

# Informe del Encuentro Interdisciplinario Trabajo - Tiempo Libre - Ocio y Salud en el marco del Congreso Iberoamericano Salud Seguridad y Trabajo 2006.

El derecho al disfrute del tiempo libre y la recreación constituye uno de los grandes logros que favorece a la población trabajadora. En Venezuela, la nueva ley en materia de salud seguridad y trabajo: Ley Orgánica de Prevención, Condiciones y Medio Ambiente del Trabajo (LOPCYMAT), rescata la importancia de generar programas con la participación de los trabajadores y las trabajadoras para garantizar la recreación, utilización del tiempo libre, descanso y turismo social que permitan, no sólo contar con el tiempo para ejecutar estos programas, sino también con infraestructura y controles a fin de evidenciar el impacto a la salud que tienen dichos programas.

Sin embargo, aún no se cuenta con mecanismos efectivos que garanticen un descanso y aprovechamiento saludable del tiempo libre durante la jornada de trabajo. Aunque, se disfrute de período vacacional y días feriados al año, el trabajador o la trabajadora puede saturarse mentalmente con facilidad, lo que lleva a inferir que la solución no está en las tan ansiadas vacaciones, sino en el uso saludable de éstas y la administración del trabajo para un aprovechamiento sano del tiempo libre y las pausas laborales, entre otros mecanismos de descanso.

Al momento de diseñar programas efectivos de ocio y tiempo no sólo se involucra a trabajadores y trabajadoras, además ¿es suficiente sólo el diseño de programas para garantizar el disfrute del tiempo libre?. Evidentemente la respuesta es No, se requiere además comprender la importancia que tiene la recreación y el ocio como factor determinante de salud.

Preocupados por esta problemática se desarrolló en Maracay, un encuentro para la disertación y estudio sobre el tema. **Entre el 23 y 27 de octubre de 2006, se realizó el Encuentro Interdisciplinario Trabajo - Tiempo Libre - Ocio y salud, en el Marco del Congreso Iberoamericano Salud Seguridad y Trabajo.** En ese espacio participaron distintas personalidades involucradas en este tema. Los trabajadores, las trabajadoras y representantes de diversos sindicatos expresaron sus

opiniones, no sólo como beneficiarios y beneficiarias de estos programas, sino como proveedores de recreación; como es el caso de artistas invitados, e instituciones responsables: El Instituto para la Capacitación y Recreación de los Trabajadores (INCRET), El Ministerio del Poder Popular para el Turismo, el Instituto Autónomo de Turismo del Estado Aragua (IATUR), El Instituto Nacional de Prevención Salud y Seguridad Laboral (INPSASEL), la Universidad de Carabobo, a través de sus docentes e investigadores y la Universidad Federal de Paraíba (Brasil) representada en la persona de la Doctora en Sociología Maria Dilma Simoes Brasilerio, especialista en la materia, quien compartió su experiencia y estudios adelantados sobre la Calidad de Vida y Ocio, su relación con el Trabajo y la Salud.

Los logros de esta actividad se reflejaron en la capacitación de profesionales, tanto del sector público como privado, en la creación de estrategias y programas para el uso saludable del tiempo libre en centros de trabajo; así como el acercamiento entre trabajadores y trabajadoras y los entes gubernamentales responsables de garantizar estructuras físicas y legales que soporten el cumplimiento de lo contemplado en la LOCYMAT. La puesta al día en torno a los aspectos centrales de la discusión y reflexión acerca del arte como trabajo y el trabajo artístico como objeto de recreación, suscitó interesantes reflexiones que condujeron a los artistas, que participaron en el encuentro, a pensar sobre cómo impacta su propio trabajo la conformación de un determinado perfil de salud. La información a los trabajadores y las trabajadoras sobre diversas oportunidades y estrategias de aprovechamiento del tiempo libre, como factor fundamental en la conservación de la salud, repensando el trabajo, estimulan a continuar generando espacios para disertar prácticamente sobre el tema.

Les invitamos a investigar al respecto y a estar atentos a un nuevo llamado para compartir esas formas de disfrutar, sobretodo dentro de nuestros espacios laborales, de momentos de ocio saludables y de mecanismos que contribuyen a un mejor disfrute el tiempo libre.