



VOLUME 17

Qualitative Research in Education

Investigação Qualitativa em
Educação
*Investigación Cualitativa en
Educación*

DOI:

<https://doi.org/10.36367/ntqr.17.2023.e872>

Mari Cruz Sánchez-Gómez

Juan Luis Cabanillas-García

María Victoria Martín-Cilleros

Irene del Brío-Alonso

Sonia Verdugo-Castro

Oscar Lorenzo-Sánchez

Fecha de envío: 03/2023

Fecha de evaluación: 04/2023

Fecha de publicación: 09/2023

ANÁLISIS CUALITATIVO DEL OCIO DIGITAL DEL ALUMNADO DE LA UNIVERSIDAD DE SALAMANCA

RESÚMEN

Conocer a qué alternativas de ocio dedican su tiempo libre los estudiantes universitarios y si estas son saludables o no es una preocupación socioeducativa. Son los objetivos de cada persona y su personalidad los que condicionan qué tipo de ocio se consume. Entre los espacios de ocio se encuentra el ocio digital. En el contexto del Proyecto de Innovación Docente para el curso académico 2022/2023 de la Universidad de Salamanca "Ocio saludable para estudiantes de la población universitaria 2.0", se produce este estudio que tiene por objetivo averiguar qué entienden los jóvenes universitarios de la Universidad de Salamanca por ocio digital y qué opinión tienen sobre él. Además, la pregunta de investigación a responder es: ¿qué percepción tiene el alumnado de la Universidad de Salamanca del ocio digital? Para llevar a cabo la investigación y dar respuesta al objetivo y pregunta de investigación se ha empleado la metodología cualitativa. El diseño de investigación ha estado basado en el análisis de contenido, creando una tabla de categorías y una encuesta de respuesta abierta para la realización de la toma de datos. Esta encuesta se ha difundido entre el alumnado de la Universidad de Salamanca de diferentes titulaciones y mediante un muestreo no probabilístico y la técnica de bola de nieve se ha obtenido una muestra de 100 personas. El alumnado entiende el ocio digital como la realización de sus gustos y aficiones con el uso de recursos tecnológicos, destacando el fácil acceso a la información y la comunicación con personas lejanas como aspectos positivos y la adicción y su uso excesivo como negativos. Como limitación, destaca el sesgo en la selección de los participantes, que se corregirá en el futuro, ampliando la muestra y el desarrollo, analizando el tipo de ocio digital consumido.

Palabras Clave

Investigación cualitativa; Tiempo libre; Ocio digital; Análisis de contenido.

QUALITATIVE ANALYSIS OF THE DIGITAL LEISURE OF STUDENTS AT THE UNIVERSITY OF SALAMANCA

Abstract

Knowing what leisure alternatives university students devote their free time to and whether these are healthy or not is a socio-educational concern. It is the objectives of each person and their personality that determine the type of leisure time they consume. Among the leisure spaces is digital leisure. In the context of the Teaching Innovation Project for the academic year 2022/2023 of the University of Salamanca "Healthy leisure for students of the university population 2.0", this study aims to find out what young university students of the University of Salamanca understand by digital leisure and what opinion they have about it. Furthermore, the research question to be answered is: What perception do the students of the University of Salamanca have of digital leisure? In order to carry out the research and answer the research question and objective, qualitative methodology was used. The research design was based on content analysis, creating a table of categories and an open-ended survey for data collection. This survey was disseminated among the students of the University of Salamanca of different degrees and by means of non-probabilistic sampling and the snowball technique, a sample of 100 people was obtained. The students understand digital leisure as the realization of their tastes and hobbies with the use of technological resources, highlighting the easy access to information and communication with distant people as positive aspects and addiction and its excessive use as negative. As a limitation, the bias in the selection of the participants stands out, which will be corrected in the future by expanding the sample and the development, analyzing the type of digital leisure consumed.

Keywords

Qualitative research; Leisure time; Digital leisure; Content analysis.

1. Introducción

El ocio se puede definir como el aprovechamiento del tiempo libre a través de una actividad agradable y libremente elegida, mediante la cual se genera desarrollo personal satisfactorio y placentero para el individuo (Andrés-Villas et al., 2020). Así, el ocio es aquel tiempo libre que las personas dedican por propia iniciativa a acciones prácticas con el fin de divertirse, sentirse satisfecho, entretenido o descansar (Rodríguez Suárez y Agulló Tomás, 1999). Se considera que el ocio da sentido a la vida de las personas y mejora su bienestar general subjetivo, ofreciendo oportunidades para establecer relaciones, adquirir habilidades y conocimientos, y experimentar emociones positivas (Folta et al., 2022). Uno de los mayores beneficios es la relación existente entre la práctica de un ocio saludable y la mejora de la salud mental, así como la potenciación de la satisfacción vital (Sarrate Capdevila, 2008). En cuanto al tipo de entretenimiento consumido, depende de varios factores de las personas que lo consumen. En la investigación que se presenta a continuación, la población en la que se ha focalizado la atención es el alumnado universitario.

Este estudio se ha desarrollado en el contexto del Proyecto de Innovación Docente “Ocio saludable para estudiantes de la población universitaria 2.0” (ID2022/204), avalado por la Universidad de Salamanca (USAL) (España), para el curso académico 2022/2023. En el marco de dicho Proyecto, de forma alineada con los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS), se persigue fomentar una vida sana y el bienestar para el alumnado universitario, a través de actividades de ocio y tiempo libre saludables (Lorenzo-Sánchez et al., 2022b, 2022a). Además, también se persigue impulsar una educación inclusiva, equitativa y de calidad, así como favorecer oportunidades de aprendizaje de la población universitaria en relación con hábitos saludables. Para hacer esto posible se plantea, entre otros elementos, la introducción de las nuevas tendencias accesibles para el ocio saludable vinculadas al uso de las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC).

Es de interés analizar el tipo de ocio por el que optan los estudiantes universitarios, dado que las universidades son instituciones consideradas promotoras de salud y definidas como lugares que mejoran continuamente su capacidad de ser espacios saludables para vivir, estudiar y trabajar (López-Alonso et al., 2021). Además, López-Alonso et al. (2021) en el estudio que llevaron a cabo concluyeron que las personas que practican un ocio saludable o activo tienden a ser más conscientes de su salud y, por lo tanto, asumen un mayor compromiso con el proceso de aprendizaje. En este sentido, a partir de un estudio realizado por Agans et al. (2022) sobre prácticas ociosas saludables y no saludables entre estudiantes universitarios de Estados Unidos, se detectó que todo el alumnado participante pudo identificar y clasificar las opciones saludables y no saludables. De este modo, se visibilizó la necesidad de planificar intervenciones para la promoción de diferentes modos de participación en opciones de ocio saludables. Además, de acuerdo con Redondo et al. (2023) se hace necesario detectar las necesidades de ocio saludable en las personas, identificando aquellos recursos disponibles en el contexto próximo de los estudiantes e inventariar cada uno de ellos, de forma que puedan ser localizados, descritos y ubicados dentro de un mapa de activos en salud, que motive a los estudiantes a conocer y realizar cada una de estas actividades.

Continuando con un estudio de López-Cisneros et al. (2021) efectuado en la Universidad de Sonora (México), acerca del ocio no saludable consumido por alumnado universitario, los autores exploraban la relación entre los rasgos de personalidad y el consumo de alcohol. Uno de sus hallazgos fue que los estudiantes universitarios, en promedio, comienzan a beber a los 17 años. De acuerdo con los autores, esto se debe en gran parte a que los jóvenes a esta edad están en transición entre la adolescencia y la adultez. Es decir, se encuentran en una etapa vital definida por la búsqueda de independencia, donde desean sentirse los protagonistas de sus propias acciones, conductas, formas de pensar, de ser y de mostrarse al mundo.

Otros estudios que analizan el ocio digital del alumnado universitario, como el llevado a cabo por Gómez-García et al. (2017) señalan que el videojuego es uno de los principales elementos dentro de la cultura del entretenimiento, junto al cine, pudiendo llegar a ser utilizados en el contexto educativo. En el trabajo ejecutado por Belmonte (2019) se muestra cómo el estudiante universitario tiene un perfil principalmente hedonista y socialmente activo, siendo personas inquieras y adictas al trabajo, donde entre sus principales adicciones, destaca el hablar con gente por redes sociales y entretenerse con videojuegos, series o películas. A su vez, el INE (2017) destaca que el 98,1% de los hombres y el 97,9% de las mujeres de 16 a 24 años, llevan a la práctica una navegación intensiva en internet, para usar las redes sociales, los videojuegos y los teléfonos móviles. López-Alonso et al. (2021) concluye que los jóvenes emplean su tiempo libre para pasar tiempo en las redes sociales y en Internet, chateando o consumiendo contenidos digitales. Solo en España, más del 90% de los jóvenes de entre 16 y 35 años utilizan Internet a diario. Resulta llamativo, ya que además los estudiantes universitarios del último estudio aludido consideran que el uso de las redes sociales es en parte una opción de ocio saludable, puesto que favorece la comunicación de forma ágil. Como señala Ballester Esteve (2019), tanto las TIC como Internet son dos elementos altamente presentes en la vida de los jóvenes. Por todo ello, en este trabajo se fija la atención en la consideración de los jóvenes universitarios de la USAL, tienen sobre lo que es el ocio digital y su opinión de él.

Entre los apartados positivos del ocio digital más importantes, Peña et al. (2019) mencionan la facilidad y la inmediatez en la comunicación y en el acceso a la información. Como aspectos negativos, destacan la adicción hacia un uso excesivo de las redes sociales y de la tecnología, generando una dependencia a su utilización en los estudiantes, junto a consecuencias físicas, emocionales y sociales, puesto que hace que el individuo socialice virtualmente, pero se aíse de todo contacto personal, fomentándose una vida sedentaria.

Finalmente, el objetivo general del estudio es averiguar qué entienden los jóvenes universitarios de la USAL por ocio digital y qué opinión tienen sobre él. Los objetivos específicos del estudio son: (1) conocer su conceptualización del ocio digital (2) detectar qué aspectos positivos y negativos asocian al ocio digital. Por último, la pregunta de investigación del estudio es: ¿qué percepción tiene el alumnado de la USAL del ocio digital?

2. Método

2.1 Participantes

En el marco del Proyecto de Innovación Docente la encuesta "Ocio saludable para estudiantes de la población universitaria 2.0." se ha difundido entre el alumnado de los Grados de Biología, Biotecnología, Pedagogía, Educación Social, Maestro en Educación Infantil, Maestro en Educación Primaria, y los Másteres de Agrobiotecnología, Investigación en Discapacidad, Trastornos del Lenguaje y la Comunicación, Educación para la Sociedad Global y Profesorado de Educación Secundaria, de la USAL, durante el curso académico 2022/2023.

A partir de la difusión se han obtenido respuestas a la encuesta, mediante un muestreo no probabilístico por conveniencia y la técnica de bola de nieve. El alumnado al cual se le ha repartido la encuesta, mencionado anteriormente, a su vez la ha compartido entre su entorno y redes.

Finalmente, han participado en la investigación un total de 100 estudiantes, pertenecientes a la USAL.

La muestra está conformada por 69 mujeres (69%) y 31 hombres (31%). De entre 19 y 23 años hay 86 participantes (86%) y de entre 24 y 31 años hay 14 participantes (14%).

En cuanto a los estudios, 34 participantes pertenecen a estudios de Educación (34%), 29 participantes estudian titulaciones de Ciencias Sociales y Jurídicas (29%), 19 participantes cursan titulaciones de Humanidades (19%), 6 participantes cursan Ciencias de la Salud (6%), 6 participantes cursan Ciencias (6%) y 2 participantes cursan Ingeniería (2%).

2.2 Diseño y procedimiento de la investigación

Se ha empleado la metodología cualitativa para el desarrollo del estudio, así como para el proceso de análisis de los datos (Sánchez-Gómez, 2015; Sánchez-Gómez et al., 2018). Para ello se ha aplicado de forma online la encuesta, mediante Google Forms, y para los resultados obtenidos se ha utilizado el análisis de contenido (Delgado-Álvarez et al., 2012; García-Holgado et al., 2020, 2021; Verdugo-Castro et al., 2018, 2019, 2020). En primer lugar, tras la recogida de los datos, se ha leído el contenido y este ha sido seleccionado, para posteriormente, poder hacer la reducción de la información, identificando unidades de análisis. Tras hacer la disposición de los datos, estos se han reducido para establecer categorías de análisis. Finalmente, una vez identificadas las categorías y las unidades de análisis se ha llevado a cabo la codificación a partir de la cual se han podido obtener los resultados y conclusiones (Miles y Huberman, 1984). Todo el procedimiento ha seguido una secuencia deductiva (Cabanillas-García et al. 2019; Cabanillas-García et al. 2020a; 2020b; Cabanillas-García et al. 2021). En análisis de datos se ha realizado con el CAQDAS (Computer-assisted qualitative data analysis software) NVivo en su versión 12.

Se han utilizado tres categorías de análisis (C) que se describen a continuación:

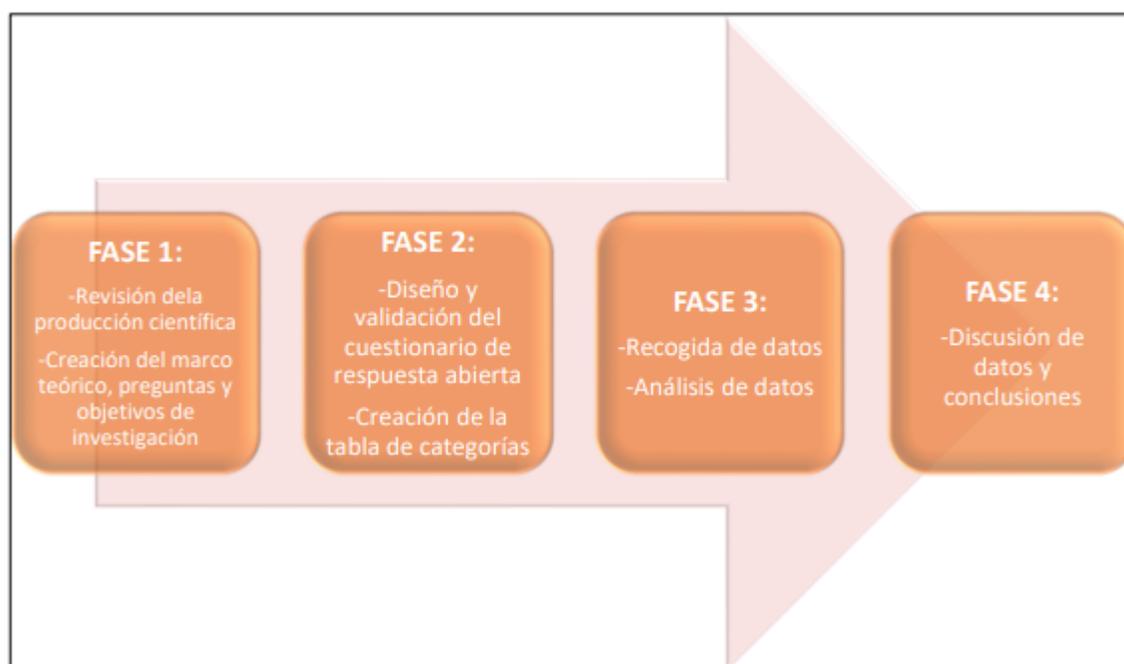


Figura 2. Procedimientos desarrollados en la investigación (elaboración propia).

3. Resultados

En este epígrafe, se describirán los resultados más destacados del análisis de contenido de cada una de las categorías de análisis. En referencia a la C1 (figura 3), se ha observado que para los estudiantes el aspecto más relevante de la conceptualización del ocio digital, es el realizar aficiones o sus gustos virtuales (110 referencias). Entre ellos, han destacado preferentemente las redes sociales (29 referencias) siendo un medio para publicar contenidos, comunicarse y conocer el estado de personas con las que comparte algún rasgo en común, como declara el participante 62: "el concepto del ocio digital, está vinculado al uso de las redes sociales como recurso para cotillear y curiosear", junto a los videojuegos (22 referencias) y las plataformas de streaming de series y películas (22 referencias), tal y como reflejan las menciones del participante 14: "el ocio digital está vinculado al tiempo que invertimos haciendo las cosas que nos gustan como los videojuegos" y la participante 47: "considero que hablar de ocio digital está vinculado con el tiempo que invertimos en ver series y películas en plataformas digitales como HBO o Netflix". Han destacado también otras aficiones, como el uso de Internet, la televisión y la lectura en formato digital.

Los estudiantes, vinculan también el concepto, con el ocio que está desarrollado con el uso de las TIC (26 referencias) invirtiendo su tiempo libre en el consumo de contenido digital, realizando diversas actividades frente a las pantallas o a los aparatos/dispositivos electrónicos.

Mencionan también que este tipo de ocio debe estar asociado a la diversión (11 referencias) ayudando a disfrutar de su ocio, en aquellos momentos en los que no tienen mucho tiempo libre disponible, como los periodos de exámenes, pudiendo disfrutar de un tipo de ocio sencillo e instantáneo y está también conectada la comunicación (5 referencias), permitiéndoles relacionarse y socializarse con amigos, familiares y compañeros a través de multitud de recursos digitales.

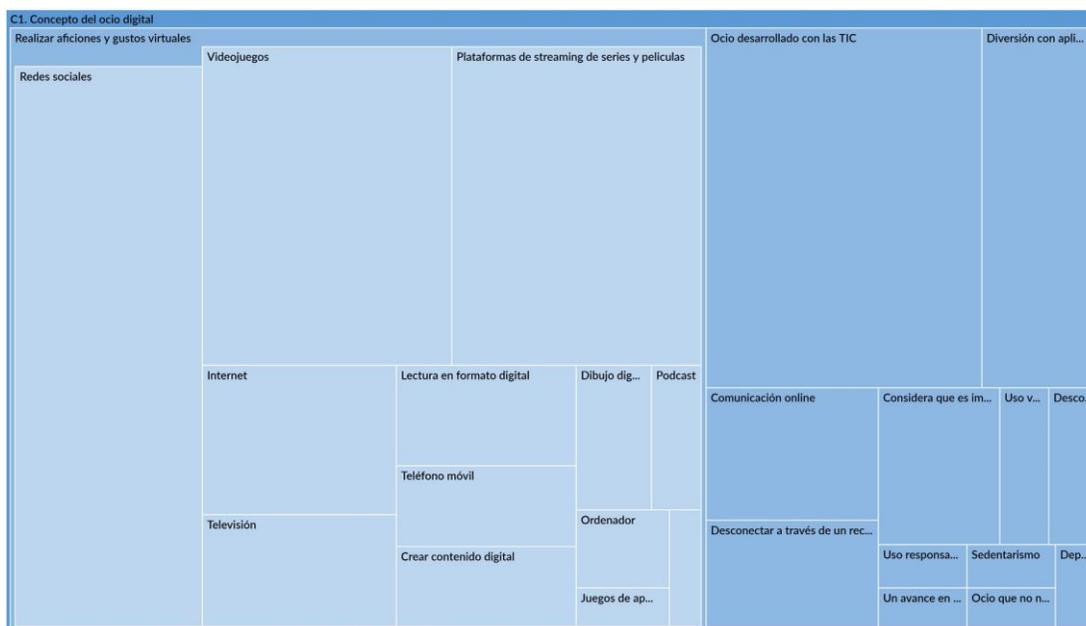


Figura 3. Mapa jerárquico de la C1 (elaboración propia).

Con respecto a la C2 (figura 4), que analiza los puntos positivos en el ocio digital observados por los estudiantes, ha sobresalido el fácil acceso a la información y el aprendizaje (26 referencias), que les permite obtener información sobre aquellas temáticas que son interesantes para ellos, aprendiendo de una forma interactiva y descubriendo cosas nuevas que les sería muy complicado aprender si solamente pudieran disponer de la información de los libros o enciclopedias, como indica la participante 13: “creo que lo más destacado es la facilidad de acceso a la información a través de Internet”. Los estudiantes, consideran también muy positivo el contacto con las personas alejadas (22 referencias), sobre todo aquellos estudiantes que realizan su actividad académica fuera de su domicilio habitual, pero además ven muy positivo que puedan conocer a gente nueva (17 referencias) que ayuda a las personas más introvertidas a relacionarse y crear comunidades interactivas. Además, destacan la inmediatez en el ocio digital (11 referencias) que les permite tener un ocio en cualquier lugar (7 referencias), en cualquier momento (3 referencias) e incluso sin moverse de casa (3 referencias) con una variedad muy amplia de actividades (9 referencias).



Figura 4. Mapa jerárquico de la C2 (elaboración propia).

Finalmente, analizando la C3 (figura 5, que evalúa los aspectos negativos del ocio digital, ha sobresalido con mayor relevancia la adicción que causa el ocio digital (27 referencias) vinculado a una gran diversidad de contenidos, como las casas de juegos, los casinos y los juegos de móviles “pay to win” donde a medida que se invierte una mayor cantidad de dinero, se obtienen más mejoras, como menciona el participante 87: “son muy absorbentes, hay personas que pueden tirarse días sin salir de sus habitaciones solo por jugar a videojuegos, o por estar enganchado a una serie” y está muy asociado al excesivo uso de la tecnología que se hace (13 referencias) ya que están completamente inmersas en su entorno académico y personal.

Otros aspectos negativos altamente mencionados, han sido el estilo de vida sedentario (10 referencias) que implica que los estudiantes pasen una gran cantidad de tiempo inmóviles sin hacer actividad física, la falta de interacción presencial humana (10 referencias), ya que la mayor parte se efectuará en la distancia, y la ciberdelincuencia (8 referencias) que puede ocasionar el robo de identidad, de dinero o de datos, sobre todo en personas que no son expertas en seguridad online (8 referencias).



Figura 5. Mapa jerárquico de la C3 (elaboración propia).

4. Discusión y conclusiones

Dando respuesta al objetivo de investigación: “averiguar qué entienden los jóvenes universitarios de la USAL por ocio digital y qué opinión tienen sobre él”, los resultados muestran que los estudiantes conceptualizan el ocio digital como el ocio que les permiten llevar a la práctica sus aficiones y sus gustos con el uso de las TIC y que implica diversión y disfrute. Entre las más mencionadas, han destacado las redes sociales, los videojuegos y las plataformas de series y películas en streaming, coincidiendo con los resultados de trabajos previos (Gómez-García et al., 2017; INE, 2017); Belmonte, 2019) en las preferencias de estudiantes universitarios. Además, estos resultados mantienen la línea de una conceptualización del ocio como lúdico y hedónico, mencionado en investigaciones anteriores (Lorenzo-Sánchez et al., 2022b, 2022a).

Los factores positivos y negativos en el ocio digital encontrados en estudiantes universitarios, mantienen la línea de trabajos previos, como el llevado a cabo por Peña et al. (2019), destacando como fortalezas el fácil acceso a la información y al aprendizaje, junto a la comunicación con personas distanciadas y la inmediatez en el ocio. Como puntos negativos, destacan la adicción, con un excesivo uso de la tecnología, un estilo de vida sedentario y la falta de interacción personal. No obstante, estos resultados son diferentes de publicaciones previas, más alejadas temporalmente, como la materializada por Conde (2011), donde los beneficios estaban vinculados a la integración, la adquisición de habilidades sociales y reconocimiento social, mientras que las desventajas, se asociaban a la marginación y al aislamiento social, la preocupación y el trastorno mental, pero coincidiendo en la adicción, asociada a la ludopatía.

En este trabajo, se ha establecido que las preferencias del ocio digital de los estudiantes universitarios están influenciadas por una variedad de factores, pero tienden a centrarse en la socialización, el entretenimiento y el aprendizaje. En el futuro, se abren nuevas líneas de investigación vinculadas al ocio digital, que se seguirán trabajando en los futuros proyectos, como su implicación en la salud mental de los estudiantes, su relación con el rendimiento académico, su implicación en la construcción de comunidades digitales y los amigos virtuales y las innovaciones tecnológicas en el ocio digital.

5. Agradecimientos

Esta investigación ha sido financiada por el Proyecto de Innovación Docente para el curso académico 2022/2023 de la Universidad de Salamanca "Ocio saludable para estudiantes de la población universitaria 2.0" (ID2022/204). Se agradece también al resto de compañeros del proyecto: M^a Inmaculada Sánchez Vicente, Álvaro Sánchez Corriero, Noelia Arteaga Ramos, Capilla Mata Pérez, Mónica Calvo Polanco, Pablo Albertos Arranz y Ángel Poveda Polo. También, este trabajo fue cofinanciado por la Unión Europea bajo el programa Erasmus+, proyecto GIRLS (ref. 2022-1-ES01-KA220-HED-000089166). Además, uno de los participantes es beneficiario de la Ayuda del Programa de Recualificación del Sistema Universitario Español Margarita Salas (MS-08).

6. Referencias

- Agans, J. P., Hanna, S., Weybright, E. H. y Son, J. S. (2022). College students' perceptions of healthy and unhealthy leisure: Associations with leisure behaviour. *Leisure Studies*, 41(6), 787–801. <https://doi.org/10.1080/02614367.2022.2055773>
- Andrés-Villas, M., Díaz-Milanés, D., Remesal-Cobrerros, R., Vélez-Toral, M. y Pérez-Moreno, P. J. (2020). Dimensions of Leisure and Perceived Health in Young University Students. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(23), Article 23. <https://doi.org/10.3390/ijerph17238750>
- Ballester Esteve, I. (2019). *Reseñas: Nuevas tecnologías aplicadas a la actividad física y el deporte*. Madrid: Thomson Reuters. Aranzadi. *Edeñana: estudios y propuestas socio-educativas*, 56, 211–213.
- Belmonte, A. M. (2019). Comunicación para el ocio: ocio tipos y redes sociales. En S. Liberal y L. Mañas (Eds.), *Las redes sociales como herramienta de comunicación persuasiva* (pp. 757-768). Mc Graw Hill.
- Cabanillas-García, J. L., Luengo, R. y Carvalho, J. L. (2019). Análisis de los objetos de aprendizaje y de la percepción docente del campus virtual de la Universidad de Extremadura. *International Journal of Information Systems and Software Engineering for Big Companies (IJISEBC)*, 6(2), 41-61. <http://uajournals.com/ojs/index.php/ijisebc/article/download/593/377>
- Cabanillas-García, J. L., Luengo, R. y Carvalho, J. L. (2021). Desarrollo del aprendizaje y contenidos nucleares en un Máster de investigación online. En S. Oliveira, F. Freitas, P. Castro, M. González y A. P. Costa (Eds.), *Investigación Cualitativa en Educación. Avances y Desafíos* (Vol. 7) (pp. 31-42). <https://doi.org/10.36367/ntqr.7.2021.31-42>
- Cabanillas-García, J. L., Veríssimo, S. M. y Luengo, R. L. (2020a). Contraste en la percepción sobre el uso de una plataforma virtual para la mejora de la enseñanza y aprendizaje de las matemáticas. *RISTI-Revista Ibérica de Sistemas e Tecnologías de Informação*, (38), 33-47. <http://dx.doi.org/10.17013/risti.38.33-47>

- Cabanillas-García, J. L., Veríssimo, S. y Luengo, R. (2020b). Diferencias entre alumnado y profesorado en la valoración del uso de una plataforma virtual para la enseñanza y aprendizaje de las matemáticas. En S. Oliveira, F. Freitas, P. Castro, M. González y A. P. Costa (Eds.), *Investigación Cualitativa en Educación. Avances y Desafíos* (pp. 378-389). <https://doi.org/10.36367/ntqr.2.2020.378-389>
- Fernández, L. C. (2011). Ocio Digital Activo. Beneficios y perjuicios a nivel social y psicológico. *Lecturas: Educación física y deportes*, 161. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4189899>
- Folta, S.C, Bandini, L.G., Must, A., Pelletier, J., Ryan, K. y Curtin, C. (2022). Exploring leisure time use and impact on well-being among transition-age autistic youth. *Research in Autism Spectrum Disorders* 96, 101996.
- Delgado-Álvarez, M. C., Sánchez Gómez, M. C. y Fernández-Dávila Jara, P. A. (2012). Gender Attributes and Stereotypes Associated with the Cycle of Violence Against Women. *Universitas Psychologica*, 11(3), 769–777.
- García-Holgado, A., Verdugo-Castro, S., Domínguez, Á., Itzel, H.-A., García-Peñalvo, F. J., Vázquez-Ingelmo, A. y Sánchez-Gómez, M. C. (2021). The experience of women students in engineering and mathematics careers: A focus group study. 2021 IEEE Global Engineering Education Conference (EDUCON), (21-23 April 2021, Vienna, Austria), 50–56.
- García-Holgado, A., Verdugo-Castro, S., Sánchez-Gómez, M. y García-Peñalvo, F. J. (2020). Facilitating access to the role models of women in STEM: W-STEM mobile app. In *Learning and Collaboration Technologies. Design, Experiences. 7th International Conference, LCT 2020, Held as Part of the 22nd HCI International Conference, HCII 2020* (pp. 466–476). Springer Nature. https://doi.org/10.1007/978-3-030-50513-4_35
- Gómez-García, S., de la Maza, A. J. P. y Chicharro-Merayo, M. (2017). ¿Los alumnos quieren aprender con videojuegos? Lo que opinan sus usuarios del potencial educativo de este medio. *Educación*, 53(1), 49-66. <https://raco.cat/index.php/Educacion/article/view/v53-n1-gomez-planells-chicharro>
- Instituto Nacional de Estadística, INE (2017). Población que usa Internet. <https://goo.gl/OzpXOr>
- López-Alonso, A., Presa, C. L., Sánchez-Valdeón, L., López-Aguado, M., Quiñones-Pérez, M. y Fernández-Martínez, E. (2021). La universidad como un entorno saludable: Un estudio transversal. *Enfermería Global*, 20(3), Article 3. <https://doi.org/10.6018/eglobal.441601>
- Lopez-Cisneros, M., Sifuentes-Castro, J. A., Guzmán-Facundo, F. R., Telumbre-Terrero, J. Y. y Noh-Moo, P. M. (2021). Rasgos de personalidad y consumo de alcohol en estudiantes universitarios. *SANUS*, 6, e194–e194. <https://doi.org/10.36789/sanus.vi1.194>
- Lorenzo-Sánchez, O., Sánchez-Gómez, M. C., Martín-Cilleros, M. V., Martín-Sevillano, R., Cabanillas-García, J. L. y Verdugo-Castro, S. (2022a). Percepción sobre el ocio y tiempo libre y como ha afectado a estudiantes universitarios. *Investigação Qualitativa Em Educação: Avanços e Desafios // Investigación Cualitativa En Educación: Avances y Desafíos*, 12, 1–12. <https://doi.org/10.36367/ntqr.12.2022.e625>
- Lorenzo-Sánchez, O., Sánchez-Gómez, M. C., Martín-Cilleros, M. V., Martín-Sevillano, R., Cabanillas-García, J. L. y Verdugo-Castro, S. (2022b). Perfiles y preferencia de ocio del alumnado de la Universidad de Salamanca. *Investigação Qualitativa Em Educação: Avanços e Desafios // Investigación Cualitativa En Educación: Avances y Desafíos*, 12, 1–12. <https://doi.org/10.36367/ntqr.12.2022.e659>
- Miles, M. y Huberman, A. M. (1984). *Qualitative data analysis. A source book of new methods*. SAGE.
- Peña, G. M., Ley, S. V., Castro, J. J., Madrid, P. P., Apodaca, F. J. y Aceves, E. C. (2019). Predominio de las TIC y adicción a las redes sociales en estudiantes universitarios del área de salud. *Revista de Investigación en Tecnologías de la Información: RITI*, 7(13), 83-91. <http://agora.edu.es/servlet/articulo?codigo=7107358>
- Redondo, P. Á., Arce, S., Prieto, L. Aguilera, J. A., Centeno, L. A., Lovenzana, R., Ramón Ibáñez, M.M., Sánchez-Gómez, M. C. y Martín-Cilleros, M. V., Sánchez, S., Jiménez, M. T. (2023). Activos para la salud y ocio juvenil en el municipio de San Andrés del Rabanedo (León). *Red de Promotores de Vida Saludable de Castilla y León. Consejería de Sanidad de la Junta de Castilla y León*.
- Rodríguez Suárez, J. y Agulló Tomás, E. (1999). Estilos de vida, cultura, ocio y tiempo libre de los estudiantes universitarios. *Psicothema*, 11(2), 247–259.

Sánchez-Gómez, M. C. (2015). Metodología de investigación en pedagogía social, avance cualitativo y modelos mixtos. *Pedagogía Social. Revista Interuniversitaria*, 25, 21–34.

Sánchez-Gómez, M. C., Martín-Cilleros, M. V., Costa, A. P. y García Peñalvo, F. J. (2018). Posicionamiento de la investigación en Ciencias Sociales. *RISTI - Revista Ibérica de Sistemas e Tecnologías de Informação*, 28, 102–113. <https://doi.org/10.17013/risti.28.102-113>

Sarrate Capdevila, M. L. (2008). Ocio y tiempo libre en los centros educativos. *Bordón. Revista de Pedagogía*, 60(4), Article 4.

Verdugo-Castro, S., García-Holgado, A. y Sánchez-Gómez, M. C. (2020). Interviews of Spanish women in STEM: a multimedia analysis about their experiences. In F. J. García-Peñalvo (Ed.), *Proceedings of the 8th International Conference on Technological Ecosystems for Enhancing Multiculturality (TEEM 2020)* (Salamanca, Spain, October 21-23, 2020). ACM.

Verdugo-Castro, S., Sánchez-Gómez, M. C. y García-Holgado, A. (2018). Gender gap in the STEM sector in pre and university studies of Europe associated with ethnic factors. In *Proceedings of the Sixth International Conference on Technological Ecosystems for Enhancing Multiculturality* (pp. 984–990). ACM. <https://doi.org/10.1145/3284179.3284348>

Verdugo-Castro, S., Sánchez-Gómez, M. C., García-Holgado, A. y Costa, A. P. (2019). Mixed methods and visual representation of data with CAQDAS: empirical study. In M. Á. Conde-González, F. J. Rodríguez Sedano, C. Fernández Llamas, & F. J. García-Peñalvo (Eds.), *Proceedings of the 7th International Conference on Technological Ecosystems for Enhancing Multiculturality (TEEM 2019)* (León, Spain, October 16-18, 2019) (pp. 511–517). ACM. <https://doi.org/10.1145/3362789.3362847>

María Cruz Sánchez-Gómez

Universidad de Salamanca, España

 <https://orcid.org/0000-0003-4726-7143>

✉ mcsago@usal.es

Juan Luis Cabanillas-García

Universidad de Salamanca y Universidad de Extremadura, España

 <https://orcid.org/0000-0001-8458-3546>

✉ jliscabanillas@usal.es

María Victoria Martín-Cilleros

Universidad de Salamanca, España

 <https://orcid.org/0000-0003-3599-5741>

✉ viquimc@usal.es

Irene del Brío-Alonso

Universidad de Salamanca, España

 <https://orcid.org/0000-0003-1991-8033>

✉ bioalonso.irene@usal.es

Sonia Verdugo-Castro

Universidad de Salamanca, España

 <https://orcid.org/0000-0002-9357-1747>

✉ soniavercas@usal.es

Oscar Lorenzo-Sánchez

Universidad de Salamanca, España

 <https://orcid.org/0000-0001-9523-0789>

✉ oslo@usal.es