

Tipo de artículo: Artículo original

Recibido: 17/04/2019

Aceptado: 09/06/2019

## **Caminata turística-física-recreativa por San Juan de los Remedios de la Sabana del Cayo**

### *Tourist physical recreational long walk for St. John of the Remedies of the Savanna of the Key*

**Carlos Ramón Suárez Torres<sup>1\*</sup>**

<sup>1</sup> Empresa Municipal de Comercio y Gastronomía. Remedios. Villa Clara.

\* Autor para correspondencia: carlos.labomba@nauta.cu

---

#### **Resumen**

La investigación "Caminata turística-física-recreativa por San Juan de los Remedios de la Sabana del Cayo", se desarrolló en la ciudad de Remedios, municipio del mismo nombre, para dar solución al deambular de los visitantes nacionales e internacionales por la ciudad. La propuesta hace una mezcla de recreación física y turismo, donde se recorren 818 metros. En el trabajo se propone una travesía por dieciséis lugares del Centro Histórico de la Villa, combinando el ejercicio físico con la recreación, se elaboró a partir del diagnóstico, permitiendo realizar una valoración de los efectos prácticos del estudio en los sujetos investigados. El objetivo del trabajo es: Proponer una "Caminata Turística-Física-Recreativa por las instalaciones del Centro Histórico de la Villa de San Juan de los Remedios de la Sabana del Cayo. Se realizó con 25 sujetos con disposición y posibilidades de participar en la travesía, se llevó a cabo un estudio de tipo pre-experimental, durante un mes. Se utilizaron como métodos del nivel teórico: el análisis- síntesis, la inducción- deducción; y del nivel empírico: la observación y la encuesta, análisis documental y la entrevista. Se incluyeron técnicas de estadística descriptiva como análisis porcentual, tablas y gráficos. Se incorporaron los visitantes a la Villa en las actividades físico-recreativas como parte del trabajo. Su importancia radica en que se muestra la historia de la localidad, se contribuyó a la mejoría de su calidad de vida y se contribuyó con los ingresos por concepto de "Desarrollo Local.

**Palabras clave:** caminata, turismo, físico-recreativa, tiempo libre

#### **Abstract**

*The research "Tourist-physical-recreational walk through San Juan de los Remedios de la Sabana del Cayo", was carried out in the city of Remedios, municipality of the same name, to solve the wandering of national and international visitors through the city. The proposal makes a mixture of physical recreation and tourism, where 818 meters are traveled. In the work, a trip through sixteen places in the Historic Center of the Villa is proposed, combining physical exercise with recreation, it*

*was developed from the diagnosis, allowing an assessment of the practical effects of the study on the subjects under investigation. The objective of the work is: To propose a "Tourist-Physical-Recreational Walk through the facilities of the Historic Center of the Villa of San Juan de los Remedios de la Sabana del Cayo. It was carried out with 25 subjects with disposition and possibilities to participate in the crossing, a pre-experimental study was carried out for a month. The following were used as methods of the theoretical level: analysis-synthesis, induction-deduction; and at the empirical level: observation and survey, documentary analysis and interview. Descriptive statistics techniques such as percentage analysis, tables and graphs were included. Visitors to the Villa were incorporated into physical-recreational activities as part of the work. Its importance lies in the fact that the history of the town is shown, it contributed to the improvement of its quality of life and it contributed to the income of "Local Development.*

**Keywords:** *walk, tourism, physical-recreational, free time*

---

## **Introducción**

La recreación es de trascendental importancia para el desarrollo humano, porque corresponde a la naturaleza misma del hombre, ser inteligente que necesita de la libertad y del cambio, llevar una vida satisfactoria que le permita recrearse continuamente y así poder responder mejor a las exigencias del trabajo y disfrutar mejor de la vida familiar y comunitaria en sociedad.

Para Dumazedier (1994) la recreación "es el espacio de un gran número de prácticas sociales cada vez más estereotipadas y variadas, cada vez más seductoras y ambiguas las que limitadas ejercen creciente influencia sobre el conjunto de la vida cotidiana", mientras que para Bolaños, M (1966), citado por Sosa, D (1999) la recreación es una experiencia o vivencia necesaria a la que el individuo tiende a preferir de manera libre y voluntaria en virtud de sensaciones de agrado y placer que le propicia la realización de actividades que no poseen connotación laboral ni económica, pues en efecto se realizan en el marco del tiempo libre y el ocio, cargadas de contenido lúdico.

Esta última definición resume a la recreación en términos de voluntariedad, libertad de tiempo, sin connotación laboral o económica, promotora de valores personales y sociales que tributan al desarrollo integral y al proceso educativo del individuo y de la sociedad, así como su contribución al mejoramiento de la calidad de la vida.

Para Pérez, A (2003) la recreación es un término al que se da muchos significados. En la escuela tradicional se le llamó recreo al lapso entre dos materias u horas de clase, en el que se permitía a los estudiantes jugar o descansar, reponiéndose del esfuerzo de concentración requerida por el estudio. Para muchos, la palabra tiene una connotación placentera, para otros es sinónimo de diversión, entretenimiento o descanso.

Otra definición es la aportada por Aguilar, L (2008) quien afirma que el término recreación viene del latín *recreatio* y desde la perspectiva histórica al definir la recreación ha sido considerada como una actividad que renueva al individuo del trabajo, esto tiene varias limitaciones, una es que los individuos no ven a la recreación como un elemento relacionado con el trabajo.

La recreación ha evolucionado y ha consolidado su espacio propio a través de los años, esto se ve reflejado por medio de las resoluciones internacionales, planes recreativos, leyes e iniciativas en diferentes países sobre todo de América Latina. Diferentes conceptos o terminologías tales como juego, ocio, tiempo libre y animación, turismo no pueden estar desligados de la recreación, pues se deben complementar entre sí para formar un todo que beneficie el desarrollo integral del ser humano.

En este sentido Ziperovich (2007) afirma que: "la recreación ha traspasado la línea de ser una simple actividad lúdica, para constituirse progresivamente en un campo de estudio y de las prácticas con identidad propia, convirtiéndose en un instrumento de desarrollo humano y de calidad de vida, con importantes posibilidades culturales, educativas y sociales" (p. 5).

Remedios es una de las fundaciones del siglo XVI realizadas en Cuba por los conquistadores españoles que permaneció posteriormente. Sí queda plenamente establecido, que Remedios es la octava villa o fundación del siglo XVI y por lo tanto se ubica entre los pueblos más antiguos de Cuba.

En la antigüedad, las iglesias y los monasterios tenían por costumbres albergar los viajeros y alimentarlos aceptando algunas donaciones a cambio. Esta situación fue aprovechada por comerciantes de la época para crear establecimientos especializados en la venta de comidas y bebidas. Remedios, caracterizado por su hospitalidad, brindaba en aquella mugrosa ermita, un plato llamado Maíz Pozol y una bebida nombrada el Ponche de la Parroquia.

La problemática es la gran cantidad de visitantes deambulando por la Villa de San Juan de los Remedios de la Sabana del Cayo, sin utilizar correctamente su tiempo libre, a modo de ver de este autor. El objetivo es: Proponer una "Caminata Turística-Física-Recreativa por las instalaciones del Centro Histórico de la Villa de San Juan de los Remedios de la Sabana del Cayo." La misma se realizará por dieciséis instalaciones y se recorrerán un total de 818 metros. El itinerario comenzará por el Parque de la Estatua de la Libertad y finalizará en la Casa del Ponche de La Parroquia (Trago típico de la Villa).

Se realiza esta investigación debido a que en la ciudad existe un gran deambular por parte de los visitantes, tanto nacionales como extranjeros, por el Centro Histórico de la Ciudad, haciéndose preocupante para los especialistas en recreación, dirigentes y pobladores del territorio resolver dicha problemática ya que en gran medida estas personas que deambulan se dedican a ingerir bebidas alcohólicas y no hacer uso adecuado del tiempo libre en actividades físicas, recreativas, turísticas; conocimiento de la historia de la localidad, entre otras.

La participación en dicha caminata, nunca sería impuesta pues de hecho perdería su carácter auto condicionado como uno de los requerimientos básicos de la actividad recreativa.

En el camino hacia este protagonismo es muy importante que, según Sosa (2000) "... el sujeto disminuya el interés por los motivos extrínsecos relacionados con el condicionamiento externo para que sean los motivos intrínsecos los que impulsen la actividad recreativa, consolidando así los motivos físico-recreativos". (p. 29). (La posibilidad de efectuar una elección consciente mediante la elaboración de un proyecto de desarrollo local, coloca a hombres y mujeres, entiéndase los investigadores: los miembros de la comunidad, las instituciones y organizaciones allí existentes, en mejores condiciones para organizar esos fines, por ello el surgimiento de tales proyectos resulta de la aplicación del principio de autodesarrollo local.

Las investigaciones sobre el empleo del tiempo libre de los grupos humanos no pueden reducirse al análisis de los datos rigurosamente cuantitativos que aporta el presupuesto de tiempo, se necesita además abordar las cuestiones cualitativas que lo caracterizan, es decir lo relacionado a los hábitos y necesidades que en este campo presentan las poblaciones objeto de estudio. Se requiere del resultado de la aplicación de encuestas, observaciones, entrevistas, tormentas de ideas, el propio análisis

documental, y otras vías de obtención de datos lo que constituyen investigaciones complementarias sobre los distintos aspectos del empleo del tiempo libre de la población comunitaria e institucional (Sosa Loy D. 2000.Tesis doctoral). "Sociología del tiempo libre y consumo de la población". (Zamora, Rolando y Maritza García, 1988). La Habana, Editorial Ciencias Sociales).

## **Materiales y métodos**

**Para la realización de este trabajo se han empleado los siguientes métodos**

**Del Nivel Teórico:** Analítico-Sintético, Inductivo-Deductivo e Histórico – Lógico.

**Del Nivel Empírico:** observación, encuesta, entrevista y la revisión documental.

**De la Estadística Descriptiva:** Distribución empírica de frecuencias, (Análisis porcentual), media aritmética, tablas y gráficos.

**El análisis documental:** para constatar las resoluciones oficiales que norman el trabajo de la Recreación del INDER, en sus diferentes niveles, el análisis de investigaciones (trabajos de diplomas, tesis de maestría y doctorados) realizadas en campo de la recreación en la UCCFD Facultad Villa Clara. Así como otros documentos relacionados con los procesos recreativos.

**La entrevista:** Se aplicó a los visitantes a la villa tanto nacionales como extranjeros, con el fin de diagnosticar el estado de las actividades físico-recreativas, perspectivas, oficialización del proyecto de trabajo y otros aspectos de interés.

**Encuesta:** Para determinar el nivel de intereses y satisfacción hacia las actividades físico-recreativas.

**Estudio de presupuesto-tiempo:** Para determinar el presupuesto de tiempo social y el presupuesto de Tiempo Libre, en los dos primeros niveles temporales, se aplica el registro de actividades para el estudio de tiempo a los visitantes a la villa tanto nacionales como extranjeros.

**Experimento de control mínimo:** Se utiliza el experimento de control mínimo y los datos susceptibles de medición son procesados estadísticamente mediante distribuciones empíricas de frecuencias.

Se parte de un enfoque cualitativo y la metodología empleada en el proceso de investigación contempla métodos y técnicas de investigación de naturaleza cuantitativas y cualitativas.

La Caminata Turística-Física-Recreativa que conforma la investigación es sometida a una valoración mediante su aplicación y los resultados obtenidos a través de la participación de los visitantes seleccionados en las actividades físicas-recreativas durante un período de quince días.

Después de aplicada la Caminata Turística-Física-Recreativa se constataron los resultados mediante observaciones de la participación por un período de quince días con cinco frecuencias semanales, para un total de 10 observaciones realizadas.

"Caminata turística-física-recreativa". Este recorrido se propone para dirigir la atención sobre los lugares más importantes del centro histórico de la villa de "San Juan de los Remedios y del Cayo". Estos lugares tienen que ver con; las iglesias "Buen Viaje" y la del "Santo Patrón San Juan Bautista", la "Estatua de la Libertad" tallada en piedra, la "Cava Soterrada" en el centro recreativo denominada "Cava Soterrada de Los Juanes", la "Cafetería el Louvre" la más antigua de Cuba, el "Driver Bar", con la decoración de la época y otros centros no menos importantes.

## **Resultados y discusión**

Como resultado de las observaciones realizadas se pudo comprobar que se divulgaron las Caminatas Turística-Física-Recreativas mediante un plegable confeccionado por los especialistas en recreación, la incorporación los visitantes a la villa fue de 25 para un 100 % de la muestra de la población objeto de estudio. Además, se logró insertar al guía turístico como figura principal de los grupos, eliminando las barreras de la comunicación idiomática y especialista en recreación para el desarrollo de las actividades físico-recreativas en la Villa de San Juan de los Remedios de la Sabana del Cayo. Se pudo disponer de las instalaciones existentes en el Centro Histórico para la realización de los recorridos.

Además en el Centro Cultural Las Leyendas, los sujetos objeto de estudio, pudieron degustar del plato y el trago tradicional de la Villa en el Siglo XVI; obteniendo de esta manera incrementos en los ingresos por el concepto de "Desarrollo Local".

### Comparación de las dos constataciones

- Al comparar los resultados obtenidos en el pretest y el postest se pudo constatar que antes de aplicada la propuesta realizaban actividades física-recreativas con ocho visitantes medianamente, para un 32 % y después de aplicada la propuesta de la caminata turística-física-recreativa, la media aritmética de participación fue de 25 para un 100 %, lo que representa un incremento significativo de los visitantes en las actividades físico-recreativas,
- Se logró la participación del guía turístico y el especialista en recreación apoyando las actividades recreativas,
- Se divulgaron las actividades a realizar mediante un plegable, la caminata es de gran aceptación y los participantes, consideran que están en correspondencia con el grupo,
- Además se contribuyó con la mejoría de la calidad de vida de los participantes en prevenir enfermedades coronarias, a controlar y tratar la hipertensión arterial, a prevenir la diabetes mellitus, a controlar la obesidad, a combatir la depresión y la ansiedad y a mejorar el descanso nocturno y el sueño. Así como de los conocimientos de la historia de la Villa de San Juan de los Remedios de la Sabana y del Cayo.
- Se contribuyó con los ingresos financieros por concepto de "Desarrollo Local".

La valoración efectuada de la Caminata Turística-Física-Recreativa en su proceso de elaboración y aplicación, mediante el pre experimento descrito, corrobora el planteamiento hipotético de la investigación.

### Comparación de las dos constataciones

Tabla 1. Tabla de comparación de las dos constataciones en cuanto a la participación de los visitantes en las actividades físico-recreativas antes de aplicada la propuesta de la caminata física-turística-recreativa y después de aplicada

Participación de los visitantes en las actividades físico-recreativas	Antes				Después			
	Total de observaciones	Participación			Total de actividades	Participación		
		Total	Media aritmética	%		Total	Media aritmética	%
Actividades físico-recreativas	10	80	8	32	10	250	25	100

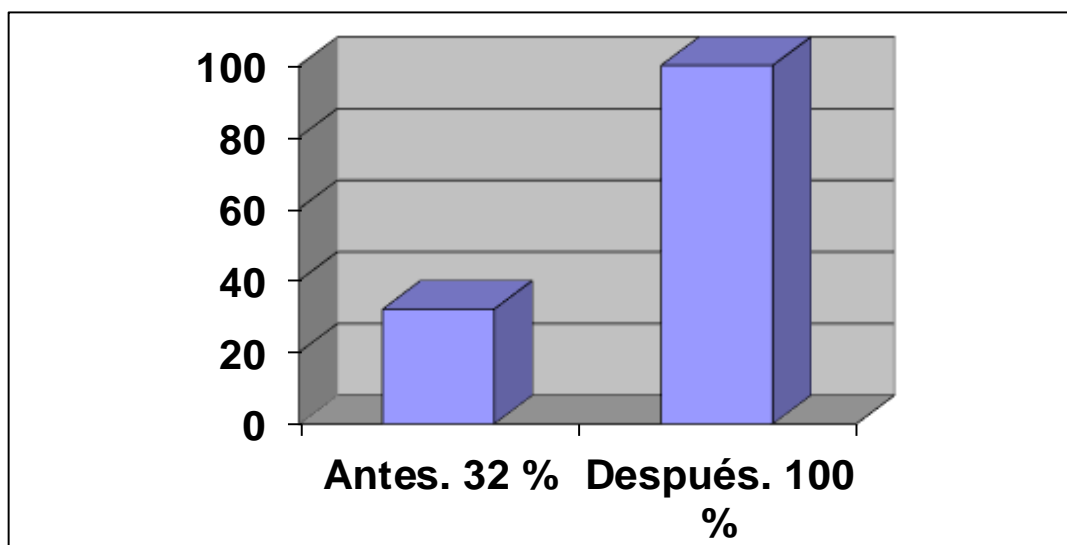


Figura 1. Gráfico del análisis de la participación de los visitantes a la villa medianamente a las actividades físico-recreativas

Análisis Económico por concepto del Desarrollo Local. (Estudio Realizado con 25 Clientes).



Tabla 2. Análisis de gastos

<b>Indicadores</b>	<b>u/m</b>	<b>Precio</b>	<b>Cantidad</b>	<b>Importe CUP</b>
Salario	Mes	\$250.00	6	\$1 500.00
9.09	Mes	22.72	6	136.32
<b>Subtotal</b>				<b>1 636.32</b>
Corriente	Kw	Varia	300	114.00
Amortización de Medios Básicos	Mes	7 648.91	1	7 648.91
Teléfono	Mes	15.00	1	15.00
Logística	Mes	5 354.63	1	5 354.63
Agua	Mes	Varia	1	100.00
Otros gastos	Mes		1	63.57
<b>Subtotal</b>				<b>13 296.11</b>
<b>TOTAL</b>				<b>\$14 932.43</b>

Tabla 3. Análisis de ingresos

<b>Indicadores</b>	<b>Importe CUP</b>	<b>Importe CUC</b>	<b>Importe Total</b>
Recreación. (Recorrido)		\$1 300.00	\$1 300.00
Recreación. (Estancia en el Local)		650.00	650.00
Por concepto del Maíz Pozol	32 500.00		32 500.00
Bebidas no alcohólicas		37.50	37.50
Bebidas alcohólicas		750.00	750.00
Por concepto del Ponche de la Parroquia		812.50	812.50
Cigarros		42.70	42.70
Otras ventas	2 000.00		2 000.00
<b>TOTAL.</b>	<b>\$34 500.00</b>	<b>\$3 593.70</b>	<b>\$38 093.70</b>

Tabla 4. Ganancias o pérdidas

<b>Ingresos totales mes</b>	\$38 093.70
<b>Gastos totales mes</b>	\$14 932.43
<b>Ganancia mes</b>	\$23 161.27
<b>Perdida mes</b>	

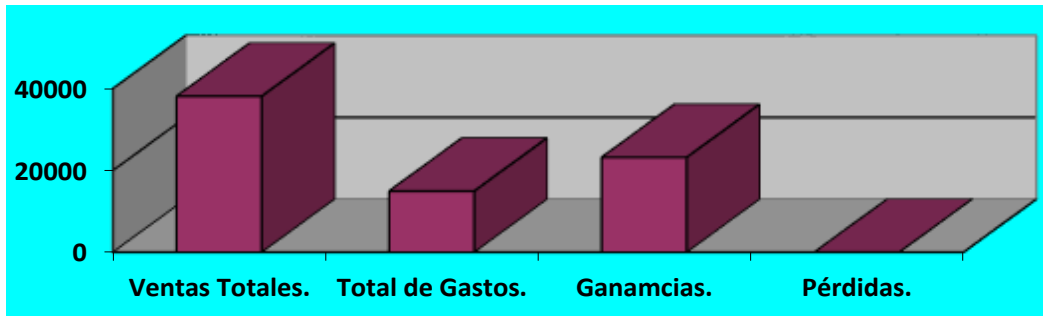


Figura 2. Ganancias o pérdidas

Tabla 5. Aportes desarrollo local

Ingresos cuc	Aportes desarrollo local		
	Unidad. 25 %	AMPP. 25 %	GEC. 50 %
\$3 593.70	898.425	898.425	1 796.85



Figura 3. Aportes desarrollo local

## Conclusiones

Con la confección y aplicación de este trabajo se llega a la conclusión de:

1. El diagnóstico de necesidades mostró el deambular de los visitantes nacionales e internacionales por la Villa de San Juan de los Remedios de la Sabana del Cayo, desperdiciando su tiempo libre.
2. La Caminata Turística Física-Recreativa elaborada responde a las condiciones y necesidades de la muestra objeto de estudio implicando activamente a los visitantes nacionales e internacionales en el periplo por las instalaciones del Centro Histórico de la Villa de San Juan de los Remedios de la Sabana del Cayo, insertándolos en actividades físicas-recreativas.
3. Con la aplicación de la caminata Turística-Física-Recreativa se incrementó la participación de visitantes nacionales e internacionales por las instalaciones del Centro Histórico de la Villa de San Juan de los Remedios de la Sabana del Cayo. Además se contribuyó a la mejoría de su calidad de vida, ganaron en conocimientos sobre la historia de la Villa contribuyendo con los ingresos por concepto de "Desarrollo Local".

## Referencias

- Aguilar, L. (2008). La recreación como perfil profesional. Disponible en: [http://www.redcreacion.org/relareti/documentos/perfiles\\_profesionales.html](http://www.redcreacion.org/relareti/documentos/perfiles_profesionales.html). consultado el 5 de enero del 2014.
- Aguilar Cortez, Lupe y Paz Morales, Elena "Introducción a la Programación de la Recreación" Universidad YMCA, México 2012.
- Colectivo de autores. Motivación, programación y participación de actividades físico-recreativas en jóvenes de la ciudad y el campo del municipio de Placetas. Tutor. Lic. Desiderio A. Sosa Loy. 1994.
- Dumazedier, J. (1994). La revolución cultural del tiempo libre. Sao Pablo Brasil. Edit. Livros Studio Novel Ltda.

- García Becerra, Ysabel. Estrategia para el desarrollo de la Extensión Universitaria en la Facultad de Cultura Física de Villa Clara. 2007 [tesis]. ISCF "Manuel Fajardo". Villa Clara.
- Gutiérrez Betancur JF, Agudelo Oquendo JJ, Heiger Mira J. Preferencias Deportivas y Recreativas de la Comunidad Estudiantil de la Universidad de Antioquia, Instituto Universitario de Educación Física, Universidad de Antioquia, Medellín, Colombia 2010.
- Pérez, A (2003). Fundamentos teóricos metodológicos de la recreación. Material didáctico del departamento de recreación. La Habana, ISCF "Manuel Fajardo.
- Sosa Cabrera, Gisleidy. Modelos de Recreación Física, su intervención en la comunidad y Facultad de Cultura Física de Villa Clara. 2007 [tesis de maestría]. ISCF "Manuel Fajardo". Villa Clara.
- Sosa Loy, Desiderio, A. Estudio del Tiempo Libre y la Recreación Física de los jóvenes estudiantes y trabajadores de la región central del país. Sancti Spíritus, Cienfuegos y Villa Clara. [Investigación terminada]. Instituto Superior de Cultura Física (ISCF): Facultad de Villa Clara; 1993.
- Sosa Loy, Desiderio, A. (Tesis Doctoral). Hacia Tránsito del Consumismo al Protagonismo como Concepción de la Recreación. ISCF "Manuel Fajardo". Villa Clara. 2000.
- Ziperovich (2007) Diferencia entre el Ocio, Tiempo Libre y Recreación. Lineamientos preliminares para el estudio de la recreación. En. [www.funlibre.org/documentacion.htm](http://www.funlibre.org/documentacion.htm) Consultado Octubre, 05 de 2016.