

Universidad del Norte Santo Tomás de Aquino  
Facultad de Ciencias de la Salud  
Licenciatura en Terapia Ocupacional



Características del procesamiento sensorial y su relación con las  
actividades de tiempo libre/ocio de jóvenes de 18 a 25 años de  
Yerba Buena, Tucumán

Alumna: María Julieta Bravo

Directora: Lic. T.O. María de los Ángeles Salvatierra

Asesora metodológica: Dra. Ana C. Aymat

Tucumán

Año 2019

## **Dedicatoria**

*A mis padres.*

## **Agradecimiento**

*A la Doctora Ana Aymat y la Lic. María Salvatierra.*

## INDICE

Dedicatoria.....	2
Agradecimiento.....	3
Resumen.....	7
Capítulo 1.....	8
Planteo del problema.....	8
Objetivo General.....	9
Objetivos Específicos.....	9
Preguntas de investigación.....	9
Justificación.....	10
Capítulo 2.....	11
Marco Teórico.....	11
2.1 Antecedentes.....	11
Antecedente N°1.....	12
Antecedente N°2.....	12
Antecedente N°3.....	13
Antecedente N°4.....	14
2.2 Marco Conceptual.....	15
Acercamiento al concepto de tiempo libre.....	16
Ocio y tiempo libre.....	17
Terapia ocupacional y tiempo libre/ocio.....	19
Teoría de Integración Sensorial.....	24
Figura 1: Niveles.....	26
Procesamiento Sensorial.....	27
Definición de Procesamiento Sensorial.....	27
Figura 2: Procesos que forman parte del Procesamiento Sensorial.....	27
Modelo del Procesamiento Sensorial de Winnie Dunn.....	28
Figura 3: Relaciones entre Umbrales Neurológicos, Respuestas Comportamentales y Estrategias Autorregulación.....	29
Tabla1: Ejemplos de Patrones de Procesamiento Sensorial.....	30
Patrones sensoriales y vida cotidiana.....	31
Aspectos Neurobiológicos.....	38

Características del procesamiento sensorial y su relación con las actividades de tiempo libre/ocio de jóvenes de 18 a 25 años de Yerba Buena, Tucumán

---

Organización del Sistema Nervioso Central.....	38
Los sistemas internos para la integración sensorial.....	39
Integración Sensorial y ocupación.....	40
Capítulo 3.....	43
Material y Método.....	43
Estrategia metodológica.....	44
Paradigma de la investigación.....	44
Diseño de investigación.....	44
Variables.....	44
Población.....	46
Muestra.....	46
Muestreo.....	46
Criterios de Exclusión.....	46
Presentación de instrumentos.....	46
Consideraciones éticas.....	47
Plan de análisis de los datos.....	47
Capítulo 4.....	48
Resultados.....	48
Análisis descriptivo.....	49
Gráfico N° 1: Perfil de intereses.....	49
Gráfico N° 2: Actividades deportivas/ aire libre.....	50
Gráfico N° 3: Actividades de relajación/intelectuales.....	51
Gráfico N° 4: Actividades sociales.....	52
Gráfico N° 5: Perfil sensorial.....	53
Tabla 2: Relación de perfiles.....	54
Grafico 6: Relación.....	57
Capítulo 6.....	58
Discusión, Conclusiones, Propuestas.....	58
Discusión.....	59
Conclusión.....	64
Propuestas.....	66
Bibliografía.....	67
Anexos.....	70
Perfil sensorial.....	71
Perfil de intereses.....	73

Características del procesamiento sensorial y su relación con las actividades de tiempo libre/ocio de jóvenes de 18 a 25 años de Yerba Buena, Tucumán

---

Consentimiento informado..... 74

## Resumen

**Objetivos:** Conocer las características del procesamiento sensorial y las actividades de tiempo libre/ocio de jóvenes entre 18 a 25 años y analizar la relación entre ambos.

**Metodología:** La investigación fue de carácter no experimental, transversal y de tipo correlacional, cuyos objetivos fueron identificar, describir y analizar las características del procesamiento sensorial, las actividades de tiempo libre/ocio y la relación existente entre ambos, en un grupo de 60 jóvenes de 18 a 25 años. Para ello se utilizó el de cuestionario de Perfil Sensorial del adolescente / adulto de Winnie Dunn (2002) y adaptación del Perfil de Intereses de Esparcimiento de Alexis Henry, Moho (2006).

**Resultados:** En el análisis de resultados se vio una tendencia hacia las actividades de relax/ intelectuales (40%), seguidas por las actividades sociales (35%) y por último las actividades deportivas/ aire libre (25%). Se identificó las características del procesamiento sensorial en los jóvenes y se observó una prevalencia de presentación del patrón bajo registro (28%), seguido por sensibilidad sensorial (27%), búsqueda sensorial (23%) y evitación sensorial (22%).

Se pudo observar un 57% de concordancia entre las características del procesamiento sensorial y las actividades de tiempo libre/ocio que realizan los jóvenes.

**Conclusiones:** La investigación nos ayuda a comprender las respuestas sensoriales en la vida cotidiana y añade una dimensión a la comprensión de la conducta humana. El aporte único de la terapia ocupacional en el conocimiento y significado de las experiencias sensoriales contribuyen a generar información y métodos que guíen la práctica profesional, permitiendo a las personas explorar experiencias, actividades más satisfactorias y una mejor calidad de vida.

**Palabras claves:** Perfil sensorial, procesamiento sensorial, tiempo libre, ocio.

# Capítulo 1

## Planteo del problema

### **Objetivo General.**

Conocer las características del procesamiento sensorial y las actividades de tiempo libre/ocio de jóvenes entre 18 a 25 años de Yerba Buena, Tucumán.

### **Objetivos Específicos.**

- Identificar las características del procesamiento sensorial de jóvenes de Yerba Buena, Tucumán.
- Describir las actividades de tiempo libre/ocio de jóvenes de Yerba Buena, Tucumán.
- Analizar la relación de las características del procesamiento sensorial y las actividades de tiempo libre/ocio de jóvenes de Yerba Buena, Tucumán.

### **Preguntas de investigación**

- ¿Cómo son las características del procesamiento sensorial de los jóvenes de Yerba Buena, Tucumán?
- ¿Qué actividades de tiempo libre/ocio realizan los jóvenes de Yerba Buena, Tucumán?
- ¿Qué relación existe entre las características del procesamiento sensorial y las actividades de tiempo libre/ocio los jóvenes de Yerba Buena, Tucumán?

## **Justificación**

Algunos jóvenes pueden participar en actividades tales como deportes extremos, ir de fiesta, asistir a recitales, juntarse con amigos, etc. Una evaluación de los patrones de procesamiento sensorial puede encontrar que el individuo exhibe un rango de búsqueda sensorial, que se cree que está asociada con un alto umbral en el sistema nervioso que impulsa el deseo del individuo de una entrada sensorial intensa. En contraste con los jóvenes que participan en actividades de búsqueda sensorial, están aquellos que evitan las situaciones sociales, incluyendo eventos en la universidad o laborales, limitan la participación social, hasta el punto del aislamiento. Es posible que estos comportamientos estén relacionados con un aumento de sensibilidad a la sensación, tal que el sistema nervioso perciba niveles típicos de aporte sensorial como amenazante.

La teoría de la integración sensorial y las técnicas de intervención fueron desarrolladas originalmente por A. Jean Ayres, gran parte de su trabajo, como así también otras investigaciones y artículos científicos de diferentes autores pusieron énfasis en la pediatría. La integración sensorial es relevante para la práctica de la terapia ocupacional más allá de la pediatría, ya que las experiencias sensoriales están presentes a lo largo de toda la vida, entonces surge la necesidad de disponer de mayor información relativa para el procesamiento sensorial y de las ocupaciones, debido a que desempeña un papel integral en la conexión y la interacción entre el individuo y su entorno. Esta información puede ser útil en diferentes poblaciones, para la interpretación de comportamientos, una guía para implementar estrategias para mejorar el desempeño ocupacional, para explorar actividades significativas acorde a las necesidades sensoriales de cada persona logrando así el equilibrio ocupacional entre las actividades productivas y las actividades de tiempo libre/ocio. Es por eso que se propone el siguiente proyecto de investigación.

# Capítulo 2

## Marco Teórico

### 2.1 Antecedentes

### **Antecedente N°1**

**Título:** Relaciones entre el estilo de procesamiento sensorial, el apego adulto y el afrontamiento.

**Autor:** Elisabeth M. Jerome Miriam Liss.

**Lugar y año:** Revista Personalidad y diferencias individuales. Volumen 38, Número 6, abril de 2005, páginas 1341-1352.

Resumen: Se examinaron las relaciones entre las cuatro categorías del estilo de procesamiento sensorial (sensibilidad, búsqueda, evitación y registro bajo), el estilo romántico de apego adulto y el estilo de afrontamiento. Se dieron las siguientes medidas de auto informe a 133 participantes: el Perfil Sensorial Adolescente / Adulto, la escala COPE y la Escala de Experiencias en Relaciones Estrechadas. Los resultados indicaron que la sensibilidad sensorial se relacionaba con la ansiedad relacional ( $r = .212$ ,  $p < .05$ ), y esta relación está parcialmente mediada por un estilo de afrontamiento que lleva a centrarse en emociones y desahogarlas. La evitación sensorial está relacionada con la evitación de la relación ( $r = .278$ ,  $p < .05$ ). El bajo registro se correlaciona con la ansiedad de relación ( $r = .248$ ,  $p < .05$ ) y la evitación de relaciones ( $r = .224$ ,  $p < .05$ ), y la relación entre el bajo registro y la ansiedad relacional está parcialmente mediada por un estilo de afrontamiento de negación y desvinculación. La búsqueda sensorial se relaciona con el apego seguro. Los resultados se discuten en términos de cómo los diferentes estilos de procesamiento sensorial pueden afectar la capacidad personal para sobrellevar y los estilos de relación.

### **Antecedente N°2**

**Título:** Adultos sensoriales defensivos y no defensivos: Fisiología, diferencias de comportamiento.

**Autores:** Kinnealey, M., y Smith, S. 2002, junio. Sesión de posters presentada en la Federación Mundial de Terapia Ocupacional.

**Lugar y año:** Estocolmo, Suecia, 2002.

Resumen: El Adult Sensory Questionnaire (ASQ) es una herramienta de evaluación auto informada para la defensa sensorial en adultos (Kinnealey y Oliver, 2002). Para completar esta herramienta, los clientes responden sí o no a

los elementos que describen comportamientos típicos de la defensividad sensorial. Se obtiene una puntuación total, y los puntajes de corte ayudan para determinar si el cliente indica defensividad sensorial. La investigación ha establecido concurrentes validez entre el ASQ y la entrevista sensorial para adultos ( $r = .94$ ,  $p < .01$ ) y entre el perfil sensorial adolescente / adulto y la entrevista sensorial para adultos ( $r = .81$ ,  $p < .01$ ) Adultos con defensividad sensorial que funcionan típicamente informan más ansiedad y depresión que sus contrapartes sin defensividad sensorial, pueden tener pobres habilidades de afrontamiento que conducen a comportamientos inseguros, y pueden tener menos apoyos sociales para ayudarlos a enfrentar estas dificultades.

### **Antecedente N°3**

**Título:** Apego adulto, procesamiento sensorial y angustia en adultos sanos.

**Autor:** Pamela J. Meredith; Kirsty J. Bailey; Jenny Strong; Georgia Rappel.

**Lugar y año:** American Journal of Occupational Therapy, diciembre de 2015, vol. 70, 7001250010p1-7001250010p8. Doi: 10.5014 / ajot.2016.017376.

Resumen: Comprender mejor las formas en que el apego adulto, el procesamiento sensorial y la angustia pueden estar interrelacionados en adultos sanos. Se utilizó un diseño de estudio transversal con una muestra de conveniencia de 116 participantes sanos que completaron cuestionarios antes de participar en una tarea de inducción del dolor por presión o frío. La ansiedad por apego se correlacionó positivamente de manera significativa con la sensibilidad sensorial medida con la escala de personas altamente sensibles y el perfil sensorial y con angustia (es decir, estrés, ansiedad y depresión). Las asociaciones entre ansiedad de apego y ambas variables de sensibilidad sensorial se perdieron al controlar el estrés. La elusión de apego solo se correlacionó con la sensibilidad sensorial medida utilizando el Perfil sensorial, y esta relación se mantuvo cuando se controló el estrés. Ni el apego ni las variables de estrés se asociaron con la búsqueda de sensaciones. Los hallazgos sugieren que desarrollar enfoques de afrontamiento activo para tratar las sensibilidades sensoriales puede ser una forma valiosa de minimizar la angustia. Se proporcionan recomendaciones para futuras investigaciones.

#### **Antecedente N°4**

**Título:** La relación entre los patrones de procesamiento sensorial de los niños y sus preferencias de ocio.

**Autor:** Noor, Lisa A. Mische Lawson , Jane A. Cox

**Lugar y año:** Volumen: 82 número: 5, página (s): 316-324

Artículo publicado por primera vez en línea: 17 de abril de 2015; Edición publicada: 1 de diciembre de 2015.

Resumen: Los patrones de procesamiento sensorial pueden estar asociados con las preferencias de los niños para diferentes actividades; sin embargo, el conocimiento sobre cómo los diferentes patrones de procesamiento sensorial pueden relacionarse con la participación de los niños en actividades de ocio es escaso.

Este estudio investigó en qué actividades de ocio participan los niños con patrones de procesamiento sensorial extremos y si existen relaciones entre los patrones de procesamiento sensorial de los niños y sus preferencias de ocio.

Este estudio correlacional analizó los datos de los perfiles sensoriales de los niños y reportó las preferencias de juego y de ocio. Los 91 niños de la muestra completaron la evaluación para la participación y el disfrute (CAPE) y las preferencias para las actividades de los niños (PAC). Los padres de niños de 6 a 10 años completaron el Perfil sensorial, y los niños de 11 a 14 años completaron el perfil sensorial de adolescentes / adultos.

Los niños con diferentes patrones de procesamiento sensorial preferían actividades de ocio similares y distintas. Las puntuaciones *z* del resumen del cuadrante de registro bajo se correlacionaron negativamente con las puntuaciones de diversidad global de CAPE ( $r_s = -.23, p = .03$ ), las puntuaciones *z* del resumen del cuadrante de sensibilidad se correlacionaron negativamente con las preferencias para actividades sociales ( $r_s = -.23, p = .03$ ) y las preferencias para actividades basadas en habilidades ( $r_s = -.22, p = .04$ ), y evitación las puntuaciones *z* del resumen del cuadrante correlacionadas negativamente con las preferencias para actividades sociales ( $r_s = -.26, p = .01$ ).

Las preferencias sensoriales de los niños están relacionadas con las preferencias de ocio.

## 2.2 Marco Conceptual

### **Acercamiento al concepto de tiempo libre**

A lo largo de la historia, ocio y tiempo libre se han asimilado en su esencia. En el mundo griego, el tiempo que el ser humano dedicaba a la actividad denominada ocio incluía la contemplación y a través de ella, el encuentro con los dioses, la naturaleza y consigo mismo. El ocio era el ámbito del quehacer del hombre que permitía el desarrollo y la creación a través de las ciencias, las artes y los deportes.

En tanto, en Roma, se le dio el nombre de “Otium”, agregándose la connotación de diversión para todos. Estas acepciones eran aplicadas a los considerados “ciudadanos” y, sin embargo, no aplicaban a las personas que no entraban en esa categoría (esclavos, prisioneros, etc.).

En la Edad Media, Ocio y Otium fueron condenados por la moral católica a causa de su origen pagano; y sin embargo en la vida cortesana era ampliamente disfrutado por reyes y señores feudales. En el Renacimiento resurgen los ideales clásicos griegos, al menos para los súbditos de las coronas europeas.

En las culturas precolombinas, el juego era valorado y estaba muy ligado a los ritos, las artes tenían un papel ceremonial, y, a la vez utilitario.

En la época moderna, con el nacimiento de la burguesía y el mercado, y con la creciente influencia de la ética protestante en el mundo occidental, se condenaba la práctica del ocio y las actividades relacionadas con el tiempo libre por ser actividades improductivas que apartaban a las personas de sus deberes.

Desde la Revolución Industrial, y bajo la influencia de la concepción marxista de sociedad y proceso productivo, el tiempo libre se convierte en una importante reivindicación de los trabajadores (concepto de proletarios), como un bien al que se le da el valor de derecho en justicia por el trabajo realizado, derecho particularmente defendido en circunstancias de trabajo alienante; en una época en que las nuevas formas de trabajo (grandes líneas de producción en serie) modifican el estilo de vida de las personas y sus familias.

En el modo de producción actual, se entiende el tiempo libre como el tiempo no productivo económicamente; sin embargo, el tenerlo, es decir tener la posibilidad de acceder y contar con recursos para él, puede considerarse un indicador de calidad de vida.

## Ocio y tiempo libre

En la vida de las personas, el ocio constituye una ocupación importante. Las personas presentan necesidades relacionadas con esta área de ocupación humana. Es necesario indagar sobre la importancia del ocio en las personas y cómo la intervención desde la Terapia Ocupacional puede ser un medio para facilitar la participación en ocupaciones de ocio en las personas.

Ya sea por el carácter no productivo y/o por la cotidianeidad del ocio, en pocas ocasiones se le otorga la importancia que tiene esta ocupación para las personas. De forma habitual, cuando se comunica al otro el quehacer diario se relaciona con sucesos más o menos relevantes, positivos o negativos sobre la actividad laboral, el cuidado de la familia u otras responsabilidades. Sin embargo, el ser humano les concede cada vez más valor a las actividades de ocio. Los individuos persiguen con más frecuencia dedicar más tiempo al ocio, manteniendo, de esta forma, un equilibrio con el resto de actividades de la vida diaria.

Existen diferentes definiciones del concepto de ocio y éste ha ido evolucionado a lo largo del tiempo. Desde una perspectiva humanista, Gorbeña (2006), conceptualiza el ocio como una experiencia humana, la cual conlleva de forma implícita una libertad percibida, aporta placer y satisfacción.

Por otra parte, Parham y Fazio (1997) definen el ocio como *“una actividad no obligatoria que está intrínsecamente motivada y en la cual se participa durante un tiempo discrecional o libre, es decir, un tiempo no comprometido con ocupaciones obligatorias tales como trabajo, cuidado propio o dormir”*.

La existencia del ocio, según Setién (2000), se puede afirmar cuando el individuo elige de forma voluntaria realizar alguna actividad, simplemente por el placer de desempeñarla, y cuya realización le aporta a la persona sentimientos gratificantes, como una sensación de bienestar, satisfacción, alegría y relajación.

En la literatura se encuentran múltiples clasificaciones del ocio. A continuación, se exponen dos clasificaciones. Por un lado, De Castro (1990) diferencia las actividades de ocio en los siguientes tipos: actividades físicas (como pasear, deportes, viajes y excursiones), actividades prácticas (bricolaje, artesanía y trabajos manuales) y actividades culturales (música, pintura, teatro, cine y la televisión, etc.).

Gunter y Gunter (1980) establecen otra clasificación de las categorías de ocio:

<b>Categorías del ocio</b>		
<b>Ocio puro</b>	Máxima participación y elección por parte de la persona, siendo el individuo quien pone los límites. Es más satisfactorio.	P.ej.: nadar
<b>Ocio anómico</b>	Tiempo libre que no está organizado, puede ser o no gratificante.	P.ej.: en los casos que no existe planificación previa.
<b>Ocio institucional</b>	Elevada participación y elección personal, aunque los límites son impuestos por una institución.	P.ej.: una excursión organizada.
<b>Ocio alienado</b>	Poca satisfacción, aunque son actividades comunes de ocio y tiempo libre y alejado de obligaciones.	P.ej.: ir a una exposición.

Diversos factores influyen en el tipo y número de intereses que presenta y desarrolla una persona en las actividades de ocio; y algunos de estos factores son: los recursos disponibles, las habilidades, el conocimiento de las distintas oportunidades, el tiempo y la opinión de los demás.

El tiempo es necesario para poner en práctica el ocio. Este hecho puede llevar a confusión entre los conceptos de ocio y tiempo libre, concibiéndolos de forma errónea, en ocasiones, como sinónimos. Weber (1969) conceptualiza el tiempo libre como el *“conjunto de períodos de la vida de un individuo en los que la persona se siente libre de determinaciones extrínsecas, quedando con ello libre para emplear con un sentido de realización personal tales momentos, de forma que le resulte posible llevar una vida verdaderamente humana”*.

Por lo tanto, el ocio se desarrolla en el tiempo libre, pero no todo el tiempo libre puede considerarse ocio, ya que todo el tiempo libre disponible no resulta siempre satisfactorio y gratificante ni es libremente elegido. Se puede concluir que la

definición de ocio depende de la persona, ya que cada individuo tiene su propio concepto de lo que es el ocio.

El ocio desarrolla, pone en marcha una acción, y esta a su vez es, en todos los casos, intencional, significativa y funcional para el sujeto. Lo es a condición de que favorezca esa dimensión experiencial y subjetiva. Es por ello que posibilita por ella misma la integración, en cuanto inscribe a cada uno en un proceso personal en el que desplegar las propias potencialidades e itinerarios vitales. En este sentido, cabe hacer una breve síntesis de aquello que entendemos por integración, como tarea profesional desde el ocio, que abarcaría dos dimensiones: la individual y la grupal o comunitaria. Una y otra se articulan a la vez, pero forman parte de procesos particulares:

La dimensión individual atiende a todas aquellas áreas en las que cada persona se ubica, más allá de los grupos o colectivos de los que forma parte, en cuanto ser autónomo, desde unas actividades, intereses y potencialidades que descubre precisamente a través de la propia acción. Es decir: aquello que se realiza, las acciones, son el proceso mismo de aprendizaje y descubrimiento de dichos intereses y de las posibilidades que brindan. Constituye así un proceso de individuación y diferenciación.

La dimensión grupal se refiere al encuentro que esa misma ocupación supone, en el sentido que toda acción necesita de otros para realizarse y se concreta en el intercambio y la comunicación que busca a sus iguales, es decir, a aquellos que comparten esos intereses o potencialidades, para cooperar en su realización

Por consiguiente, el ocio se considera como una ocupación satisfactoria y gratificante, que posibilita y promueve el desarrollo constante de las personas. Las actividades de ocio ofrecen la posibilidad de potenciar la capacidad de la persona y su calidad de vida, en las diferentes esferas de la vida diaria (física, mental y social).

### **Terapia ocupacional y tiempo libre/ocio**

La Federación Mundial de Terapeutas Ocupacionales (2012) define la Terapia Ocupacional como una profesión socio sanitaria *“centrada en el usuario, a la cual le concierne la promoción de la salud y el bienestar a través de la ocupación. La finalidad primordial de la Terapia Ocupacional es posibilitar la participación de las*

*personas en las actividades de la vida cotidiana. Los Terapeutas Ocupacionales logran este resultado trabajando con personas y comunidades para incrementar su capacidad de involucrarse en las ocupaciones que desean y necesitan hacer o que se espera que hagan; o mediante la modificación de la ocupación o del ambiente para brindar mayor apoyo a su compromiso ocupacional”.*

Desde una amplia tradición, los profesionales de Terapia Ocupacional destacan la importancia del ocio en la vida de las personas (Parham y Primeau, 1997). Ya en los años de desarrollo de la disciplina, lo lúdico se concebía como primordial para poder llevar a cabo una vida útil. El psiquiatra Adolf Meyer, a finales del siglo XIX y principios del XX, establecía la necesidad de mantener una armonía entre los ritmos diarios relacionados con el trabajo, el juego, el descanso y el sueño. Desde una perspectiva innovadora, modificó sus tratamientos, combinando las actividades de productividad y ocio, evolucionando hacia un concepto de “*ocupación libre, placentera y provechosa, incluyendo como premisa principal, la recreación y cualquier forma de divertimento útil*”.

El paradigma contemporáneo de la Terapia Ocupacional concibe al ser humano desde una visión holística, considera la naturaleza ocupacional de las personas y emplea la ocupación como un medio terapéutico. Sus valores son la práctica centrada en la persona, la ocupación como el eje de la intervención, la relevancia de la perspectiva de la persona y la participación activa del individuo.

La Asociación Canadiense de Terapia Ocupacional (1997) establece que los profesionales de Terapia Ocupacional posibilitan a las personas los recursos y las oportunidades para conseguir la capacidad deseada en las actividades de la vida diaria. El ocio forma parte de las ocupaciones en las cuales las personas se pueden involucrar y cobra una gran relevancia en la vida de los seres humanos. Esta área de ocupación constituye parte del dominio profesional de la Terapia Ocupacional, tal y como se manifiesta en el Marco de Trabajo para la Práctica de Terapia Ocupacional (Asociación Americana de Terapia Ocupacional, 2014).

Todos los ámbitos de actuación profesional detallados en este marco teórico presentan la misma importancia y se interrelacionan entre sí. Por consiguiente, el ocio debe ser entendido y examinado con la misma relevancia que otras actividades de la vida diaria de las personas.

Wilcock y Townsend (2008) señalan que, además del compromiso con la ocupación, los terapeutas ocupacionales se encuentran involucrados con aquellos factores que posibilitan el compromiso con la persona y la participación en ocupaciones positivas que fomenten la salud. Por lo tanto, el terapeuta ocupacional puede utilizar las actividades de ocio como una herramienta de trabajo, ayudando en la determinación de los intereses, las actividades y las capacidades funcionales de la persona. También promueve el acceso a la participación en actividades de ocio, realizando las adaptaciones oportunas para disminuir aquellas dificultades que encuentre el individuo, con la finalidad de alcanzar un ocio accesible para todos.

El Tiempo Libre se ha estudiado como parte del comportamiento ocupacional de la persona (naturaleza ocupacional a la que se refería M. Reilly), que corresponde a "...actividades no obligatorias, motivadas intrínsecamente y en las que la persona se involucra durante un tiempo discreto, esto es, un tiempo no destinado a ocupaciones obligatorias..."

Según la Ciencia Ocupacional, una ocupación puede entenderse como el hacer cotidiano en que se involucran las personas y que tiene una forma, función y significado definidos y observables en un contexto cultural.

En cuanto a la dimensión forma; que se refiere a las características "visibles" de una ocupación; podría clasificarse a las actividades de tiempo libre en diversos tipos, según sean sedentarias, solitarias, sociales, intelectuales, físicas, etc. La selección de uno u otro tipo varía de una persona a otra según sus propios intereses, y más aún la realización de una misma actividad puede adoptar formas distintas en diferentes personas.

Función, corresponde al "para qué" se compromete una persona en una ocupación determinada; el propósito de adaptación al que sirve esa ocupación; en este caso cómo la participación en una ocupación de tiempo libre apoya la adaptación al contexto. En esta dimensión podría corresponder la categorización de actividades de tiempo libre en ocio, recreación o esparcimiento, cada una de ellas con énfasis en diferentes objetivos.

La orientación de una persona a ocuparse en actividades de tiempo libre de uno u otro tipo puede relacionarse con los requerimientos que la actividad impone a quien la realiza, y cómo la persona busca el desarrollo de destrezas específicas o

el logro de estados de distensión o autorrealización, según sus propias necesidades.

Con respecto a la dimensión “significado”; que corresponde a la vivencia interna que resulta de participar en determinadas ocupaciones, y que por lo tanto no es de fácil acceso para el observador; es posible relacionar la selección y participación en actividades de tiempo libre con las expectativas de la persona y/o su entorno, las experiencias previas, las creencias y valores, etc. En el significado de experiencias previas pueden influir condiciones innatas de la persona que la impulsan a ciertos estilos de ocupaciones y no a otros, y que pueden relacionarse con significados que se han construido a lo largo de su ciclo de vida sobre la base de disfrutar o evitar sensaciones específicas.

En ciertos casos, se puede describir cierta relación por ejemplo entre selección de actividades de esparcimiento de alto riesgo, como deportes extremos, con la búsqueda de juegos con fuerte input vestibular realizados en la infancia.

En los jóvenes, la elección de actividades está fuertemente influenciada por el proceso de socialización, las amistades y las actividades fuera del círculo de la familia, tienen gran relevancia, dado que el sentido de identidad en parte depende de la capacidad para adquirir nuevas relaciones fuera del mundo familiar. Este es el momento de grandes amistades íntimas y de alcanzar la pertenencia a un grupo. El grupo de referencia permite distanciarse de la familia y descubrir el propio mundo (Bradly J. 1998). En la juventud la cantidad de tiempo ocupado en el juego, ocupación por excelencia del niño, decrece progresivamente a partir de iniciar la escolaridad y al adquirir más responsabilidad para realizar las tareas académicas e instrumentales. Los intereses de ocio suelen incluir los deportes de distracción y organizados, la música, las manualidades, uso del ordenador y juegos de vídeo, televisión y películas. Los jóvenes realizan elecciones sobre cómo utilizar su tiempo de ocio. El grupo de pares de referencia influye significativamente en cómo los jóvenes ocupan su tiempo de ocio.

Desde la intervención del profesional de Terapia Ocupacional se persigue promover la satisfacción del usuario, potenciar las habilidades y destrezas, aumentar su abanico de actividades de ocio y el empleo de los recursos para el ocio y la inclusión y, fundamentalmente, facilitar el desarrollo y el crecimiento personal. Los objetivos generales, desde un programa de Terapia Ocupacional,

son: promover el equilibrio en las actividades de la vida diaria significativas para la persona, y, explorar las limitaciones en el desempeño y ayudar a elegir opciones realistas y adecuadas para el ocio.

En conclusión, dicha ocupación humana posibilita a las personas oportunidades para elegir las actividades y las experiencias que se encuentran acorde a sus propias necesidades, inquietudes y prioridades, alcanzando una buena salud en general y un bienestar. Al estar involucradas en las decisiones que definen las condiciones de su ocio, las personas consiguen el máximo potencial en esta área. Esta afirmación tiene una concordancia con las premisas y objetivos de la intervención profesional de la Terapia Ocupacional y, por lo tanto, el ocio se concibe como un destacado ámbito de actuación de esta disciplina socio sanitaria.

## **Teoría de Integración Sensorial**

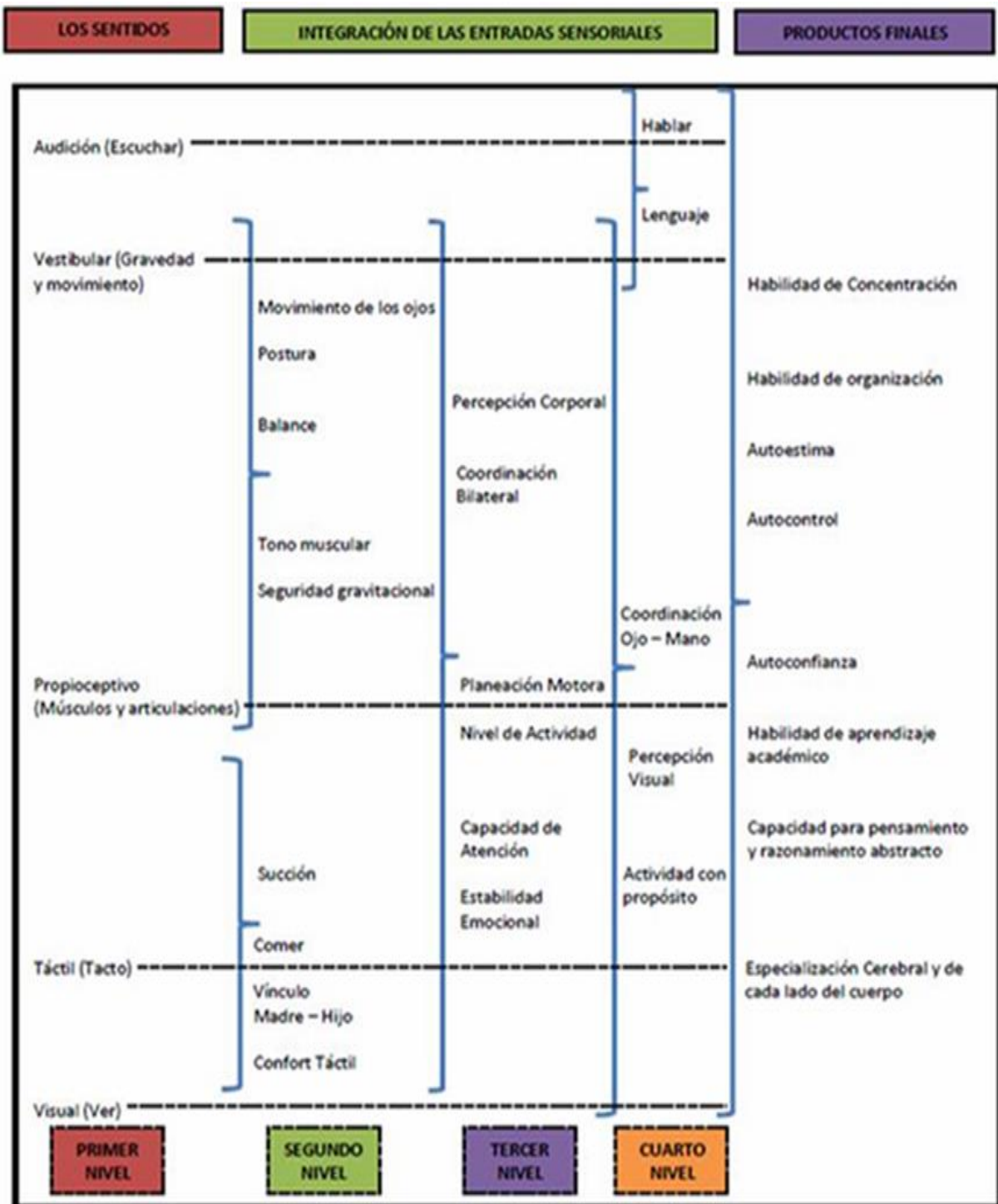
La teoría de la Integración Sensorial (IS) fue desarrollada, a partir de la década de los 60, en Estados Unidos por la terapeuta ocupacional Jean Ayres. Durante las dos décadas sucesivas Ayres trabajó con niños que presentaban problemas en su desarrollo, en el aprendizaje y en el área emocional. Como resultado de sus experiencias escribió numerosos artículos en los que interrelacionaba las habilidades perceptivas y motoras del niño con su comportamiento. Su teoría se elabora alrededor del siguiente pensamiento: cuantas más experiencias sensoriales de calidad tengo o recibo de mi entorno y de mi cuerpo, más aprendo de estos y por tanto mejor me relaciono con ambos; cuantas menos experiencias o más negativas tengo o recibo, menos conozco de mi cuerpo y entorno, y por tanto más dificultades tengo para interrelacionarme con estos. La Teoría describe la Integración Sensorial como un proceso neurológico que integra y organiza todas las sensaciones que experimentamos de nuestro propio cuerpo, así como del exterior (gusto, vista, oído, tacto, olfato, movimiento, gravedad y posición en el espacio) y que recibimos de forma continua. A su vez, relaciona este proceso con la capacidad del ser humano para llevar a cabo acciones motoras de manera eficaz en diferentes entornos. El buen funcionamiento de nuestro cerebro, al procesar esta gran cantidad de información, nos permite producir continuamente respuestas adaptadas a nuestro entorno y a las cosas que en él tienen lugar. Es una respuesta a la experiencia sensorial dirigida a un objetivo. Mediante una respuesta adaptativa, se domina un reto y se aprende algo nuevo, ayudando al cerebro a desarrollarse y organizarse por sí mismo.

“La respuesta adaptativa es una respuesta en la cual la persona negocia con su cuerpo y ambiente en una forma creativa y útil... para generar una respuesta adaptativa, el cerebro debe organizar las sensaciones desde nuestro cuerpo y desde nuestro ambiente. Nosotros nos adaptamos a la situación sólo si el cerebro conoce qué situación es una respuesta adaptativa bien organizada, deja al cerebro en un estado más organizado” (Ayres, 2008). En síntesis, una respuesta adaptativa es una acción apropiada, eficiente, creativa y satisfactoria con la cual el individuo responde exitosamente a las demandas ambientales. El primer modelo teórico de IS, elaborado por la doctora Ayres y denominado Sensory Integrative

Processes, propone un esquema jerárquico de cinco niveles para explicar el desarrollo sensorial, motor y la adquisición de habilidades. En el primer nivel se integran las experiencias auditivas, vestibulares, propioceptivas, táctiles y visuales. En el segundo nivel se desarrollan habilidades más básicas derivadas de los sistemas vestibular, propioceptivo, táctil y de su integración, como son los movimientos oculares, la postura, el equilibrio, el tono muscular, la seguridad gravitacional, la succión y alimentación, el vínculo madre e hijo y el confort táctil. En el tercer y cuarto nivel se desarrollan habilidades más refinadas derivadas de la superación de las anteriores, como la percepción corporal, coordinación, planificación motora, nivel de actividad, capacidad de atención, estabilidad emocional, el lenguaje o la percepción visual, prevaleciendo el desempeño de la actividad con un objetivo final. Finalmente, en el quinto se hace referencia a un buen desarrollo de la IS, proporcionado por la integración de los niveles anteriores, con el objetivo de alcanzar los denominados “productos finales”, las habilidades específicas que facilitan la realización de actividades de la vida diaria (AVD).

Características del procesamiento sensorial y su relación con las actividades de tiempo libre/ocio de jóvenes de 18 a 25 años de Yerba Buena, Tucumán

Figura 1: Niveles



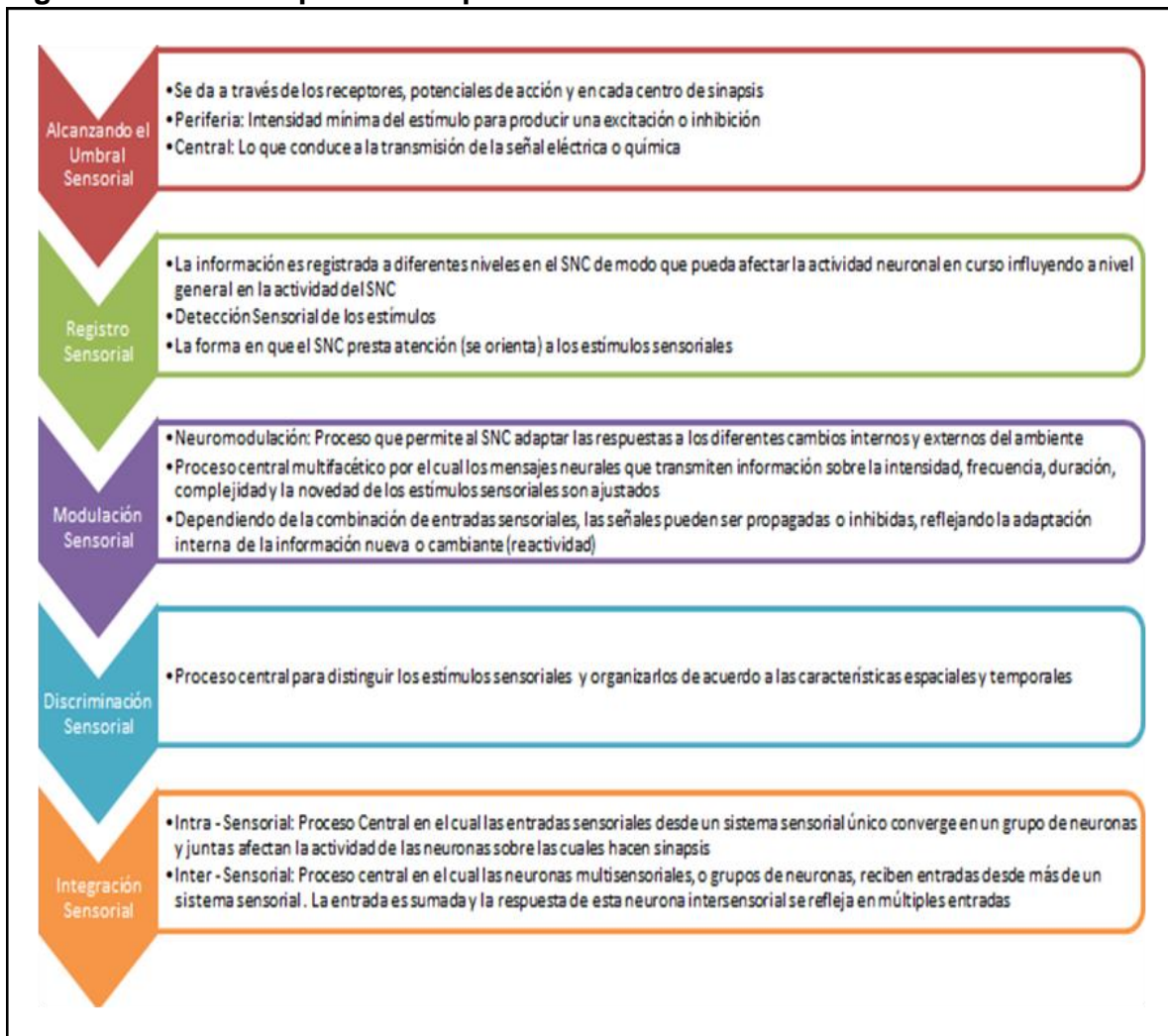
## Procesamiento Sensorial

### Definición de Procesamiento Sensorial

Dunn en 1997, propone un modelo conceptual sobre el procesamiento sensorial en el cual trata relacionar la interacción entre los umbrales neurológicos (el punto en que el sistema nervioso nota los estímulos sensoriales) y las estrategias de auto – regulación, definiendo así el procesamiento sensorial como “la forma en la que el cerebro recibe, organiza y da sentido a la información sensorial recibida a través de los diferentes órganos sensoriales” (Dunn, 2010).

El procesamiento sensorial se compone de 5 procesos fundamentales para generar respuestas adaptativas acordes a las demandas contextuales: Alcanzar el Umbral Neurológico, Registro, Modulación, Discriminación e Integración Sensorial.

**Figura 2: Procesos que forman parte del Procesamiento Sensorial**



### **Modelo del Procesamiento Sensorial de Winnie Dunn**

En 1997, Dunn, miembro de la Academia de Investigación para la Fundación Americana de Terapia Ocupacional (TO), reconocida profesora y presidenta del Departamento de Educación de TO de la Universidad de Kansas, propone un nuevo modelo conceptual que relaciona umbrales neurológicos, respuestas de comportamiento y el desempeño de AVD.

Este modelo relaciona los umbrales sensoriales (altos/bajos) con dos tipos de respuesta de autorregulación (activa/pasiva). Desde este prisma se puede hablar de personas con umbral sensorial bajo, aquellas cuyo Sistema Nervioso Central (SNC) se activa fácilmente ante estímulos sensoriales concretos, reacción que puede observarse en individuos con patrones sensoriales de sensibilidad sensorial y evitación de estímulo sensorial; y personas con umbral sensorial alto, aquellas que requieren de estímulos más intensos para activar su SNC, englobadas dentro de los rangos bajo registro y búsqueda de estímulo sensorial.

El equilibrio entre los umbrales neurológicos altos, relacionados con la habituación, y los umbrales neurológicos bajos, asociados a sensibilización, es fundamental para conseguir comportamientos adaptativos. En neurociencias, la habituación se produce cuando el SNC reconoce los estímulos como familiares, y no genera respuestas. A nivel celular la neurona experimenta un patrón de disparos ante un estímulo, y después de un tiempo, al identificarlo como conocido, reduce su respuesta hasta la inhibición. La habituación es necesaria para no atender a todos los estímulos del entorno y poder centrar la atención en las situaciones concretas. En cambio, en la sensibilización, el SNC reconoce los estímulos como nocivos o importantes, aumentando la respuesta ante ellos.

Basándose en estos conceptos, Dunn (1997) propone cuatro patrones básicos de procesamiento sensorial: buscar, evitar, sensibilidad y registro, donde cada uno tiene una combinación única de umbral neurológico y estrategia de autorregulación. Cada persona tiene algún nivel de respuesta, capacidad dentro de cada preferencia de procesamiento sensorial, es decir, una cierta cantidad de búsqueda, evitación, sensibilidad y registro.

**Figura 3: Relaciones entre Umbrales Neurológicos, Respuestas Comportamentales y Estrategias Autorregulación**

UMBRAL NEUROLÓGICO	ESTRATEGIA DE AUTORREGULACIÓN RESPUESTA COMPORTAMENTAL	
	Respuestas a Favor del Umbral (Pasivas)	Respuestas en Contra del Umbral (Activas)
<b>Alto</b> (Habitación)	<b>Pobre Registro</b>	<b>Buscador Sensorial</b>
<b>Bajo</b> (Sensibilización)	<b>Sensibilidad a los estímulos</b>	<b>Evitador Sensorial</b>

Habitación: Es un mecanismo en el cual el sistema nervioso central y las células nerviosas reconocen los estímulos como familiares y disminuyen la transmisión de información entre células al no considerar necesario continuarla, para responder al estímulo. La habitación permite a la persona descartar sensaciones familiares para atender a otras que se le presenten (Dunn, 1997). Por ejemplo, cuando se trabaja en un ambiente ruidoso, la habitación al ruido hace que éste se perciba menos intenso de lo que realmente es.

- **Bajo Registro:** Se asocia con un umbral neurológico alto y una respuesta pasiva o de acuerdo con el umbral. El sistema nervioso no provee la activación adecuada para mantener la atención en las actividades o en las claves contextuales, generando estrategias de autorregulación pasivas. La dificultad del individuo para registrar los estímulos, puede hacerle parecer sordo o desinteresado, por lo cual aparenta no notar lo que pasa a su alrededor.

- **Buscador Sensorial:** El individuo presenta umbrales neurológicos altos, pero hace uso de respuestas conductuales para contrarrestarlos. Por tanto, se involucra en comportamientos para aumentar sus experiencias sensoriales. Añaden estímulos táctiles, visuales, auditivos, de movimiento para aumentar su experiencia sensorial. Estas estrategias de autorregulación activas generan más factores de distractibilidad disminuyendo su nivel de productividad al ser desorganizado e impulsivo a nivel motriz.

Sensibilización: Es el mecanismo del sistema nervioso central que le lleva a reconocer estímulos importantes o potencialmente dañinos, generando una respuesta mayor. La sensibilización se asocia a cambios anatómicos como, por ejemplo, el aumento de conexiones neuronales disponibles para una tarea. Las personas emplean la sensibilización para estar atentos a lo que sucede a su alrededor. Este proceso se asocia con umbrales neurológicos bajos para que el sistema se active más fácilmente

Características del procesamiento sensorial y su relación con las actividades de tiempo libre/ocio de jóvenes de 18 a 25 años de Yerba Buena, Tucumán

---

y el individuo reaccione con mayor frecuencia a los estímulos del ambiente.

- **Sensibilidad a los estímulos:** El individuo presenta bajos umbrales neurológicos y actúan en concordancia con ellos. Tienden a parecer hiperactivos o distraerse con facilidad. A estos individuos se les dificulta aprender o completar tareas debido a que sus umbrales neurológicos dirigen su atención de un estímulo a otro, independientemente de que forme parte o no de la actividad que se encuentra realizando.

Los individuos emplean estrategias de autorregulación pasivas, es decir, son fácilmente molestados por los estímulos y son más propensos a experimentar las sensaciones e irritarse más que retirarse, tendiendo a ser perfeccionistas aún en tareas que requieren una perspectiva global sin mayor detalle.

- **Evitador Sensorial:** El individuo presenta umbrales neurológicos bajos, pero utiliza respuestas conductuales para contrarrestar los umbrales. Es decir, trata de evitar una sobrecarga sensorial o contrarrestar sus umbrales, pareciendo ser resistentes y reacios a participar en las actividades. Las mismas parecen incómodas y por eso se retira de ellas o reduce su nivel de actividad. Las respuestas conductuales del evitador sensorial son más fuertes o drásticas que las de aquel con un patrón de sensibilidad a estímulos.

**Tabla1: Ejemplos de Patrones de Procesamiento Sensorial. (Dunn, 1997) (Dunn, 2010)**

<b>PATRONES DE PROCESAMIENTO SENSORIAL</b>	<b>CARACTERÍSTICAS</b>
<b>Buscador Sensorial</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Toma riesgos durante el juego(Movimiento)</li> <li>• Mira a otros estudiantes cuando se mueven en el salón de clases (Visual)</li> <li>• Hace ruidos constantemente</li> <li>• Toca todo lo que encuentra</li> <li>• Se mueve constantemente mientras está sentado</li> <li>• Manipula objetos o personas</li> <li>• Mastica cosas constantemente</li> </ul>
<b>Evitador Sensorial</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Evita ensuciarse con pastas, barro, greda, arena, dátilo pintura, pegamento(Táctil)</li> <li>• Se tapa los oídos con las manos para protegerlos de los sonidos (Auditivo)</li> <li>• Emocionalmente activo</li> <li>• Desarrolla rituales para dirigir las tareas de la vida diaria</li> <li>• Conductas controladoras, obstinado</li> <li>• Negativistas desafiantes</li> </ul>

Características del procesamiento sensorial y su relación con las actividades de tiempo libre/ocio de jóvenes de 18 a 25 años de Yerba Buena, Tucumán

---

<b>Sensibilidad a los Estímulos</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Come cierto tipo de alimentos y sabores(Oral)</li><li>• Es inquieto y perturbador cuando está haciendo fila de personas o está cerca a otras personas(Táctil)</li><li>• Dificultades para mantenerse centrados en sus tareas o completarlas o aprender de sus experiencias</li><li>• Miedoso o cauteloso</li></ul>
<b>Pobre Registro</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Poca resistencia, se cansa con facilidad (Posición del cuerpo)</li><li>• Es torpe y raro en sus movimientos (Ej.: Se tropieza con escritorios y muebles al moverse) (movimiento)</li><li>• Conductas sedentarias</li><li>• Apático</li><li>• Le atraen juegos repetitivos</li></ul>

### Patrones sensoriales y vida cotidiana

El cerebro necesita información sensorial para operar. La información sensorial es el combustible que hace funcionar el cerebro. Por lo tanto, para mantener nuestro cerebro activo, tenemos que proporcionarle información sensorial. El mundo está lleno de experiencias sensoriales, por lo que no es difícil mantener la información sensorial que fluye hacia el cerebro. Lo interesante es que cada uno de nosotros necesita una cantidad diferente de información sensorial para operar mejor.

Como seres humanos, tenemos un cierto control sobre cómo podemos responder. Del mismo modo que el procesamiento del cerebro está en un continuo, regular sus propias respuestas también se encuentra en un proceso continuo. Algunas personas tienen estrategias activas para regular sus propias respuestas, mientras que otros tienen estrategias pasivas.

El patrón denominado **búsqueda** tiene interés en explorar el entorno, considera a las experiencias sensoriales placenteras. Las personas buscadoras llevarán a cabo acciones para obtener más entradas sensoriales, permanecer alerta y generar nuevas ideas. Ellos quieren más sabor, más colores brillantes, más música, más ropa dramática, más textura.

A los buscadores les gusta la sensación, y ellos son más felices cuando tienen más de sus sensaciones favoritas. Quieren controlar la cantidad de información sensorial que reciben, y puesto que aman la sensación, que crean más de lo mismo cada vez que pueden, les gusta el movimiento, podrían sacudir sus piernas, levantarse mucho durante las reuniones. Lo bueno de ser un buscador es que pueden llegar a nuevas ideas. La mente que busca se centra en encontrar nuevas

e interesantes sensaciones, por lo que la identificación de las innovaciones puede pasar más fácilmente.

Lo difícil de ser un buscador es que toda esta búsqueda puede interrumpir el flujo del día. Las rutinas regulares como preparándose, conduciendo al trabajo, y la limpieza son predecibles, y no contienen suficientes sensaciones para satisfacer las necesidades del buscador. Por ejemplo, va a cambiar su rutina de vestir o la ruta para ir a trabajar, para mantenerlo interesante. El problema es que a veces, cuando un buscador intenta obtener más información sensorial, puede ser una distracción para las actividades cotidianas. Por ejemplo, en su rutina, el buscador puede olvidar algo, al igual que los accesorios, o perderse tratando de encontrar una nueva manera de trabajar. La necesidad del buscador para obtener más información puede ser a veces a expensas de las necesidades de otras personas.

Reconocerá un buscador sensorial porque:

Hace ruidos con la boca (como silbidos), disfruta de ir a espectáculos de luces, fuegos artificiales, toca a los demás cuando habla, selecciona deportes intensos, extremos, actividades al aire libre, usa perfume o colonia fuerte, pide o cocina con alimentos picantes, camina descalzo, cambia las rutinas diarias, cambia los muebles de lugar.

Los buscadores son cocineros en su familia, que utilizan demasiado picante o especias inusuales en las comidas, o podrían hacer café que es demasiado fuerte.

En el trabajo, están emocionados y siempre viene con nuevas ideas, por lo que son los más adecuados para incluir en nuevos proyectos cuando están empezando, o cuando los problemas tienen que ser resueltos de forma innovadora, pueden garabatear mucho.

Puede ser un reto para ir de excursión con los buscadores. Aunque esto hace que el viaje sea interesante para los buscadores, también puede ser una distracción para otros que prefieren una atención más centrada.

El patrón denominado **bajo registro** se centra en las tareas con más facilidad, aún en entornos poco favorables, no detectan los estímulos que para otros podrían resultar distractores. Tienden a ser más flexibles y se sienten cómodos en entornos sensoriales muy diversos. Pueden describirse como falto de interés, apáticos, ensimismado o con poca o nula expresividad afectiva. Tienen poca energía y actúan como si siempre estuvieran cansados. Los bajos registros son

fáciles de llevar y pueden centrarse incluso en lugares muy concurridos, necesitan información sensorial intensa para darse cuenta de lo que está pasando.

Puede ser que se pierda la información sensorial que sería una distracción para otras personas, para enfocar, y es posible que se pierda la información sensorial importante, provocando errores. Hacen las mismas preguntas varias veces y puede volver sobre sus pasos. Pasan por alto fácilmente la información sensorial que otros encuentran irritante, por ejemplo, una persona que está demasiado cerca, sonidos agudos, las etiquetas en la ropa. La gran cosa acerca de ser un bajo registro es que las situaciones no son molestas.

No se dan cuenta de la información sensorial, se necesita mucho para crear preocupación. También son capaces de prestar atención a los proyectos, ya que no se distraen con la información sensorial que les rodea. No se dará cuenta de la gente que camina cerca, por sonidos desde fuera de la ventana, o los papeles de todo el escritorio o una mesa. Lo difícil de ser un bajo registro es que a veces la información necesaria se puede perder. El cerebro necesita más intensidad, y no todas las experiencias sensoriales en la vida cotidiana son lo suficientemente intensas, tendrán que entrar en el hábito de tomar un montón de notas y comprobar con otros para asegurarse de tener toda la información que necesita.

Usted reconocerá un bajo registro porque:

Son fáciles de llevar y fácil de tener alrededor, no son molestados por las interrupciones, han de ser llamado varias veces para llamar su atención y pedirle que repita las cosas, se pierden, o se pierde señales cuando se trata de llegar a alguna parte, pueden tener suciedad en la cara o las manos y no darse cuenta, tiene rasguños o moretones, y no sabe cómo se los hizo, parecen torpes, pueden llevar la ropa torcida o mal puesta sin saberlo, olvida las cosas en la rutina diaria, pueden ser los últimos en entender un chiste, necesitan mucho tiempo para levantarse por las mañanas, no interesado, de naturaleza tranquila y despreocupada.

Si usted tiene un bajo registro en su vida, usted tendrá una experiencia agradable. Son fáciles de tener alrededor; ya que no se molestan fácilmente, la familia y amigos tienen mucha libertad en su comportamiento. Puede cambiar la programación de las actividades o la colocación de los muebles y no va a importar para un bajo registro.

En el trabajo, se centran en sus proyectos, y no se distraen con cosas que suceden a su alrededor, también puede ser ajeno a los detalles del proyecto, y por lo tanto necesitan listas de comprobación o recordatorios para asegurarse de que todos los detalles son atendidos, funcionan bien en equipos en el trabajo; son fáciles de llevar, ya que no se dan cuenta de cosas que podrían molestar a otras personas.

Son grandes compañeros de salidas porque no son exigentes en cuanto a sus necesidades. Pueden ir con la corriente, y no serán molestados por los cambios en los horarios o los planes de último minuto. Pueden necesitar de otros para organizar salidas y proporcionar alguna estructura.

El patrón denominado **evitación** tiende a apartarse de las situaciones que no le son familiares. Les resulta útil crear una estructura porque les proporciona experiencias sensoriales previsible. Les gusta estar solos y prefieren los entornos con entradas de información sensorial limitadas. Pueden describirse como retraídos o muy nerviosos, controladores teniendo un ritual para la vida diaria, un desayuno concreto, una determinada forma de vestir, crean situaciones para que las entradas de información sensorial se limiten a los acontecimientos que le son familiares y fáciles de gestionar. Se anticipan a las posibles entradas sensoriales e intentan eludir las entradas no habituales. Están contentos en espacios aislados, se quedan al margen de actividades grupales y se disgustan con los cambios de planes. No les gustan las nuevas experiencias sensoriales por lo que tratan de conseguir que todo sea lo mismo. Cuando las cosas cambian demasiado rápido, se sienten incómodos. A los evitadores les gusta hacer las cosas de la misma manera cada vez. Las rutinas proporcionan comodidad porque las sensaciones son familiares para el cerebro; esta familiaridad mantiene que el cerebro no reaccione exageradamente. Cuando cambian las rutinas, los evitadores podrían sentir ansiedad, los cambios significan nueva información sensorial. Crean rutinas para mantener la vida pacífica y manejable, quieren controlar la cantidad de información sensorial que reciben, y no quieren mucho de ella. A diferencia de los buscadores que quieren más y más, los evitadores necesitan muy poca información sensorial.

En el hogar tendrán las persianas bajas, o incluso prefieren la habitación sin ventanas. Ellos prefieren cocinar en casa o conseguir comida para llevar, y tendrán alimentos favoritos que comen con frecuencia.

Para evitar la sensación de este malestar, se retiran o pueden llegar a ser tercos y controladores. Pueden sentirse abrumados en la tienda de comestibles con los estantes llenos y todos los sonidos y movimientos impredecibles, se vuelven irritables o agresivos porque todas las sensaciones son abrumadoras.

La gran cosa acerca de ser un evitador es que la vida es ordenada y pacífica. Las casas para los evitadores son un refugio para ellos; las habitaciones están escasamente decoradas, y una vez que establecieron sus muebles, se mantendrá de esa manera. Los espacios de trabajo también son ordenados.

Son expertos en sus intereses, utilizan las mismas tiendas y restaurantes, por lo que la gente los conoce en estos lugares. Con la llegada de internet pueden comprar lo que necesitan sin la experiencia de estar en las tiendas.

Lo difícil de ser un evitador es que la familia y los amigos no los entienden. Se contentan con estar solos. Estar solo significa menos información sensorial. Estar con otras personas puede ser abrumador porque son ruidosas, pueden tener diferentes olores, y se mueven alrededor todo el tiempo. Cuando viven o trabajan con otras personas, es más difícil de controlar la cantidad de información sensorial, y así que pueden parecer rígidos, de mal humor hasta que puedan reagruparse.

Quieren reducir la cantidad de información sensorial que les rodea. Por ejemplo, podrían hacer reglas en el trabajo que restringen el trabajo de otras personas, como insistir en que toda la música y radio se desactiven. Pueden crear programas para la familia que hacen que sea más difícil responder a la última hora oportunidades, como una invitación a comer con amigos en un momento posterior.

Usted reconocerá un evitador sensorial porque:

Salen de la habitación cuando hay una multitud, mantiene las persianas bajas durante el día y por la noche, realiza compras en línea, o compras en las pequeñas tiendas de barrio, mantiene sus espacios de trabajo limpios, utilizan utensilios y se lavan las manos mucho al cocinar, rechazan invitaciones a reuniones grandes, comprar comida para llevar o comida de entrega a domicilio con frecuencia tienen opciones de alimentos estrechas, evitan escaleras mecánicas o ascensores, se alejan de las personas que usan colonia, seleccionan actividades de ocio solitarios.

En el trabajo, son predecibles y siguen las reglas. Se pueden contar para cumplir con los plazos y tienen materiales presentados de una manera ordenada. Tome ventaja de la necesidad del orden de asignándoles la programación, organización y funciones de estructuración. Proporcionar objetivos claros y expectativas, y los plazos para los proyectos. Si no pueden tener diferentes áreas de trabajo, a continuación, identificar estrategias para alejarse de los espacios de trabajo ocupados durante el día.

Puede ser un reto para ir de excursión porque las salidas también representan una avalancha de nueva información sensorial. La planificación de las salidas antes de tiempo puede ayudar mucho, ya que les da tiempo para considerar cómo controlar las cosas que se pueden controlar. Pueden empacar bocadillos y bebidas favoritas para evitar lidiar con los alimentos o los horarios impredecibles de la alimentación. Pueden ponerse de acuerdo sobre la cantidad de tiempo que pasa en la salida, para crear un marco de tiempo manejable para hacer frente a los entornos desconocidos.

El patrón denominado **sensibilidad** tiene un alto nivel de conciencia del entorno y de la capacidad de discriminar o prestar atención a los detalles. Son más analíticos respecto al modo de participación que eligen. Se describen como distraídos o hiperactivos. Pueden actuar con cautela en algunas situaciones porque se sienten abrumados, y pueden mostrarse alterados con los demás si los interrumpen. Es consciente de todos los estímulos que los rodean, pero no dispone de la capacidad proporcional para habituarse a ellos. Reaccionan más rápidamente a los estímulos del entorno incluso aquellos estímulos que los demás no detectan. Detectan errores, pero también pueden quedarse bloqueados porque quieren que todo sea perfecto.

Notan la mayor parte de la información sensorial que les rodea. Tendrán ideas muy precisas sobre lo que es lo suficientemente fuerte, lo suficientemente brillante, o lo suficientemente suave. Se darán cuenta sobre el volumen de la televisión, la colonia de alguien o pueden cortar las etiquetas de su ropa. Debido a que se dan cuenta de la información sensorial alrededor de ellos, pueden ser muy fácilmente distraídos también. Pueden darse cuenta de lo que está pasando, y tienen ideas precisas acerca de cómo manejar situaciones.

Serán los primeros en detectar un cambio en el estado de ánimo de una persona o una circunstancia. Pueden ser muy creativos, porque se dan cuenta de más detalles que otros.

Lo difícil es que pueden ser fácilmente abrumados por toda la información sensorial. Pueden oír cosas en el pasillo que los demás ignoran, pueden ser muy selectivos porque detectan incluso pequeños cambios en las texturas, temperaturas y sabores en los alimentos. Pueden tener que pasar mucho tiempo en la gestión de su ropa, el ruido y la música, la elección de alimentos, y el tipo de ejercicios para asegurarse de que reciban sólo el tipo correcto de sensaciones de estas actividades.

Pueden hablar sobre lo que les molesta, y esto puede sentirse como una imposición a veces, están tratando de obtener la cantidad justa de la información sensorial, y es un reto ser preciso.

Usted reconocerá un sensible sensorial porque:

Se distraen por ruidos, tienen problemas para trabajar en ambientes ruidosos, se sobresaltan más fácilmente que otras personas, son molestados por las imágenes que cambian rápidamente en la televisión, tienen ideas precisas sobre las texturas de la ropa, eligen los mismos alimentos en los restaurantes, pueden describir los detalles de las texturas o sabores en la boca, pueden marearse por el movimiento, seleccionar sólo unos paseos en el parque de atracciones, prefieren diseños limpios para el hogar.

Notan las cosas más fácilmente que otras personas, y por lo tanto pueden ser un gran recurso para asegurarse de que los datos están siendo atendidos.

En el trabajo, son muy orientados a los detalles. Dado que se dan cuenta de detalles, y pueden tomar ventaja de esto, dándoles la planificación y el seguimiento de las tareas en los proyectos. También tendrán que tener cierto control sobre su espacio de trabajo inmediato, ya que necesitan la cantidad justa de luz y asientos adecuados. Será de gran ayuda que estén fuera de las áreas de tráfico oficina para minimizar el movimiento adicional y sonido durante el tiempo de trabajo.

Puede ser un reto para ir de excursión, ya que necesitan precisión. Quieren estar a cargo de la planificación de los detalles para que tengan la mejor oportunidad de conseguir la información sensorial que necesitarán durante la

salida. Tendrán marcos de tiempo para actividades más caóticas, y lo harán mejor en las situaciones más organizadas.

Elegirán los mismos lugares una y otra vez, ya que pueden predecir el tipo de información sensorial que recibirán.

### **Aspectos Neurobiológicos**

La integración sensorial vista como un proceso de intervención el cual genera respuestas adaptativas aumenta la capacidad de plasticidad neuronal al proveer diferentes experiencias sensoriales, las cuales hacen posible la creación de nuevas interconexiones produciendo nuevas posibilidades de comunicación neuronal. Cada interconexión nueva añade nuevos elementos a las habilidades motoras y de percepción sensorial. (Ayes, 2008).

La plasticidad neuronal: es la habilidad para adaptarse de manera estructural y funcional a las demandas ambientales. Cuando un individuo participa en intervenciones que requieren patrones funcionales de movimiento y en ambientes enriquecidos, durante su desarrollo recibe una retroalimentación sensorial organizada que altera el ambiente interno, creando oportunidades para la reorganización axonal, alterando la actividad sináptica y las ramificaciones dendríticas (Dunn, 1997).

### **Organización del Sistema Nervioso Central**

Parham y Mailloux (2004) refieren que, Jean Ayres desarrolló la teoría integración sensorial basada en el modelo jerárquico del Sistema Nervioso Central planteado por Green, J. D en 1958, en el cual el sistema nervioso está dispuesto verticalmente por niveles. La médula espinal constituye el primer nivel y los hemisferios cerebrales el último, mientras que el tallo cerebral se encuentra en la mitad de estos niveles; reflejando así la independencia y tendencia ascendente hacia el control y especialización, donde la corteza cerebral es el nivel altamente especializado que analiza los detalles precisos de la información sensorial.

Usualmente la corteza cerebral asume un rol directivo sobre los niveles inferiores de la jerarquía, como por ejemplo la inhibición descendente, el cual es un

proceso fundamental para que las funciones cerebrales superiores trabajen eficientemente; por otro lado, los niveles inferiores del SNC filtran y refinan la información sensorial antes de retransmitirla en mensajes organizados ascendentemente a la corteza cerebral; en este sentido, los aspectos críticos de integración sensorial están situados en los niveles inferiores del SNC, particularmente en el tallo cerebral y el tálamo.

El Sistema Nervioso Central se desarrolla en dirección caudal - cefálica, con las estructuras espinales y del tallo cerebral madurando antes que los centros de alto nivel. De esta manera, el refinamiento de funciones primitivas como el control postural, balance y la percepción táctil proveen los fundamentos sensorios motores para las funciones de alto nivel, tales como las habilidades académicas, comportamentales, de autorregulación, y las habilidades motoras complejas.

### **Los sistemas internos para la integración sensorial.**

**Sistema Vestibular:** son todos los estímulos relacionados con el movimiento, la fuerza de la gravedad y el equilibrio. Son procesados en el oído interno. El sistema vestibular nos da información para orientarnos en el espacio, mantener el campo visual estable cuando nuestra cabeza y/o cuerpo está en movimiento (escribir, leer, jugar). También nos permite coordinar el movimiento de las dos partes del cuerpo (recortar con las tijeras, abotonarse, andar en bicicleta) y anticiparnos espacial y temporalmente al movimiento (para saltar a la cuerda, jugar con la pelota). Nos da orientación en relación a la gravedad, que es muy importante para mantener nuestra postura y equilibrio. Si no nos orientamos en relación a la gravedad o no nos sentimos seguros ante los cambios de ésta, cualquier movimiento del nuestro cuerpo, nos hace ver el mundo borroso y vivimos con ansiedad e inseguridad. Otra función del sistema vestibular es el mantenimiento de estos niveles de alerta del sistema nervioso. Nuestra relación con el mundo no es correcta si nos encontramos inquietos, irritables o somnolientos.

**Sistema Propioceptivo:** facilita información sobre la posición de nuestro cuerpo y de sus partes, y permite guiar los movimientos de nuestro cuerpo sin la necesidad de hacer servir nuestra vista. Nos da información para tener destreza y coordinación motora, en nuestra motricidad gruesa (correr, saltar) y en las

funciones manuales (escribir, recortar) y en el control oral (comer, hablar). Nos permite graduar la fuerza y realizar los movimientos en el momento justo. También nos proporciona información de cómo nos movemos. Si estas habilidades automáticas necesitan de pensamiento consciente por parte del niño, es probable que el niño sea lento y poco hábil, con baja autoestima.

Con la propiocepción conocemos nuestro esquema corporal y podemos desarrollar habilidades de planificación motora (cómo utilizo mi cuerpo para moverlo eficientemente en el mundo, organizarme en el espacio y el tiempo).

Sistema Táctil: Procesa estímulos de tacto, temperatura, dolor y presión. El tacto es fundamental en el desarrollo emocional del niño y de su comportamiento como adulto en la sociedad. Es el sentido primordial para vincularse emocionalmente al cuidador. Localizar y discriminar el lugar donde se está recibiendo el estímulo táctil nos permite desarrollar habilidades motoras orales (alimentación, hablar), habilidades de manipulación (escribir con un lápiz y con el ordenador, comer con los cubiertos).

### **Integración Sensorial y ocupación**

La ciencia de la ocupación, entendiendo ocupación como “las actividades diarias relacionadas con necesidades humanas de cuidado de uno mismo y de otros, disfrute y participación en la sociedad que reflejan valores culturales, proveen estructura de vida y dan significado a los individuos”, impulsa los principios y valores de la TO, disciplina encargada de fomentar un adecuado desempeño ocupacional. El equilibrio sensorial, habilidad que facilita la regulación sensorial óptima necesaria para realizar de forma adecuada cualquier tarea, es la base del desempeño, tanto en niños como en adultos. Los problemas de reactividad sensorial derivados de un desequilibrio sensorial afectan a la ejecución de las actividades cotidianas.

En un análisis sobre las actividades instrumentales de la vida diaria (AIVD), entendidas como “aquéllas que requieren de interacciones de mayor complejidad para su adecuado desempeño”, se desprende que algunas de ellas pueden verse afectadas por un inadecuado procesamiento sensorial. Casos concretos como los viajes, la gestión de la comunicación, tanto presencial como telefónica, hacer la

compra en lugares concurridos, así como escuchar música o ver películas, son ejemplos de esta problemática.

Las alteraciones sensoriales se relacionan con problemas emocionales y cognitivos, así como con estrategias de compensación y de afrontamiento, tales como la prevención, no situarse o exponerse a los estímulos; la previsibilidad, organización o control de las situaciones; la preparación, planificación para enfrentarse a estímulos que, siendo inevitables, se consideran incómodos; el habla interna, racionalización de estímulos o capacidad de tranquilizarse a uno mismo; contrarrestar, participar en actividades para reducir o anular el efecto de la entrada sensorial, frecuentemente actividades propioceptivas, y la confrontación, identificar una respuesta problemática a los estímulos y el desarrollo de un plan para superar la reacción negativa que afectan en términos de tiempo, esfuerzo y pensamiento en sí mismo, junto a problemas sociales y emocionales.

### **Perfil sensorial adolescente/ adulto**

El perfil sensorial adolescente / adulto es una medida que ayuda a establecer distintos patrones de procesamiento sensorial y sus efectos sobre el rendimiento funcional, proporcionando una mayor comprensión sobre por qué las personas se involucran en conductas particulares y por qué prefieren ciertos entornos y experiencias. Los resultados proporcionan una mayor conciencia y comprensión de las percepciones del procesamiento sensorial, no solo para la propia persona evaluada, sino también para el terapeuta, los miembros del equipo, los miembros de la familia y otras personas cercanas a ella. Puede aplicarse a adolescentes y adultos con o sin discapacidad, y es compatible para su uso en una variedad de entornos que incluyen educación, salud mental, clínicas de rehabilitación, programas basados en la comunidad y centros de atención a largo plazo.

Esta herramienta, formada por 60 ítems, analiza las diferentes reacciones, entendidas desde el prisma de las experiencias sensoriales. Cada ítem forma parte, tanto de uno de los seis factores sensoriales, como de uno de los cuatro cuadrantes establecidos por el Modelo de Dunn. Los factores hacen referencia al procesamiento del sabor/olor, del movimiento, visual, táctil, nivel de actividad y

auditivo. Cada persona tiene algún nivel de respuesta, capacidad dentro de cada preferencia de procesamiento sensorial, es decir, que, aunque parezca que en la forma de actuar de una persona en la vida diaria predomina un patrón, el resto de los patrones también pueden estar presentes hasta cierto grado. Las puntuaciones simplemente reflejan la manera en la que una persona reacciona a las experiencias sensoriales de la vida cotidiana.

# Capítulo 3

## Material y Método

## **Estrategia metodológica**

### **Paradigma de la investigación**

Se realizó un tipo de estudio cuantitativo ya que se utilizó la recolección de datos para probar hipótesis con base en la medición numérica y el análisis estadístico, para establecer patrones de comportamiento (Hernández Sampieri, 2010). Es una investigación descriptiva porque se buscó analizar las características del procesamiento sensorial y las actividades de tiempo libre/ocio en un grupo de jóvenes de 18 a 25 años. También es un estudio correlacional porque se indagó sobre la relación existente entre ambos.

### **Diseño de investigación**

No experimental porque no se manipularon las variables, sino que se respetó el ambiente natural en que se encuentra el grupo bajo estudio con el propósito de recoger información de manera independiente o conjunta según las variables a las que se refieren (Hernández Sampieri y col., 2010).

Transversal: Se recolectaron los datos en un momento preciso para conocer las características del procesamiento sensorial y las actividades de tiempo libre/ocio. Una vez obtenidos los resultados se identificó la relación entre ambos.

### **Variables**

#### *Variable 1: Perfil Sensorial*

Definición conceptual: El Perfil Sensorial es una herramienta para relacionar las fortalezas y barreras del comportamiento con los patrones de procesamiento sensorial. Su propósito es evaluar las posibles contribuciones del procesamiento sensorial en los patrones de desempeño diario, proporcionar información sobre las características de respuesta hacia a un estímulo e identificar cuáles sistemas sensoriales son los que probablemente están contribuyendo o creando barreras en el desempeño funcional (Dunn, 2002).

Definición operacional: Se evaluó mediante el uso de cuestionario de Perfil Sensorial del adolescente / adulto de Winnie Dunn (2002), con escala tipo Likert de 5 (cinco) puntos: 1-casi nunca, 2-raramente, 3-a veces, 4-frecuentemente, 5-casi siempre. Acorde a los cuadrantes planteados en el Modelo de Procesamiento Sensorial, según puntaje obtenido. Para la presente investigación se tomaron los patrones de procesamiento sensorial de mayor predominio en cada individuo.

Características del procesamiento sensorial y su relación con las actividades de tiempo libre/ocio de jóvenes de 18 a 25 años de Yerba Buena, Tucumán

---

Cuadrante	Mucho menos que otros	Menos que otros	Similar a otros	Más que otros	Mucho más que otros
Búsqueda sensorial	15---35	36---42	43---56	57---62	63---75
Evitación sensorial	15---19	20---26	27---41	42---49	50---75
Bajo registro	15---18	19---23	24---35	36---44	45---75
Sensibilidad sensorial	15---18	19---25	26---41	42---48	49---75

**Búsqueda Sensorial:** Las personas enmarcadas dentro de este cuadrante poseen comportamientos asociados tanto a un umbral sensorial alto, como a respuestas activas. Estos individuos muestran conductas relacionadas con el disfrute, la creatividad y la búsqueda de estímulos sensoriales.

**Evitación Sensorial:** Las personas enmarcadas dentro de este cuadrante poseen comportamientos asociados, tanto a un umbral sensorial bajo como a respuestas activas. En estos individuos se observan conductas relacionadas con la reducción o la evitación de estímulos sensoriales.

**Bajo Registro:** Las personas enmarcadas dentro de este cuadrante poseen comportamientos asociados tanto a un umbral sensorial alto como a respuestas pasivas. Estos individuos responden, bien con menor frecuencia o intensidad, bien más lentamente ante ciertos estímulos sensoriales concretos.

**Sensibilidad Sensorial:** Las personas enmarcadas dentro de este cuadrante poseen comportamientos asociados tanto a un umbral sensorial bajo como a respuestas pasivas. En estos individuos se observan conductas de distracción y de malestar ante los estímulos sensoriales.

*Variable 2: Actividades de tiempo libre/ocio*

**Definición conceptual:** son las actividades no obligatorias, motivadas intrínsecamente y en las que la persona se involucra durante un tiempo discreto, esto es, un tiempo no destinado a ocupaciones obligatorias. (M. Reilly).

**Definición operacional:** instrumento de autoevaluación donde provee información acerca de intereses de la persona. Se evaluó mediante el uso de cuestionario adaptado del Perfil de Esparcimiento de Alexis Henry, Moho (2006). Se marcará con una x respondiendo si realiza o no las actividades del listado.

Categorías:

- Actividades deportivas/aire libre.
- Actividades de relax/intelectuales.
- Actividades sociales.

### *Variable 3: Relación*

Definición conceptual: Ayuda a establecer distintos patrones de procesamiento sensorial y elección de actividades, sus efectos sobre el rendimiento y desempeño funcional, proporcionando una mayor comprensión sobre por qué las personas se involucran en conductas particulares y por qué prefieren ciertos entornos y experiencias.

Definición operacional: se realizó con instrumento confeccionado por el investigador. El mismo es una tabla en la que se consignan las variables 1 y 2, relacionándolas de acuerdo al marco teórico. Categorías:

- Concordancia.
- Discordancia.

### **Población**

Jóvenes de 18 a 25 años de edad de Yerba Buena, Tucumán.

### **Muestra**

60 jóvenes de 18 a 25 años de edad de Yerba Buena, Tucumán.

### **Muestreo**

Se dio a partir de un muestreo no probabilístico discrecional, ya que no hubo incidencia del azar y se evaluaron a 60 jóvenes de Yerba Buena, Tucumán.

### **Criterios de Exclusión**

Personas que no quisieron participar de la investigación.

Personas fuera del rango de edad entre 18 y 25 años.

### **Presentación de instrumentos**

Cuestionario del Perfil Sensorial adolescente/adulto de Winnie Dunn, de 60 ítems, tipo auto administrado entregado en mano.

Cuestionario basado en el Perfil de esparcimiento de Alexis Henry, de 29 ítems, tipo auto administrado entregado en mano.

Instrumento propio creado para la presente investigación con tabla de relación de características del procesamiento sensorial y actividades de tiempo libre/ocio.

**Consideraciones éticas**

Se solicitó por escrito el consentimiento informado, se garantizó el anonimato y la confidencialidad de la información.

**Plan de análisis de los datos**

Se realizó un análisis descriptivo de las variables y se presentaron los resultados en gráficos y tablas realizados a tal fin.

# Capítulo 4

## Resultados

### **Análisis descriptivo**

La investigación fue realizada en base a la información recolectada de una muestra de 60 jóvenes de Yerba Buena, Tucumán. La muestra en su totalidad estaba conformada por hombres y mujeres entre 18 y 25 años. Para determinar las actividades de tiempo libre/ocio, se aplicó cuestionario adaptado del Perfil de esparcimiento de Alexis Henry, cuyas categorías son: actividades deportivas/aire libre, actividades de relax/intelectuales y actividades sociales.

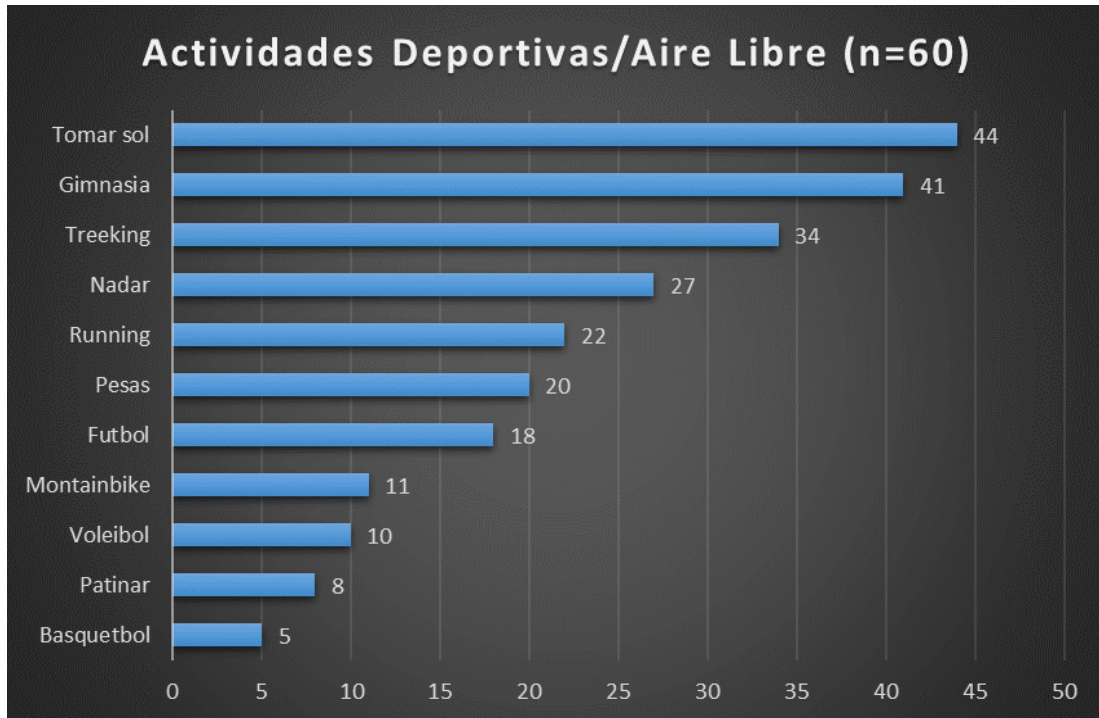
**Gráfico N° 1: Actividades de tiempo libre/ocio.**



El gráfico n° 1 muestra la distribución general de las actividades de tiempo libre / ocio de la población estudiada. La cual 40% de la población realiza actividades de relax/ intelectuales, el 35 % realiza actividades sociales y el 25 % realiza actividades deportivas/aire libre.

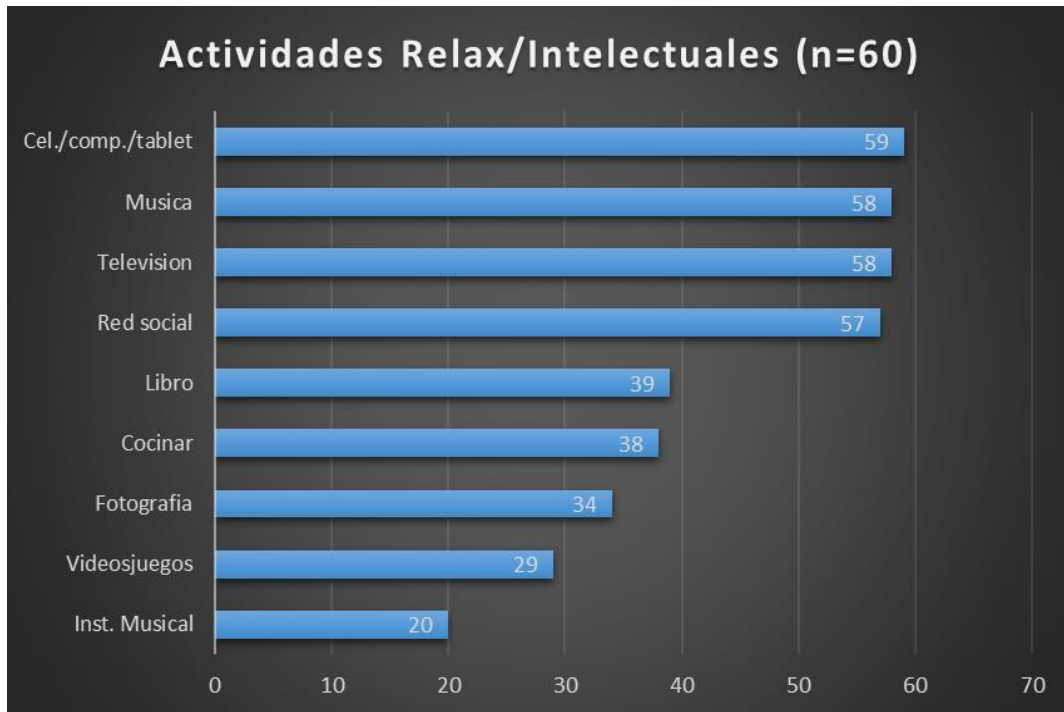
En los gráficos n° 2,3 y 4 se detalla las actividades según cada categoría.

**Gráfico N° 2: Actividades deportivas/ aire libre.**



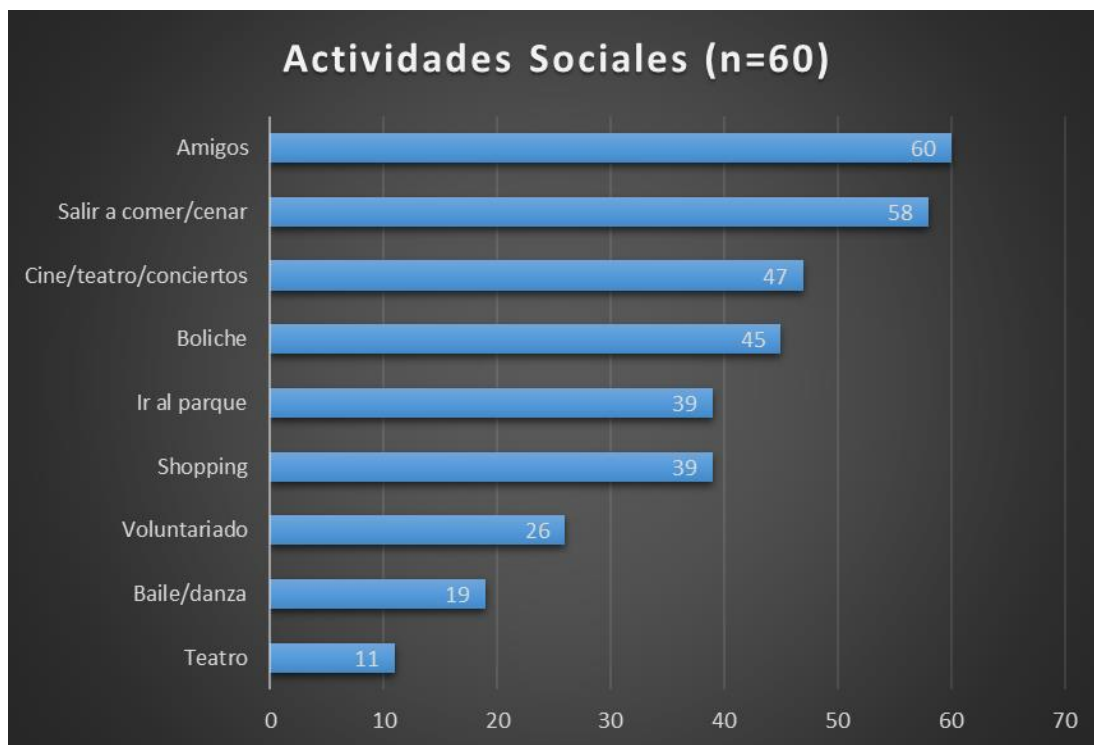
El gráfico n° 2 se observa que, de los 60 jóvenes encuestados la actividad deportiva/aire libre que más realizan en su tiempo libre/ocio es: el 73% toma sol (44), el 33% hace levantamiento de pesas (20) y la actividad que menos realizan el 8% juega al basquetbol (5).

**Gráfico N° 3: Actividades de relax/intelectuales.**



En el grafico n° 3 se observa que, de los 60 jóvenes encuestados las actividades de relax/intelectuales que más realizan en su tiempo libre/ocio son: el 98% usa el celular/computadora/tablet (59), el 97% escucha música y mira televisión/películas/series (58), 65% leen libros (39) y la actividad que menos realizan el 33% toca un instrumento musical (20).

**Gráfico N° 4: Actividades sociales.**

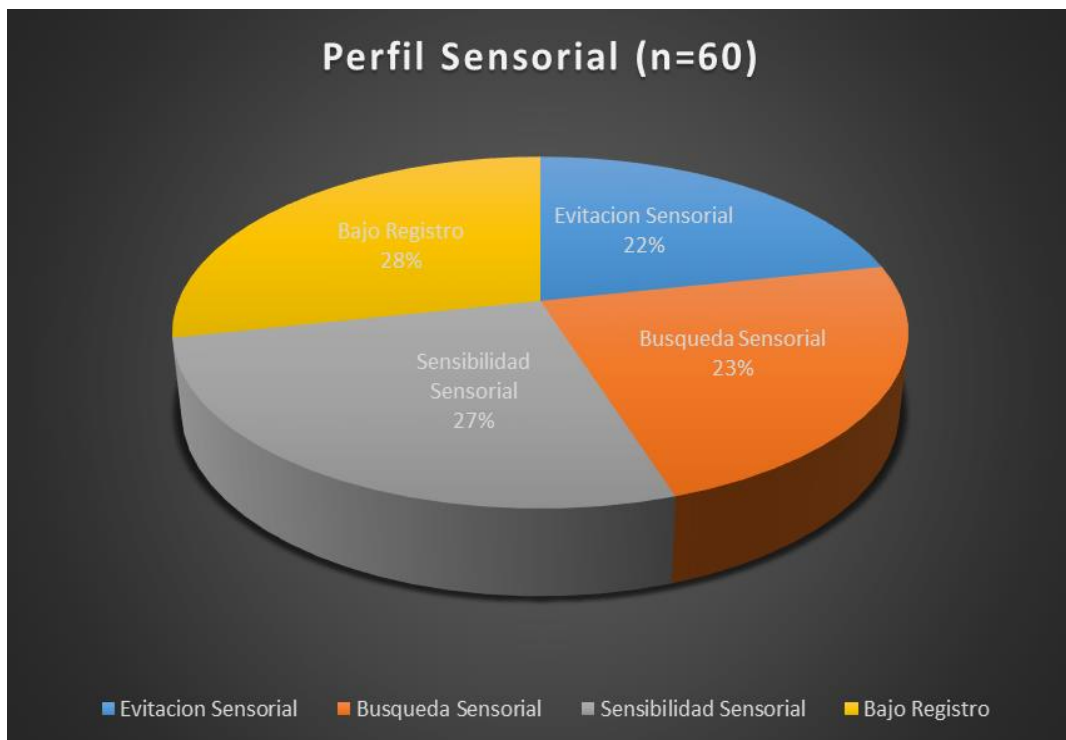


En el gráfico n° 4 se observa que de los 60 jóvenes encuestados las actividades sociales que más realizan en su tiempo libre/ocio son: el 100% se junta con amigos (60), el 97% sale a comer/cenar, el 65% va al parque y shopping (39) y la actividad que menos realizan el 18% hace teatro (11).

Para el análisis del perfil sensorial se utilizó el Cuestionario del Perfil Sensorial adolescente/adulto de Winnie Dunn, el cual permite conocer los patrones de procesamiento sensorial de la población investigada. Se tomaron los patrones que más predominan en cada individuo.

Los datos correspondientes se representan en el siguiente gráfico.

**Gráfico N° 5: Perfil sensorial.**



En el grafico n° 4 se observa que, de los 60 jóvenes encuestados, el 28% presenta un patrón de procesamiento de bajo registro, el 27% sensibilidad sensorial, el 23% de búsqueda sensorial y el 22% un patrón de evitación sensorial.

Características del procesamiento sensorial y su relación con las actividades de tiempo libre/ocio de jóvenes de 18 a 25 años de Yerba Buena, Tucumán

Para el análisis de los perfiles sensoriales y las actividades de tiempo libre/ocio, se presenta a continuación instrumento con tabla de relación.

**Tabla 2: Relación**

Perfil sensorial	Perfil de intereses	Concordancia	Discordancia
1-Evitador Sensorial	Activ. Sociales		X
2-Evitador Sensorial	Activ. Relax/Intel.	X	
3-Evitador Sensorial	Activ. Relax/Intel.	X	
4-Buscador Sensorial	Activ. Sociales	X	
5-Buscador Sensorial	Activ. Relax/Intel.		X
6-Evitador Sensorial	Activ. Relax/Intel.	X	
7-Evitador Sensorial	Activ. Relax/Intel.	X	
8-Evitador Sensorial	Activ. Relax/Intel.	X	
9-Evitador Sensorial	Activ. Relax/Intel.	X	
10-Sensible Sensorial	Activ. Relax/Intel.	X	
11-Sensible Sensorial	Activ. Relax/Intel.	X	
12-Sensible Sensorial	Activ. Relax/Intel.	X	
13-Sensible Sensorial	Activ. Deport. /A.L.		X
14-Bajo Registro	Activ. Relax/Intel.		X
15-Bajo Registro	Activ. Sociales	X	
16-Buscador Sensorial	Activ. Relax/Intel.		X
17-Sensible Sensorial	Activ. Relax/Intel.	X	
18-Sensible Sensorial	Activ. Sociales		X
19-Buscador Sensorial	Activ. Deport. /A.L.	X	
20-Bajo Registro	Activ. Relax/Intel.		X

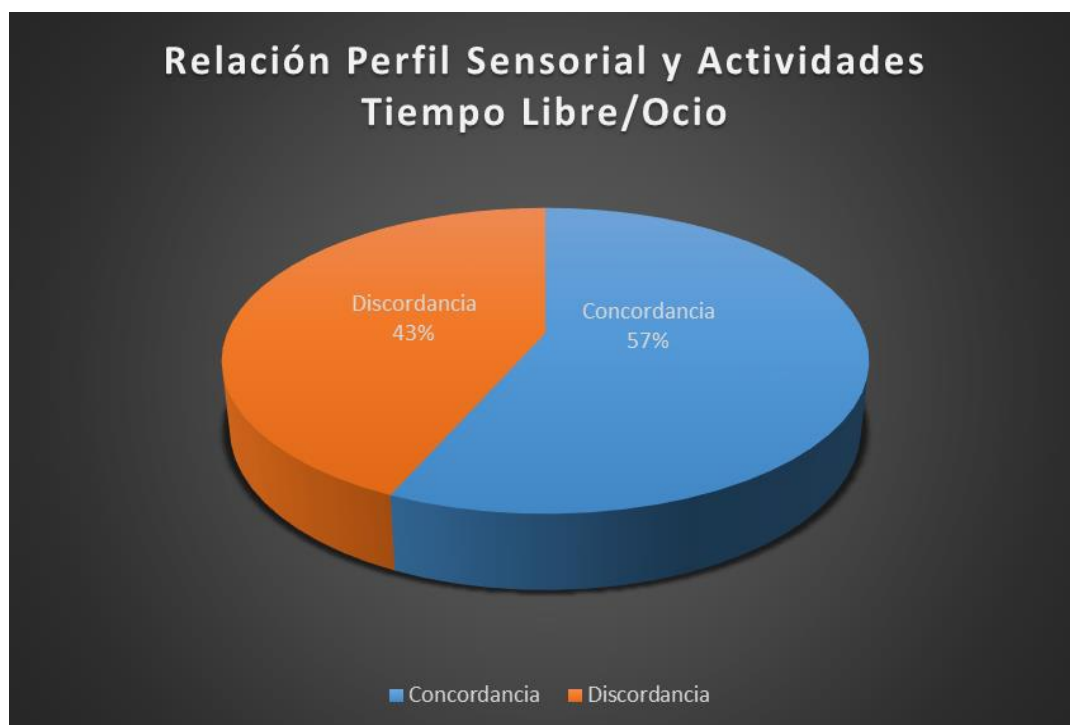
Características del procesamiento sensorial y su relación con las actividades de tiempo libre/ocio de jóvenes de 18 a 25 años de Yerba Buena, Tucumán

<b>Perfil sensorial</b>	<b>Perfil de intereses</b>	<b>Concordancia</b>	<b>Discordancia</b>
21-Buscador Sensorial	Activ. Relax/Intel.		X
22-Buscador Sensorial	Activ. Sociales	X	
23-Buscador Sensorial	Activ. Sociales	X	
24-Bajo Registro	Activ. Relax/Intel.		X
25-Buscador Sensorial	Activ. Sociales	X	
26-Buscador Sensorial	Activ. Relax/Intel.		X
27-Buscador Sensorial	Activ. Sociales	X	
28-Sensible Sensorial	Activ. Sociales		X
29- Sensible Sensorial	Activ. Sociales		X
30-Evitador Sensorial	Activ. Relax/Intel.	X	
31-Buscador Sensorial	Activ. Sociales	X	
32-Buscador Sensorial	Activ. Sociales	X	
33- Evitador Sensorial	Activ. Relax/Intel.		X
34- Sensible Sensorial	Activ. Relax/Intel.	X	
35- Bajo Registro	Activ. Deport. /A.L.	X	
36- Buscador Sensorial	Activ. Sociales	X	
37- Evitador Sensorial	Activ. Deport. /A.L.		X
38- Evitador Sensorial	Activ. Relax/Intel.	X	
39- Evitador Sensorial	Activ. Relax/Intel.	X	
40- Sensible Sensorial	Activ. Relax/Intel.	X	
41- Sensible Sensorial	Activ. Sociales		X
42- Evitador Sensorial	Activ. Deport. /A.L.		X
43- Sensible Sensorial	Activ. Sociales		X

Características del procesamiento sensorial y su relación con las actividades de tiempo libre/ocio de jóvenes de 18 a 25 años de Yerba Buena, Tucumán

<b>Perfil sensorial</b>	<b>Perfil de intereses</b>	<b>Concordancia</b>	<b>Discordancia</b>
44- Bajo Registro	Activ. Deport. /A.L.	X	
45-Buscador Sensorial	Activ. Relax/Intel.		X
46-Bajo Registro	Activ. Relax/Intel.		X
47-Buscador Sensorial	Activ. Relax/Intel.		X
48-Buscador Sensorial	Activ. Sociales	X	
49- Sensible Sensorial	Activ. Relax/Intel.	X	
50-Buscador Sensorial	Activ. Sociales	X	
51-Sensible Sensorial	Activ. Deport. /A.L.		X
52- Bajo Registro	Activ. Relax/Intel.		X
53- Buscador Sensorial	Activ. Relax/Intel.		X
54- Bajo Registro	Activ. Sociales	X	
55- Sensible Sensorial	Activ. Relax/Intel.	X	
56- Buscador Sensorial	Activ. Relax/Intel.		X
57- Bajo Registro	Activ. Sociales	X	
58- Evitador Sensorial	Activ. Sociales		X
59- Buscador Sensorial	Activ. Sociales	X	
60- Bajo Registro	Activ. Relax/Intel.		X
	TOTAL	34	26

**Grafico 6: Relación**



En el gráfico n° 6 se observa de los 60 jóvenes encuestados un 57% presenta concordancia entre los perfiles sensoriales y las actividades de tiempo libre/ocio que realizan y un 43% presenta discordancia.

# Capítulo 6

## Discusión, Conclusiones y Propuestas

## Discusión

Todas las personas que participaron en este estudio afirmaron realizar actividades de tiempo libre/ocio. La existencia del ocio, según Setién (2000), se puede afirmar cuando el individuo elige de forma voluntaria realizar alguna actividad, simplemente por el placer de desempeñarla, y cuya realización le aporta a la persona sentimientos gratificantes, como una sensación de bienestar, satisfacción, alegría y relajación. En el análisis de resultados se vio una tendencia hacia las actividades de relax/intelectuales (40%), seguidas por las actividades sociales (35%) y por último las actividades deportivas/ aire libre (25%).

En la literatura se encuentran múltiples clasificaciones del ocio. Según la Ciencia Ocupacional, podría clasificarse a las actividades de tiempo libre en diversos tipos, según sean sedentarias, solitarias, sociales, intelectuales, físicas, etc. La selección de uno u otro tipo varía de una persona a otra según sus propios intereses, y más aún la realización de una misma actividad puede adoptar formas distintas en diferentes personas.

En la presente investigación las actividades que los jóvenes más realizan de cada categoría son: uso del celular/computadora/tablet, navegan por internet/redes sociales, escuchan música, miran televisión/películas/series, salen a comer/cenar, se juntan con amigos, tomar sol y levantamiento de pesas. Las actividades que menos realizan son: tocar un instrumento musical, hacer teatro y jugar básquetbol.

Se puede establecer coincidencia con lo expuesto en el marco conceptual por Bradly J. (1998), en los jóvenes la elección de actividades está fuertemente influenciada por el proceso de socialización. Las amistades y las actividades fuera del círculo de la familia, tienen gran relevancia. En la juventud la cantidad de tiempo ocupado en el juego, ocupación por excelencia del niño, decrece progresivamente a partir de iniciar la escolaridad y al adquirir más responsabilidad para realizar las tareas académicas e instrumentales. Los intereses de ocio suelen incluir los deportes de distracción y organizados, la música, uso del ordenador y juegos de vídeo, televisión y películas, etc.

Si bien Bradly J. hace mención a la elección de actividades con una fuerte influencia en el proceso de sociabilización podemos observar que este se lleva a cabo mayormente “virtualmente” en concordancia con los tiempos que vivimos

donde hay un aumento del uso de tecnologías, redes sociales y conectividad. Dónde menos se lleva a cabo este proceso es a través de la elección de actividades como el deporte, la música y el teatro.

Se identificó las características del procesamiento sensorial en los jóvenes y se observó una prevalencia de presentación del patrón bajo registro (28%), seguido por sensibilidad sensorial (27%), búsqueda sensorial (23%) y evitación sensorial (22%). Si tomamos en cuenta las estrategias de autorregulación podemos observar que el 55% tiene una respuesta pasiva a favor del umbral correspondientes a los patrones bajo registro y sensibilidad. El 45% tiene una respuesta activa, utiliza respuestas conductuales para contrarrestar los umbrales, son los patrones de búsqueda y evitación.

Basándose en estos conceptos, Dunn (1997) propone cuatro patrones básicos de procesamiento sensorial: buscar, evitar, sensibilidad y registro, donde cada uno tiene una combinación única de umbral neurológico y estrategia de autorregulación. Cada persona tiene algún nivel de respuesta, capacidad dentro de cada preferencia de procesamiento sensorial, es decir, que, aunque parezca que en la forma de actuar de una persona en la vida diaria predomina un patrón, el resto de los patrones también pueden estar presentes hasta cierto grado. Para la presente investigación se tomaron en cuenta los patrones que más pueden influir en el comportamiento de la persona. Las puntuaciones simplemente reflejan la manera en la que una persona reacciona a las experiencias sensoriales de la vida cotidiana.

Con la información recogida de las variables antes mencionadas se pudo observar un 57% de concordancia entre las características del procesamiento sensorial y las actividades de tiempo libre/ocio que realizan los jóvenes.

Según Dunn las personas buscadoras llevarán a cabo acciones para obtener más entradas sensoriales, permanecer alerta y generar nuevas ideas. Y las personas con bajo registro ignoran más estímulos que las demás y es menos probable que se agobien por lo que sucede a su alrededor.

En el estudio los jóvenes con estos patrones informaron realizar actividades sociales y deportivas como salir con amigos, ir a bailar, tomar sol, treeking,

levantamiento de pesas, etc. Llevando a cabo así actividades con mayor estímulo sensorial acorde con sus patrones de procesamiento sensorial.

Las personas evitativas crean muchas rutinas y les gusta el orden porque necesitan uniformidad para reducir las entradas sensoriales. Las sensitivas son muy exigentes y detectan errores o patrones que otros no captan. Los jóvenes con estos patrones informaron que realizan actividades de relajación/intelectuales como por ejemplo usan el celular/computadora/tablet, navegan por internet/redes sociales, escuchan música y miran televisión/películas/series, etc. Realizando así actividades de acuerdo a sus necesidades sensoriales.

El 43 % de los jóvenes presentó discordancia entre su perfil sensorial y las actividades de tiempo libre/ocio, donde patrones de búsqueda y bajo registro realizan actividades con pocos estímulos sensoriales. Y evitadores y sensibles llevan a cabo actividades con mayores estímulos sensoriales.

El tiempo libre/ocio es tiempo para relajarse, cambiar el ritmo, cuando la gente se agota durante el tiempo libre/ocio, es posible que las actividades no sean consistentes con las necesidades sensoriales de la persona. Mediante el cumplimiento de las necesidades sensoriales, se contribuye a una sensación general de satisfacción.

Según antecedentes científicos sobre el procesamiento sensorial en diferentes aspectos como el llevado a cabo por Elisabeth M. Jerome Miriam Liss, titulada: Relaciones entre el estilo de procesamiento sensorial, el apego adulto y el afrontamiento. Los resultados indicaron que la sensibilidad sensorial se relacionaba con la ansiedad relacional y cómo los diferentes estilos de procesamiento sensorial pueden afectar la capacidad personal para sobrellevar una relación y los estilos de relación.

Por otro lado, adultos con defensividad sensorial que funcionan típicamente informan más ansiedad y depresión, pueden tener pobres habilidades de afrontamiento que conducen a comportamientos inseguros. Pueden tener menos apoyos sociales para ayudarlos a enfrentar estas dificultades, de Kinnealey, M., y Smith, S. Titulada: Adultos sensoriales defensivos y no defensivos.

Noor T. Ismael, Lisa A. Mische Lawson , Jane A. Cox. trata el tema de la presente investigación, pero en una población diferente relacionando los patrones de

procesamiento sensorial de los niños y sus preferencias de ocio, Este estudio investigó en qué actividades de ocio participan los niños con patrones de procesamiento sensorial y si existen relaciones entre los patrones de procesamiento sensorial de los niños y sus preferencias de ocio. Se concluyó que las preferencias sensoriales de los niños están relacionadas con las preferencias de ocio.

De lo comparado con las investigaciones anteriores y los hallazgos de la presente investigación podemos observar como el estilo de procesar la información sensorial persiste a lo largo de la vida y están presentes en diferentes aspectos de nuestras vidas e influyen en lo cotidiano. Mediante la comprensión de los patrones sensoriales, podemos dar forma a la manera en que nos involucramos en las actividades de la vida cotidiana. La asociación entre el procesamiento sensorial y la ocupación sigue siendo un concepto poco estudiado en la ciencia ocupacional, aunque el sistema sensorial desempeña un papel integral en la conexión y la interacción entre el individuo y su entorno.

#### Limitaciones y consideraciones

Hay una serie de limitaciones de este estudio que deben ser consideradas. Todas las medidas fueron autos informados y, aunque se completaron de forma anónima, pueden haber estado abiertas a sesgos de factores como, el estado de ánimo, la disposición, etc. Otra limitación fue la poca información, documentos, teoría, antecedentes, etc. disponibles en español. Como así también la falta de un cuestionario creado según el idioma y las costumbres culturales de nuestro país.

Para investigaciones futuras se debería tener en cuenta una mayor muestra de la población para un proceso más representativo. Investigar sobre el nivel de satisfacción, tiempo, participación y percepción de las habilidades a la hora de realizar las actividades de tiempo libre/ocio, como así también como estas impactan en la organización de la rutina diaria y el entorno en las que se llevan a cabo.

Los hallazgos del estudio proporcionan apoyo preliminar para el valor de considerar el procesamiento sensorial junto con las actividades de la vida diaria. Se necesita más investigaciones para dilucidar estas afirmaciones.

## Conclusión

En consonancia con los objetivos formulados en la presente investigación, se puede concluir:

El tiempo libre/ocio de los jóvenes está destinado principalmente a las actividades de relax/intelectuales siendo la más realizada: la utilización de dispositivos electrónicos (celular, tablet, computadora, etc.) para uso de redes sociales y navegar por internet. Luego las actividades sociales y por ultimo las actividades deportivas/aire libre.

Se identificó la presencia de diferentes patrones sensoriales: búsqueda, evitación, sensibilidad y bajo registro, que permitieron conocer el perfil de la población estudiada en los diferentes estilos de procesar la información sensorial.

Más de la mitad de los jóvenes encuestados en este estudio realizan actividades de tiempo libre/ocio que estarían en concordancia con sus necesidades y características de procesar la información sensorial.

Comprender las respuestas sensoriales en la vida cotidiana añade una dimensión a la comprensión de la conducta humana. Las respuestas sensoriales trabajan junto con las respuestas emocionales y cognitivas para que las personas puedan conocerse mejor.

Como profesionales tenemos el conocimiento y las habilidades para que las personas sepan cómo construir entornos de vida saludables donde lleven a cabo sus elecciones en ocupaciones que proporcionen el equilibrio necesario y un correcto desempeño. Esto es de suma importancia en la población estudiada ya que experimentan nuevas experiencias como lo es una carrera universitaria o el primer trabajo, donde la rutina diaria cambia, surgen nuevos desafíos y las actividades de tiempo libre/ocio pueden quedar relegadas o no tener el aporte sensorial necesario, no permitiendo proporcionar tiempos de disfrute, relax, vida social, etc. Y pudiendo afectar así el desempeño ocupacional de todas las actividades de la vida diaria.

Los terapeutas ocupacionales buscan entender los mecanismos que sostienen el desempeño de las acciones cotidianas de los individuos, la naturaleza del significado de las actividades, tareas y roles que la persona necesita y quiere desempeñar, siendo muy importante considerar y comprender el impacto que

tienen estos factores en la vida diaria. Es por eso que el aporte único de la terapia ocupacional en el conocimiento y significado de las experiencias sensoriales contribuyen a generar información y métodos que guíen la práctica profesional, permitiendo a las personas explorar experiencias, actividades más satisfactorias y una mejor calidad de vida.

## Propuestas

La terapia ocupacional desempeña un papel vital en la identificación y el tratamiento del procesamiento sensorial para participar plenamente en roles significativos de la vida, rutinas y actividades diarias.

Los seres humanos son seres sensoriales y la sensación es inherente a todas las ocupaciones. El tiempo libre/ocio es una de ellas y se concreta siempre en una ocupación, por eso es necesario entender la relevancia de considerar la disponibilidad de servicios de Terapia Ocupacional en diferentes ámbitos y poblaciones que permitan un asesoramiento e intervención basada también en las características sensoriales de cada persona.

Para que esto se pueda llevar a cabo es necesaria una mayor intervención de los profesionales de terapia ocupacional en programas de tiempo libre/ocio como espacios para la promoción de la salud y mejor calidad de vida.

Proyectos de abordaje en poblaciones de adolescentes y adultos jóvenes, en las actividades de tiempo libre/ocio saludable, como prevención de conductas de riesgo.

La participación del terapeuta ocupacional en los servicios de orientación vocacional (s.o.v.e) o como figura de tutor universitario ya que explica y comprende la ocupación humana aportando otra mirada, el conocimiento y significado de las experiencias sensoriales, para un equilibrio entre las actividades universitarias, laborales y tiempo libre/ocio, permitiendo actividades más satisfactorias que acompañen a los jóvenes en su proyecto de vida.

Es de gran importancia la creación de un cuestionario y un test rápido sensorial acorde a las pautas culturales de nuestro país, que permita a los profesionales incorporarlo a las evaluaciones de las diferentes poblaciones para intervenciones y tratamientos acordes a las necesidades sensoriales de las personas.

Es imprescindible generar un programa universitario de entrenamiento y apoyo a la investigación científica, que permitan a los futuros profesionales de terapia ocupacional poder crear, innovar, motivar y ampliar los conocimientos del procesamiento sensorial para mejores intervenciones basadas en evidencia científica.

# Bibliografía

- Muñoz Espinosa, I., & Salgado Gómez, P. (2006). Ocupaciones de tiempo libre: una aproximación desde la perspectiva de los ciclos vitales, desarrollo y necesidades humanas. *Revista Chilena de Terapia Ocupacional*, (6), Pág. 39 - 45.
- American Occupational Therapy Association. (2014) *Occupational therapy practice framework: Domain and process (3ªed.)*. Vol 68 (Suplemento 1); *Am J OccupTher*;
- World Federation of Occupational Therapists. (2012)
- Willard S, Spackman. (2011). *Terapia Ocupacional*. 11ª Ed Buenos Aires: Médica Panamericana.
- Rubio C, Sanz P. (2015). De la ocupación y su significado. Un viaje a los orígenes de la terapia ocupacional. *TOG (A Coruña)*; 6(10): p.9.
- Kielhofner G. (2006) *Fundamentos conceptuales de la Terapia Ocupacional*.3ª ed. Buenos Aires: Médica Panamericana.
- López A, Rubio C, Apestegui E, Gracia A, Berrueta LM. (2015). *Terapia ocupacional en rehabilitación psicosocial*. *TOG (A Coruña)*. Vol 6, supl. 4: p. 276-335.
- Watling, Renee; Bodison, Stefanie; Henry, Diana A.; and Miller-Kuhaneck, Heather. (2006). "Sensory Integration: It's Not Just for Children" *Occupational Therapy*.
- Daniela Ramírez Bayona. (2016). *Características del procesamiento sensorial y su relación con la generación de dificultades de aprendizaje en niños escolares con epilepsia entre los 7 y 10 años*, Bogotá, Colombia.
- Berta Gándara Gafo. (2016) *Adaptación cultural, validación y valores de referencia del Adolescent/Adult Sensory Profile en España*.
- Alexis D. Henry. (2006) *Perfil de Intereses de Esparcimiento del Adolescente*. Traducción al español: Daniel Calderón Larrain, TO Revisión de traducción: Carmen Gloria de las Heras de Pablo, MS, OTR.
- Dunn, W. (1999). *Manual del Perfil sensorial*.
- Ayres AJ. (2006). *La Integración Sensorial y el niño*. Sevilla: Edit.Trillas.
- Keilhofner G. (2009). *Conceptual Foundations of Occupational Therapy Practice*. 4ª ed. Philadelphia: F.A. Davis Company; P.203-227.
- Dunn, W. (2010). A "Sensational" Way to Understand and Serve Children: Illustration of a Sensory Processing Model. En J. Niskala Apps, R. F. Newby, & L.

Weiss Roberts, *Pediatric Neuropsychology Case Studies: From the Exceptional to the Commonplace* Springer.

-Miller, L. J., & Lane, S. J. (2000). Toward a Concensus in Terminology in Sensory Integration Theory and Practice: Part 1: Taxonomy of Neurophysiological Processes. *Sensory integration special interest section quarterly*. Published by the American Occupational Therapy Association, Inc., XXIII (1). (C. Summers, Ed.).

-Sánchez Cucchi L. (2010) Listado de intereses, basado en el perfil de intereses del adolescente de Henry, modificado según una población singular de atención. *TOG (A Coruña)*7(12): [23p.].

-Bradly J, Dubinsky H. (1998) *Comprendiendo a tu hijo*. 3ª ed. Barcelona: Paidós.

- Mulligan S. (2006). *Terapia Ocupacional en Pediatría: Proceso de Evaluación*. Madrid: Editorial Médica Panamericana.

- Romero Ayuso D, Garvín Calero M. (2003) *Juego, Ocio y Tiempo Libre*. En: Moruno Millares P, Romero Ayuso D. *Terapia Ocupacional: Teoría y Técnicas*. Barcelona: Masson; p. 427-44.

-Diana Moya Rosendo. (2012). *La teoría de integración sensorial*.

-Rosa Marí Ytarte, Pablo A. Cantero, Garlito Eduardo S. Vila Merino. (2017) *Ocio, bienestar y calidad de vida en terapia ocupacional*

-Dr. Hernández Sampieri R., Dr. Fernández Collado C.Dra. Baptista Lucio M. (2010). *Metodología de la investigación*. Quinta edición.

# Anexos

Características del procesamiento sensorial y su relación con las actividades de tiempo libre/ocio de jóvenes de 18 a 25 años de Yerba Buena, Tucumán

---

## Perfil sensorial

**Casi nunca:** Cuando se le presenta la oportunidad usted *casi nunca* responde de esa manera, aproximadamente el 5% o menos del tiempo.

**Raramente:** Cuando se le presenta la oportunidad usted *raramente* responde de esa manera, aproximadamente el 25% del tiempo.

**A veces:** Cuando se le presenta la oportunidad usted *a veces* responde de esa manera, aproximadamente el 50% del tiempo.

**Frecuentemente:** Cuando se le presenta la oportunidad usted *frecuentemente* responde de esa manera, aproximadamente un 75% del tiempo.

**Casi siempre:** Cuando se le presenta la oportunidad usted *casi siempre* responde de esa manera, aproximadamente el 95% o más del tiempo.

Procesamiento gusto/olfato	C N	R	A V	F	C S
1-Salgo o me corro a otro lugar cuando huelo olores en una tienda (por ej. perfumes, velas, productos de baño, etc.)					
2-Añado condimentos/especias a mi comida					
3-No huelo cosas que otras personas dicen que huelen					
4-Disfruto estar cerca de las personas que usan perfumes/lociones					
5-Solo como alimentos conocidos/familiares					
6-Muchos alimentos no tienen sabor para mí (no tienen mucho gusto o son insulsos)					
7-No me gustan los sabores fuertes a menta o dulces (por ej. picantes, canela, caramelos ácidos, etc.)					
8-Voy a oler flores frescas cuando las veo					
<b>Procesamiento movimiento</b>					
9-Tengo miedo a las alturas					
10-Disfruto como me siento cuando me muevo (por ej. bailando, corriendo)					
11-Evito los ascensores y/o escaleras mecánicas porque no me gusta el movimiento					
12-Tropiezo o me choco con las cosas					
13-No me gusta el movimiento del andar en auto					
14-Elijo participar en actividades físicas					
15-No me siento seguro cuando camino por escaleras (por ej. me tropiezo, pierdo el equilibrio, necesito tomarme del pasamanos)					
16-Me mareo fácilmente ( por ej. después de inclinarme, levantarme rápido)					
<b>Procesamiento visual</b>					
17-Me gusta ir a lugares donde tienen luces brillantes y son coloridos					
18-Mantengo las cortinas bajas durante el día cuando estoy en casa					
19-Me gusta vestirme con ropa colorida					
20-Me siento frustrado cuando trato de encontrar algo en un cajón lleno de cosas o en un salón desordenado					
21-No encuentro la calle, edificio, o señales de un salón cuando voy a lugares nuevos					
22-Me molestan las imágenes visuales que se mueven rápido o son inestables en el cine o la tv					
23-No me doy cuenta cuando la gente entran en un lugar o sala					
24-Elijo hacer compras en tiendas/almacenes pequeños porque me siento abrumado en tiendas grandes					
25-Me molesta cuando veo mucha gente alrededor mío ( por ej. en un shopping lleno, desfile, manifestaciones, centro comercial)					
26-Limito las distracciones cuando estudio/trabajo(por ej. cierro la puerta, apago tv)					
<b>Procesamiento Tacto</b>					
27-No me gusta que me froten o me rasquen la espalda					
28-Me gusta cómo se siente al cortarme el cabello					
29-Evito o uso guantes en actividades que pueden ensuciarme las manos					
30-Toco a otros cuando estoy hablando (por ej. pongo mi mano en su hombro o le sostengo su mano)					
31-Me molesta la sensación de mi boca cuando me despierto en la mañana					
32-Me gusta andar descalzo					
33-Estoy incomodo vistiendo ciertos tejidos ( por ej. lana, seda, etiquetas de la ropa, etc.)					
34-No me agradan ciertas texturas de comidas ( por ej. nata de leche, mondongo, piel del durazno, etc.)					
35-Me alejo cuando otros se ponen muy cerca de mí					
36-No noto cuando mis manos o cara están sucias					

Características del procesamiento sensorial y su relación con las actividades de tiempo libre/ocio de jóvenes de 18 a 25 años de Yerba Buena, Tucumán

---

37-Tengo rasguños o moretones pero no recuerdo como me los hice					
38-Evito hacer filas o pararme cerca de otras personas porque no me gusta estar muy cerca de otros					
39-No noto cuando alguien toca mi brazo o mi espalda					
<b>Nivel de actividad</b>					
40-Trabajo en dos o más tareas al mismo tiempo					
41-Me toma más tiempo que a otras personas despertarme en las mañanas					
42-Hago cosas por impulso o en el momento ( hago cosas sin tener un plan en mente)					
43-Encuentro tiempo para escaparme de mi vida ajetreada y dedicarme tiempo a mí mismo					
44-Parece que soy más lento que los demás cuando intento realizar una actividad o tarea					
45-No entiendo los chistes tan rápido como los demás					
46-Me mantengo alejado de los grupos grandes de personas					
47-Busco hacer actividades que se realizan en público(deportes, música, actuación, hablar delante de gente)					
48-Cuando estoy sentado en una clase larga o en una reunión me resulta difícil concentrarme durante todo el tiempo					
49-Evito situaciones donde puedan ocurrir cosas inesperadas(por ej. ir a lugares desconocidos o estar rodeado de gente que no conozco)					
<b>Procesamiento Auditivo</b>					
50-Tarareo, silbo, canto o hago otros ruidos					
51-Me asusto fácilmente con ruidos fuertes o inesperados (por ej. ladridos de perros, bocinas, un teléfono sonando, etc.)					
52-Me cuesta seguir lo que las personas dicen cuando hablan rápido o si hablan de temas desconocidos					
53-Cuando los demás están viendo tele me voy del cuarto o les pido que bajen el volumen					
54-Me distraigo si hay mucho ruido a mi alrededor					
55-No noto cuando me llaman por mi nombre					
56-Uso estrategias para disminuir el sonido (por ej. me cubro los oídos, cierro la puerta, me pongo tapones en los oídos, etc.)					
57-Me mantengo alejado de ambientes ruidosos					
58-Me gusta asistir a eventos con mucha música					
59-Tengo que pedir a la gente que repita las cosas					
60-Encuentro difícil trabajar/estudiar con ruido de fondo (por ej. sonido de un ventilador, de la radio, etc.)					

### Perfil de intereses

	¿Realizas esta actividad?	
	SI	NO
<b>Actividades deportivas/aire libre</b>		
1-Jugar Fútbol		
2-Jugar Básquetbol		
3-Jugar Voleibol		
4-Hacer gimnasia		
5- Hacer Levantamiento pesas		
6-Hacer Caminata/Treking		
7-Hacer Ciclismo/Mountainbike		
8-Hacer Running		
9-Tomar sol		
10- Ir a nadar		
11- Ir a patinar/skate		
<b>Actividades relajación/intelectuales</b>		
12-Ver televisión/películas/series		
13-Escuchar música		
14-Jugar videojuegos/wii/play		
15-Usar Celular/computadora/tablet		
16-Leer un libro		
17-Tocar un instrumento		
18-Cocinar		
19-Sacar fotos		
20-Navegar por internet/redes sociales		
<b>Actividades Sociales</b>		
21-Juntarse con amigos		
22- Ir al cine/teatro/conciertos		
23-Salir a comer/cenar		
24- Ir a bailar/boliche		
25- Ir de compras/shopping		
26- Ir al parque		
27-Hacer Voluntariado		
28-Hacer Teatro		
29-Hacer Baile/danza		

## **Consentimiento informado**

El presente trabajo de Tesis de Licenciatura titulado “Características del procesamiento sensorial y su relación con las actividades de tiempo libre/ocio en jóvenes de 18 a 25 años de la provincia de Tucumán”, elaborado por Bravo María Julieta, estudiante de la Licenciatura en Terapia Ocupacional de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad del Norte Santo Tomás de Aquino.

Los objetivos de este trabajo son:

- Identificar las características del procesamiento sensorial de jóvenes de Yerba Buena, Tucumán.
- Describir las actividades de tiempo libre/ocio de jóvenes de Yerba Buena, Tucumán.
- Analizar la relación de las características del procesamiento sensorial y las actividades de tiempo libre/ocio de jóvenes de Yerba Buena, Tucumán.

La participación en este trabajo de investigación es estrictamente voluntaria. La información proporcionada será confidencial y no se usará para ningún propósito fuera de este trabajo.

En caso de tener duda al respecto, puede hacer la consulta que sea necesaria para completar su información. En caso de que algunas de las preguntas del cuestionario le resultaran incómodas o inconvenientes tiene el derecho de hacerlo saber, o directamente negarse a responder.

Desde ya se agradece su participación.

Cordialmente.

---

Bravo, María Julieta