la salud mental y sobre la salud física. Además, se ha encontrado que las personas que reportaron altos niveles de compañía en actividades recreativas o amistades generadas por medio de la recreación no experimentan un aumento significativo de estrés a causa de la depresión y los síntomas de enfermedades (Glover y Parry, 2008). El apoyo social constituye una de las principales estrategias para lidiar con el estrés (Klitzing, 2004).

Las amistades, basadas en intereses comunes, pueden llegar a ser amistades más fuertes conforme las personas invierten en la relación gracias al contacto social, especialmente de las actividades y ambientes recreativos. La naturaleza social de la recreación puede facilitar los lazos sociales y el capital social (Glover y Parry, 2008).

2.3 Beneficios que proporciona la Recreación

En países como Estados Unidos, las investigaciones relacionadas con la recreación han identificado los beneficios que esta profesión proporciona a la sociedad. Por ello, desde 1996, Allen puntualizaba que los programas recreativos deben demostrarles a las personas que elaboran las políticas públicas la relevancia que esta profesión tiene para la sociedad. En 1995, la Asociación Nacional de Parques y Recreación de Estados Unidos inició una campaña "Los beneficios son infinitos" para divulgar los diversos beneficios que las personas obtienen al participar en actividades recreativas (Benefits: The top 40 essential actions, 1997).

Un beneficio, según Driver (1997) y Mannell y Kleiber (1997), es el cambio o el mantenimiento de una condición deseada, provocado por la participación en actividades recreativas, y percibido como un mejoramiento. A lo largo del tiempo, se han elaborado varias clasificaciones de beneficios (Driver, 1992, 1997; Driver y Bruns, 1999; Mannell y Kleiber, 1997; Peterson y Stumbo, 2000; Sefton y Mummery, 1995). Algunas de las categorías de beneficios se sobrelapan en diversas clasificaciones (Salazar Salas, 2002).

En este artículo, se presenta la clasificación propuesta por Salazar Salas (2007), elaborada con base en otras de varios autores estadounidenses. Esta tipología fue la empleada en el análisis de los resultados de la investigación realizada. La clasificación consiste en dos grandes grupos: los beneficios individuales o personales y los beneficios para la sociedad.

Los beneficios individuales o personales incluyen los beneficios físicos, sociales, psicológicos, intelectuales y espirituales. Por su parte, los beneficios para la sociedad abarcan los beneficios familiares, beneficios para los grupos sociales, beneficios comunitarios, económicos y ambientales.

2.4 Nicaragüenses en Costa Rica

Costa Rica se ha convertido en un país multicultural en las últimas décadas, producto de la creciente inmigración de personas centroamericanas y de otras latitudes del mundo (Costa Rica, Consejo Nacional de Rectores, 1999). En él, la población inmigrante más grande es la de nicaragüenses sobre los grupos de Panamá, Estados Unidos, El Salvador, Colombia y otras partes del mundo (Barquero Barquero, 2005). En la actualidad, Costa Rica es el primer destino de las migraciones de Nicaragua (Vargas Aguilar, 2005). Ante el aumento de personas nicaragüenses en Costa Rica es importante conocer algunas particularidades de ellas.

La mayor parte de las personas inmigrantes nicaragüenses vive en el Valle Central, porque ahí se concentra una gran cantidad de servicios públicos educativos y de salud. En el Área Metropolitana, la población nicaragüense tiene varias opciones para recrearse, tales como las actividades que se efectúan en el Parque de La Merced, en el Parque Central y la discoteca "Aloha" en el Barrio Los Ángeles, así como en las actividades que el Foro Nacional de Población Migrante organiza durante la celebración de la "Semana del Migrante", en la primera semana de setiembre. Además, estas personas se pueden mantener informadas con el noticiario radial "La Voz Nica" y la *Revista Noticiosa Nicaragüense*, entre otros medios de comunicación (Acuña González y Olivares Ferrero, 1999; Costa Rica, Consejo Nacional de Rectores, 1999).

La actitud xenófoba en Costa Rica inició en el siglo XIX y todavía persiste. Aunque se ha promovido un comportamiento diferente, los cambios de actitud hacia las personas nicaragüenses no han variado. Sandoval García (2004b) manifiesta que algunos funcionarios públicos carecen de sensibilización para tratar a las personas nicaragüenses que viven en Costa Rica. A pesar de que existen ciertas iniciativas para erradicar esta situación, "*hay mucho por hacer*" (p. 33).

En los últimos años, se han producido documentales y obras de teatro para hacer conciencia en las personas costarricenses acerca de sus estereotipos hacia las personas nicaragüenses: su xenofobia. Las obras muestran el maltrato y los insultos de que son objeto

las personas nicaragüenses y los estereotipos con los que las personas costarricenses les asocian (Sandoval García, 2004b). Estas obras de teatro han sido aceptadas y aclamadas por el pueblo. Son obras de ficción que "hablan" de situaciones vividas por muchas personas nicaragüenses. Están dirigidas a los sentimientos de su audiencia. Promueven la reflexión acerca de la situación de esta población y del mal comportamiento que muchas personas costarricenses muestran hacia las nicaragüenses, por su acento, color de piel y cabello "indio" (Sandoval García, 2004a).

Por ser un grupo numeroso que adquiere, cada vez, más importancia en Costa Rica, muchas son las publicaciones acerca de la población nicaragüense que se han generado como resultado de trabajos de graduación o estudios de instituciones públicas o privadas. Aunque la revisión bibliográfica no fue exhaustiva, ninguna de las publicaciones encontradas para este estudio se relacionaba con la recreación de personas nicaragüenses en Costa Rica. Algunos de los temas que se han investigado acerca de este grupo son (Aragón Solórzano, 2005; Bail, 2006; Baltodano Estrada y Mora Mora, 2005; Campos Zamora y Tristán Jiménez, 2007; Chinchilla Cervantes, 2005; Cocco Aguilar, 2002; Costa Rica. Ministerio de Salud, Facultad Latinoamericana de Ciencias Sociales, Organización Panamericana de Salud y Oficina Regional de la Organización Mundial de la Salud, 2003; Facultad Latinoamericana de Ciencias Sociales, 2004; Loría Bolaños, 2007; Mojica Mendieta, 2008; Salazar Salas, 2009; Sandoval García, 2007; Solís Reyes, 2007; Villegas Herrera, 2007):

1. características sociodemográficas de personas nicaragüenses en Costa Rica (sexo, edad, nivel educativo, situación laboral).
2. servicios públicos usados por personas nicaragüenses, específicamente en salud, educación y vivienda.
3. políticas públicas hacia el grupo nicaragüense (hacia salud, educación).
4. situación de inmigrantes nicaragüenses al llegar y vivir en Costa Rica, razones para emigrar.
5. adolescentes nicaragüenses.
6. mujeres nicaragüenses y las vicisitudes que enfrentan.

7. violencia provocada por personas nicaragüenses (física, sexual, material y psicológica, abuso, maltrato).
8. xenofobia hacia personas nicaragüenses (chistes, muestra de prejuicios, humillación, discriminación, percepción).
9. ubicación de la población nicaragüense en el territorio/distribución espacial de Costa Rica.

3. Metodología utilizada

3.1 Tipo de investigación

Esta investigación cualitativa tuvo un enfoque fenomenológico para analizar la participación en actividades recreativas en Nicaragua y en Costa Rica, desde la perspectiva de las personas consultadas, es decir, como la habían experimentado, vivido o percibido ellas (Gurdián Fernández, 2007; Martínez Miguélez, 1989; Rodríguez Gómez, Gil Flores y García Jiménez, 1996).

3.2 Participantes y su selección

3.2.1 Características de la población participante

Las personas participantes en este estudio fueron 13 nicaragüenses: seis mujeres y siete hombres, con edades entre 18 y 50 años, con una escolaridad que oscilaba entre el no haber asistido a la escuela y el undécimo año de secundaria. Durante la entrevista, cinco personas indicaron provenir del Departamento de Chinandega, dos del Departamento de Boaco, dos del Departamento de Jalapa, dos del Departamento de Chontales, una de Managua y una de León. Ver Figura 1.

De las 13 personas, seis eran solteras y tres casadas; tres estaban en unión libre y una separada. Además, una persona vivía en Curridabat; tres, en el Cantón Central de San José; seis, en Montes de Oca y tres, en La Unión, Cartago. Tres personas tenían entre tres y seis meses de vivir en Costa Rica; siete personas entre uno y menos de cinco años y tres entre cinco y nueve años.



Figura 1: Departamento nicaragüense de procedencia de la población entrevistada

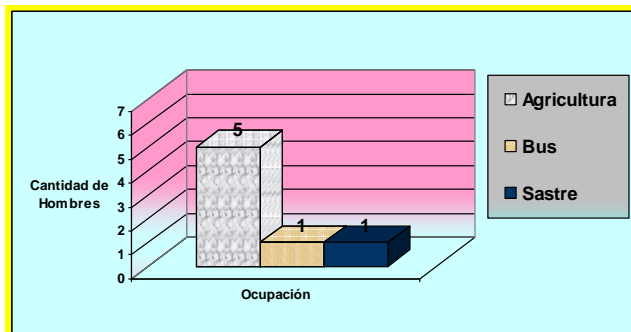
Fuente: Tomado y adaptado de:

<http://www.bac.net/nicaragua/esp/banco/personal/perdondeestamos.html>

En cuanto a asuntos laborales, cinco hombres indicaron que antes de venir a Costa Rica se dedicaban solo a trabajar en Nicaragua y los otros dos manifestaron trabajar y estudiar al mismo tiempo en su país. Por su parte, las seis mujeres señalaron que trabajaban antes de venir a Costa Rica. Un hombre comentó que era sastre en Nicaragua y dos mujeres, que realizaban oficios domésticos en sus casas. Cinco hombres y una mujer trabajaban en agricultura. Tres mujeres laboraban como asalariadas en tiendas y fábricas. Un hombre trabajaba en un bus. Ver Gráficos 1 y 2.

Gráfico 1

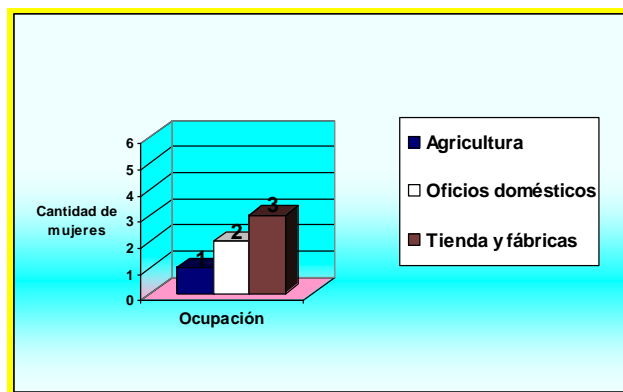
Ocupación de los hombres en Nicaragua



Fuente: Datos de entrevistas

Gráfico 2

Ocupación de las mujeres en Nicaragua



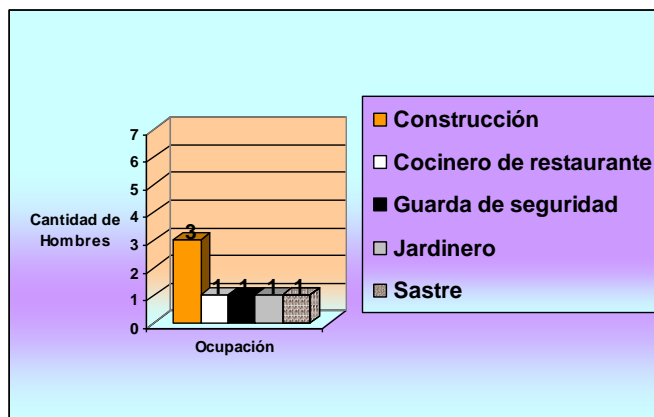
Fuente: Datos de entrevistas

Todas las personas entrevistadas puntualizaron que trabajaban en Costa Rica. Los trabajos que realizaban los hombres eran más variados que los de las mujeres. Gran parte de las personas entrevistadas tenía trabajos en Costa Rica que eran diferentes a los efectuados en su país natal. Dos mujeres eran amas de casa en sus hogares, tres laboraban en oficios domésticos en otra casa y una era cocinera en un restaurante. En cuanto a los

hombres, tres laboraban en construcción; uno era cocinero en un restaurante; uno, guarda de una urbanización; uno, jardinero y uno era sastre (Ver Gráficos 3 y 4). Sólo una mujer indicó que, además de trabajar, estudiaba belleza en una academia. Otra mujer también quería estudiar belleza, pero el costo se lo había dificultado. Dos hombres deseaban concluir sus estudios secundarios, mas la falta de dinero y tiempo se los había impedido.

Gráfico 3

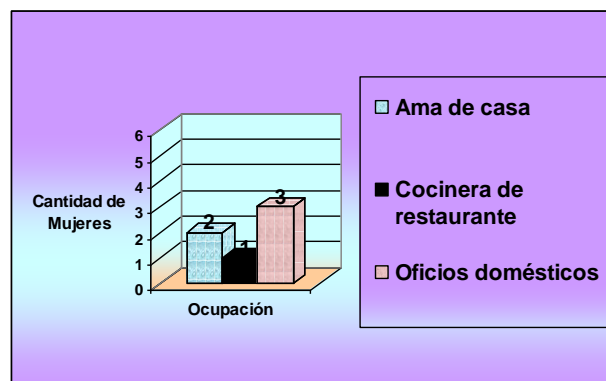
Ocupación de hombres nicaragüenses en Costa Rica



Fuente: Datos de entrevistas

Gráfico 4

Ocupación de mujeres nicaragüenses en Costa Rica



Fuente: Datos de entrevistas

3.2.2 Selección de la población participante

La selección de la población participante en la investigación inició con el contacto de costarricenses que conocían a personas nicaragüenses. Además, algunas personas entrevistadas colaboraron para ubicar a otras que quisieran ser parte del estudio. La selección fue intencional por conveniencia. Al final, las personas consideradas para este estudio fueron las que cumplían con las siguientes condiciones: (1) ser nicaragüense, (2) ser mayor de edad, (3) haber vivido en Costa Rica, al menos tres meses, (4) aceptar que se le entrevistara y grabara, (5) confirmar la transcripción de la entrevista y (6) aceptar que se le observara al participar en una actividad recreativa.

3.3 Técnicas e instrumentos empleados

Las técnicas empleadas en la obtención de la información reportada en este artículo fueron la entrevista y la observación.

3.3.1 Entrevistas

En las entrevistas se empleó un cuestionario revisado por personas con experiencia en investigación cualitativa y basado en otro usado por la investigadora en un estudio previo (Salazar Salas, 2000). El cuestionario contenía 10 preguntas demográficas, 27 preguntas abiertas y la posibilidad de brindar comentarios. Las preguntas abiertas estaban agrupadas en los siguientes temas: cinco preguntas relacionadas con "Recreación en Nicaragua"; 15 acerca de "Recreación en Costa Rica"; dos acerca de "Barreras que impiden recrearse" y cinco acerca del "Cambio de país". Este artículo enfatiza los resultados de los dos primeros temas de la entrevista (Ver instrumento en Salazar Salas, 2009).

3.3.2 Observaciones

El instrumento usado en la observación fue una hoja "guía" que se llenó el día de la actividad. Dicha hoja incluía tres secciones: (1) información para identificar cada observación (nombre de persona observada, lugar donde se realizó la observación, fecha, personas que acompañaban a la persona observada, actividad que se realizó, la hora de inicio de la observación y la hora de finalización de la observación); (2) un espacio para escribir las principales reacciones y comentarios de la persona observada y sus acompañantes y (3) un

espacio para que la persona observadora anotara sus impresiones al final de la observación (Ver instrumento en Salazar Salas, 2009).

3.4 Procedimiento para recolectar la información

3.4.1 Entrevistas

Luego de obtener el consentimiento informado, a cada persona se le pidió un seudónimo para identificarla en todo el estudio. La entrevista se grabó y transcribió. Cada persona confirmó su contenido. Sólo una persona solicitó la modificación de ciertos párrafos de la transcripción. Otras tres personas ampliaron sus respuestas ante la consulta de la investigadora acerca de temas que no habían quedado claros en la transcripción de la entrevista.

3.4.2 Observaciones

Las observaciones realizadas en esta investigación se enfocaron en identificar acciones y reacciones durante la participación de cada una de las 13 personas entrevistadas en una actividad recreativa pasiva, ya fuera individual o grupal. Estas actividades consistieron, mayoritariamente, en juegos de mesa y actividades intelectuales de papel y lápiz (identificar objetos escondidos en un dibujo, por ejemplo), aunque algunas mujeres prefirieron actividades más sociales, tales como tomar café en grupo. Las personas fueron observadas en sus trabajos -en horas de receso-, en su casa de habitación o en la de alguna persona conocida.

3.5 Procedimiento para analizar la información

3.5.1 Entrevistas

Para el análisis de las entrevistas, se imprimieron las transcripciones de las mismas. Se analizaron las respuestas de cada una de las preguntas entre toda la población entrevistada, se identificaron temas en común. Los datos de la respuesta de cada pregunta se resumieron por medio de categorías.

3.5.2 Observaciones

La información de las observaciones se tabuló en una matriz. Cada comportamiento o acción que se detectó se anotó. Luego, se contabilizaron las frecuencias de repetición de

ellos entre todas las personas observadas. Los comportamientos o las acciones con mayores frecuencias fueron utilizados en la triangulación con la información de las entrevistas.

3.5.3 Triangulación

Tanto las categorías obtenidas en las entrevistas como en las observaciones se triangularon. Las categorías resultantes de la triangulación estuvieron constituidas, mayormente, por los datos de varias respuestas de la entrevista, pues la información útil de las observaciones fue poca.

4. Hallazgos y su discusión

Esta sección contempla la presentación y la discusión de los temas hallados y considerados más importantes de los dos temas de la entrevista que se reportan en este artículo. La información obtenida en las observaciones se indica como tal. La discusión de los temas se presenta, por separado, aunque varios de ellos se entrelazan, ya que no actúan por aparte. La comparación entre algunos temas identificados en la investigación y la literatura de la profesión de la recreación se efectúa con la cautela de que muchos de los estudios de grupos étnicos, realizados en Estados Unidos y Canadá que se encontraron en la revisión bibliográfica, podrían no ser transferibles a otras poblaciones.

Los temas analizados en esta sección incluyen: (1) participación en actividades recreativas en Nicaragua; (2) participación en actividades recreativas en Costa Rica y (3) beneficios percibidos como obtenidos por medio de la participación en actividades recreativas.

En algunos ejemplos que se incluyen, y que son parte de entrevistas, se usan palabras de las personas consultadas y se mantiene cierta simbología de las transcripciones. Esa simbología es:

/: pausa que hizo la persona entrevistada al hablar

...: frases o palabras de la entrevista que no se incluyeron

[]: palabras que fueron incluidas por la entrevistadora para darle sentido a la frase o para explicar algo.

4.1 Participación en actividades recreativas en Nicaragua

4.1.1 Participación en actividades recreativas entre semana en Nicaragua

4.1.1.1 Tiempo libre disponible

El tiempo reportado como libre entre semana en Nicaragua fue diferente entre las personas consultadas. Tres personas no indicaron la cantidad de tiempo libre que tenían en su país natal, pues manifestaron no tenerlo, por ejemplo:

La Sra. Zambrana dijo que, en Nicaragua, "no tenía tiempo para divertirme". Entre semana, ella llegaba tarde a dormir para madrugar al siguiente día.

María indicó que con respecto al tiempo que tenía libre en Nicaragua, no era "ni una [hora] porque después de que íbamos a la huerta, íbamos a acarrear agua, a echar tortillas, a cargar leña. No nos quedaba nada libre... [Los papás] no nos dejaban salir".

Julio explicó: "allá no se tiene tiempo libre ni entre semana ni fines de semana... porque es diferente las labores de trabajo allá, porque, lo primero, que casi no se halla empleo y, si hay, es un día o dos por semana. La mayoría del tiempo está desocupado, aunque es en contra de la voluntad de uno. Pero, como no hay trabajo, usted tiene que estar haciendo cosas en la casa: agarrar un anzuelo, irse a pescar a un río o ir a traer leña". Él agregó que, en Nicaragua, realizaba actividades que podían ser recreativas para unas personas, pero para él no lo eran, por ejemplo, pescar. Julio explicó que "hay gente que lo hace por diversión, por una distracción, irse a distraer a un río de esos. Muchas personas lo hacemos por una obligación, allá, por una necesidad".

Las diez personas restantes reportaron que tenían un rango de tiempo libre en horas, entre cero y ocho horas diarias, con un promedio (horas se convirtieron a minutos, se calculó el promedio de minutos, minutos se convirtieron a horas) de 3 horas y 12 minutos libres por día.

4.1.1.2 Tipos de actividades realizadas

Las actividades recreativas mencionadas en las entrevistas se agruparon según las categorías propuestas por Salazar Salas (2007). Sin embargo, algunas no se unieron más para darle la individualidad brindada por las personas inmigrantes.

Las personas entrevistadas manifestaron haber participado en varias actividades en el tiempo libre entre semana en Nicaragua. La mayoría de estas actividades era pasiva. Estas actividades eran:

- Actividades sociales (visitar a amigos y conversar con ellos y con familiares): ocho personas (dos mujeres y seis hombres)
- Pasatiempos (ver televisión y escuchar música): seis personas (dos mujeres y cuatro hombres)
- Actividad cognoscitiva (leer): cinco personas (tres mujeres y dos hombres)
- Juegos de mesa y tradicionales: tres hombres
- Deporte (béisbol): tres hombres
- Actividades espirituales (ir a la iglesia): dos mujeres.

4.1.1.3 Personas con las que se compartían las actividades

De las diez personas que reportaron participar en actividades recreativas, cuatro (tres mujeres y un hombre) compartían las actividades sólo con la familia; otras cuatro personas (una mujer y tres hombres), sólo con amistades de su mismo sexo y dos hombres, con su familia y amistades.

4.1.2 Participación en actividades durante el fin de semana en Nicaragua

4.1.2.1 Tiempo libre disponible

Dos personas manifestaron que no tenían tiempo libre durante los fines de semana para divertirse en Nicaragua. Sólo tres personas indicaron una cantidad específica de horas libres durante los fines de semana. El rango de estas horas era entre 5 y 18. Once personas expresaron su tiempo libre al mencionar cuál parte de los días sábados y domingos tenían libre. Por consiguiente, el tiempo libre durante los fines de semana de estas once personas entrevistadas fue:

- Todo el sábado y todo el domingo: dos personas (una mujer y un hombre)
- Medio sábado y todo el domingo: cinco personas (dos mujeres y tres hombres)
- Todo el domingo: tres mujeres
- Medio domingo: un hombre.

4.1.2.2 Tipos de actividades recreativas

Las once personas que señalaron recrearse mencionaron participar en diversas actividades recreativas en el tiempo libre durante los fines de semana en Nicaragua. La mayoría de estas actividades también era pasiva. Las actividades mencionadas incluyeron:

- Actividades sociales (visitar a amigos y familiares, estar y platicar con familiares, visitar y hablar con amistades): doce personas (cinco mujeres y siete hombres)
- Pasatiempos (ver televisión y escuchar música): nueve personas (cuatro mujeres y cinco hombres)
- Actividades al aire libre (pasear a la playa, ir a otros pueblos, visitar parques urbanos, hacer el jardín): siete personas (cuatro mujeres y tres hombres)
- Descansar (dormir, estar en la casa): siete personas (cuatro mujeres y tres hombres)
- Deporte (béisbol y natación): seis personas (una mujer y cinco hombres)
- Actividad cognoscitiva (leer): tres personas (dos mujeres y un hombre)
- Baile: tres personas (una mujer y dos hombres)
- Actividades espirituales (ir a la iglesia): tres personas (dos mujeres y un hombre)
- Ir de compras: tres personas (dos mujeres y un hombre)
- Arte culinario: dos personas (una mujer y un hombre).

Las dos personas que expresaron que no tenían tiempo libre, durante el fin de semana en Nicaragua, mencionaron que, en esos días, sus actividades dependían de lo que tuvieran que hacer en la casa. Por ejemplo:

María comentó que los fines de semana eran: "lo mismo... porque [los papás] decían 'quedó tal cosa por hacer' y, entonces, íbamos. No nos quedaba nada libre". María agregó que "sólo [hacía] mandados. Nada de ir a pasear".

Julio explicó que los fines de semana en Nicaragua, "si sale alguna chamba, la va a hacer y si no, tiene que estar ahí en la casa". Si no hay trabajo, lo que se hace es "estar en la casa... andar pescando, andar buscando leña".

4.1.2.3 Personas con las que se compartían las actividades

De las 11 personas que indicaron que sí realizaban actividades en su tiempo libre en Nicaragua durante los fines de semana, cinco (dos mujeres y tres hombres) las compartían con sus familiares; un hombre, con sus amigos y cinco personas (tres mujeres y dos hombres), con amistades y familiares.

4.2 Participación en actividades recreativas en Costa Rica

4.2.1 Participación en actividades recreativas entre semana en Costa Rica

4.2.1.1 Tiempo libre disponible

Las 13 personas entrevistadas reportaron tener, entre semana, un rango de tiempo libre de una a ocho horas diarias en Costa Rica, con un promedio (horas se convirtieron a minutos, se obtuvo el promedio de minutos, minutos se convirtieron a horas) de 3 horas y 55 minutos libres por día.

4.2.1.2 Tipos de actividades recreativas que se realizaban

La mayoría de las actividades que las personas entrevistadas señalaron realizar durante la semana en Costa Rica era pasiva. Esas actividades abarcaban:

- Pasatiempos (ver televisión, ver películas en DVD, coser y escuchar música): 13 personas (seis mujeres y siete hombres)
- Actividades sociales (visitar a amigos y familiares, estar y platicar con familiares, visitar y hablar con amistades): seis personas (tres mujeres y tres hombres)
- Actividad cognoscitiva (leer): seis personas (cuatro mujeres y dos hombres)
- Juegos (con infantes y de mesa): cuatro personas (dos mujeres y dos hombres)
- Descansar (dormir, estar en la casa): tres personas (una mujer y dos hombres).

4.2.1.3 Personas con las que se compartían las actividades

De la totalidad de personas participantes en el estudio, cuatro (dos mujeres y dos hombres) comentaron que, en Costa Rica, compartían estas actividades con sus familiares. Cuatro personas (dos mujeres y dos hombres) las realizaban en forma solitaria o con quien estuviera en la casa. Tres personas (dos mujeres y un hombre) efectuaban las actividades por sí mismas y dos hombres compartían las actividades con familiares y amigos.

4.2.2 Participación en actividades recreativas durante el fin de semana en Costa Rica

4.2.2.1 Tiempo libre disponible

De las personas entrevistadas, tres señalaron que sus días de "fin de semana" no concordaban con los días tradicionales de "sábado y domingo". Por las características de sus trabajos, tenían que laborar los días del "convencional fin de semana" y descansar en otros. Además, sólo tres personas indicaron una cantidad específica de horas libres durante los

fin de semana en Costa Rica. El rango de estas horas era entre 17 y 48. Todas las personas identificaron su tiempo libre al mencionar cuál parte de los días de "sus" fines de semana tenían libres. En resumen, el tiempo libre que las personas entrevistadas tenían como fin de semana era:

- Todo el sábado y todo el domingo: cuatro personas (dos mujeres y dos hombres)
- Medio sábado y todo el domingo: cinco personas (dos mujeres y tres hombres)
- Todo el domingo y el sábado cada dos semanas: una mujer
- Dos días continuos después de laborar cuatro: un hombre
- Lunes y martes: un hombre
- Martes: una mujer.

4.2.2.2 Tipos de actividades recreativas que realizaban

Las actividades recreativas mencionadas como las realizadas los fines de semana en Costa Rica, en su mayoría, eran pasivas. Dichas actividades incluían:

- Actividades sociales (visitar a amigos y familiares, estar y platicar con familiares, visitar y hablar con amistades, comer afuera): 12 personas (seis mujeres y seis hombres)
- Paseos (parques urbanos, otros cantones, San José centro, mall, playa): 12 personas (seis mujeres y seis hombres)
- Pasatiempos (ver televisión, ver películas en DVD, cantar Karaoke, ir al cine y escuchar música): nueve personas (cuatro mujeres y cinco hombres)
- Ir de compras: seis personas (cuatro mujeres y dos hombres)
- Descansar (dormir, estar en la casa): cinco personas (tres mujeres y dos hombres)
- Actividades espirituales (ir a la iglesia): cinco personas (tres mujeres y dos hombres)
- Deporte (fútbol): tres hombres
- Actividad cognoscitiva (leer): dos hombres
- Baile: dos personas (una mujer y un hombre).

4.2.2.3 Personas con las que se compartían las actividades recreativas

Siete personas (dos mujeres y cinco hombres) entrevistadas puntualizaron que las actividades que realizaban en Costa Rica en su tiempo libre las compartían con familiares y amigos. Cinco personas (cuatro mujeres y un hombre) las efectuaban únicamente con familiares y un hombre manifestó que sus actividades las realizaba solo.

4.3 Comparación entre la recreación practicada en Nicaragua y Costa Rica

4.3.1 Tiempo libre disponible

Con base en la información obtenida en esta investigación, se halló que las personas inmigrantes entrevistadas tenían más tiempo libre durante los fines de semana, en cada país, que entre semana. El tiempo libre en Costa Rica era mayor que en Nicaragua, porque allá tenían un promedio de 3 horas y 11 minutos libres entre semana, en contraste con 3 horas y 55 minutos en Costa Rica. Además, el rango de tiempo libre durante los fines de semana en Nicaragua era entre 5 y 18 horas y en Costa Rica era entre 17 y 48 horas. Este aumento del tiempo libre se manifestó en los días no laborales que se tenían en Costa Rica y en la cantidad de personas que los disfrutaban (Ver Tabla 1).

Tabla 1

Tiempo libre entre semana y fines de semana en Nicaragua y Costa Rica

Tiempo libre		En Nicaragua	En Costa Rica
Entre semana	Cantidad de horas (N = 13)	0 a 8 horas	1 a 8 horas
	Promedio	3 horas, 12 minutos	3 horas, 55 minutos
Fines de semana	Cantidad de horas (n = 3)	5 a 18 horas	17 a 48 horas
	Días libres reportados (n = 10)	<ul style="list-style-type: none"> • Medio sábado y todo el domingo: cinco personas • Todo el domingo: tres personas • Todo el sábado y todo el domingo: dos personas • Medio domingo: una persona 	<ul style="list-style-type: none"> • Medio sábado y todo el domingo: cinco personas • Todo el sábado y todo el domingo: cuatro personas • Todo el domingo y el sábado cada dos semanas: una persona • Dos días continuos después de cuatro de laborar: una persona • Lunes y martes: una persona • Martes: una persona

Fuente: entrevistas del estudio

Por definición, la recreación consiste en las actividades que se realizan en el tiempo libre y que permiten lograr el desarrollo integral de las personas (Salazar Salas, 2007). En términos generales, las personas inmigrantes entrevistadas usaban ese tiempo libre en recreación. Sólo tres personas (Ernesto, Alba y Pancho) manifestaron no recrearse como podrían. Alba indicó que no se divertía mucho porque ella era aburrida en Nicaragua y en Costa Rica. Ernesto comentó que su no participación en las actividades durante su tiempo libre tenía que ver con la forma en la que fue educado, en no andar en la calle sólo por andar. "No me criaron en un ambiente donde tenga diversión. Nunca he tenido diversión.... Porque no, no sé, no me gusta. Nunca me he asociado así, en la vagancia, nada de eso, no. Sólo me he dedicado al trabajo, más que todo". Por su parte, Pancho señaló que no iba a ganar nada si salía o no. En contraste con estas expresiones, José mencionó que el estar en Costa Rica era "diferente porque/ allá no compartía así, como, como el día sábado o domingo, ir, digámoslo así, a jugar beis, a jugar/ fút un rato, verdad. Sí, allá no lo hacía, aquí, sí".

Julio contó: "sí a mí me queda tiempo. Yo voy a una feria, a alguna actividad que hace aquí la gente, a un evento".

Erika puntualizó que en Costa Rica tenía más solvencia económica que en Nicaragua, pero acá tenía menos tiempo libre que allá. No obstante, ella participaba en actividades para "salir de la rutina y para no estar todo el tiempo en mi casa, encerrada, despejar un poquito la mente y poder descansarla. Para animarme, un poquito más, a trabajar".

4.3.2 Actividades recreativas realizadas

La cantidad de actividades recreativas realizadas en Nicaragua (seis) y Costa Rica (cinco) entre semana fue menor que la cantidad efectuada durante los fines de semana en cada país (10 y 9, respectivamente), lo cual resulta lógico si se considera que el tiempo libre necesario para realizar actividades recreativas es menor entre semana por causa del horario de trabajo. El número de actividades fue menor en Costa Rica que en Nicaragua, pero algunas con mayor cantidad de participantes (Ver Tabla 2).

La actividad que más se realizó en los dos países, entre semana y fines de semana, fue la de "Actividades sociales". Esta situación puede deberse a que casi todas las personas entrevistadas tenían familiares en Costa Rica, con quienes podían socializar. La práctica de relacionarse con los familiares podría haberse mantenido, luego del cambio de país, a causa del apoyo social, psicológico y económico brindado por este grupo (Glover y Parry, 2008).

Otro detalle interesante de los hallazgos es que la actividad "Pasatiempos" se diversificó en Costa Rica, es decir, las personas tenían más opciones para realizar. De ver televisión y escuchar música en Nicaragua, en Costa Rica se tuvo la oportunidad de ver televisión, escuchar música, ver películas en DVD, cantar Karaoke, ir al cine y coser.

Los "Paseos" constituyeron una actividad nueva realizada en Costa Rica, al igual que la práctica del fútbol. Estas actividades podrían mostrar cierta aculturación por parte de las personas inmigrantes con la finalidad de integrarse a la nueva sociedad (Juniu, 2000). O sea, que en el caso de los hombres, ellos dejaron de jugar béisbol y empezaron a practicar fútbol. En otras palabras, adquirieron características del grupo dominante y perdieron rasgos culturales, forzados por las circunstancias en las que vivían. Luis indicó que el no jugar beisbol "podría ser falta de comunicación con los demás, porque es gente nueva. Son otra gente que uno tiene que conocer. No sabe quiénes son". Él ha ido los domingos a La Sabana y ha jugado, "pero no así frecuente como lo hacía allá".

Tabla 2

Actividades recreativas realizadas en Nicaragua y en Costa Rica

Días	Actividades realizadas en Nicaragua	Actividades realizadas en Costa Rica
Entre semana	<ul style="list-style-type: none"> • Actividades sociales (visitar a amigos y conversar con ellos y con familiares): ocho personas • Pasatiempos (ver televisión y escuchar música): seis personas • Actividad cognoscitiva (leer): cinco personas • Juegos de mesa y tradicionales: tres personas • Deporte (béisbol): tres personas • Actividades espirituales (ir a la iglesia): dos personas 	<ul style="list-style-type: none"> • Pasatiempos (ver televisión, ver películas en DVD, coser y escuchar música): 13 personas • Actividades sociales (visitar a amigos y familiares, estar y platicar con familiares, visitar y hablar con amistades): seis personas • Actividad cognoscitiva (leer): seis personas • Juegos (con infantes y de mesa): cuatro personas Descansar (dormir, estar en la casa): tres personas
Fines de semana	<ul style="list-style-type: none"> • Actividades sociales (visitar a amigos y familiares, estar y platicar con familiares, visitar y hablar con amistades): 12 personas • Pasatiempos (ver televisión y escuchar música): nueve personas • Actividades al aire libre (pasear a la playa, ir a otros pueblos, visitar parques urbanos, hacer el jardín): siete personas • Descansar (dormir, estar en la casa): siete personas • Deporte (béisbol y natación): seis personas • Actividad cognoscitiva (leer): tres personas • Baile: tres personas • Actividades espirituales (ir a la iglesia): tres personas • Ir de compras: tres personas • Arte culinario: dos personas 	<ul style="list-style-type: none"> • Actividades sociales (visitar a amigos y familiares, estar y platicar con familiares, visitar y hablar con amistades, comer afuera): 12 personas • Paseos (parques urbanos, otros cantones, San José centro, mall, playa): 12 personas • Pasatiempos (ver televisión, ver películas en DVD, cantar Karaoke, ir al cine y escuchar música): nueve personas • Ir de compras: seis personas • Descansar (dormir, estar en la casa): cinco personas • Actividades espirituales (ir a la iglesia): cinco personas • Deporte (fútbol): tres personas • Actividad cognoscitiva (leer): dos personas • Baile: dos personas

Fuente: entrevistas del estudio

Es relevante notar que la característica identificada por Hutchinson y Fidel (1984), en su estudio con un grupo latino en Estados Unidos acerca de la gran participación de esta población en actividades recreativas pasivas, también se presentó en esta investigación. La mayoría de las actividades recreativas reportadas eran pasivas, sólo las categorías de "Deporte", "Actividades al aire libre" y "Baile" eran dinámicas. Esta singularidad genera la

misma preocupación que en el estudio de Hutchinson y Fidel. Si no se alternan con otras actividades recreativas más dinámicas, las actividades pasivas podrían provocar sedentarismo y, por ende, obesidad: factores que ponen en riesgo la salud de las personas.

Una de las peculiaridades de este estudio fue que las actividades espirituales no pudieron ser ubicadas en ninguno de los tipos de actividades recreativas de la clasificación de Salazar Salas (2007). Esta tipología fue confeccionada con base en otras de varios autores estadounidenses. En ese país, la religión no es tema que se trate fuera del grupo religioso. El no haber podido categorizar a las actividades espirituales podría indicar que la clasificación de actividades recreativas de Salazar Salas debería actualizarse y adecuarse a la cultura latina, puesto que, en ésta, muchas personas emplean parte de su tiempo libre en actividades espirituales.

4.3.3 Personas con las que se compartió las actividades recreativas

Es importante destacar que tanto en Nicaragua como en Costa Rica, entre semana y fines de semana, el grupo social con el que la mayoría de las personas entrevistadas compartió sus actividades recreativas fue la familia. Esta característica denota la relevancia que los familiares tienen en la población nicaragüense, al igual que para otros grupos de diversos países latinos y del mundo (Kim, 2000; Floyd y Gramman, 1993; Foner, 1997; Stodolska, 1998, 2000a; Suarez-Orozco y Suarez-Orozco, 1995; Tirone y Shaw, 1997). El valor que se le da a la familia podría deberse al apoyo que esta agrupación brinda a sus miembros. Apoyo que abarca desde la ayuda económica hasta el respaldo psicológico.

El vivir en otro país implica adaptarse a un nuevo ambiente y costumbres que pueden favorecer o dificultar el establecerse en el país anfitrión. Diversos autores (Kim, 2000; Ruble y Shaw, 1991; Stodolska, 1998, 2000a; Yu y Berryman, 1996) indican que al igual que la familia, los grupos de amistades también brindan apoyo emocional a sus miembros. Este otro grupo fue mencionado en la realización de actividades recreativas, entre semana y fines de semana, en ambos países.

Una particularidad que se identificó en las actividades recreativas realizadas en Costa Rica entre semana y fines de semana fue que algunas personas las efectuaron solas. Muchas de las personas entrevistadas tenían la posibilidad de compartir con familiares que vivían en Costa Rica, pero algunas estaban solas (Ver Tabla 3).

Tabla 3

Personas con las que se compartieron las actividades recreativas en Nicaragua y en Costa Rica

Días en los que se compartió	Personas con las que se compartió las actividades recreativas en Nicaragua	Personas con las que se compartió las actividades recreativas en Costa Rica
Entre semana	<ul style="list-style-type: none"> ✓ sólo con la familia: cuatro personas * ✓ sólo con amistades de su mismo sexo: cuatro personas * ✓ con su familia y amistades: dos personas* 	<ul style="list-style-type: none"> • sólo con familiares: cuatro personas • con familiares y amigos: dos personas • solas o con quien estuviera en la casa: cuatro personas • con nadie: tres personas
Fines de semana	<ul style="list-style-type: none"> • con amistades y familiares: cinco personas ** • sólo con familiares: cinco personas ** • sólo con sus amigos: una persona** 	<ul style="list-style-type: none"> • con familiares y amigos: siete personas • sólo con familiares: cinco personas • con nadie: una persona

Fuente: entrevistas del estudio

* Sólo 10 personas de las 13 entrevistadas manifestaron que se recreaban entre semana en Nicaragua

** Sólo 11 personas de las 13 entrevistadas manifestaron que se recreaban los fines de semana en Nicaragua

4.4 Beneficios de la participación en recreación

Los beneficios mencionados en las entrevistas por las personas del estudio como los obtenidos por participar en actividades recreativas y los identificados en las observaciones pueden ubicarse en cinco categorías de beneficios individuales: físicos, intelectuales, sociales, psicológicos y espirituales (Salazar Salas, 2007). Además, en la investigación también se identificaron beneficios para la familia y para los grupos sociales, como las amistades.

Con base en las entrevistas y observaciones se determinó que la categoría de beneficios psicológicos fue la que tuvo la mayor frecuencia de ejemplos (diez). Los beneficios intelectuales o cognoscitivos identificados fueron tres, los sociales fueron dos, mientras que sólo se detectó un beneficio espiritual; uno, físico; uno, para la familia y uno, para el grupo de amistades.

4.4.1 Beneficios psicológicos:

- Despejo de la mente/desestrés/relajamiento: siete personas (una mujer y seis hombres)
- Distracción/diversión: seis personas (cuatro mujeres y dos hombres)
- Sentimiento de alegría/felicidad: dos personas (una mujer y un hombre)
- Pasatiempo: dos personas (una mujer y un hombre)
- Disfrute de la experiencia: una mujer
- Sentimientos que se comparten con nicaragüenses: una mujer
- Olvido de problemas: un hombre
- Prevención de aburrimiento: una mujer
- Expresión: una mujer
- Comportamientos (identificados en las observaciones)
 - ❖ Concentrarse al jugar o realizar la actividad: 13 personas (seis mujeres y siete hombres)
 - ❖ Disfrutar, gozar la actividad (satisfacción durante y final): 11 personas (cuatro mujeres y siete hombres)
 - ❖ Mostrar extroversión no evidente durante la entrevista: ocho personas (una mujer y siete hombres)
 - ❖ Mostrar sentido de competencia, querer ganar: seis hombres
 - ❖ No ofender al ganar: cuatro hombres
 - ❖ Reírse de sus propios errores: dos hombres.

4.4.2 Beneficios cognoscitivos:

- Aprender la cultura/costumbre: dos personas (una mujer y un hombre)
- Conocer lugares y observar naturaleza: dos personas (una mujer y un hombre)
- Estar informado de lo que pasa: dos personas (una mujer y un hombre).

4.4.3 Beneficios sociales:

- Conocer otras personas: cuatro personas (una mujer y tres hombres)
- Compartir con ellas (identificado en las observaciones): cuatro personas (una mujer y tres hombres).

4.4.4 Beneficio físico:

- Mantenimiento de la salud: dos hombres.

4.4.5 Beneficio espiritual:

- Nexo espiritual: un hombre.

4.4.6 Beneficio para la familia:

- Compartir con los miembros de la familia: once personas (cinco mujeres y seis hombres).

4.4.7 Beneficio para los grupos de amistades:

- Compartir con amistades: ocho personas (tres mujeres y cinco hombres).

Con los constantes cambios en la sociedad, el personal de recreación está proponiendo que la profesión no sólo debe dedicarse a entretener a la población participante, sino ayudarla a mejorar la calidad de vida por medio de actividades que le proporcionen beneficios perdurables (Allen, Stevens, Hurtes y Harwell, 1998). Por lo tanto, es fundamental que las personas sean capaces de identificar cuáles beneficios perciben como los obtenidos mediante su participación en la recreación. En el presente estudio, varias personas señalaron diversos beneficios asociados a las actividades recreativas. Algunos de esos comentarios son:

Lorenzo detectó varios beneficios de su participación en actividades recreativas. Al leer: "uno está enterado de... lo que está sucediendo, igual, la televisión... Los juegos como siempre son atractivos. También me pongo a leer *La Biblia*, folletos... Leer *La Biblia*: ese beneficio sería ya personal. Ese ya sería extraordinario, fuera de lo común".

Erika mencionó que los beneficios que pueden obtener al participar en estas actividades incluyen: "poder yo expresarme y aprender alguna costumbre, que se forme en mí una experiencia más porque cada diversión... la puedo disfrutar como una experiencia".

María comentó: "aquí en la casa, se mira pared a un lado y pared al otro lado. En cambio, en la calle, se mira gente diferente, mira cosas diferentes". María señaló que otro beneficio que se obtiene de ir a los parques es "para que el niño se distraiga más, para que no pase tan aburrido dentro de la casa".

Luis opinó que el baile ayuda a "despejar la mente, olvidarse de una situación o problemita que uno tenga, para estar relajado. Como que uno se estresa de tanto trabajo. Como que a uno le cae bien, relajarse, divertirse". Además, "el cuerpo está en forma, en condiciones, estar físicamente preparado... También, conoce personas que uno nunca ha visto, conoce amistades nuevas".

La atribución de un número alto de beneficios psicológicos a las actividades recreativas parece mostrar la relación que las personas establecen entre esas actividades y la tranquilidad emocional, pues conceptúan a la recreación como catarsis del estrés diario. Por el contrario, es inusual que a la recreación se le visualice como fuente de beneficios espirituales o de los intelectuales. Las personas no asocian el disfrute de actividades con el aprendizaje o la espiritualidad provocada por el contacto con la naturaleza, como sucede en la recreación al aire libre. Es probable que ésa sea la razón por la cual el número de beneficios espirituales e intelectuales fue bajo en este estudio.

De manera similar, la poca cantidad de ejemplos de beneficios físicos relacionados con las actividades recreativas refuerza la preocupante característica de un sector de la población latinoamericana de no participar en actividades físicamente activas (Amesty, 2003; Cronan, Shinew y Stodolska, 2008; Hutchinson y Fidel, 1984). Quizá, este actuar se deba a que, en la etapa de la adultez joven y la adultez media, las personas suelen emplear su tiempo libre en actividades, como ver televisión, pero especialmente en las de tipo social (Edginton, DeGraaf, Dieser y Edginton, 2006).

A pesar de que todas las personas manifestaron en las entrevistas que socializaban con alguien durante las actividades recreativas, lo cual se corroboró en algunas observaciones, esta acción no fue tomada en cuenta por la mayoría de las personas como un beneficio. La amistad suele ser usada como una estrategia para enfrentar el estrés y la soledad (Glover y Parry, 2008). En este estudio, algunas personas manifestaron que no se recreaban por falta de compañía. No obstante, no buscaban la posibilidad de adquirir nuevas amistades para recrearse. Es probable que si todas estas personas inmigrantes nicaragüenses hubieran tenido amistades consolidadas en Costa Rica, tal vez, hubieran podido sobreponerse a las adversidades que enfrentaban y su calidad de vida hubiera sido diferente. Varias de estas personas tuvieron dificultades para hablar acerca de los sentimientos y las emociones que las afectaban diariamente, por no encontrarse entre un grupo de amigos, es decir, no tuvieron apoyo psicológico para desahogarse. Estas relaciones sociales quizá les hubieran permitido sentirse mejor porque alguien se

preocupaba por ellas, las escuchaba, las aconsejaba y las acompañaba a recrearse. Por ejemplo, para Pancho, los beneficios que él podría obtener con la recreación incluyen socializar con sus amigos y hablar con ellos de sentimientos que con las personas costarricenses no comenta porque "poco conozco a la gente de aquí". Según Gramman y Allison (1999), algunos grupos étnicos tratan de preservar su identidad distintiva subcultural, al mismo tiempo que mantienen contacto e interacción con el grupo dominante. Esta podría ser la razón por la cual varias personas de este estudio no participaban en actividades recreativas en Costa Rica, a pesar de que tenían posibilidades de hacerlo.

Las actividades sociales refuerzan tanto la identidad personal como la grupal (Edginton, DeGraaf, Dieser y Edginton, 2006). La recreación ofrece actividades que promueven el bienestar individual y el colectivo, los cuales a su vez generan ambientes de cooperación, integración y respeto a las diferencias existentes (Calloway, 2004). Durante las observaciones de las actividades recreativas del presente estudio, se notó cómo las personas nicaragüenses que participaron en actividades grupales disfrutaron el juego de mesa, pues el compartirlo con familiares y amistades generó un ambiente agradable. Al igual que otras poblaciones latinas, algunas personas participantes en esta investigación percibieron haber obtenido beneficios de socialización, cohesión, cooperación, identidad étnica y conocimiento artístico de la cultura anfitriona (Salazar Salas, 2000). Por ejemplo, José mencionó cómo la identidad étnica se ve favorecida por actividades recreativas: "Algunas veces, por lo menos cuando/ hacen alguna actividad que/ yo conozca o que venga de costumbres nicaragüenses. Si nosotros conocemos esa costumbre/ por ejemplo, ahorita que pasó para el 7 de diciembre/ que celebran la Virgen María. Entonces, sí, siempre vamos". Además, agregó que con la recreación "uno aprende más de la cultura de la demás gente... Sí, a las culturas/ uno ve diferentes cosas/ de todo".

5. Conclusiones y recomendaciones

5.1 Conclusiones

5.1.1 Relacionadas con los objetivos de la investigación

Al finalizar la investigación, se concluyó que:

1. Las personas inmigrantes nicaragüenses que fueron parte de este estudio participaron en once categorías de actividades recreativas en su país, entre semana y fines de semana, antes de migrar a Costa Rica. Esas actividades fueron actividades sociales, pasatiempos,

deporte, actividades al aire libre, descansar, actividad cognoscitiva, actividad espiritual, ir de compras, juegos de mesa y tradicionales, baile y arte culinario.

2. Las personas inmigrantes nicaragüenses mayores de edad participantes en este estudio habían realizado diez categorías de actividades recreativas en Costa Rica, entre semana y fines de semana. Las actividades en las que habían participado eran pasatiempos, actividades sociales, paseos, actividad cognoscitiva, descansar, ir de compras, actividad espiritual, juegos, deporte y baile.

3. Las personas nicaragüenses que participaron en este estudio percibieron la obtención de siete tipos de beneficios por participar en actividades recreativas. Esos beneficios fueron psicológicos, cognoscitivos, sociales, físicos, espirituales, familiares y grupales. Los beneficios más identificados fueron los psicológicos.

5.1.2 Relacionadas con otros temas recreativos

Al finalizar la información obtenida en la investigación, se concluyó que:

1. La mayor parte de las actividades recreativas realizadas por la población del estudio era pasiva. Esta característica es preocupante porque podría promover sedentarismo y obesidad.

2. La población participante en el estudio tenía, en promedio, más tiempo libre en Costa Rica que en su país, tanto entre semana como en fines de semana.

3. La cantidad de personas que participaron en actividades recreativas aumentó en Costa Rica con respecto al número que lo hizo en Nicaragua, pues la mayoría tenía más tiempo libre en el país anfitrión.

4. Las personas que socializaron en Costa Rica con familiares y amigos participaron en más actividades recreativas que las personas que se aislaron y no buscaron compañía.

5. En el estudio se evidenció las diferencias culturales entre la población latina y la estadounidense. La clasificación de actividades recreativas, seleccionada para esta investigación y elaborada con base en la información de ese país norteamericano, no fue funcional. La actividad espiritual no se pudo ubicar dentro de las categorías de esa tipología.

6. La población de otras nacionalidades que reside en Costa Rica ha aumentado en los últimos años. Por eso, es importante realizar investigaciones acerca de este tema. El estudio del comportamiento de las personas inmigrantes al recrearse podría contribuir a comprender el mecanismo usado por ellas para adaptarse a o para lidiar con las situaciones del choque cultural y los procesos de aculturación y asimilación.

7. La conducción de investigación acerca de la recreación con personas inmigrantes es necesaria, máxime, si lo que se desea es aplicar en el país el conocimiento producido en él. Si esta acción se lograra, se tendría información específica y no sería forzoso seguir usando la literatura de otros países o culturas, a la hora de analizar temáticas como ésta.

5.2 Recomendaciones

Luego de concluir esta investigación, se recomienda:

1. Usar la información de este estudio como parte del insumo de un diagnóstico que determine la oferta de actividades recreativas para la población nicaragüense residente en Costa Rica.
2. Buscar y promover alianzas estratégicas entre instituciones para ofrecer actividades recreativas a las personas nicaragüenses en Costa Rica, para que usen positivamente el tiempo libre. Esos convenios podrían ser entre los comités cantonales de deportes y recreación, universidades y organizaciones gubernamentales y no gubernamentales, entre otras.
3. Sugerir a las entidades pertinentes, públicas o privadas, el poner en práctica actividades recreativas que favorezcan la inserción de las personas nicaragüenses en el ambiente costarricense. Estas actividades podrían ayudarles a comprender la cultura del país y a incorporarse más rápidamente a él. Además, con la finalidad de dar a conocer la idiosincrasia del pueblo nicaragüense, se podrían ofrecer actividades de ese país y, de esa forma, promocionar el intercambio cultural. Este tipo de actividades podría servir de rompe-hielo para que, luego, las personas nicaragüenses estén más receptivas a participar en actividades recreativas costarricenses.
4. Estudiar más profundamente el tema de etnicidad y su relación con la recreación. Al igual que en otros países (Karlis y Dawson, 1995), los estudios de etnicidad en Costa Rica no suelen incluir el tema de recreación como parte de sus líneas de investigación. Por lo tanto, se podrían estudiar las diferencias entre los diversos grupos étnicos del país para comprender las actividades recreativas que les gusta a estas poblaciones y las diferencias entre cada uno de esos grupos. Los hallazgos de estos estudios podrían ayudar a ofertar actividades recreativas costarricenses de integración.
5. Usar este estudio como base para futuras investigaciones, en las que se incorpore una población nicaragüense más grande o residente en todo el país o con otra condición socioeconómica. También, se podrían estudiar otras poblaciones inmigrantes o, incluso, a

grupos étnicos costarricenses. Asimismo, se podrían emplear otras metodologías, ya sean cualitativas, cuantitativas o mixtas.

6. Promover la conducción de más investigación que produzca conocimiento y permita proponer teorías, clasificaciones y modelos, relacionados con temas recreativos, que se ajusten a la idiosincrasia latinoamericana.

REFERENCIAS

- Acuña González, Guillermo, y Olivares Ferreto, Edith. (1999). **La población migrante nicaragüense en Costa Rica. Realidades y respuestas: Diagnóstico global**. San José, C.R.: Fundación Arias para la Paz y el Progreso Humano.
- Allen, Lawrence. (1996). A primer: Benefits-based management of recreation services. **Parks and Recreation**, 31(3), 64-76.
- Allen, Lawrence, Stevens, Bonnie, Hurtes, Karen, y Harwell, Rick. (1998). **Benefits-based programming of recreation services. Training manual**. Ashburn, Virginia: National Recreation and Park Association.
- Amesty, Silvia. (2003). Barriers to physical activities in the Hispanic community. **Journal of Public Health Policy**, 24(1), 41-58.
- Aragón Solórzano, Margarita. (2005). **Las adolescentes migrantes nicaragüenses en Costa Rica: Entre la migración, la pobreza y la condición de género**. Tesis sin publicar para optar por el grado de Magister Scientiae en Estudios de la Mujer. Universidad Nacional, Heredia y Universidad de Costa Rica, San José.
- Bail, Raphaëlle. (2006, diciembre). De Nicaragua a Costa Rica: Una emigración de supervivencia. **Le Monde Diplomatique**, pp. 1, 20-21.
- Baltodano Estrada, Carolina, y Mora Mora, Natalia. (2005). **Derechos sexuales y reproductivos: Vivencia del embarazo y la maternidad en mujeres migrantes nicaragüenses en Costa Rica**. Tesis sin publicar para optar por el grado de Licenciatura en Psicología. Universidad de Costa Rica, San José.
- Barquero Barquero, Jorge. (2005). **La migración internacional en Costa Rica: Estado actual y consecuencias**. Charla para el Curso de Actualización y Mejoramiento en el Área de Educación Cívica, organizada por la Escuela de Historia de la Universidad de Costa Rica, la Asociación Ciudadana Activa y el Colegio de Licenciados y Profesores. Obtenido 24 julio 2008 de: <http://ccp.ucr.ac.cr/bvp/ppt/CharlaMig2005.pdf>
- Benefits: The top 40 essential actions. (1997). **Parks and Recreation**, 32(8), 64-66.
- Blank, Susan, y Torrecilha, Ramon. (1998). Understanding the living arrangements of Latino immigrants: A life course approach. **International Migration Review**, 32(1), 3-19.

- Bolla, Pat, y Dawson, Don. (1990). Meeting the recreation needs of ethnic communities. **Recreation Canada**, 48(4), 10-15.
- Calloway, Jimmy. (2004). Recreation and sports: Instruments for world peace. **Youth Studies Australia**, 23(1), 35-41.
- Campos Zamora, Anyelick, y Tristán Jiménez, Larissa. (2007). **Recepción de la información periodística sobre hechos de violencia y conflicto social, en los que se implica a la población inmigrante nicaragüense residente en Costa Rica**. Tesis sin publicar para optar por el grado de Licenciatura en Psicología. Universidad de Costa Rica, San José.
- Chinchilla Cervantes, Ana Cecilia. (2005). **Multiculturalidad (migración Nicaragua - Costa Rica) y su impacto en la gestión educativa de la Escuela 15 de Agosto: Aportes desde la educación no formal para una propuesta de abordaje intercultural**. Tesis sin publicar para optar por el grado de Licenciatura en Ciencias de la Educación. Universidad de Costa Rica, San José.
- Cocco Aguilar, Madeline. (2002). **La imagen de los nicaragüenses en la prensa escrita nacional 1990-1999**. Tesis sin publicar para optar por el grado de Licenciatura en Antropología. Universidad de Costa Rica, San José.
- Costa Rica, Consejo Nacional de Rectores. (1999). Inmigrantes nicaragüenses en Costa Rica. En **Informe del Estado de la Nación**. Obtenido julio 2008 de: <http://www.estadonacion.or.cr/Info1999/nacion5/rec-1-2.html>
- Cronan, Megan, Shinew, Kimberly, y Stodolska, Monika. (2008). Trail use among Latinos: Recognizing diverse uses among a specific population. **Journal of Park and Recreation Administration**, 26(1), 62-86.
- Driver, Beverly. (1992). The benefits of leisure. **Parks and Recreation**, 27(11), 16-20, 23, 25, 75.
- Driver, Beverly. (1997). The defining moment of benefits. **Parks and Recreation**, 32(12), 38-40.
- Driver, Beverly, y Bruns, Donald. (1999). Concepts and uses of the benefits approach to leisure. En Edgar Jackson y Thomas Burton (Eds.), **Leisure studies. Prospects for the twenty-first century** (pp. 349-369). State College, PA: Venture Publishing, Inc.
- Edginton, Christopher, DeGraaf, Donald, Dieser, Rodney, y Edginton, Susan. (2006). **Leisure and life satisfaction. Foundational perspectives** (4ta. ed.). New York: McGraw-Hill.
- Ewert, Alan, Dieser, Rodney, y Voight, Alison. (1999). Conflict and the recreational experience. En Edgar Jackson y Thomas Burton (Eds.), **Leisure studies. Prospects for the twenty-first century** (pp. 335-345). State College, PA: Venture Publishing, Inc.
- Facultad Latinoamericana de Ciencias Sociales. (2004). **Diagnóstico de la inmigración nicaragüense en seis asentamientos informales del Área Metropolitana de San José**. San José, Costa Rica: Fundación Promotora de Vivienda (FUPROVI).

- Floyd, Myron, y Gramman, James. (1993). Effects of acculturation and structural assimilation in resource-based recreation: The case of Mexican Americans. **Journal of Leisure Research**, 25(1), 6-21.
- Foner, Nancy. (1997). The immigrant family: Cultural legacies and cultural changes. **International Migration Review**, 31(4), 961-974.
- Gans, Herbert. (1997). Towards a reconciliation of "assimilation" and "pluralism": The interplay of acculturation and ethnic retention. **International Migration Review**, 31(4), 875-892.
- Glover, Troy, y Parry, Diana. (2008). Friendships developed subsequent to a stressful life event: The interplay of leisure, social capital, and health. **Journal of Leisure Research**, 40(2), 208-230.
- Gramman, James, y Allison, Maria. (1999). Ethnicity, race, and leisure. In Edgar Jackson y Thomas Burton (Eds.) **Leisure studies. Prospects for the twenty-first century** (pp. 283-297). State College, PA: Venture Publishing, Inc.
- Gurdián Fernández, Alicia. (2007). **El paradigma cualitativo en la investigación socio-educativa**. San José, Costa Rica: PrintCenter.
- Hutchinson, Ray, y Fidel, Kenneth. (1984). Mexican-American recreation activities: A reply to McMillen. **Journal of Leisure Research**, 16(4), 344-349.
- Ibrahim, Hilmi. (1981). Immigrants and leisure. **Journal of Physical Education, Recreation and Dance**, 52(8), 36-37.
- Juniu, Susana. (1999). Leisure experience of Latino women immigrants. In National Recreation and Parks Association (Ed.), **Abstracts from the 1999 Symposium on leisure research** (p. 47). Nashville, TE: National Recreation and Parks Association.
- Juniu, Susana. (2000). The impact of immigration: Leisure experience in the lives of South American immigrants. **Journal of Leisure Research**, 32(3), 358-381.
- Karlis, George, y Dawson, Don. (1995). Ethnicity and recreation: Concepts, approaches and programming. **Canadian Ethnic Studies**, 27(2), 166-179.
- Karlis, George, Gravelle, Francois, y Pawlick, Margaret. (1997). L'importance de la récréation pour les immigrants au Canada: Les Grecs de Toronto. **Journal of Applied Recreation Research**, 22(3), 245-257.
- Kelly, John. (1999). Leisure and society: A dialectical analysis. En Edgar Jackson y Thomas Burton (Eds.). **Leisure studies. Prospects for the twenty-first century** (pp. 53-68). State College, PA: Venture Publishing, Inc.
- Kim, Mi-Sook. (2000). Life satisfaction, acculturation, and leisure participation among older urban Korean immigrants. **World Leisure Journal**, 42(2), 28-40.

- Klitzing, Sandra Wolf (2004). Women living in a homeless shelter: Stress, coping and leisure. **Journal of Leisure Research**, 36(4), 483-512.
- Kraus, Richard. (2001). **Recreation and leisure in modern society** (6ta. ed.). Sudbury, MA: Jones and Bartlett Publishers.
- Loría Bolaños, Rocío. (2007). Vulnerabilidad a la violencia en la inmigración: Mujeres nicaragüenses y panameñas en el tránsito migratorio hacia Costa Rica. En Carlos Sandoval García, (Ed.). **El Mito roto. Inmigración y emigración en Costa Rica** (pp. 221-231). San José, Costa Rica: Editorial UCR.
- Mannell, Roger, y Kleiber, Douglas. (1997). **A social psychology of leisure**. State College, PA: Venture Publishing, Inc.
- Martínez Miguélez, Miguel. (1989). **Comportamiento humano: Nuevos métodos de investigación**. México: Trillas.
- Costa Rica. Ministerio de Salud, Facultad Latinoamericana de Ciencias Sociales, Organización Panamericana de Salud, y Oficina Regional de la Organización Mundial de la Salud. (2003). **Migración y salud en Costa Rica: Elementos para su análisis**. San José, Costa Rica. San José, Costa Rica: OPS.
- Mojica Mendieta, Francisco Javier. (2003). **Proyecto "La migración nicaragüense hacia Costa Rica y su impacto en la sociedad costarricense". Acciones del estado costarricense para enfrentar demanda de servicios de salud, educación y vivienda de población nicaragüense en Costa Rica**. Heredia, Costa Rica: Instituto de Estudios Sociales en Población, Universidad Nacional.
- Mojica Mendieta, Francisco Javier. (2008). **Identidades, poder e incidencia política en organizaciones vinculadas a inmigrantes nicaragüenses en Costa Rica, 2003-2006**. Tesis sin publicar para optar por el grado de Magister Scientiae en Antropología. Universidad de Costa Rica, San José.
- Mowen, Andrew, Orsega-Smith, Elizabeth, Payne, Laura, Ainsworth, Barbara, y Godbey, Geoffrey. (2007). The role of park proximity and social support in shaping park visitation, physical activity, and perceived health among older adults. **Journal of Physical Activity and Health**, 4(2), 167-179
- Naciones Unidas, Asamblea General. (1948). **Declaración Universal de Derechos Humanos**. Sitio Web de las Naciones Unidas. Recuperado el 3 julio 2006, de: <http://www.un.org/spanish/aboutun/hrights.htm>
- Neider, Dave. (1990). The many faces of Canada. Multiculturalism and recreation. Strategies for action. **Recreation Canada**, 48(3), 27-36, 37-38.
- Ogbu, John. (1993). Differences in cultural frame of reference. **International Journal of Behavioral Development**, 16(3), 483-506.

- Ovando, Carlos, y Collier, Virginia. (1985). **Bilingual and ESL classrooms. Teaching in multicultural contexts**. New York: McGraw-Hill Book Company.
- Peterson, Carol Ann, y Stumbo, Norma. (2000). **Therapeutic recreation program design. Principles and procedures** (3era. ed.). Needham Heights, MA: Allyn & Bacon.
- Portilla Gómez, Lucecita. (2006). **La percepción de la disponibilidad y el manejo del tiempo libre en las mujeres del grupo recreativo Aprender Nadando –GRAN-**. Tesis de maestría sin publicar para optar por el grado de Magíster en Recreación. Universidad de Costa Rica, San José, Costa Rica.
- Putnam, Robert. (2007). E pluribus unum: Diversity and community in the twenty-first century. The 2006 Johan Skytte Prize Lecture. **Scandinavian Political Studies**, 30(2), 137-174.
- Rodríguez Gómez, Gregorio, Gil Flores, Javier, y García Jiménez, Eduardo. (1996). **Metodología de la investigación cualitativa**. Málaga, España: Ediciones Aljibe, S. L.
- Rublee, Cindy, y Shaw, Susan. (1991). Constraints on the leisure and community participation of immigrant women: Implications for social integration. **Society and Leisure**, 14(1), 133-150.
- Russell, Ruth Virginia. (2002). **Pastimes. The context of contemporary leisure** (2da.ed.). Champaign, IL: Sagamore Publishing.
- Salazar Salas, Carmen Grace. (2000). **The impact of culture shock on Latin American students' recreation participation**. Trabajo de investigación realizado en el curso Y611 Qualitative Research, Indiana University, Bloomington. Manuscrito sin publicar.
- Salazar Salas, Carmen Grace. (2002). **Core competencies and affective characteristics for an undergraduate general curriculum in recreation and leisure services [Competencias y características afectivas requisito para un bachillerato general en recreación]**. Tesis doctoral sin publicar, Indiana University, Bloomington, Indiana, Estados Unidos.
- Salazar Salas, Carmen Grace. (2007). **Recreación**. San José, Costa Rica: Editorial Universidad de Costa Rica.
- Salazar Salas, Carmen Grace. (2008). Recreación: Fuente inagotable de beneficios. En Foro Centroamericano de Recreación, Educación Física y Deportes, **Memoria del IV Congreso Centroamericano de Educación Física, Deporte y Recreación, "Naturaleza, movimiento y salud" 21-25 julio 2008** [documento digital]. San José, Costa Rica: FECERED.
- Salazar Salas, Carmen Grace. (2009). **Informe final del proyecto de investigación N° 245-A7-301: Identificación de las actividades recreativas que la actual población inmigrante mayor de edad de Nicaragua realizaba en su país y las que realiza en Costa Rica**. Manuscrito sin publicar. Escuela de Educación Física y Deportes, Universidad de Costa Rica.

- Sandoval García, Carlos. (2004a). El "otro" nicaragüense en tres actos: Populismo intelectual, ficción teatral y políticas públicas. **Revista Parlamentaria**, 12(2), 285-309.
- Sandoval García, Carlos. (2004b). ¿Somos excepcionales los costarricenses? **Revista Envío**, 23(262-263), 29-36.
- Sandoval García, Carlos. (2007). **Sueños y sudores en la vida cotidiana: Trabajadoras y trabajadores de la maquila y la construcción en Costa Rica** (2da. ed.). San José, Costa Rica: Editorial UCR.
- Sasidharan, Vinod. (2002). Special issue introduction: Understanding recreation and the environment within the context of culture. **Leisure Science**, 24(1), 1-11.
- Sasidharan, Vinod, Payne, Laura, Orsega-Smith, Elizabeth, y Godbey, Geoffrey. (2006). Older adults' physical activity participation and perceptions of wellbeing: Examining the role of social support for leisure. **Managing Leisure** 11(3), 164-185.
- Sefton, John, y Mummery, W. Kerry. (1995). **Benefits of recreation research update**. State College, VA: Venture Publishing, Inc.
- Solís Reyes, Adilia Eva. (2007). **Con la historia pegada en la piel: La experiencia migratoria de las mujeres nicaragüenses en Costa Rica**. Tesis sin publicar para optar por el grado de Doctorado en Educación. Universidad de Costa Rica, San José.
- Stodolska, Monika. (1998). Assimilation and leisure constraints: Dynamics of constraints on leisure in immigrants populations. **Journal of Leisure Research**, 30(4), 521-551.
- Stodolska, Monika. (1999) Emigration-induced changes in leisure participation patterns: An extension of starting, ceasing and replacing framework. In NRPA (Ed.), **Abstracts from the 1999 Symposium on leisure research** (p. 48). Nashville, TE: National Recreation and Parks Association.
- Stodolska, Monika. (2000a). Changes in leisure participation patterns after immigration. **Leisure Sciences**, 22(1), 39-63.
- Stodolska, Monika. (2000b). Looking beyond the invisible: Can research on leisure of ethnic and racial minorities contribute to leisure theory? **Journal of Leisure Research**, 32(1), 156-160.
- Stodolska, Monika, y Livengood, Jim. (2006). The influence of religion on the leisure behavior of immigrants Muslims in the United States. **Journal of Leisure Research**, 38(3), 293-320.
- Suárez-Orozco, Carola, y Suárez-Orozco, Marcelo. (1995). **Transformations: Immigration, family life, and achievement motivation among Latino adolescents**. Stanford, CA: Stanford University Press.
- Tirone, Susan, y Shaw, Susan. (1997). At the center of their lives: Indo Canadian women, their families and leisure. **Journal of Leisure Research**, 29(2), 225-244.

- Vargas Aguilar, Juan Carlos. (2004). Migración internacional en Costa Rica: Características y tendencias en el período 1990-2003. En Consejo Nacional de Rectores y La Defensoría de los Habitantes, **Décimo Informe sobre el Estado de la Nación en Desarrollo Humano Sostenible**. San José, Costa Rica.
- Vargas Aguilar, Juan Carlos. (2005). Nicaragüenses en Costa Rica y Estados Unidos: Datos de etnoencuestas. **Población y Salud en Mesoamérica**, 2(2). Revista electrónica. Disponible en <http://redalyc.uaemex.mx/redalyc/src/inicio/ArtPdfRed.jsp?iCve=44620202>
- Villegas Herrera, César. (2007). Entre la risa y el odio. Una aproximación a la xenofobia en la producción humorística oral en Costa Rica. **Reflexiones**, 86(1), 45-57.
- Yu, Ping, y Berryman, Doris. (1996). The relationship among self-esteem, acculturation, and recreation participation of recently arrived Chinese immigrant adolescents. **Journal of Leisure Research**, 28(4), 251-273.