



CARTA DE AUTORIZACIÓN

CÓDIGO

AP-BIB-FO-06

VERSIÓN

1

VIGENCIA

2014

PÁGINA

1 de 2

Neiva, 18 de octubre de 2019

Señores

CENTRO DE INFORMACIÓN Y DOCUMENTACIÓN

UNIVERSIDAD SURCOLOMBIANA

Ciudad

El (Los) suscrito(s):

César Andrés Díaz Polo, con C.C. No. 1'047.498.940

Autor(es) de la tesis y/o trabajo de grado o Trabajo de grado

titulado Concepto de actividad física, cuerpo, ocio y salud en la obra "Cien años de soledad" de Gabriel García Márquez.

presentado y aprobado en el año 2019 como requisito para optar al título de

Licenciado en Educación Física, Recreación y Deporte

Autorizo (amos) al CENTRO DE INFORMACIÓN Y DOCUMENTACIÓN de la Universidad Surcolombiana para que, con fines académicos, muestre al país y el exterior la producción intelectual de la Universidad Surcolombiana, a través de la visibilidad de su contenido de la siguiente manera:

- Los usuarios puedan consultar el contenido de este trabajo de grado en los sitios web que administra la Universidad, en bases de datos, repositorio digital, catálogos y en otros sitios web, redes y sistemas de información nacionales e internacionales "open access" y en las redes de información con las cuales tenga convenio la Institución.
- Permita la consulta, la reproducción y préstamo a los usuarios interesados en el contenido de este trabajo, para todos los usos que tengan finalidad académica, ya sea en formato Cd-Rom o digital desde internet, intranet, etc., y en general para cualquier formato conocido o por conocer, dentro de los términos establecidos en la Ley 23 de 1982, Ley 44 de 1993, Decisión Andina 351 de 1993, Decreto 460 de 1995 y demás normas generales sobre la materia.
- Continúo conservando los correspondientes derechos sin modificación o restricción alguna; puesto que, de acuerdo con la legislación colombiana aplicable, el presente es un acuerdo jurídico que en ningún caso conlleva la enajenación del derecho de autor y sus conexos.

De conformidad con lo establecido en el artículo 30 de la Ley 23 de 1982 y el artículo 11 de la Decisión Andina 351 de 1993, "Los derechos morales sobre el trabajo son propiedad de los autores", los cuales son irrenunciables, imprescriptibles, inembargables e inalienables.

Vigilada Mineducación



CARTA DE AUTORIZACIÓN

CÓDIGO

AP-BIB-FO-06

VERSIÓN

1

VIGENCIA

2014

PÁGINA

2 de 2

EL AUTOR/ESTUDIANTE: César Andrés Díaz Polo

Firma: César A. Díaz Polo



**TÍTULO COMPLETO DEL TRABAJO:** Concepto de actividad física, cuerpo, ocio y salud en la obra “Cien años de soledad” de Gabriel García Márquez.

**AUTOR O AUTORES:**

Primero y Segundo Apellido	Primero y Segundo Nombre
Díaz Polo	César Andrés

**DIRECTOR Y CODIRECTOR TESIS:**

Primero y Segundo Apellido	Primero y Segundo Nombre
Chamorro Burbano	Saulo Andrés

**ASESOR (ES):**

Primero y Segundo Apellido	Primero y Segundo Nombre
Chamorro Burbano	Saulo Andrés

**PARA OPTAR AL TÍTULO DE:** Licenciado en Educación Física, Recreación y Deporte

**FACULTAD:** Educación

**PROGRAMA O POSGRADO:** Licenciatura en Educación Física, Recreación y Deporte

**CIUDAD:** Neiva

**AÑO DE PRESENTACIÓN:** 2019

**NÚMERO DE PÁGINAS:** 66

**TIPO DE ILUSTRACIONES** (Marcar con una X):

Diagramas\_\_\_ Fotografías\_\_\_ Grabaciones en discos\_\_\_ Ilustraciones en general X Grabados\_\_\_  
Láminas\_\_\_ Litografías\_\_\_ Mapas\_\_\_ Música impresa\_\_\_ Planos\_\_\_ Retratos\_\_\_ Sin ilustraciones\_\_\_ Tablas  
o Cuadros X

**SOFTWARE** requerido y/o especializado para la lectura del documento: Ninguno



**MATERIAL ANEXO:** Trabajo de grado que tiene como nombre “Concepto de actividad física, cuerpo, ocio y salud en la obra “Cien años de soledad” de Gabriel García Márquez”.

**PREMIO O DISTINCIÓN** (*En caso de ser LAUREADAS o Meritoria*): Ninguno

**PALABRAS CLAVES EN ESPAÑOL E INGLÉS:**

<u>Español</u>	<u>Inglés</u>	<u>Español</u>	<u>Inglés</u>
1. Actividad física	Physical activity	6. Realismo mágico	Magical realism
2. Cuerpo	Body	7. Educación física	Physical education
3. Ocio	Leisure	8. Literatura	Literature
4. Salud	Health		
5. Deporte	Sport		

**RESUMEN DEL CONTENIDO:** (Máximo 250 palabras)

Se toma la iniciativa de investigar la obra Cien años de soledad desde una perspectiva diferente a la que ya se ha hecho desde su publicación. Luego de consultar acerca de esta obra, se logró observar que no existe una investigación sobre los conceptos de actividad física, cuerpo, salud y ocio en la obra cumbre de Gabriel García Márquez; lo anterior, con la intencionalidad de acercarla al sector de la educación física y el deporte. El objetivo del trabajo es identificar los conceptos de actividad física, cuerpo y ocio en la obra “Cien Años de Soledad” de Gabriel García Márquez. En cuanto a la metodología empleada, la cual es de tipo descriptiva con un enfoque mixto - cualitativo, se procedió de modo secuencial en ocho (8) fases, aplicándose un diseño que permitiera la selección y distribución de apartados según categorías y subcategorías, realizando un análisis del contenido extraído de la obra. Referente a los resultados, se extrajeron 201 apartados citados textualmente de la obra, los cuales hacen referencia y muestran la forma en que se manifiestan las categorías y subcategorías seleccionadas. El trabajo concluye con una serie de reflexiones que permiten observar la relación entre los conceptos, la obra y la cultura del caribe colombiano.



**ABSTRACT:** (Máximo 250 palabras)

The initiative is taken to investigate the work One hundred years of loneliness from a different perspective than what has already been done since its publication. After consulting about this work, it was observed that there is no research on the concepts of physical activity, body, health and leisure in the top work of Gabriel García Márquez; the foregoing, with the intention of bringing it closer to the physical education and sports sector. The objective of the work is to identify the concepts of physical activity, body and leisure in the work “One hundred years of loneliness” by Gabriel García Márquez. Regarding the methodology used, which is of a descriptive type with a mixed-qualitative approach, we proceeded sequentially in eight (8) phases, applying a design that allowed the selection and distribution of sections according to categories and subcategories, making an analysis of the content extracted from the work. Regarding the results, 201 textually quoted sections of the work were extracted, which make reference and show the way in which the selected categories and subcategories are manifested. The work concludes with a series of reflections that allow us to observe the relationship between the concepts, the work and the culture of the Colombian Caribbean.

**APROBACION DE LA TESIS**

**Nombre Presidente Jurado:** Hipólito Camacho Coy

Firma: 

**Nombre Jurado:** César Augusto Quiñonez

Firma: 

Concepto de actividad física, cuerpo, ocio y salud en la obra “Cien años de soledad” de Gabriel  
García Márquez

**Autor**

César Andrés Díaz Polo

**Presentado a**

Mg. Saulo Andrés Chamorro Burbano

Universidad Surcolombiana

Facultad de Educación

Licenciatura en Educación Física, Recreación y Deporte

Neiva, 2019

Concepto de actividad física, cuerpo, ocio y salud en la obra “Cien años de soledad” de  
Gabriel García Márquez

**Autor**

César Andrés Díaz Polo

**Presentado a**

Mg. Saulo Andrés Chamorro Burbano

Trabajo presentado para optar al título de Licenciado en Educación Física, Recreación y  
Deporte

Universidad Surcolombiana

Facultad de Educación

Licenciatura en Educación Física, Recreación y Deporte

Neiva, 2019

## TABLA DE CONTENIDO

1.	PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA .....	7
1.1.	Pregunta problema .....	7
2.	OBJETIVOS.....	8
2.1.	Objetivo General.....	8
2.2.	Objetivos específicos .....	8
3.	JUSTIFICACIÓN.....	9
4.	ANTECEDENTES.....	11
4.1.	Antecedentes Nacionales .....	11
4.2.	Antecedentes Internacionales.....	11
5.	MARCO TEÓRICO.....	15
5.1.	Actividad Física .....	15
5.1.1.	Deporte.....	16
5.2.	Cuerpo.....	17
5.2.1.	Imagen corporal .....	19
5.3.	Ocio.....	20
5.4.	Salud .....	22
5.5.	Realismo mágico.....	24
5.6.	Oralidad.....	25
5.7.	Género Narrativo .....	26
6.	DISEÑO METODOLÓGICO .....	29
6.1.	Población y muestra.....	29
6.2.	Fases.....	29
6.3.	Operacionalización de las variables.....	30

7.	RESULTADOS.....	31
7.1.	Conceptos de Actividad física .....	34
7.2.	Conceptos de Cuerpo .....	38
7.3.	Conceptos de Ocio .....	45
7.4.	Conceptos de Salud.....	49
8.	ANÁLISIS.....	54
9.	CONCLUSIONES .....	61
10.	BIBLIOGRAFÍA.....	63

## Lista de tablas

Tabla 1. Relaciones entre los conceptos .....	28
Tabla 2. Operacionalización de las variables.....	30
Tabla 3. Cantidad de apartados seleccionados.....	31
Tabla 4. Conceptos de actividad física .....	34
Tabla 5. Conceptos de cuerpo.....	38
Tabla 6. Conceptos de Ocio .....	45
Tabla 7. Conceptos de salud .....	49

## **Lista de gráficas**

Gráfica 1. Cantidad de apartados según categorías .....32

Gráfica 2. Cantidad de apartados según subcategorías .....33

## **1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA**

Se han investigado y estudiado de diferentes maneras las obras de escritores colombianos, permitiendo mostrar al público la importancia de los mismos y la forma en que desarrollan sus obras, sin dejar a un lado el contexto y la realidad de su época. Pero, si nos enfocamos en la importancia de estas obras para los diferentes conceptos en áreas de formación universitaria tales como los que son objeto de estudio para este trabajo de grado (actividad física, cuerpo, ocio y salud), se puede ver que no existe ningún antecedente regional y nacional que permita conocer sobre estas categorías de análisis. Por consiguiente, el presente estudio pretende mostrar los conceptos de actividad física, cuerpo, ocio y salud en la obra “Cien años de soledad” del nobel colombiano Gabriel García Márquez, permitiendo conocer la forma de manifestación de dichos conceptos en la obra seleccionada.

Haciendo referencia al autor, se hace importante analizarlo dada su trascendencia en la literatura colombiana como en la universal. La obra mencionada anteriormente marca la influencia en la literatura de autores posteriores, expresando cierta particularidad en la narración y evidenciando la identidad latinoamericana, en la cual hace notable la oralidad de los pueblos. El autor expresa toda esta cultura plasmada en su obra a través del “realismo mágico”.

### **1.1.Pregunta problema**

¿Cuál es el concepto de actividad física, cuerpo, ocio y salud en el contexto de la obra “Cien Años de Soledad” de Gabriel García Márquez?

## **2. OBJETIVOS**

### **2.1. Objetivo General**

Identificar los conceptos de actividad física, cuerpo, ocio y salud la obra “Cien Años de Soledad” de Gabriel García Márquez.

### **2.2. Objetivos específicos**

- Presentar los conceptos de actividad física, cuerpo, ocio y salud observados en la obra seleccionada para el desarrollo del proyecto.
- Mostrar la relación de los conceptos en el desarrollo de la obra y su influencia en la misma.
- Realizar un análisis acerca de los resultados obtenidos, según las categorías y subcategorías de dichos conceptos en la obra.

### 3. JUSTIFICACIÓN

El Decreto 106 referente a la educación y ciencia en Andalucía, España (1992) menciona que “la sociedad actual demanda la necesidad de incorporar a la cultura y a la educación aquellos conocimientos, destrezas y capacidades, que se relacionan con el cuerpo y la actividad motriz, contribuyendo de forma armónica al desarrollo personal y a una mejora de la calidad de vida”. Este decreto también menciona la importancia de que todos los estudiantes adquieran hábitos saludables, con la finalidad de que posibiliten sentirse satisfechos con su propia identidad corporal, que será vehículo de expresión y comunicación consigo mismo y con los demás. Esto último permitirá el disfrute del ocio y del tiempo libre, generando así una mejoría en su calidad de vida.

Por lo anterior, la investigación respecto a los conceptos de actividad física, cuerpo, ocio y salud en la obra de Gabriel García Márquez es un objeto de estudio para analizarlo, si se observa como referencia para las áreas de formación de pregrado, teniendo en cuenta la importancia en la utilidad académica de dichas áreas y desde la viabilidad del estudio.

Este estudio es de gran utilidad académica porque en el ámbito nacional solo existe uno referente a la obra, el cual es el artículo realizado por Suárez Pinzón (2009), quien hace un análisis donde se exponen las coincidencias entre el personaje de la obra Aureliano Buendía y el expresidente colombiano Rafael Uribe Uribe; por lo contrario, en el tema seleccionado no se encuentra ningún tipo de antecedente a nivel nacional y regional. A nivel internacional, se halla la investigación realizada por Daniel Pablo Ramacciotti (2010), quien estudió Concepto de Cuerpo, actividad física y salud en obras selectas de José María Cagigal (1957-1981); Macías y Piedra (2011) realizaron un análisis de la obra del mismo autor en relación con el concepto de mujer y su inclusión en el deporte.; Pérez (2017) escribió sobre el realismo mágico como invención de una identidad latinoamericana y análisis de Cien años de soledad; Cortés & Valesini (2006) analizaron el tratamiento del tiempo en la novela de Gabriel García Márquez “Cien años de soledad”, desde el olvido, la memoria y la muerte. De acuerdo con estos datos, no hay estudio que permita informarse acerca del eje principal del presente proyecto.

Dichos antecedentes son pertinentes para el desarrollo del trabajo, ya que de estos se extraen aspectos para la metodología planteada y los conceptos seleccionados. De otro lado, son importantes para observar la relevancia del autor y la obra en el aspecto investigativo y acerca del movimiento literario al que pertenece la historia.

Respecto a la viabilidad de la investigación, se establece que se puede llevar a cabo, ya que se cuenta con el acceso a la obra de Gabriel García Márquez y con la asesoría de profesionales de Lengua Castellana y Educación Física. Además, resulta novedoso, porque respecto a la obra de Gabriel García Márquez no se conoce ninguna interpretación con los conceptos de ACTIVIDAD FÍSICA, CUERPO, OCIO Y SALUD. Así mismo, el análisis permite tener nuevas visiones acerca de las obras de este autor, quien ha tenido una influencia notable en autores contemporáneos a esta obra.

## **4. ANTECEDENTES**

### **4.1. Antecedentes Nacionales**

#### **RAFAEL URIBE URIBE Y AURELIANO BUENDÍA EN CIEN AÑOS DE SOLEDAD**

Autora: Ivonne Suárez Pinzón

En este artículo realizado por Pinzón (2009), se exponen las coincidencias entre el personaje de la obra cumbre de Gabriel García Márquez y el presidente colombiano Rafael Uribe Uribe. Para ello, se estudian tanto la figura literaria como la histórica y se analizan sus puntos en común y divergencias (pág. 65).

A manera de conclusión, se puede decir que Rafael Uribe Uribe, General, lo es tan sólo como exigencia histórica de emplear un medio más de lucha, un camino forzado y azaroso de lograr el desarrollo de su ideario, en medio de regímenes políticos hegemónicos que no permitían el desenvolvimiento de nuevas propuestas de formación nacional. Por ello, si bien Uribe comanda los ejércitos liberales, lo hace por lealtad a sus principios, pero no porque lo apasione la milicia, pues su verdadera vocación está en el campo de las ideas, en la discusión y en la crítica. Él es, básicamente, humanista y pensador, hombre de acción y reflexión. Sus actividades como estadista, político, ideólogo, internacionalista, periodista, educador, académico, jurista, empresario y hombre de ciencia y cultura, expresan la constante de su existencia y la razón de ser para que, a pesar del tiempo, muchas de sus ideas permanezcan vigentes como proyectos para la organización social de una futura Colombia, que no esté condenada a cien años de soledad (pág. 75).

### **4.2. Antecedentes Internacionales**

#### **CONCEPTO DE CUERPO, ACTIVIDAD FÍSICA Y SALUD EN OBRAS SELECTAS DE JOSÉ MARÍA CAGIGAL (1957-1981)**

Autor: Daniel Pablo Ramacciotti

La pretensión y principal contribución de ese artículo realizada por Ramacciotti (2010) fue identificar en Obras Selectas de José María Cagigal (OS) aquellos aportes formativos explícitos acerca de las tres (3) categorías mencionadas (cuerpo, actividad física y salud) (pág. 1).

En cuanto a la metodología, luego de ordenar los libros cronológicamente, se procedió de modo secuencial en cinco (5) fases: Primera fase, se hizo la selección de apartados que hacen referencia a las categorías “cuerpo”, “actividad física” y “salud” en los 8 libros de OS; segunda fase, se realizó un análisis de contenido de los párrafos continentales de categorías clave; en la tercera fase, se hizo la selección y clasificación de las ideas principales comunicadas para cada una de las categorías clave; como cuarta fase se organizó el segundo nivel de subcategorización emergente a partir de cada una de las tres (3) categorías; y por último, se hizo la síntesis interpretativa de las ideas clave del autor para cada categoría (pág. 2).

Referente a los resultados, de la selección del primer nivel de análisis resultaron dieciocho (18) apartados en los cuales se pudieron identificar las categorías a priori del trabajo: Cuerpo, ocho (8) apartados; Actividad Física, ocho (8) apartados; Salud, dos (2) apartados (pág. 2).

En forma de conclusión, se extrajeron de Obras Selectas de José María Cagigal (OS), aportes formativos explícitos acerca de las categorías cuerpo, actividad física y salud, por medio de una metodología que integró la técnica de análisis de contenido con un sistema categorial bifásico especialmente diseñado para este estudio, donde se emplearon tres (3) macrocategorías y una posterior categorización emergente (CE). En definitiva, de los ocho (8) libros contenidos en OS, se extrajo un listado tipo catálogo donde se identifican al menos 59 aportes representativos del pensamiento cagigaliano (pág. 6).

## ANÁLISIS DE LA OBRA DE JOSÉ MARÍA CAGIGAL EN RELACIÓN CON EL CONCEPTO DE MUJER Y SU INCLUSIÓN EN EL DEPORTE

Autores: Gonzalo Ramírez Macias y Joaquín Piedra

El objetivo de este estudio realizado por Macias & Piedra (2011), fue analizar la obra y el pensamiento de José María Cagigal, como principal referente de la educación física y el deporte en España, en relación con el concepto de mujer y su papel dentro del deporte. Para ello, se utilizaron como fuentes de la investigación la colección “José María Cagigal: Obras Selectas” (que incluye sus ocho libros más relevantes y un breve capítulo titulado “La cultura física”) y el único artículo hallado de Cagigal (no perteneciente a la prensa escrita) sobre la temática, publicado en la revista Análisis e Investigaciones Culturales (pág. 68).

En cuanto a los resultados y conclusiones, se determinó que el deporte, desde sus inicios, ha sido un campo vedado para la mujer y no fue hasta mediados del siglo XX que ha ido abriéndose paso, de forma lenta y progresiva, dentro del mismo. José María Cagigal evolucionó desde posiciones claramente influenciadas por estereotipos machistas, hacia posiciones de respeto al sexo femenino. Finalmente, hoy día se demanda socialmente el derecho a la diferencia, la mujer no quiere compararse con el hombre, ni practicar los mismos deportes, más bien, busca el respeto a sus propias prácticas emanadas de su propio modelo deportivo. Esta idea ya germinaba en las últimas obras de Cagigal, donde defendía la igualdad de hombres y mujeres en cuanto a que los dos son seres humanos independientemente de su sexo, considerando las diferencias entre hombres y mujeres como aspectos enriquecedores para ambos sexos (pág. 72).

## AMÉRICA LATINA: EN BUSCA DE LA IDENTIDAD PERDIDA

Autor: Fernando Alonso Pérez-Chao

El objetivo de este trabajo de fin de grado realizado por Pérez (2017) reside en explorar el movimiento literario denominado realismo mágico, así como su significado, su origen y sus características. Al mismo tiempo, se pretende indagar en el significado del mismo como un intento de inventar una identidad de la que América Latina carece. Además, se pretende estudiar qué elementos del realismo mágico y de la invención de una identidad presenta la obra Cien años de soledad (1967) de Gabriel García Márquez (pág. 4).

Como resultados de la identidad americana en dicha obra, se encontró lo siguiente:

- Un primer elemento sobre la identidad latinoamericana que se ha explorado en el marco teórico y que se deduce de Cien años de soledad nace al principio de la historia: la percepción de Macondo como un lugar aislado del mundo exterior, habitado por una veintena de casas y donde reina la paz y la armonía. Macondo como un lugar insólito y pacífico donde el transcurre la rutina sin ningún tipo de altercado. Este estado de paz y tranquilidad, al que se apela con añoranza cuando el conflicto llega a Macondo, evoca, de algún modo, la época previa a la colonización española: se ha analizado en el marco teórico una teoría sobre la identidad latinoamericana cuya principal tesis defendía la necesidad de volver al periodo precolombino (pág. 31).

- La narración del sentimiento de rechazo hacia el colonialismo económico que ha sufrido la región. A través del realismo mágico, el autor puede permitirse retar o cuestionarse la autenticidad de la realidad objetiva y, al mismo tiempo, expresar el sentimiento de protesta hacia el inagotable proceso de colonización que ha sufrido la región (Ahmad & Afsar, 2014) (pág. 31).
- La plaga de insomnio y olvido que sufre Macondo podría interpretarse como una proyección del sentimiento que el autor siente hacia la tendencia a olvidar la historia. La técnica de narrar a través del realismo mágico permite reestructurar los acontecimientos históricos de la región: la colonización española, la dictadura, la violencia y la colonización económica (pág. 32).

## CIENT AÑOS DE SOLEDAD: UNA APROXIMACIÓN AL ESTUDIO DEL TIEMPO

Autoras: Karina Alejandra Cortés & María Silvina Valesini

Este trabajo, desarrollado por Cortés & Valesini (2006) analiza el tratamiento del tiempo en la novela de Gabriel García Márquez “Cien años de soledad. Se considera que, dentro de las múltiples miradas que la obra posibilita, la del tiempo es una de las más pregnantes. En esta obra es recurrente y deriva en conceptos relacionados tales como la memoria, el olvido y la muerte (pág. 107).

Una de las conclusiones es que la novela está impregnada de una atmosfera de reclusión y de circularidad que se genera de diversas formas, que incluyen el estado del tiempo, la repetición de los nombres y eventos y los procesos de deterioro físico y social. Lo temporal aparece en calendarios y cronologías, pero también en el árbol de la descendencia, la genealogía (pág. 111).

## 5. MARCO TEÓRICO

### 5.1. Actividad Física

Castillo & Linares (2002), citados por Vidarte (2011), afirman que la actividad física es un concepto que abarca cualquier movimiento corporal realizado por músculos esqueléticos que provocan un gasto de energía, la cual se encuentra presente en todo lo que una persona hace durante las 24 horas del día, salvo dormir o reposar; por lo tanto, se pueden distinguir las modalidades de actividades necesarias para el mantenimiento de la vida y actividades cuyo objetivo es divertirse, relacionarse, mejorar la salud o la forma física, y hasta competir (pág. 205).

Dicho en otras palabras, Cintra & Balboa (2011) mencionan que “la actividad física es todo tipo de movimiento corporal que realiza el ser humano durante un determinado periodo de tiempo, ya sea en su trabajo o actividad laboral y en sus momentos de ocio, que aumenta el consumo de energía considerablemente y el metabolismo de reposo, es decir, la actividad física consume calorías”(párrafo 22). De otro lado, como afirman Rosa & González Boto (2013), “diversos estudios han puesto de manifiesto que la práctica regular de actividad física produce un aumento de la autoconfianza, sensación de bienestar y mejora del funcionamiento cognitivo” (pág. 71).

De esta forma, Azevedo & cols., citados por Vidarte (2011), dicen que “la actividad física tiene varias vertientes según la finalidad laboral o doméstica, de práctica de tiempo libre, como de carácter lúdico recreativo, desde el ámbito educativo; ninguna de las anteriores es excluyente de la formación de las personas” (pág. 205).

Según Bañuelos (1996), citado por Timón & Hormigo (2010), desde una perspectiva más general pueden distinguirse, sin embargo, dos aspectos fundamentales en la actividad física. El primero es el cuantitativo, que se encuentra en relación directa al consumo y movilización de la energía necesaria para realizar la actividad física, es decir, a la actividad metabólica, directamente vinculado con el mencionado concepto de actividad física. El segundo aspecto es el cualitativo, vinculado estrechamente al tipo de la actividad que se ha de realizar y en el que el propósito y el contexto social en los que se desarrolla constituyen los componentes más determinantes (pág. 10)

Así mismo, Devis (2000), citado por Lopez-Miñarro (2015), dice que las actividades físicas forman parte del acervo cultural de la humanidad, desde las más cotidianas, como andar, a otras menos habituales, como el fútbol o cualquier otro deporte. Así mismo, tampoco podemos olvidar

que las actividades físicas son prácticas sociales puesto que las realizan las personas en interacción entre ellas, otros grupos sociales y el entorno (pág. 2).

### 5.1.1. Deporte

Castejón (2001) menciona que el deporte es una actividad física donde la persona elabora y manifiesta un conjunto de movimientos o un control voluntario de los movimientos, aprovechando sus características individuales y/o en cooperación con otro/s, de manera que pueda competir consigo mismo, con el medio o contra otro/s tratando de superar sus propios límites, asumiendo que existen unas normas que deben respetarse en todo momento y que también, en determinadas circunstancias, puede valerse de algún tipo de material para practicarlo (pág. 17).

En cuanto al deporte como práctica y espectáculo, Cagigal (1985) lo define como aquella competición organizada que va desde el gran espectáculo hasta la competición de nivel modesto; también es cada tipo de actividad física realizada con el deseo de compararse, de superar a otros o a sí mismos, o realizada en general con aspectos de expresión, lúdicos, gratificadores, a pesar del esfuerzo (pág. 5).

Basado en otros autores, Hernández Moreno (1994, pág. 16) considera para el deporte los siguientes rasgos propios de este concepto:

<b>DEPORTE</b>	<b>Juego</b>	Todos los deportes nacen como juegos, con carácter lúdico
	<b>Situación Motriz</b>	Implican ejercicio físico y motricidad más compleja
	<b>Competición</b>	Superar una marca o un adversario(s)
	<b>Reglas</b>	Reglas codificadas y estandarizadas
	<b>Institucionalización</b>	Está regido por instituciones oficiales (federaciones, etc.)

Características del concepto de deporte (Moreno, 1994, pág. 16).

En la actualidad, como afirma García Ferrando (1990), el deporte abarca las distintas manifestaciones en diversos órdenes de nuestra sociedad, de manera que en los últimos años se habla de la industria deportiva como grupo diferenciado que ofrece actividades de distracción, entretenimiento, espectáculo, educación, pasatiempo y, en general, bienes y servicios relacionados con el ocio y la actividad física, competitiva y recreativa (pág. 29).

## **5.2. Cuerpo**

Según Freud (2000), el cuerpo es el eje alrededor del cual gira toda la existencia de la persona, no sólo es el medio de expresión, comunicación, creación, etcétera, consigo mismo, con los demás y con el medio ambiente, sino también es el soporte sobre el que se inscribe toda la vida de la persona, con sus deseos, estímulos, frustraciones, necesidades, reclamaciones, etcétera, y donde aparecen impresos todas sus características, y a su vez, no solo es visto desde el punto de vista individual, particular, personal y privado, sino también desde la perspectiva colectiva, popular y pública, es decir, social. Deja de ser aquella cosa callada y teóricamente sometida, para convertirse en un ente con vida propia y altas exigencias, a través del cual se manifiesta el ser humano en su totalidad (pág. 6).

Le Breton (1995) refiere que el cuerpo es la identidad del hombre. El centro de la acción individual y colectiva, el cuerpo es un elemento de gran alcance para un análisis que pretenda una mejor aprehensión del presente. El autor nos dice que cada sociedad proyecta en el interior de su visión del mundo un saber singular sobre el cuerpo (pág. 3).

Relacionando el cuerpo con la corporalidad, Nancy (2003) menciona que el cuerpo es el ser de la existencia. El cuerpo es el espacio abierto, es decir, el espacio en un sentido propiamente espacioso más que espacial o lo que se puede todavía llamar lugar. La corporalidad es donde ocurre el acontecimiento del existir, pues 'en el' cuerpo y 'por el' cuerpo es posible gozar, padecer, sufrir, querer, comunicar, sentir, pensar, reír, llorar, experimentar y hablar, porque todo ello está arraigado al cuerpo. La corporalidad materializa el existir y actualiza la existencia, en el cuerpo y a través del cuerpo se registran los acontecimientos de la existencia (pág. 15).

Dicho desde otra perspectiva, Muros (2013) afirma que el cuerpo se construye, desde una visión posmodernista, gracias a la negociación entre las tensiones, deseos, etc., desde lo individual, desde

el individuo al colectivo, o lo que es lo mismo, la sociedad. Más concretamente entre el individuo y el orden y el significado social de las cosas (pág. 120).

Para Husserl (1999), citado por Medina (2011), solo a través del propio cuerpo podemos ser realmente humanos, y sólo con él tenemos la oportunidad de estar y ser en el espacio y en el tiempo, y sentirnos a nosotros mismos, de tal forma que nuestro cuerpo es el vehículo, el instrumento de nuestra conciencia y sobre todo de nuestra experiencia (pág. 56).

Berruezo Adelantado (2004) afirma que el cuerpo hace, siente, conoce y comunica, de tal manera que llega a considerar cuatro dimensiones diferentes de la acción corporal:

Dimensión funcional o motriz: es aquella en el que el cuerpo hace, se mueve.

Dimensión emocional o expresiva: donde el cuerpo siente, experimenta y expresa sus sentimientos.

Dimensión racional o cognitiva: donde el cuerpo aprende y organiza el mundo en tanto espacio-tiempo

Dimensión relacional o comunicativa: es aquella donde el cuerpo se comunica (pág. 5)



Dimensiones de la acción corporal (Adelantado, 2004, pág. 4).

Este mismo autor manifiesta que estas dimensiones constituyen cuatro ejes fundamentales en virtud de los cuales se puede interpretar cualquier acción corporal, y cuya proporcionalidad y equilibrio van a determinar el desarrollo armónico y el bienestar del individuo en cada etapa de su vida (pág. 4).

### 5.2.1. Imagen corporal

Según Slade (1994), “la imagen corporal es una representación mental amplia de la figura corporal, su forma y tamaño, la cual está influenciada por factores históricos, culturales, sociales, individuales y biológicos que varían con el tiempo” (pág. 497).

Por tanto, Sepúlveda, Gandarillas & Carrobes (2004), citado por Vaquero (2013), mencionan que la imagen corporal está necesariamente correlacionada con la apariencia física real, siendo claves las actitudes y valoraciones que el individuo hace de su propio cuerpo. Aquellos sujetos que, al evaluar sus dimensiones corporales manifiestan juicios valorativos que no coinciden con las dimensiones reales, presentan una alteración de la imagen corporal (pág. 2).

Vaquero (2013), en el mismo artículo, cita a De la Serna (2004) quien dice que la imagen corporal está formada por diferentes componentes: El componente perceptual (percepción del cuerpo en su totalidad o bien de alguna de sus partes), el componente cognitivo (valoraciones respecto al cuerpo o una parte de éste), el componente afectivo (sentimientos o actitudes respecto al cuerpo o a una parte de éste y sentimientos hacia el cuerpo) y el componente conductual (acciones o comportamientos que se dan a partir de la percepción) (pág. 2).

Baile (2003, pág. 11) distingue tres tipos de alteraciones de la imagen corporal:

- **Alteraciones perceptivas:** técnicas dirigidas a evaluar el grado de distorsión o percepción del tamaño corporal. Para ello se mide la figura real y la que se cree tener y se comprueba el grado de distorsión.
- **Alteraciones de aspectos subjetivos:** técnicas que persiguen detectar alteraciones en las emociones, pensamientos, actitudes sobre la propia imagen.
- **Aspectos varios:** en torno a la evaluación de imagen corporal, se han propuesto gran cantidad de técnicas que miden diversos aspectos

Pedraz (2005) menciona que en la actualidad, en contextos muy diferentes y con una enorme variedad casuística, la configuración de los usos y de las representaciones del cuerpo a través de las distintas capas sociales, muestra una gran semejanza con los procesos tradicionales de conformación y de perpetuación de la distinción: menosprecio del gusto y de la apariencia comunes, transformación paulatina de la sensibilidad, exhibición y exaltación de los rasgos

corporales diferenciales adquiridos, redefinición de dichos rasgos así como del proceso de su adquisición, de modo que estos aparezcan como sustanciales, como patrimonialización de los valores y de los hábitos de la excelencia mediante la imposición de barreras simbólicas y físicas, etc. (pág. 11).

### **5.3. Ocio**

Gomes (2010) define el ocio como una dimensión de la cultura caracterizada por la vivencia lúdica de manifestaciones culturales en el tiempo/espacio social. Así, el ocio se constituye en la articulación de tres elementos fundamentales: La ludicidad, las manifestaciones culturales y el tiempo/espacio social. Juntos, estos elementos configuran las condiciones materiales y simbólicas, subjetivas y objetivas que pueden –o no– hacer del ocio un potente aliado en el proceso de transformación de nuestras sociedades, volviéndose más humanas e inclusivas (pág. 8).

Según el sociólogo francés Dumazedier (1974), el ocio es un conjunto de ocupaciones a las que el individuo puede entregarse de manera completamente voluntaria tras haberse liberado de sus obligaciones profesionales, familiares, y sociales, para descansar, para divertirse, y sentirse relajado para desarrollar su información o su formación desinteresada, o para participar voluntariamente en la vida social de su comunidad (pág. 93).

Según Cuenca (2000), el ocio “se practica con alguna finalidad específica, aunque esto a su vez cause satisfacción; se obtiene un beneficio económico o social” (p. 81).

De otro lado, la Asociación Internacional de Ocio y Recreo (WRLA, por sus siglas en ingles) (2013, pág. 2), define el ocio desde cuatro perspectivas:

- Un área específica de la experiencia humana, con sus beneficios propios, entre ellos la libertad de elección, creatividad, satisfacción, disfrute, placer, y una mayor felicidad. Comprende formas de expresión cuyos elementos son de naturaleza física, intelectual, social, artística o espiritual.
- Un recurso importante para el desarrollo integral de la persona y un factor fundamental de la calidad de vida.
- Una actividad que fomenta la buena salud general y el bienestar, al ofrecer variadas oportunidades que permiten a individuos y grupos seleccionar actividades y experiencias

que se ajustan a sus propias necesidades, intereses y preferencias. Las personas consiguen su máximo potencial de ocio cuando participan en las decisiones que determinan las condiciones de su propio ocio.

- Un derecho básico, como lo son la educación, el trabajo y la salud, del que nadie debería ser privado por razones de edad, raza, religión, salud, discapacidad o condición económica.

Así mismo, esta misma Asociación considera que:

- El desarrollo del ocio se facilita garantizando las condiciones básicas de vida como son, la seguridad, cobijo, alimentación, educación, recursos sostenibles, equidad y justicia social.
- Para conseguir un estado de bienestar físico, mental y social, un individuo o grupo debe ser capaz de identificar y lograr aspiraciones, satisfacer necesidades e interactuar de forma positiva con el entorno. Por lo tanto, se entiende el ocio como recurso para aumentar la calidad de vida.
- Muchas sociedades actuales se caracterizan por un incremento de la insatisfacción, el estrés, el aburrimiento, la falta de actividad física, la falta de creatividad y la alienación en el día a día de las personas. Todas estas características pueden ser aliviadas mediante conductas satisfactorias de ocio (pág. 3).

Según Gomes (2011), las manifestaciones culturales que constituyen el ocio son prácticas sociales vivenciadas como disfrute de la cultura, tales como: Fiestas, juegos, paseos, viajes, música, poesía, grafiti y murales, pintura, escultura, danza, vivencias y expresiones corporales, fotografía, teatro, actividades comunitarias, ferias con nuevas modalidades de intercambio, actividades recreativas y deportivas, festivales y eventos artísticos, variadas modalidades de educación popular local, espacios de conversación y debate, entre muchas otras. Estas y otras manifestaciones poseen significados singulares para cada sujeto y para cada grupo humano. Constituyen prácticas inmemorables en la vida de cada persona y en la cultura de cada pueblo y pueden asumir múltiples significados; al ser concretizadas en un determinado tiempo/espacio social, al dialogar con un determinado contexto y, también, al asumir un papel peculiar para los sujetos, grupos sociales, instituciones y sociedad que las vivencian histórica, social y culturalmente (pág. 19).

## 5.4. Salud

Ariasca (2002), citado por Sanchez Delgado (2006), define la salud como un proceso de autorregulación dinámica del organismo frente a las exigencias ambientales, lo que permite adaptarse para disfrutar de la vida, mientras crecemos, maduramos, envejecemos, nos lesionamos y esperamos la muerte; es decir, una adaptación constante a las condiciones de vida, para poder realizarnos personal o colectivamente. Lo cierto es que no exige ausencia de enfermedad, puesto que cada individuo o comunidad tiene necesidades y riesgos durante su vida, lo cual puede beneficiar o estropear la realización de cada individuo (párrafo 20).

De otro lado, Perea (1992), citado por Perez Muñoz (2014), destaca la salud como el “conjunto de condiciones y calidad de vida que permita a la persona desarrollar y ejercer todas sus facultades en armonía y relación con su propio entorno”(párrafo 20).

Según Feito (2000), la salud es un estado de equilibrio no solamente físico, sino también psíquico y espiritual. En este sentido se puede decir que la salud es uno de los anhelos más esenciales del ser humano, y constituye la cualidad previa para poder satisfacer cualquier otra necesidad o aspiración de bienestar y felicidad, aunque la salud no puede ser identificada taxativamente como felicidad o bienestar sin más (pág. 148).

Esta misma autora, Feito (1996), manifiesta que de la salud tendremos que decir, como notas que le son propias, que es un concepto múltiple (porque permite distintas visiones del mismo, ya sean grupales o individuales), relativo (porque dependerá de la situación, tiempo y circunstancias de quien lo defina y para quien lo aplique), complejo (porque implica multitud de factores, algunos de los cuales serán esenciales o no dependiendo del punto de vista que se adopte), dinámico (porque es cambiante y admite grados) y abierto (porque debe ser modificable para acoger los cambios que la sociedad imponga a su concepción) (pág. 64).

De otro lado, Arango (2007) afirma que la salud es un proceso de adaptación, como respuesta a unas condiciones dadas no por el azar o la culpa, sino por la forma en que cada individuo participa del proceso social, económico y político, con lo cual la enfermedad no es solamente un error, sino que pasa a ser considerada como parte de la vida, y las condiciones biológicas individuales, como una especie de registro histórico de la forma como se ha vivido. Este proceso es abanderado por los ecólogos humanos, para quienes la salud y la enfermedad no constituyen dos simples estados

opuestos, sino que obedece a diferentes grados de adaptación del organismo al ambiente en que interactúa, y los mismos factores que fomentan esta adaptación pueden actuar en sentido contrario, produciendo la inadaptación de cuya consecuencia surge el proceso patológico (pág. 66).

Para Shepard (1995), citado por Muñoz (2014), la salud presenta dos lados diferenciados: por un lado, estaría el polo negativo, es decir, no tener salud; y por otro el positivo tener salud, desde una triple dimensión física, social y psicológica. A los estados positivos de salud, se les asocia con un estilo de vida adecuado, un óptimo nivel de estrés, una sensación de bienestar, una capacidad de disfrute de la vida y una tolerancia a los retos que plantea el entorno. Por su parte, a los estados negativos con respecto a la salud se les asocia fundamentalmente con el incremento de niveles variados de la morbilidad y sus efectos asociados de carácter físico, psicológicos y social y con una incidencia prematura de mortalidad (párrafo 21).

El profesor Marcos Becerro (1989), citado por Muñoz (2014), señala la existencia de los diferentes tipos de salud:

- *Salud física*: relacionada con el buen funcionamiento de los órganos y sistemas corporales.
- *Salud mental*: relacionada con el buen funcionamiento de los procesos mentales del sujeto.
- *Salud individual*: estado de salud física o mental de un individuo concreto.
- *Salud colectiva*: consideraciones de salud en una colectividad o grupo social importante.
- *Salud ambiental*: estado de salud de elementos de la naturaleza y otras especies en relación con la especie humana (párrafo 32).

Fraile & cols. (1996), citado por López-Miñarro (2009), menciona que la salud es considerada en nuestra sociedad como un valor esencial, y, sin embargo, creemos que muchas personas no se comportan de un modo saludable. Las conductas sanas, al igual que los comportamientos insanos no son algo innato, son susceptibles de ser reforzados o modificados a través de la educación, de ahí, que la etapa obligatoria educativa sea la más idónea para incorporar conocimientos adecuados para la salud, propiciar estilos de vida saludables y potenciar la reflexión sobre el valor de estos hábitos para mejorar la calidad de vida (pág. 30).

De otro lado, hay conceptos o términos que permiten un mayor entendimiento acerca de la influencia de los conceptos anteriormente mencionados, ya que presentan una gran relación con la obra y el movimiento literario desarrollado por Gabriel García Márquez. Los conceptos son los siguientes:

### **5.5. Realismo mágico**

Citado por Riaza (2018), “el realismo mágico es una corriente literaria cuyos rasgos principales son la desgarradura de la realidad por una acción fantástica descrita de un modo realista dentro de la narrativa”. Es decir, esta corriente supera la imaginación del lector sin desprenderlo de su cultura, tradición, educación, así como de memorias de sus antepasados y de la vida misma (párrafo 3).

Referente a América Latina, Villate Rodríguez (2000), citando a Ray Verzasconi, afirma que el realismo mágico “es un movimiento ideológico, una actitud estética (consciente o inconsciente), que lleva a los escritores a valorar de manera universal sus diferentes formas de regionalismo, combinadas con elementos absurdos, irracionales e incomprensibles que son histórica y antropológicamente propios de la cultura americana” (pág. 40).

Según la nota “Gabriel García Márquez, Macondo y el realismo mágico” del periódico El Mundo (2018), este movimiento es el género literario del que Gabriel García Márquez basó muchas de sus obras, principalmente Cien años de soledad. Surgió a mitad del pasado siglo en Hispanoamérica y se caracteriza por incluir elementos fantásticos en una historia en principio real, con una coherencia y en un ambiente tales que propician que el lector ni siquiera se cuestione los hechos (párrafo 2).

Según Ferreira (2017), algunas características del realismo mágico son: por un lado, lo mágico nace de la realidad y se introduce de manera natural en ella; los contextos y/o personajes ordinarios conviven con normalidad con elementos y acontecimientos maravillosos (vidas largas al estilo bíblico, enfermedades exageradas hiperbólicamente, levitaciones, muertos que están vivos, etc.). Además, estos elementos maravillosos son raramente explicados ya que los personajes los ven con absoluta normalidad. De otro lado, el realismo se refleja en el modo de contar lo maravilloso, los personajes aceptan e introducen lo mágico en sus situaciones cotidianas (pág. 15).

La misma autora menciona que entre los temas más recurrentes del realismo mágico, se encuentra la importancia del destino; la vida, la muerte; las enfermedades y sus curaciones inauditas; la

paternidad desconocida y la venganza. Dentro de los temas favoritos de los autores mágico-realistas también encontramos algunos estrechamente vinculados con el contexto latinoamericano: los desastres naturales, la soledad del dictador o mitos propios del continente (pág. 16).

## **5.6.Oralidad**

Según Francisco Garzón Céspedes, citado por Echevarría (2018), “la oralidad es el proceso de comunicación (verbal, vocal y corporal o no verbal) entre dos o más interlocutores presentes físicamente todos en un mismo espacio. La oralidad debe ser diferenciada del simple hablar en voz alta cuando hablar deviene expresión, pero no comunicación” (pág. 13).

Echevarría (2018) dice que “la oralidad implica la tradición, la memoria histórica y tiene la riqueza de la vivencia, del tiempo, de la verdad, es una fuente necesaria en la calidad del desarrollo docente aplicable a cualquier nivel académico de la enseñanza” (pág. 12).

Al habla de oralidad, Ong (1987), primero hace referencia a la oralidad primaria y secundaria. Habla de oralidad primaria a la oralidad que carece de todo conocimiento de la escritura o de la impresión. Es primaria por el contraste con la oralidad secundaria de la actual cultura de la alta tecnología, en la cual se mantiene una nueva oralidad mediante el teléfono, la radio, la televisión y otros aparatos electrónicos que para su existencia y funcionamiento dependen de la escritura y la impresión (pág. 10).

Murillo (1999) afirma que esta oralidad primaria tiene una paradoja esencial: por un lado, permite que la memoria se active y permite la consulta a lo que llamaremos corpus, que es el conjunto de conocimientos, hábitos, tradiciones, representaciones, simbolismos, significaciones y lengua en un grupo social determinado. Es decir, permite la consulta a un archivo no escrito, pero permanente. Y, por otro lado, cuando las palabras han abandonado la boca y han sido dichas, también han dejado de existir sonoramente, aunque se abra el abanico de posibilidades hacia la significación (párrafo 3).

Echevarría (2018) menciona que la oralidad escapa y la vez se mantiene permanente, es la conjunción entre lo inmediato y lo mediato, entre la memoria ancestral y la no memoria. Su condición ha permitido la conservación de relatos, historias, cuentos a veces muy reales a veces fantásticos, pero la comunidad los hace propios, lo integran su identidad y sentido de pertenencia,

que circunden su entorno y hacen que estas aún del tiempo no desaparezcan y es esta función primordial de la oralidad a partir de sus cuentos y relatos, la de conservar los conocimientos ancestrales a través de cantos, rezos, conjuros, discursos o relatos, encaminadas a conservar los saberes de los sujetos (pág. 13).

### **5.7. Género Narrativo**

Según Castillo (s.f.), el género narrativo comprende todas aquellas obras que relatan o cuentan una historia, situación, acontecimientos, entre otros. El propósito de este género literario es entretener o hacer que una audiencia piense sobre un problema. También sirve para enseñar una lección o para mover las emociones de los lectores. En la narrativa, el autor habla de un mundo exterior, con personajes localizados en un tiempo y un espacio determinado (párrafo 1).

La revista Ejemplode, en su artículo Características del Género Narrativo (2013, pág. 1), menciona las siguientes características del género narrativo:

- Tiene la particularidad de que describe los hechos y sucesos en el orden que suceden, relacionándolos con los lugares y circunstancias de la trama y la acción de los personajes.
- Es utilizado de la misma manera en la radio, la televisión y el cine, como sucede en los noticiarios, en donde un reportero describe un hecho o cuando un comentarista narra un suceso deportivo
- Este género, ubica al lector en el lugar, tiempo y circunstancias en el que se desarrolla una historia, exponiendo los hechos conforme suceden, o sea cronológicamente (párrafo 3).
- La narración es relatada por un narrador. El narrador puede actuar como una entidad ajena a lo que se está narrando (tercera persona), o bien, ser uno de los personajes, ya sea el protagonista (narración en primera persona) o como uno de los personajes secundarios (narración en segunda persona)
- Mediante la narración, un autor puede transmitirnos las ideas, sucesos o hechos, haciéndonos comprender mediante la voz del narrador, el fondo y trasfondo de la historia, así como matices y detalles como la personalidad de los personajes, sus facciones o su psicología.

- Tiene la característica de ser una de las bases de la estructura de cuentos y novelas, ya que, por medio de dicho recurso literario, ubican al lector en la trama de la historia haciendo más comprensible al lector las actitudes y defectos físicos y psicológicos de los personajes, así como las situaciones en las que se ven envueltos durante el desarrollo de la trama.
- Se complementa con otros géneros literarios como los diálogos y las descripciones, siendo la narración la que lleva el ritmo y el orden del relato. En algunos casos, la voz narrativa llega a ser incluso omnisciente, sabiendo los hechos y acciones que aún no se suceden dentro de la trama, haciendo que el lector vislumbre lo que sucederá, aún antes de exponerlo.

De otro lado, en su página web, la enciclopedia online Euston (s.f.), muestra los géneros narrativos clasificados de la siguiente manera:

- Fábula: generalmente su enseñanza tiene como fin la moralidad, ese es su objetivo final, atacar los valores, reestructurarlos y mejorarlos; ayudando de esta manera a que los individuos reflexionen acerca de sus actos.
- Cuento: es una historia por lo general corta, que narra los hechos en una estructura específica que no se muta, inicio, nudo y desenlace.
- Novela: su estructura es más amplia y su narración mucho más compleja, el objetivo de esta es enfocar la atención del lector a través de la recreación de alguna realidad expuesta.
- Mito: estas historias por lo general forman parte de la cultura y las tradiciones de la sociedad en la que se manifieste, se fundamentan por exponer la ideología de la existencia de seres sobrenaturales, y en su mayoría parten de alguna religión en específico.
- Leyenda: las leyendas son aquellas que por lo general son sobrenaturales y narran en gran parte las creencias de la población de una determinada región.

Esta misma Enciclopedia (s.f.), manifiesta que el género narrativo es relevante ya que es una herramienta muy útil a la hora de expresarnos, tanto verbal como a la hora de escribir; en la actualidad, la mayoría de las personas utilizan la narrativa de manera cotidiana para comunicarse de diversas maneras entre amistades y demás. Aunado a ello, se utiliza esta herramienta en periódicos, revistas, programas de radio, libros, enciclopedias, novelas entre otras cosas que son de utilidad para el crecimiento progresivo de una cultura o sociedad.

En la siguiente tabla, se muestra la relación de los conceptos a investigar en el presente trabajo, permitiendo establecer la concordancia entre los mismos para el desarrollo del análisis del contenido de los apartados extraídos de la obra.

<b>Tabla 1. Relaciones entre los conceptos</b>	
<b>Categorías</b>	<b>Relación conceptual</b>
<b>Actividad física-Salud</b>	Como mencionan Rosa y Boto (2013), “diversos estudios han puesto de manifiesto que la práctica regular de actividad física produce un aumento de la autoconfianza, sensación de bienestar y mejora del funcionamiento cognitivo”. Son conceptos complementarios y dependientes el uno del otro, ya que sin actividad física no existe bienestar, y sin salud no es posible que se realice una actividad física normal.
<b>Cuerpo-Ocio</b>	Como afirma la WRLA (2013), “el ocio es un área específica de la experiencia humana, con sus beneficios propios, entre ellos la libertad de elección, creatividad, satisfacción, disfrute, placer, y una mayor felicidad. Comprende formas de expresión cuyos elementos son de naturaleza física, intelectual, social, artística o espiritual”. A través del ocio, el cuerpo y todos sus componentes presentan placer, satisfacción, sin estrés alguno; por consiguiente, este es un medio para que el cuerpo se recree y sea feliz en sus diferentes expresiones.
<b>Ocio-Salud</b>	El ocio es una actividad que fomenta la buena salud general y el bienestar, al ofrecer variadas oportunidades que permiten a individuos y grupos seleccionar actividades y experiencias que se ajustan a sus propias necesidades, intereses y preferencias (WRLA, 2013). Por medio del ocio, la salud física, mental, individual, colectiva y ambiental se desarrolla en todos sus matices; el buen uso del tiempo libre es indispensable para que la persona tenga bienestar.
<b>Cuerpo-Actividad física</b>	Según Castillo & Linares (2002) “la actividad física es un concepto que abarca cualquier movimiento corporal realizado por músculos esqueléticos que provocan un gasto de energía, la cual se encuentra presente en todo lo que una persona hace durante las 24 horas del día, salvo dormir o reposar”. Por consiguiente, a través de la realización de actividad física, el cuerpo realiza movimientos que permiten su mejora, generando estímulos, necesidades, deseos, gozo, mostradas a través de su imagen corporal.
<b>Salud-Cuerpo</b>	“En el' cuerpo y 'por el' cuerpo es posible gozar, padecer, sufrir, querer, comunicar, sentir, pensar, reír, llorar, experimentar y hablar, porque todo ello está arraigado al cuerpo” (Nancy, 2003). El anterior enunciado permite comprender la forma en que se compenentran dichos conceptos, los cuales son recíprocos y permiten el desenvolvimiento libre en el entorno mismo, a través de las diferentes expresiones que el cuerpo transmite.
<b>Ocio-Actividad física</b>	La actividad física tiene varias vertientes según la finalidad laboral o doméstica, de práctica de tiempo libre, como de carácter lúdico recreativo, desde el ámbito educativo; ninguna de las anteriores es excluyente de la formación de las personas" (Azevedo, y otros, 2005). El ocio se presenta como un tipo de actividad física, siendo una forma del desarrollo físico, cognitivo, social y afectivo en las personas, a través de actividades lúdico-recreativas y productivas.

## 6. DISEÑO METODOLÓGICO

La investigación es basada en el enfoque cualitativo. El método usado es el de tipo descriptivo, mostrando los conceptos de actividad física, cuerpo, ocio y salud presentados en la obra de Gabriel García Márquez. Se utiliza un diseño metodológico similar al utilizado por Daniel Ramacciotti (2010) en su artículo “Concepto de cuerpo, actividad física y salud en obras selectas de José María Cagigal (1957-1981)” (ver pág. 12).

### 6.1. Población y muestra

La población objeto de investigación son las obras de Gabriel García Márquez, teniendo como muestra el libro “Cien años de soledad”; esta fue elegida a través de la realización de una encuesta a docentes del área de la Licenciatura en Lengua Castellana de la Universidad Surcolombiana. Dicha encuesta tenía como objetivo la elección de la obra de Gabriel García Márquez a ser investigada en el presente proyecto.

### 6.2. Fases

Teniendo en cuenta lo anterior, el proyecto se desarrolló en ocho (8) fases:

**1ra. Fase:** Elección de las categorías y subcategorías de análisis a trabajar.

**2da. Fase:** Encuesta a expertos en el área de Lic. Lengua Castellana, con el fin de seleccionar la obra pertinente para la investigación.

**3ra. Fase:** Determinación de la obra elegida como muestra para la realización de la presente investigación.

**4ta. Fase:** Interiorización de las categorías de actividad física, cuerpo, ocio y salud.

**5ta. Fase:** Selección de apartados de la obra que hacen referencia a las categorías seleccionadas.

**6ta. Fase:** Análisis de contenido de los apartados que contienen información de las categorías y subcategorías seleccionadas.

**7ma. Fase:** Selección y clasificación, según la categoría o subcategoría, de los apartados extraídos de la obra.

**8va. Fase:** Síntesis y análisis interpretativo de las ideas clave del autor para cada categoría y subcategoría.

### 6.3. Operacionalización de las variables

Tabla 2. Operacionalización de las variables						
Variable	Definición operacional	Subvariables		Definición operacional	Tipo de variable	Medida
Actividad física	Según Cintra y Balboa (2011), “es todo tipo de movimiento corporal que realiza el ser humano durante un determinado periodo de tiempo, ya sea en su trabajo o actividad laboral y en sus momentos de ocio, que aumenta el consumo de energía considerablemente y el metabolismo de reposo” (p. 71).	<b>Deporte</b>		Según Cagigal (1985), es aquella competición organizada que va desde el gran espectáculo hasta la competición de nivel modesto; cada tipo de actividad física es realizada con el deseo de compararse, de superar a otros o a sí mismos, o realizada en general con aspectos de expresión, lúdicos, gratificadores, a pesar del esfuerzo (p.5).	Cualitativa	Nominal
		Actividades cotidianas	Laborales y rutinarias	Hace relación a las diferentes actividades cotidianas que se encuentran relacionadas con la actividad física, generando un gasto energético desde lo laboral o lúdico.		
			Vigorosas	Fuerza o actividad notable que se realiza con un ímpetu especial, lleno de mucha energía. Esta se manifiesta a través de acciones llenas de gallardía, vitalidad, esfuerzo y fortaleza.		
Cuerpo	En su obra, Freud (2000) lo define como el eje alrededor del cual gira toda la existencia de la persona; no sólo es el medio de expresión, comunicación, creación, etc., consigo mismo, con los demás y con el medio ambiente, sino también es el soporte sobre el que se inscribe toda la vida de la persona, con sus deseos, estímulos, etc. (p. 6)	<b>Imagen corporal</b>		Según Slade (1994) “la imagen corporal es una representación mental amplia de la figura corporal, su forma y tamaño, la cual está influenciada por factores históricos, culturales, sociales, individuales y biológicos que varían con el tiempo (p. 497).		
Ocio	Dumazedier (1974) lo define como un conjunto de ocupaciones a las que el individuo puede entregarse de manera completamente voluntaria tras haberse liberado de sus obligaciones profesionales, familiares, y sociales, para descansar, para divertirse, y sentirse relajado para desarrollar su información o su formación desinteresada, o para participar voluntariamente en la vida social de su comunidad (p. 93).	<b>Ocio productivo</b>		Según Cuenca (2000), “son aquellos que se practican y se vuelven medios, no fines. Se practica con alguna finalidad específica, aunque esto a su vez cause satisfacción; se obtiene un beneficio económico o social” (p. 81)		
		<b>Ocio lúdico</b>		Se refiere al modo en que se divierten y juegan en una comunidad, enfatizándose primordialmente en actividades tradiciones o culturales que tienen como propósito desarrollar las capacidades del ser humano en todos los campos.		
Salud	Según Ariasca (2002), es el proceso de autorregulación dinámica del organismo frente a las exigencias ambientales, lo que permite adaptarse para disfrutar de la vida, mientras crecemos, maduramos, envejecemos, nos lesionamos y esperamos la muerte; es decir, una adaptación constante a las condiciones de vida, para poder realizarnos personal o colectivamente (párrafo 20).	<b>Bienestar</b>		Hace referencia al conjunto de cosas que se necesitan para vivir bien, como el dinero, la salud, el ocio, las relaciones afectivas, etc.		
		<b>Salud mental</b>		Becerro (1989) dice que “la salud mental está relacionada con el buen funcionamiento de los procesos mentales del sujeto” (p. 32).		
		<b>Salud física</b>		Según Becerro (1989), está relacionada con el buen funcionamiento de los órganos y sistemas corporales (p.32).		

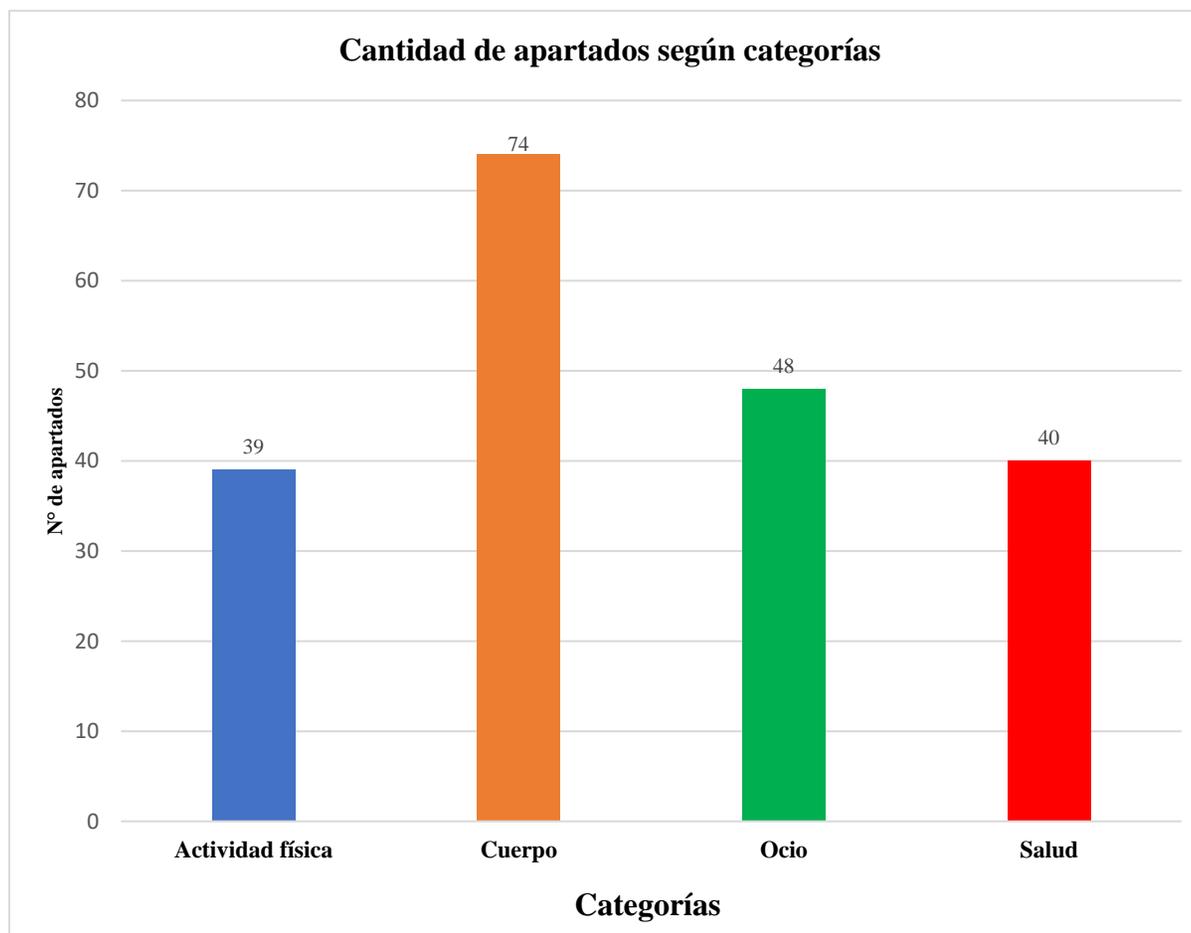
## 7. RESULTADOS

A continuación, se presentará la compilación de resultados de apartados extraídos de la obra Cien años de soledad de Gabriel García Márquez, ordenados según las variables o categorías (ver tabla 3). De otro lado, los apartados fueron extraídos de una versión digital del libro, la cual fue descargada de la página web “La Pupila Asombrada”, publicada en marzo del 2018.

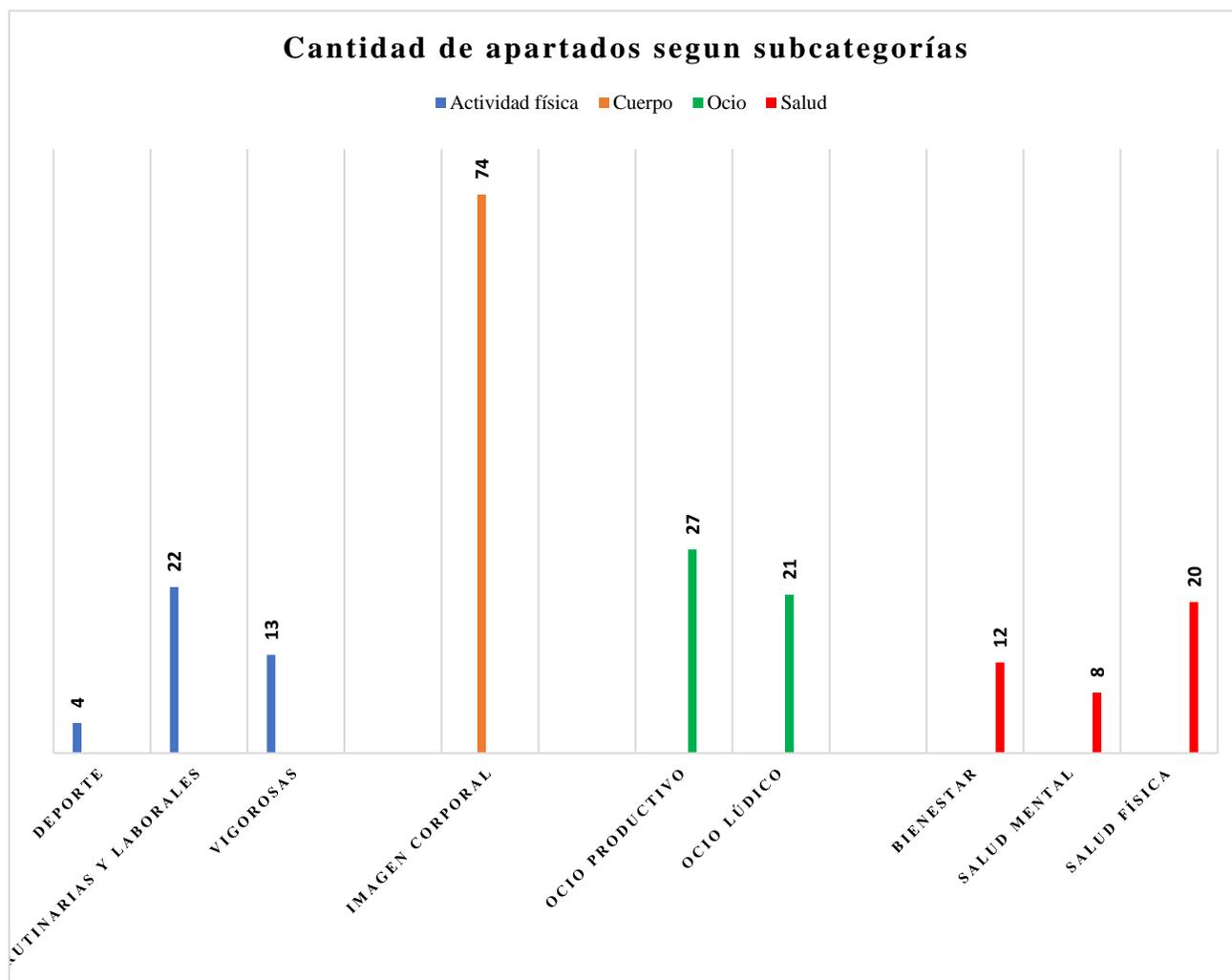
<b>Tabla 3. Cantidad de apartados seleccionados</b>				
<b>Categoría</b>	<b>Subcategorías</b>		<b>N° de apartados</b>	<b>Total</b>
Actividad física	Deportes		4	39
	Actividades cotidianas	Laborales y rutinarias	22	
		Vigorosas	13	
Cuerpo	Imagen corporal		74	74
Ocio	Ocio productivo		27	48
	Ocio lúdico		21	
Salud	Bienestar		12	40
	Salud mental		8	
	Salud física		20	
<b>Total de apartados</b>				201 apartados

A continuación, de manera gráfica, se presenta la cantidad de apartados según categorías y subcategorías extraídos de la obra escogida para el desarrollo del presente trabajo (ver gráfica 1 y 2).

**Gráfica 1. Cantidad de apartados según categorías**



**Gráfica 2. Cantidad de apartados según subcategorías**



## 7.1. Conceptos de Actividad física

Los conceptos relacionados con Actividad física presentados en Cien años de soledad se pueden evidenciar en la siguiente tabla:

<b>Tabla 4. Conceptos de actividad física</b>		
<b>Deporte</b>	<b>Actividades cotidianas</b>	
	<b>Laborales y rutinarias</b>	<b>Vigorosas</b>
Aureliano Buendía, su abuelo- sir Francis Drake se daba al deporte de cazar caimanes a cañonazos, que luego hacía remendar y rellenar de paja para llevárselos a la reina Isabel (p. 7).	José Arcadio Buendía era una especie de patriarca juvenil, que daba instrucciones para la siembra y consejos para la crianza de niños y animales, y colaboraba con todos, aun en el trabajo físico, para la buena marcha de la comunidad (p. 6).	La lanza de José Arcadio Buendía, arrojada con la fuerza de un toro y con la misma dirección certera (p. 14).
Para que nadie pusiera en duda la severidad de sus propósitos, (Arcadio) mandó que un pelotón de fusilamiento se entrenara en la plaza pública disparando contra un espantapájaros (p. 70).	Durante el día, él (José Arcadio Buendía) pastoreaba sus gallos de pelea y ella bordaba en bastidor con su madre (p. 14).	Su padre (José Arcadio Buendía) le dio con el revés de la mano un violento golpe en la boca que le hizo saltar la sangre y las lágrimas (José Arcadio, p. 19).
Meme aprendió a nadar como una profesional, a jugar al tenis (p.182).	(José Arcadio Buendía) Les ordenó derribar los árboles para hacer un claro junto al río, en el lugar más fresco de la orilla, y allí fundaron la aldea (p.16).	(José Arcadio Buendía) Agarró la tranca de una puerta y con la violencia salvaje de su fuerza descomunal destrozó hasta convertirlos en polvo los aparatos de alquimia, el gabinete de daguerrotipia, el taller de orfebrería, gritando como un endemoniado en un idioma altisonante y fluido, pero completamente incomprensible (p. 53).
Se habían conocido (Gastón y Amaranta Úrsula) tres años antes de casarse, cuando el biplano deportivo en que él hacía piruetas sobre el colegio en que estudiaba Amaranta Úrsula (p. 251).	José Arcadio Buendía, machacando en el mortero la materia mil veces machacada y recalentada y vuelta a machacar (p. 23).	Se necesitaron diez hombres para tumbarlo, catorce para amarrarlo, veinte para arrastrarlo hasta el castaño del patio, donde lo dejaron atado, ladrando en lengua extraña y echando espumarajos verdes por la vaca (José Arcadio Buendía) (p. 53).

	<p>El carácter firme de Rebeca, la voracidad de su vientre, su tenaz ambición, absorbieron la descomunal energía del marido (José Arcadio), que de holgazán y mujeriego se convirtió en un enorme animal de trabajo (p. 76).</p>	<p>(José Arcadio) hizo apuestas de pulso con cinco hombres al mismo tiempo. «Es imposible», decían, al convencerse de que no lograban moverle el brazo. «Tiene niños-en cruz.» Catarino, que no creía en artificios de fuerza, apostó doce pesos a que no movía el mostrador. José Arcadio lo arrancó de su sitio, lo levantó en vilo sobre la cabeza y lo puso en la calle (p. 61).</p>
	<p>Se decía que (José Arcadio) empezó arando su patio y había seguido derecho por las tierras contiguas, derribando cercas y arrasando ranchos con sus bueyes (p.76).</p>	<p>(José Arcadio) dormía todo el día y pasaba la noche en el barrio de tolerancia haciendo suertes de fuerza (p. 61).</p>
	<p>(El coronel Aureliano Buendía y acompañantes) Acampaban cerca de los pueblos, y uno de ellos, con un pescadito de oro en la mano, entraba disfrazado a pleno día y hacia contacto con los liberales en reposo, que a la mañana siguiente salían a cazar y no regresaban nunca (p. 86).</p>	<p>(José Arcadio Buendía) no sólo era tan pesado como siempre, sino que en prolongada estancia bajo el castaño había desarrollado la facultad de aumentar de peso voluntariamente, hasta el punto de que siete hombres no pudieron con él y tuvieron que llevarlo a rastras a la cama (p. 93).</p>
	<p>Todas las tardes se le veía regresar a caballo, con sus perros montunos y su escopeta de dos cañones, y un sartal de conejos colgados en la montura (José Arcadio, p. 88).</p>	<p>Se necesitó una patrulla para poner en una carretilla el cuerpo apelmazado de plomo, que se desbarataba como un pan ensopado (Aureliano José, p.103).</p>
	<p>Sus únicos instantes felices, desde la tarde remota en que su padre lo llevó a conocer el hielo, habían transcurrido en el taller de platería, donde se le iba el tiempo armando pescaditos de oro (coronel Aureliano Buendía, p. 113).</p>	<p>Él (Mauricio Babilonia) la arrastró sin misericordia a un estado animal que la dejó extenuada (Meme, p. 191).</p>
	<p>El negocio del coronel (Aureliano Buendía), que cambiaba los pescaditos por monedas de oro, y luego convertía las monedas de oro en pescaditos, y así sucesivamente, de modo que tenía que trabajar cada vez más a medida que más vendía, para satisfacer un círculo vicioso exasperante (p. 133).</p>	<p>(Aureliano Segundo) Se incorporó sin prisa, como si sólo pensara estirar los huesos, y con una furia perfectamente regulada y metódica fue agarrando uno tras otro los tiestos de begonias, las macetas de helechos, los potes de orégano, y uno tras otro los fue despedazando contra el suelo (p.216).</p>

	<p>En poco tiempo incrementó de tal modo la producción de hielo, que rebasó el mercado local, y Aureliano Triste tuvo que pensar en la posibilidad de extender el negocio a otras poblaciones de la ciénaga (p. 147).</p>	<p>Embriagado por el torrente incontenible del desahogo, Aureliano Segundo rompió el cristal de la vidriera, y una por una, sin apresurarse, fue sacando las piezas de la vajilla y las hizo polvo contra el piso. Sistemático, sereno, con la misma parsimonia con que había empapelado la casa de cristalería de Bohemia, los floreros pintados a mano, los cuadros de las doncellas en barcas cargadas de rosas, los espejos de marcos dorados, y todo cuanto era rompible desde la sala hasta el granero, y terminó con la tinaja de la cocina que se reventó en el centro del patio (p. 216).</p>
	<p>Se llamaba Aureliano Amador, era carpintero (p. 159).</p>	<p>(Los niños) arrojaban animales vivos por las claraboyas, y en una ocasión clavetearon por fuera la puerta y la ventana, y Aureliano necesitó medio día para forzarlas (p. 245).</p>
	<p>Aureliano (...) criaba gallos (p. 174).</p>	<p>(Aureliano y Amaranta Úrsula) destrozaron los muebles de la sala, rasgaron con sus locuras la hamaca que había resistido a los tristes amores de campamento del coronel Aureliano Buendía, y destriparon los colchones y los vaciaron en los pisos para sofocarse en tempestades de algodón (268).</p>
	<p>(coronel Aureliano Buendía) seguía fabricando dos pescaditos al día, y cuando completaba veinticinco volvía a fundirlos en el crisol para empezar a hacerlos de nuevo (p. 176).</p>	
	<p>Los obreros aspiraban a que no se les obligara a cortar y embarcar banano los domingos (p. 196).</p>	
	<p>(Los soldados) cortaron y embarcaron el banano y movilizaron los trenes (p. 200).</p>	

	Amaranta Úrsula y el pequeño Aureliano (...) chapaleaban en los pantanos del patio, cazaban lagartos para descuartizarlos y jugaban a envenenar la sopa echándole polvo de alas de mariposas en los descuidos de Santa Sofía de la Piedad (p. 216).	
	Aureliano Segundo (...) reforzó los cimientos mellados, resanó la grieta con argamasa, y continuó excavando en el costado occidental (p. 218).	
	Aureliano Segundo ocupaba tres días de la semana encerrado en su antigua oficina de ganadero, dibujando billete por billete, pintando con un cierto primor una vaquita roja, un cochinito verde o un grupo de gallinitas azules (p. 224).	
	(Aureliano Segundo) trabajó como nunca lo había hecho, y en vez de una hizo tres rifas semanales. Desde muy temprano se le veía recorrer el pueblo, aun en los barrios más apartados y miserables, tratando de vender los billetitos con una ansiedad que sólo era concebible en un moribundo (p. 232).	
	Los cuatro niños mayores, que usaban pantalones cortos a pesar de que ya se asomaban a la adolescencia, se ocupaban de la apariencia personal de José Arcadio. Llegaban más temprano que los otros, y dedicaban la mañana a afeitarse, a darle masajes con toallas calientes, a cortarle y pulirle las uñas de las manos y los pies, a perfumarle con agua florida. En varias ocasiones se metieron en la alberca, para jabonarlo de pies a cabeza, mientras él flotaba boca arriba, pensando en Amaranta. Luego le secaban, le empolvaban el cuerpo, y lo vestían (p.245).	
	Amaranta Úrsula trató de establecer una industria de collares de vértebras de pescados (p.269).	

## 7.2. Conceptos de Cuerpo

Los conceptos de Cuerpo extraídos de la obra Cien años de soledad se pueden ver en la siguiente tabla:

<b>Tabla 5. Conceptos de cuerpo</b>
<b>Imagen corporal</b>
(Melquiades) un gitano corpulento, de barba montaraz y manos de gorrión (p. 1.).
Melquíades juvenil, repuesto, desarrugado, con una dentadura nueva y radiante. Quienes recordaban sus encías destruidas por el escorbuto, sus mejillas flácidas y sus labios marchitos, se estremecieron de pavor ante aquella prueba terminante de los poderes sobrenaturales del gitano (p.5.).
José Arcadio Buendía se convirtió en un hombre de aspecto holgazán, descuidado en el vestir, con una barba salvaje (p.7).
José Arcadio, el mayor de los niños, había cumplido catorce años. Tenía la cabeza cuadrada, el pelo hirsuto y el carácter voluntarioso de su padre (p.10).
Gigante de torso peludo y cabeza rapada, con un anillo de cobre en la nariz y una pesada cadena de hierro en el tobillo, custodiando un cofre de pirata (p.12).
Una tía de Úrsula, casada con un tío de José Arcadio Buendía tuvo un hijo que pasó toda la vida con unos pantalones englobados y flojos, y que murió desangrado después de haber vivido cuarenta y dos años en el más puro estado de virginidad porque nació y creció con una cola cartilaginosa en forma de tirabuzón y con una escobilla de pelos en la punta (p.13).
José Arcadio (...) siempre fue demasiado grande para su edad, se convirtió en un adolescente monumental. Cambió de voz. El bozo se le pobló de un vello incipiente (p.17).
(Muchacha gitana) era una ranita lánguida, de senos incipientes y piernas tan delgadas (p. 22).
Al primer contacto, los huesos de la muchacha parecieron desarticularse con un crujido desordenado como el de un fichero de dominó, y su piel se deshizo en un sudor pálido y sus ojos se llenaron de lágrimas y todo su cuerpo exhaló un lamento lúgubre y un vago olor de lodo (p.23).
(Úrsula) llegó exaltada, rejuvenecida, con ropas nuevas de un estilo desconocido en la aldea (p.24).

Eran hombres y mujeres como ellos, de cabellos lacios y piel parda, que hablaban su misma lengua y se lamentaban de los mismos dolores (p.24).
Árabes de pantuflas y argollas en las orejas (p.25).
(Rebeca) tenía el cabello sostenido detrás de las orejas con moñas de cintas negras. Usaba un escapulario con las imágenes barradas por el sudor y en la muñeca derecha un colmillo de animal carnívoro montado en un soporte de cobre como amuleto contra el mal de ajo. Su piel verde, su vientre redondo y tenso como un tambor, revelaban una mala salud (p.28).
Rebeca soñó que un hombre muy parecido a ella, vestido de lino blanco y con el cuello de la camisa cerrado por un botón de aro (p. 30).
José Arcadio Buendía con el pelo erizado y ceniciento, el acartonado cuello de la camisa prendido con un botón de cobre, y una expresión de solemnidad asombrada (p. 33).
(La matrona) una mujer tan gorda que cuatro indios tenían que llevarla cargada en un mecedor, y una mulata adolescente de aspecto desamparado que la protegía del sol con un paraguas (p. 34).
Rebeca, al contrario de lo que pudo esperarse, era la más bella. Tenía un cutis diáfano, unos ojos grandes y reposados, y unas manos mágicas que parecían elaborar con hilos invisibles la trama del bordado (p. 36).
Ya para entonces (José Arcadio Buendía) había empezado a cultivar el bigote negro de puntas engomadas, y tenía la voz un poco estentórea que había de caracterizarlo en la guerra (p. 39).
Pietro Crespi era joven y rubio, el hombre más hermoso y mejor educado que se había visto en Macondo, tan escrupuloso en el vestir que a pesar del calor sofocante trabajaba con la almilla brocada y el grueso saco de paño oscuro (p.40).
(Melquiades)Pocos meses después de su regreso se había operado en él un proceso de envejecimiento tan apresurado y crítico, que pronto se le tuvo por uno de esos bisabuelos inútiles que deambulan como sombras por los dormitorios, arrastrando los pies, recordando mejores tiempos en voz alta, y de quienes nadie se ocupa ni se acuerda en realidad hasta el día en que amanecen muertos en la cama (p. 47).
Rebeca (...) se acordó de un caballero calvo, vestido de lino y con el cuello de la camisa cerrado con un botón de aro, que nada tenía que ver con el rey de capas. Se acordó de una mujer muy joven y muy bella, de manos tibias y perfumadas, que nada tenían en común con las manos reumáticas de la sota de oros, y que le ponía flores en el cabello para sacarla a pasear en la tarde por un pueblo de calles verdes (p.51).
Padre Nicanor Reyna (...) tenía la piel triste, casi en los puros huesos, y el vientre pronunciado y redondo y una expresión de ángel viejo que era más de inocencia que de bondad (p.55).

<p>Las generaciones futuras, que nunca dejaron extinguir la lámpara, habían de desconcertarse ante aquella niña (Remedios, la bella) de faldas rizadas, botitas blancas y lazo de organdí en la cabeza, que no lograban hacer coincidir con la imagen académica de una bisabuela (p. 59).</p>
<p>(José Arcadio) sus espaldas cuadradas apenas si cabían por las puertas. Tenía una medallita de la Virgen de los Remedios colgada en el cuello de bisonte, los brazos y el pecho completamente bordados de tatuajes crípticos, y en la muñeca derecha la apretada esclava de cobre de los niños-en-cruz. Tenía el cuero curtido por la sal de la intemperie, el pelo corto y parado como las crines de un mulo, las mandíbulas férreas y la mirada triste. Tenía un cinturón dos veces más grueso que la cincha de un caballo, botas con polainas y espuelas y con los tacones herrados, y su presencia daba la impresión trepidatoria de un sacudimiento sísmico (p. 60).</p>
<p>(José Arcadio) no tenía un milímetro del cuerpo sin tatuar, por el frente y por la espalda, y desde el cuello hasta los dedos de los pies (p. 61).</p>
<p>Arcadio sufría con sus zapatos demasiado grandes, con sus pantalones remendados, con sus nalgas de mujer (p. 74).</p>
<p>Extendió la mano y encontró otra mano con dos sortijas en un mismo dedo, que estaba a punto de naufragar en la oscuridad. Sintió la nervadura de sus venas, el pulso de su infortunio, y sintió la palma húmeda con la línea de la vida tronchada en la base del pulgar por el zarpazo de la muerte. Entonces comprendió que no era esa la mujer que esperaba, porque no olía a humo sino a brillantina de florecitas, y tenía los senos inflados y ciegos con pezones de hombre, y el sexo pétreo y redondo como una nuez, y la ternura caótica de la inexperiencia exaltada. Era virgen y tenía el nombre inverosímil de Santa Sofía de la Piedad (p. 75).</p>
<p>(Gregorio Stevenson) hombre en calzoncillos, muerto, con el fusil sin carga, todavía agarrado por un brazo que había sido arrancado de cuajo. Tenía una frondosa cabellera de mujer enrollada en la nuca con una peineta, y en el cuello un escapulario con un pescadito de oro (p. 79).</p>
<p>(coronel Aureliano Buendía) parecía un pordiosero. Tenía la ropa desgarrada, el cabello y la barba enmarañados, y estaba descalzo. Caminaba sin sentir el polvo abrasante, con las manos amarradas a la espalda con una soga que sostenía en la cabeza de su montura un oficial de a caballo (p. 81).</p>
<p>Encontró al coronel Aureliano Buendía en el cuarto del cepo, tendido en un catre y con los brazos abiertos, porque tenía las axilas empedradas de golondrinos. Le habían permitido afeitarse. El bigote denso de puntas retorcidas acentuaba la angulosidad de sus pómulos. A Úrsula le pareció que estaba más pálido que cuando se fue, un poco más alto y más solitario que nunca (p. 82).</p>
<p>Tampoco fue posible quitar el penetrante olor a pólvora del cadáver (José Arcadio), Primero lo lavaron tres veces con jabón y estropajo, después lo frotaron con sal y vinagre, luego con ceniza y limón, y por último lo metieron en un tonel de lejía y lo dejaron reposar seis horas. Tanto lo restregaron que los arabescos del tatuaje empezaban a decolorarse. Cuando concibieron el recurso desesperado de sazonarlo con pimienta y comino y hojas de laurel y hervirlo un día entero a fuego lento ya había empezado a descomponerse y tuvieron que enterrarlo a las volandas. Lo encerraron herméticamente en un ataúd especial de dos metros y treinta centímetros de largo y un metro y diez centímetros de ancho, reforzado por dentro con planchas de hierro y atornillado con pernos de acero, y aun así se percibía el olor en las calles por donde pasó el entierro (p. 88).</p>
<p>(Cataure, hermano de Visitación) era pequeño y macizo, con un traje de paño negro y un sombrero también negro, enorme, hundido hasta los ojos taciturnos (p. 93).</p>

<p>Aureliano José con el mentón embadurnado de espuma, afilando la navaja barbera en la penca para afeitarse por primera vez. Se sangró las espinillas, se cortó el labio superior tratando de modelarse un bigote de pelusas rubias, y después de todo quedó igual que antes, pero el laborioso proceso le dejó a Amaranta la impresión de que en aquel instante había empezado a envejecer (p. 94).</p>
<p>Aureliano José (...) apareció en la cocina de la casa, macizo como un caballo, prieto y peludo como un indio (p. 98).</p>
<p>Pilar Ternera (...) Su risa había adquirido tonalidades de órgano, sus senos habían sucumbido al tedio de las caricias eventuales, su vientre y sus muslos habían sido víctimas de su irrevocable destino de mujer repartida, pero su corazón envejecía sin amargura. Gorda, lenguaraz, con ínfulas de matrona en desgracia, renunció a la ilusión estéril de las barajas y encontró un remanso de consolación en los amores ajenos (p. 102).</p>
<p>Coronel Aureliano Buendía (...) Vestía un uniforme de dril ordinario, sin insignias de ninguna clase, y unas botas altas con espuelas embadurnadas de barro y sangre seca. Llevaba al cinto una escuadra con la funda desabrochada, y la mano siempre apoyada en la culata revelaba la misma tensión vigilante y resuelta de la mirada. Su cabeza, ahora con entradas profundas, parecía horneada a fuego lento (p. 104).</p>
<p>(coronel Gerineldo Márquez) Maltratado por el rigor del destierro, envejecido por la edad y el olvido, sucio de sudor y polvo, oloroso a rebaño, feo, con el brazo izquierdo en cabestrillo (...) afeitado y limpio, con el bigote perfumado de agua de alhucema y sin el cabestrillo ensangrentado (p. 108).</p>
<p>Amaranta descubrió de pronto que aquella niña que había criado, que apenas despuntaba a la adolescencia, era ya la criatura más bella que se había visto en Macondo (Remedios, la bella, p. 108).</p>
<p>(Teófilo Vargas) Era un indio puro, montaraz, analfabeto, dotado de una malicia taciturna y una vocación mesiánica que suscitaba en sus hombres un fanatismo demente (p. 110).</p>
<p>Úrsula (...) tenía la piel cuarteada, los dientes carcomidos, el cabello marchito y sin color, y la mirada atónita (p. 115).</p>
<p>Mientras los Aurelianos eran retraídos, pero de mentalidad lúcida, los José Arcadio eran impulsivos y emprendedores, pero estaban marcados por un signo trágico. Los únicos casos de clasificación imposible eran los de José Arcadio Segundo y Aureliano Segundo (p. 121).</p>
<p>Contra la reverberación de la ventana, sentado con las manos en las rodillas, estaba Melquíades. No tenía más de cuarenta años. Llevaba el mismo chaleco anacrónico y el sombrero de alas de cuervo, y por sus sienes pálidas chorreaba la grasa del cabello derretida por el calor (p. 122).</p>
<p>Petra Cotes (...) Era una mulata limpia y joven, con unos ojos amarillos y almendrados que le daban a su rostro la ferocidad de una pantera, pero tenía un corazón generoso y una magnífica vocación para el amor (p. 125).</p>
<p>(coronel Aureliano Buendía) Tan absorbente era la atención que le exigía el preciosismo de su artesanía, que en poco tiempo envejeció más que en todos los años de guerra, y la posición le torció la espina dorsal y la milimetría le desgastó la vista, pero la concentración implacable lo premió con la paz del espíritu (p. 133).</p>

Un militar apuesto, de ademanes ceremoniosos, que tenía una cicatriz en la mejilla y una medalla de oro en el pecho (p. 137).
Fernanda (...) la mujer más bella de la tierra, con sus gloriosos ojos de animal asustado y los largos cabellos color de cobres extendidos en la almohada. Tan fascinado estaba con la visión, que tardó un instante en darse cuenta de que Fernanda se había puesto un camisón blanco, largo hasta los tobillos y con mangas hasta los puños, y con un ojal grande y redondo primorosamente ribeteado a la altura del vientre (p. 139).
A don Fernando vestido de negro y con un crucifijo en el pecho, con la piel reventada en eructos pestilentes y cocinándose a fuego lento en un espumoso y borboritante caldo de perlas vivas (p. 142).
Aureliano Triste (...) vio en el centro de la sala a la escuálida mujer vestida todavía con ropas del siglo anterior, con unas pocas hebras amarillas en el cráneo pelado, y con unos ojos grandes, aún hermosos, en los cuales se habían apagado las últimas estrellas de la esperanza, y el pellejo del rostro agrietado por la aridez de la soledad (Rebeca, p. 145).
(Rebeca) Ella permaneció inmóvil en el centro de la sala atiborrada de cachivaches, examinando palmo a palmo al gigante de espaldas cuadradas con un tatuaje de ceniza en la frente (p. 145).
(Remedios, la bella) Era demasiado evidente que estaba desnuda por completo bajo el burdo camisón, y nadie podía entender que su cráneo pelado y perfecto no era un desafío, y que no era una criminal provocación el descaro con que se descubría 105 muslos para quitarse el calor, y el gusto con que se chupaba los dedos después de comer con las manos (p. 153).
Lo recordaban muy bien por el contraste de su piel oscura con los grandes ojos verdes. Se llamaba Aureliano Amador (p. 159).
La Elefanta (...) era gigantesca y maciza, pero contra la corpulencia colosal prevalecía la ternura de la femineidad, y tenía un rostro tan hermoso, unas manos tan finas y bien cuidadas y un encanto personal tan irresistible (p. 170).
Alta, espadada, altiva, siempre vestida con abundantes pollerines de espuma y con un aire de distinción que resistía a los años y a los malos recuerdos, Amaranta (p. 172).
(La muerte) Una mujer vestida de azul con el cabello largo, de aspecto un poco anticuado, y con un cierto parecido a Pilar Ternera en la época en que las ayudaba en los oficios de cocina (p. 184).
El cadáver de la anciana doncella, fea y de mal color, con la venda negra en la mano y envuelta en la mortaja primorosa (Amaranta, p. 187).
(Mauricio Babilonia) Era joven, cetrino, con unos ojos oscuros y melancólicos que no le habrían sorprendido tanto si hubiera conocido a los gitanos, y un aire de ensueño que a cualquier mujer de corazón menos rígido le habría bastado para entender los motivos de su hija. Vestía de lino muy usado, con zapatos defendidos desesperadamente con cortezas superpuestas de blanco de cinc, y llevaba en la mano un canotier comprado el último sábado (p. 188).

<p>El niño (Aureliano Babilonia) (...) desnudo y con los pelos enmarañados y con un impresionante sexo de moco de pavo, como si no fuera una criatura humana sino la definición enciclopédica de un antropófago (p. 194).</p>
<p>(Soldados) Eran pequeños, macizos, brutos. Sudaban con sudor de caballo, y tenían un olor de carnaza macerada por el sol, y la impavidez taciturna e impenetrable de los hombres del páramo (p. 200).</p>
<p>(Aureliano Segundo) Le cortó el pelo, lo vistió, le enseñó a perderle el miedo a la gente, y muy pronto se vio que era un legítimo Aureliano Buendía, con sus pómulos, altos, su mirada de asombro y su aire solitario (Aureliano Babilonia, p. 209).</p>
<p>(coronel Aureliano Buendía) Al cabo de tres meses tenía el pelo ceniciento, el antiguo bigote de puntas engomadas chorreando sobre los labios sin color, pero en cambio sus ojos eran otra vez las dos brasas que asustaron a quienes lo vieron nacer y que en otro tiempo hacían rodar las sillas con sólo miraras (p. 160).</p>
<p>(Aureliano Segundo) la encontró verde, desgredada, con los párpados hundidos y la piel escarchada por la sarna (Petra Cotes, p. 220)</p>
<p>(Padre Antonio Isabel) Lo describió como un híbrido de macho cabrío cruzado con hembra hereje, una bestia infernal cuyo aliento calcinaba el aire y cuya visita determinaría la concepción de engendros por las recién casadas (Judío Errante, p. 227)</p>
<p>(Judío Errante) Pesaba como un buey, a pesar de que su estatura no era mayor que la de un adolescente, y de sus heridas manaba una sangre verde y untuosa. Tenía el cuerpo cubierto de un pelambre áspero, plagada de garrapatas menudas, y el pellejo petrificado por una costra de rémora, pero al contrario de la descripción del párroco, sus partes humanas eran más de ángel valetudinario que de hombre, porque las manos eran tersas y hábiles, los ojos grandes y crepusculares, y tenía en los omoplatos los muñones cicatrizados y callosos de unas alas potentes, que debieron ser desbastadas con hachas de labrador (p. 227).</p>
<p>No llegó la mujer de todos los días, la de la cabeza alzada y la andadura pétrea, sino una anciana de una hermosura sobrenatural, con una amarillenta capa de armiño, una corona de cartón dorado, y la conducta lánguida de quien ha llorado en secreto. En realidad, desde que lo encontró en los baúles de Aureliano Segundo, Fernanda se había puesto muchas veces el apolillado vestido de reina (p. 240).</p>
<p>(Fernanda) Llevaba un traje de tafetán luctuoso, una camisa de cuello redondo y duro, y una delgada cinta de seda con un lazo en lugar de la corbata. Era lívido, lánguido, de mirada atónita y labios débiles. El cabello negro, lustrado y liso, partido en el centro del cráneo por una línea recta y exangüe, tenía la misma apariencia postiza del pelo de los santos. La sombra de la barba bien destroncada en el rostro de parafina parecía un asunto de la conciencia. Tenía las manos pálidas, con nervaduras verdes y dedos parasitarios, y un anillo de oro macizo con un ópalo girasol, redondo, en el índice izquierdo (p. 241)</p>
<p>Uno de los niños, que tenía el cabello rubio y crespo, y los ojos de vidries rosados como los conejos, solía dormir en la casa (p. 246).</p>
<p>Era un anciano oscuro, con unos ojos grandes y verdes que le daban a su rostro una fosforescencia espectral, y con una cruz de ceniza en la frente. Las ropas en piltrafas, los zapatos rotos, la vieja mochila que llevaba en el hombro como único equipaje, le daban el aspecto de un pordiosero (...) Era Aureliano Amador (p. 248).</p>

Amaranta Úrsula (...) con un vestido color de marfil, un hilo de perlas que le daba casi a las rodillas, sortijas de esmeraldas y topacios, y el cabello redondo y liso rematado en las orejas con puntas de golondrinas (p. 249).
(Amaranta Úrsula) Activa, menuda, indomable, como Úrsula, y casi tan bella y provocativa como Remedios, la bella, estaba dotada de un raro instinto para anticiparse a la moda (p. 250).
(Gastón) Cuando andaba en el velocípedo usaba pantalones de acróbata, medias de gaitero y cachucha de detective, pero cuando andaba de a pie vestía de lino crudo, intachable, con zapatos blancos, corbatín de seda, sombrero canotier y una vara de mimbre en la mano (p. 251).
(Gastón) Tenía unas pupilas pálidas que acentuaban su aire de navegante, y un bigotito de pelos de ardilla. Aunque era por lo menos quince años mayor que su mujer, sus gustos juveniles, su vigilante determinación de hacerla feliz, y sus virtudes de buen amante, compensaban la diferencia (p. 251).
Una negra grande, de huesos sólidos, caderas de yegua y tetas de melones vivos, y una cabeza redonda, perfecta, acorazada por un duro capacete de pelos de alambre, que parecía el almófar de un guerrero medieval. Se llamaba Nigromanta (p. 254).
El cabello largo y descuidado, los moretones que le amanecían en la cara, la hinchazón de las piernas, la deformación del antiguo y amoroso cuerpo de comadreja, le habían cambiado a Amaranta Úrsula la apariencia juvenil de cuando llegó a la casa (p. 271).
(El ultimo Buendía, Aureliano) un Buendía de los grandes, macizo y voluntarioso como los José Arcadios, con los ojos abiertos y clarividentes de los Aurelianos (p. 272).

### 7.3. Conceptos de Ocio

Los conceptos relacionados con Ocio presentados en Cien años de soledad se pueden evidenciar en la siguiente tabla:

<b>Tabla 6. Conceptos de Ocio</b>	
<b>Ocio productivo</b>	<b>Ocio lúdico</b>
José Arcadio Buendía pasaba largas horas en su cuarto, haciendo cálculos sobre las posibilidades estratégicas de su arma novedosa, hasta que logró componer un manual de una asombrosa claridad didáctica y un poder de convicción irresistible (p. 2).	(Estera voladora) Pero no la ofrecieron como un aporte fundamental al desarrollo del transporte, como un objeto de recreo. La gente, desde luego, desenterró sus últimos pedacitos de oro para disfrutar de un vuelo fugaz sobre las casas de la aldea (p. 21).
José Arcadio Buendía pasó los largos meses de lluvia encerrado en un cuartito que construyó en el fondo de la casa para que nadie perturbara sus experimentos. Habiendo abandonado por completo las obligaciones domésticas, permaneció noches enteras en el patio vigilando el curso de los astros, y estuvo a punto de contraer una insolación por tratar de establecer un método exacto para encontrar el mediodía (p. 3).	(Habitantes de Macondo) durante horas y horas los mismos chistes, a complicar hasta los límites de la exasperación el cuento del gallo capón (p. 31).
Desde la tarde en que llamó a los niños para que lo ayudaran a desempacar las cosas del laboratorio, (José Arcadio Buendía) les dedicó sus horas mejores. En el cuartito apartado, cuyas paredes se fueron llenando poco a poco de mapas inverosímiles y gráficos fabulosos, les enseñó a leer y escribir y a sacar cuentas, y les habló de las maravillas del mundo, donde le alcanzaban sus conocimientos, sino forzando a extremos increíbles los límites de su imaginación (p. 11).	Pietro Crespi las enseñó a bailar. Les indicaba los pasos sin tocarlas, marcando el compás con un metrónomo (p. 40).
Aureliano vivía horas interminables en el laboratorio abandonada, aprendiendo por pura investigación el arte de la platería (p. 26).	(Aureliano) Pasaba horas enteras con Rebeca en la sala de visita escuchando los vales de la pianola (p. 44)
Rebeca esperaba el amor a las cuatro de la tarde bordando junto a la ventana (p. 44).	Aureliano jugaba con el suegro interminables partidos de dominó, mientras Remedios conversaba con sus hermanas o trataba con su madre asuntos de gente mayor (p. 59).

<p>(Melquiades) Sólo iba al taller de Aureliano, donde pasaba horas y horas garabateando su literatura enigmática en los pergaminos que llevó consigo y que parecían fabricados en una materia árida que se resquebrajaba como hojaldres (p. 48).</p>	<p>(Aureliano) Iba por las tardes a tomar el café con José Arcadio y Rebeca, que empezaban a ordenar su casa, y desde las siete jugaba dominó con el suegro. A la hora del almuerzo conversaba con Arcadio, que era ya un adolescente monumental, y lo encontraba cada vez más exaltado con la inminencia de la guerra (p. 67).</p>
<p>Aureliano, por su parte, había descuidado el taller para enseñar a leer y escribir a la pequeña Remedios (...), pasaba muchas horas con él estudiando el sentido de las letras y dibujando en un cuaderno con lápices de colores casitas can vacas en los corrales y sales redondas con rayas amarillas que se ocultaban detrás de las lomas (p. 50).</p>	<p>(Pietro Crespi) Se encerraba horas y horas a tocar la cítara (p. 73).</p>
<p>Todas las tardes se sentaba, junto al castaño, predicando en latín (José Arcadio Buendía, p. 56).</p>	<p>Los días en que iba a almorzar a la casa, el coronel Gerineldo Márquez se quedaba la tarde en el corredor de las begonias jugando damas chinas con Amaranta (p. 92).</p>
<p>Mientras conversaba con las amigas que todas las tardes iban a bordar o tejer en el corredor, (Amaranta) trataba de concebir nuevas triquiñuelas (p. 57).</p>	<p>Eran pausas con un cierto ambiente festivo que el general Moncada aprovechaba para enseñar a jugar al ajedrez al coronel Aureliano Buendía (p. 97).</p>
<p>Amaranta y sus amigas bordando en el corredor, Rebeca chupándose el dedo en el dormitorio, Úrsula en la cocina, Aureliano en el taller y hasta José Arcadio Buendía bajo el castaño solitario (p. 60).</p>	<p>(Aureliano José) Andaba un poco al garete, jugando billar, sobrellevando su soledad con mujeres ocasionales (p. 101).</p>
<p>Le arrancaba los hilos descosidos en los puños de la camisa, y bordó una docena de pañuelos con sus iniciales para el día de su cumpleaños. Los martes, después del almuerzo, mientras ella (Amaranta) bordaba en el corredor, él (Pietro Crespi) le hacía una alegre compañía (p. 63).</p>	<p>(Aureliano Segundo) Pasaba las tardes en el patio, aprendiendo a tocar de oídas el acordeón (p. 125).</p>
<p>El italiano llegaba al atardecer, con una gardenia en el ojal, y le traducía a Amaranta sonetos de Petrarca. Permanecían en el corredor sofocado por el orégano y las rosas, él leyendo y ella tejiendo encaje de bolillo, indiferentes a los sobresaltos y las malas noticias de la guerra, hasta que los mosquitos los obligaban a refugiarse en la sala (p. 71).</p>	<p>La Calle de los Turcos, enriquecida con luminosos almacenes de ultra marinos que desplazaron los viejos bazares de colorines bordoneaba la noche del sábado con las muchedumbres de aventureros que se atropellaban entre las mesas de suerte y azar los mostradores de tiro al blanco (p. 151).</p>
<p>Aureliano Segundo estaba abstraído en la lectura de un libro (p. 122).</p>	<p>Sus únicas distracciones eran los ejercicios de clavicordio a la hora de la siesta, y las cartas de sus hijos (Fernanda, p. 171).</p>

Coronel Aureliano Buendía (...) En otra época, después de pasar todo el día haciendo animalitos de caramelo, todavía le sobraba tiempo para ocuparse de los niños, para verlos en el blanco del ojo que estaban necesitando una pócima de aceite de ricino. (p. 163).	Meme (...) su carácter frívolo y hasta un poco infantil no parecía adecuado para ninguna actividad seria, pero cuando se sentaba al clavicordio se transformaba en una muchacha diferente, cuya madurez imprevista le daba un aire de adulto (p. 178).
(Meme) En la mañana se ocupaba de su ropa, bordando en el corredor o cosiendo en la vieja máquina de manivela de Amaranta (p. 181).	Fernanda (...) nunca se opuso a que tuviera la casa llena de amigas, y pasara la tarde en las plantaciones y fuera al cine con Aureliano Segundo o con señoras de confianza (p. 179).
Aureliano Segundo se entusiasmó tanto con los progresos de la hija que le compró a un vendedor viajero una enciclopedia inglesa en seis volúmenes y con numerosas láminas de colores, que Meme leía en sus horas libres (p. 182).	Aureliano Segundo aplazaba entonces cualquier compromiso para estar con Meme, por llevarla al cine o al circo, y le dedicaba la mayor parte de su ocio (p. 180).
Amaranta bordaba su interminable mortaja (p. 182).	Mientras los otros hacían la siesta, (Meme) practicaba dos horas el clavicordio (p. 181).
José Arcadio Segundo se dedicó entonces a repasar muchas veces los pergaminos de Melquíades, y tanto más a gusto cuanto menos los entendía (p. 207).	Encontraron al padre Antonio Isabel Jugando con los niños a la gallina ciega (p. 229).
Aureliano Segundo (...) Empezó por mostrarles las láminas a los niños, en especial las de animales, y más tarde los mapas y las fotografías de países remotos y personajes célebres. Como no sabía inglés, y como apenas podía distinguir las ciudades más conocidas y las personalidades más corrientes, se dio a inventar nombres y leyendas para satisfacer la curiosidad insaciable de los niños (p. 209).	Amaranta Úrsula, heredera de ciertos encantos de Remedios, la bella, ocupaba en hacer sus tareas escolares (p. 230).
(Renata) tejía palmas fúnebres por gusto de entretenimiento (p. 214).	José Arcadio Segundo (...) enseñó al pequeño Aureliano a leer y a escribir, lo inició en el estudio de los pergaminos (p. 231).
(Aureliano Babilonia) se distrajo de sus horas solitarias repasando las láminas de la enciclopedia (p. 225).	Aureliano Segundo tocó en el acordeón por última vez las canciones olvidadas de Francisco el Hombre, pero ya no pudo cantarlas (p. 233).

<p>A cualquier hora que entrara en el cuarto, Santa Sofía de la Piedad lo encontraba absorto en la lectura (Aureliano, p. 235).</p>	
<p>La única distracción de José Arcadio era recoger niños en el pueblo para que jugaran en la casa. Aparecía con ellos a la hora de la siesta, y los hacía Saltar la cuerda en el jardín, cantar en el corredor y hacer maromas en los muebles de la sala, mientras él iba por entre los grupos impartiendo lecciones de buen comportamiento (p. 245).</p>	
<p>Aureliano (...) leía con avidez hasta muy altas horas de la noche (p. 253).</p>	
<p>Aureliano ocupaba la mañana en descifrar pergaminos, y a la hora de la siesta iba al dormitorio soporífero donde Nigromanta lo esperaba para enseñarle a hacer primero como las lombrices, luego como los caracoles y por último como los cangrejos, hasta que tenía que abandonarlo (p. 255).</p>	
<p>Matando lagartijas para colgárselas a Úrsula, jugando a enterrarla viva (Amaranta Úrsula &amp; Aureliano, p. 270).</p>	
<p>Amaranta Úrsula se sentaba a tejer botitas y sombreritos de recién nacido, y Aureliano a contestar las cartas ocasionales del sabio catalán (p. 271).</p>	

## 7.4. Conceptos de Salud

Los conceptos sobre salud visualizados en Cien años de soledad se pueden ver en la siguiente tabla:

<b>Tabla 7. Conceptos de salud</b>		
<b>Bienestar</b>	<b>Salud mental</b>	<b>Salud física</b>
(Melquiades) Sobrevivió a la pelagra en Persia, al escorbuto en el archipiélago de Malasia, a la lepra en Alejandría, al beriberi en el Japón, a la peste bubónica en Madagascar, al terremoto de Sicilia y a un naufragio multitudinario en el estrecho de Magallanes (p. 4).	José Arcadio (...) perdió el apetito y el sueño, sucumbió al mal humor (p. 21).	(José Arcadio Buendía) sufrió quemaduras que se convirtieron en úlceras y tardaron mucho tiempo en sanar (p. 2).
Remedios despertó a media noche empapada en un caldo caliente que explotó en sus entrañas con una especie de eructo desgarrador, y murió tres días después envenenada por su propia sangre con un par de gemelos atravesados en el vientre (p. 58).	Lo más temible de la enfermedad del insomnio no era la imposibilidad de dormir, pues el cuerpo no sentía cansancio alguno, sino su inexorable evolución hacia una manifestación más crítica: el olvido. Quería decir que cuando el enfermo se acostumbraba a su estado de vigilia, empezaban a borrarse de su memoria los recuerdos de la infancia, luego el nombre y la noción de las cosas, y por último la identidad de las personas y aun la conciencia del propio ser, hasta hundirse en una especie de idiotez sin pasado (p. 29).	(José Arcadio Buendía) Temblando de fiebre, devastado por la prolongada vigilia y por el encono de su imaginación (p. 3).
En la casa nueva, situada en el mejor rincón de la plaza, a la sombra de un almendro privilegiado con tres nidos de petirrojos, con una puerta grande para las visitas y cuatro ventanas para la luz, establecieron un hogar hospitalario (José Arcadio & Rebeca, p. 87).	Úrsula, que había aprendido de su madre el valor medicinal de las plantas, preparó e hizo beber a todos un brebaje de acónito, pero no consiguieron dormir, sino que estuvieron todo el día soñando despiertos (p. 30).	La hinchazón le desfiguró las piernas, y las varices se le reventaban como burbujas (Úrsula, p. 16).

<p>A pesar del tiempo, de los lutos superpuestos y las aflicciones acumuladas, Úrsula se resistía a envejecer (p. 98).</p>	<p>Se acordaron medidas para impedir que el flagelo se propagara a otras poblaciones de la ciénaga. Fue así como se quitaron a los chivos las campanitas que los árabes cambiaban por guacamayas y se pusieron a la entrada del pueblo a disposición de quienes desatendían los consejos y súplicas de los centinelas e insistían en visitar la población. Todos los forasteros que por aquel tiempo recorrían las calles de Macondo tenían que hacer sonar su campanita para que los enfermos supieran que estaba sano. No se les permitía comer ni beber nada durante su estancia, pues no había duda de que la enfermedad sólo se transmitía por la boca, y todas las cosas de comer y de beber estaban contaminadas de insomnio. En esa forma se mantuvo la peste circunscrita al perímetro de la población (p. 31.)</p>	<p>Estos niños (Aureliano &amp; José Arcadio) andan como zurumbáticos -decía Úrsula-. Deben tener lombrices.» Les preparó una repugnante pócima de paico machacado, que ambos bebieron con imprevisto estoicismo, y se sentaron al mismo tiempo en sus bacinillas once veces en un solo día, y expulsaron unos parásitos rosados (p. 20).</p>
<p>Aunque ya era centenaria y estaba a punto de quedarse ciega por las cataratas, conservaba intactos el dinamismo físico, la integridad del carácter y el equilibrio mental (Úrsula, p. 126).</p>	<p>Arcadio era un niño solitario y asustado durante la peste del insomnio, en medio de la fiebre utilitaria de Úrsula, de los delirios de José Arcadio Buendía, del hermetismo de Aureliano (p. 74).</p>	<p>(coronel Aureliano Buendía) comprendía que sus huestes estaban penetrando en la selva, defendiéndose de la malaria y los mosquitos, avanzando en sentido contrario al de la realidad (p. 90).</p>
<p>Meme no dio muestra alguna de aflicción. Al contrario, desde el dormitorio contiguo percibió Úrsula el ritmo sosegado de su sueño, la serenidad de sus quehaceres, el orden de sus comidas y la buena salud de su digestión (p. 192).</p>	<p>El estorbo de la obesidad absurda que ya no le permitía amarrarse los cordones de los zapatos, y la satisfacción abusiva de toda clase de apetitos, habían empezado a agriarle el carácter (Aureliano Segundo, p. 180).</p>	<p>Un frío interior que le rayaba los huesos y lo mortificaba inclusive a pleno sol impidió dormir bien varios meses, hasta que se le convirtió en una costumbre (coronel Aureliano Buendía, p. 111)</p>
<p>Remedios la bella (...), adolescencia magnífica, cada vez más impermeable a los formalismos, más indiferente a la malicia y la suspicacia, feliz en un mundo propio de realidades simples (p. 153).</p>	<p>(Úrsula) fue perdiendo el sentido de la realidad, y confundía el tiempo actual con épocas remotas de su vida, hasta el punto de que en una ocasión pasó tres días llorando sin consuelo por la muerte de Petronila Iguarán, su bisabuela, enterrada desde hacía más de un siglo. Se hundió en un estado de confusión tan dispartado (p. 216).</p>	<p>(coronel Aureliano Buendía) Llegó vejado, escupido, acusado de haber recrudescido la guerra sólo para venderla más cara. Temblaba de fiebre y de frío y tenía otra vez las axilas empedradas de golondrinos (p. 114)</p>

<p>(La Elefanta) Había aprendido a comer siendo ya una respetable madre de familia, buscando un método para que sus hijos se alimentaran mejor y no mediante estímulos artificiales del apetito sino mediante la absoluta tranquilidad del espíritu. Su teoría, demostrada en la práctica, se fundaba en el principio de que una persona que tuviera perfectamente arreglados todos los asuntos de su conciencia, podía comer sin tregua hasta que la venciera el cansancio (p. 170).</p>	<p>Los ciento veinte kilos que llegó a tener en la época en que lo desafió La Elefanta se habían reducido a setenta y ocho; la candorosa y abotagada cara de tortuga se le había vuelto de iguana, y siempre andaba cerca del aburrimiento y el cansancio (Aureliano Segundo, p. 223).</p>	<p>Aureliano Centeno (...), primitivo impulso de crecimiento, y era un hombre de estatura mediana marcado con cicatrices de viruela (p. 147).</p>
<p>Amaranta, aunque estaba vieja y apartada de todos, todavía se notaba firme y recta, con la salud de piedra que tuvo siempre (p. 182).</p>		<p>El coronel Aureliano Buendía no logró recobrar la serenidad en mucho tiempo. Abandonó la fabricación de pescaditos, comía a duras penas, y andaba como un sonámbulo por toda la casa, arrastrando la manta y masticando una cólera sorda (p. 160).</p>
<p>Amaranta no revelaba trastorno alguno, ni el más leve signo de dolor, y hasta se notaba un poco rejuvenecida por el deber cumplido. Estaba tan derecha y esbelta como siempre. De no haber sido por los pómulos endurecidos y la falta de algunos dientes, habría parecido mucho menos vieja de lo que era en realidad (p. 185).</p>		<p>Todavía en sus últimos años, cuando ya no podía levantarse de la cama, parecía simplemente que estaba vencida por la decrepitud, pero nadie descubrió que estuviera ciega. Ella (Úrsula) lo había notado desde antes del nacimiento de José Arcadio. Al principio creyó que se trataba de una debilidad transitoria, y tomaba a escondidas jarabe de tuétano y se echaba miel de abeja en los ojos (p. 163).</p>
<p>(Aureliano Segundo) la panza se le fue desinflando poco a poco como un pellejo, y la cara de tortuga beatífica se le hizo menos sanguínea y menos protuberante la papada, hasta que todo le terminó por ser menos paquidérmico y pudo amarrarse otra vez los cordones de los zapatos (p. 208).</p>		<p>Aunque el temblor de las manos era cada vez más perceptible y no podía con el peso de los pies (Úrsula, p. 164).</p>

<p>Santa Sofía de la Piedad vagaba en una vejez solitaria, cocinando lo poco que se comían, y casi por completo dedicada al cuidado de José Arcadio Segundo (p. 230).</p>		<p>Aureliano Segundo se volvió gordo, violáceo, atortugado, a consecuencia de un apetito (...) el prestigio de su desmandada voracidad, de su inmensa capacidad de despilfarro (p. 169).</p>
		<p>Úrsula, ya completamente ciega, pero todavía activa y lúcida (p. 180).</p>
		<p>Fernanda (...) diagnosticado un tumor benigno en el intestino grueso y estaban preparándola para practicarle una intervención telepática (p. 182).</p>
		<p>Los médicos de la compañía no examinaban a los enfermos, sino que los hacían pararse en fila india frente a los dispensarios, y una enfermera les ponía en la lengua una píldora del color del piedralipe, así tuvieran paludismo, blenorragia o estreñimiento (p. 198).</p>
		<p>Úrsula concluyó razonablemente que los trastornos no eran uterinos, sino intestinales, y le aconsejó que tomara en ayunas una papeleta de calomel (p. 210).</p>
		<p>(Úrsula) Poco a poco se fue reduciendo, fetizándose, momificándose en vida, hasta el punto de que en sus últimos meses era una ciruela pasa perdida dentro del camisón, y el brazo siempre alzado terminó por parecer la pata de un marimonda. Se quedaba inmóvil varios días, y Santa Sofía de la Piedad tenía que sacudirla para convencerse de que estaba viva, y se la sentaba en las piernas para alimentarla con cucharaditas de agua de azúcar. Parecía una anciana recién nacida (p. 226).</p>

		(Aureliano Segundo) Hacía conmovedores esfuerzos por parecer alegre, simpático, locuaz, pero bastaba verle el sudor y la palidez para saber que no podía con su alma. A veces se desviaba por predios baldíos, donde nadie lo viera, y se sentaba un momento a descansar de las tenazas que lo despedazaban por dentro (p. 232).
		(José Arcadio) Quedó demolido, con una crisis de asma que se prolongó por varios días, y que le dio el aspecto de un agonizante (p. 247).
		José Arcadio había alcanzado a pensar que había huido, cuando lo vio aparecer de nuevo, un poco anhelante a causa de la prisa, arrastrando las piernas que el encierro y la falta de movilidad habían vuelto débiles y torpes (Aureliano, 247).

## 8. ANÁLISIS

### Actividad física

Referentes a los conceptos del desarrollo del proyecto, el deporte se realizaba sin frecuencia rutinaria alguna, dando lugar a las actividades cotidianas y laborales como medios para la realización de actividad física. A través de estas, como se produce en la actualidad, las personas logran mantenerse en el día a día ya sea desde lo económico, alimenticio o supervivencia con el mismo tipo de actividades, como se ve reflejado en los apartados tomados de la obra. Así mismo, muchas de estas permiten el libre goce del tiempo libre, a pesar de que son condicionadas por diferentes factores. Un ejemplo de lo anterior se puede ver en el siguiente apartado referente a Aureliano Segundo:

*“Trabajó como nunca lo había hecho, y en vez de una hizo tres rifas semanales. Desde muy temprano se le veía recorrer el pueblo, aun en los barrios más apartados y miserables, tratando de vender los billetitos con una ansiedad que sólo era concebible en un moribundo” (p. 232).*

Lo anterior, según el concepto de Cintra & Balboa (2011), tiene total relación ya que los movimientos corporales presentados en la obra están relacionados directamente con actividades laborales o en momentos de ocio, los cuales provocan un desgaste energético; de esta manera, se puede determinar que se ha ido manteniendo esa actividad para la cotidianidad, sin cambio significativo en el concepto mismo.

Una forma de actividad física que se convirtió en ocio por diferentes factores relacionados a la salud, fue el de la fabricación de pescaditos de oro, negocio dirigido por el coronel Aureliano Buendía como se ve en el siguiente apartado:

*“El negocio del coronel, que cambiaba los pescaditos por monedas de oro, y luego convertía las monedas de oro en pescaditos, y así sucesivamente, de modo que tenía que trabajar cada vez más a medida que más vendía, para satisfacer un círculo vicioso exasperante” (p. 133).*

Por otro lado, el deporte no presenta similitud alguna a nuestra realidad, ya que para esos tiempos se hacía solo como actividad física, sin vínculo alguno a lo económico y comercial, ni como forma de mantener un físico óptimo. Por consiguiente, la definición de Cagigal (1985) refleja lo contrario

al concepto de la obra, ya que el espectáculo no tiene intervención alguna en la definición de deporte visualizado en la obra. Además, la formación corporal a través del deporte no presentaba ningún significado, ya que no era un medio para atraer, sino como forma para mostrar fortaleza y vigor en tiempos de supervivencia. Ninguna de las definiciones presentadas en el presente proyecto manifiesta cercanía a la concepción que en Cien años de soledad se brinda sobre deporte.

Así mismo, Gabriel García Márquez, en el concepto de actividad física, refleja con gran veracidad el “realismo mágico” a través de situaciones relacionadas a la fuerza, donde las personas, a través de esta capacidad física, realizan acciones irreales, pero que le dan un sentido especial a la obra y la historia que esta lleva consigo.

*“(José Arcadio Buendía) Agarró la tranca de una puerta y con la violencia salvaje de su fuerza descomunal destrozó hasta convertirlos en polvo los aparatos de alquimia, el gabinete de daguerrotipia, el taller de orfebrería, gritando como un endemoniado en un idioma altisonante y fluido, pero completamente incomprensible” (p. 53).*

Desde la óptica literaria, lo anterior se relaciona con las características presentadas por Riaza (2017), quien menciona que “lo mágico nace de la realidad y se introduce de manera natural en ella, observándose que estos elementos maravillosos son raramente explicados ya que los personajes los ven con absoluta normalidad”, como se puede ver en dicho apartado.

## **Cuerpo**

Según los datos obtenidos, este concepto es el que más aparece en la obra (74), pudiéndose ver a través de las descripciones corporales de los personajes, su forma de ser, de pensar, de actuar y de asumir las diferentes problemáticas de la época. Un ejemplo es el observado en Remedios, la bella, como se menciona en el siguiente apartado:

*“Remedios la bella (...), adolescencia magnífica, cada vez más impermeable a los formalismos, más indiferente a la malicia y la suspicacia, feliz en un mundo propio de realidades simples” (p. 153).*

A través de su imagen corporal se puede asegurar que era una mujer hermosa, inocente, incapaz de hacer daño a alguien de manera consciente, mostrando a través de su apariencia física todo lo que llevaba consigo y transmitiendo su personalidad en cada una de sus facetas.

Desde este punto de vista, la salud se relaciona con la imagen corporal ya que, a través del bienestar o las deficiencias presentadas en los personajes, se puede ver la percepción, la cognición y el afecto desde el cuerpo mismo, permitiéndose justificar la imagen de cada uno de ellos. Una nota textual que muestra lo anterior es la descripción realizada a José Arcadio, quien, al enterarse que Fernanda, su madre, había muerto, volvió a casa.

*“Llevaba un traje de tafetán luctuoso, una camisa de cuello redondo y duro, y una delgada cinta de seda con un lazo en lugar de la corbata. Era lívido, lánguido, de mirada atónita y labios débiles. El cabello negro, lustrado y liso, partido en el centro del cráneo por una línea recta y exangüe, tenía la misma apariencia postiza del pelo de los santos. La sombra de la barba bien destroncada en el rostro de parafina parecía un asunto de la conciencia. Tenía las manos pálidas, con nervaduras verdes y dedos parasitarios, y un anillo de oro macizo con un ópalo girasol, redondo, en el índice izquierdo” (p. 241).*

Todo esto se refleja en la definición planteada por De la Serna (2004) sobre la imagen corporal, en la cual se hace referencia a este concepto desde cuatro componentes: el componente perceptual (percepción del cuerpo en su totalidad o bien de alguna de sus partes), el componente cognitivo (valoraciones respecto al cuerpo o una parte de éste), el componente afectivo (sentimientos o actitudes respecto al cuerpo o a una parte de éste y sentimientos hacia el cuerpo) y el componente conductual (acciones o comportamientos que se dan a partir de la percepción).

El siguiente apartado muestra lo mencionado por Slade (1994), quien dice que “la imagen corporal es una representación mental amplia de la figura corporal, su forma y tamaño, la cual está influenciada por factores históricos, culturales, sociales, individuales y biológicos que varían con el tiempo” (pág. 497), como aquí se puede reflejar en la siguiente personaje:

*Pilar Ternera (...) su risa había adquirido tonalidades de órgano, sus senos habían sucumbido al tedio de las caricias eventuales, su vientre y sus muslos habían sido víctimas de su irrevocable destino de mujer repartida, pero su corazón envejecía sin amargura. Gorda, lenguaraz, con ínfulas de matrona en desgracia, renunció a la ilusión estéril de las barajas y encontró un remanso de consolación en los amores ajenos (p. 102).*

Todo esto, gracias a la forma de vida que llevaba y por la influencia que todos los factores mencionados por el autor anteriormente dicho sucumbieron en su vida diaria y propiamente en su imagen corporal.

Por otro lado, una muestra de la imagen corporal en el realismo mágico se puede ver en la muerte de José Arcadio, al que, para quitarle el olor a pólvora:

*“primero lo lavaron tres veces con jabón y estropajo, después lo frotaron con sal y vinagre, luego con ceniza y limón, y por último lo metieron en un tonel de lejía y lo dejaron reposar seis horas. Tanto lo restregaron que los arabescos del tatuaje empezaban a decolorarse. Cuando concibieron el recurso desesperado de sazonarlo con pimienta y comino y hojas de laurel y hervirlo un día entero a fuego lento ya había empezado a descomponerse y tuvieron que enterrarlo a las volandas. Lo encerraron herméticamente en un ataúd especial de dos metros y treinta centímetros de largo y un metro y diez centímetros de ancho, reforzado por dentro con planchas de hierro y atornillado con pernos de acero, y aun así se percibía el olor en las calles por donde pasó el entierro” (p. 88).*

Otro ejemplo de este movimiento literario se presenta en la descripción del Judío Errante, quien era una criatura la cual fue observada por el padre Antonio Isabel y era causante de la muerte de los pájaros en Macondo:

*Pesaba como un buey, a pesar de que su estatura no era mayor que la de un adolescente, y de sus heridas manaba una sangre verde y untuosa. Tenía el cuerpo cubierto de un pelambre áspero, plagada de garrapatas menudas, y el pellejo petrificado por una costra de rémora, pero al contrario de la descripción del párroco, sus partes humanas eran más de ángel valetudinario que de hombre, porque las manos eran tersas y hábiles, los ojos grandes y crepusculares, y tenía en los omoplatos los muñones cicatrizados y callosos de unas alas potentes, que debieron ser desbastadas con hachas de labrador (p. 227).*

## **Ocio**

Referente al ocio, se puede decir que Gabriel García Márquez usa este concepto para el desenvolvimiento de la obra, siendo un medio para la resolución del problema de cada una de las generaciones, el cual era la interpretación de los pergaminos que reflejaba la historia de los Buendía Iguarán. A través del buen uso del tiempo libre u ocio productivo, los personajes se informaban, leían, interpretaban y departían sobre diferentes contrastes y problemáticas del contexto, como se puede ver en el siguiente apartado:

*“Amaranta y sus amigas bordando en el corredor, Rebeca chupándose el dedo en el dormitorio, Úrsula en la cocina, Aureliano en el taller y hasta José Arcadio Buendía bajo el castaño solitario” (p. 60).*

Así mismo, como era poca la formación académica de esa época, se hacía uso de este tipo de ocio para enseñar a los hijos a leer y escribir, permitiendo aprendizajes significativos en cada uno de ellos los cuales se reflejan en el desarrollo de la historia y se puede ver en la siguiente nota textual:

*“Aureliano, por su parte, había descuidado el taller para enseñar a leer y escribir a la pequeña Remedios (...), pasaba muchas horas con él estudiando el sentido de las letras y dibujando en un cuaderno con lápices de colores casitas con vacas en los corrales y soles redondos con rayas amarillas que se ocultaban detrás de las lomas” (p. 50).*

Como se menciona en diferentes apartados, otra forma de ocio productivo era el de bordar, el cual también fue de generación en generación y que permitió diferentes acercamientos sentimentales.

El baile, la música, los juegos de mesa y de azar, eran los ocios lúdicos más frecuentes. Este tipo de actividad, aunque no sea productiva, también produce placer y busca la socialización y cooperatividad en los diferentes grupos como ocurrió en la historia de Cien años de soledad. Tanto así, que enemigos de guerra desarrollaban este tipo de ocio, dejando las luchas a un lado y permitiendo la diversión florecer; esto se puede ver en el siguiente apartado:

*“Aureliano jugaba con el suegro interminables partidos de dominó, mientras Remedios conversaba con sus hermanas o trataba con su madre asuntos de gente mayor” (p. 59).*

En ese momento, ambos pertenecían a diferentes partidos políticos y se encontraban en guerra; sin embargo, por medio de ese juego de mesa, conversaban sobre dicho conflicto y hacían un uso óptimo del tiempo libre.

Lo anterior, hace referencia y presenta similitud con lo mencionado por Gomes (2011), quien manifiesta que las actividades culturales como las fiestas, juegos, música, etc., son formas de ocio que “constituyen prácticas inmemorables en la vida de cada persona y en la cultura de cada pueblo y pueden asumir múltiples significados; al ser concretizadas en un determinado tiempo/espacio social, al dialogar con un determinado contexto y, también, al asumir un papel peculiar para los sujetos, grupos sociales, instituciones y sociedad que las vivencian histórica, social y

culturalmente” (pág. 19).; como lo ocurrido en el caso de los personajes mencionados en el anterior apartado y visualizado en la cultura de Macondo en cada una de las generaciones.

## **Salud**

Referente al bienestar de los personajes pertenecientes a la obra, este dependía mucho de la realidad en que se presentaba la historia. Lo mental sucumbía mucho a lo físico, dando un aspecto poco agradable, pero que también daba una demostración de las problemáticas que en ese tiempo existían. El coronel Aureliano Buendía brinda un ejemplo frente a lo anteriormente dicho, quien, gracias a la guerra:

*“no logró recobrar la serenidad en mucho tiempo. Abandonó la fabricación de pescaditos, comía a duras penas, y andaba como un sonámbulo por toda la casa, arrastrando la manta y masticando una cólera sorda” (p. 160).*

Así mismo, la realización de actividad física (referente a lo cotidiano) permitía que se encontraran en un bienestar óptimo a pesar de tener daños considerables; un ejemplo de lo anterior se ve reflejado en Úrsula, quien a pesar del tiempo y de en su momento quedarse ciega, mantenía las ganas y la voluntad que siempre la destacaron, realizando las actividades correspondientes con las destrezas que siempre la destacaron.

*“Aunque ya era centenaria y estaba a punto de quedarse ciega por las cataratas, conservaba intactos el dinamismo físico, la integridad del carácter y el equilibrio mental” (p. 126).*

El siguiente apartado afirma lo que dice Arango (2007), quien menciona que la salud es un proceso de adaptación, como respuesta a unas condiciones dadas no por el azar o la culpa, sino por la forma en que cada individuo participa del proceso social, económico y político, con lo cual la enfermedad no es solamente un error, sino que pasa a ser considerada como parte de la vida, y las condiciones biológicas individuales, como una especie de registro histórico de la forma como se ha vivido (pág. 66):

*Todavía en sus últimos años, cuando ya no podía levantarse de la cama, parecía simplemente que estaba vencida por la decrepitud, pero nadie descubrió que estuviera ciega. Ella (Úrsula) lo había notado desde antes del nacimiento de José Arcadio. Al*

*principio creyó que se trataba de una debilidad transitoria, y tomaba a escondidas jarabe de tuétano y se echaba miel de abeja en los ojos (p. 163).*

Esto quiere decir, que la salud también depende de la forma en como la persona la asuma, teniendo mayor facilidad el ser que lo adopte como algo normal e incluso transitorio, como en el caso de Úrsula Iguarán. Ella vivió en carne propia todas las consecuencias políticas, económicas y sociales de Macondo, viéndose perjudicada en el hecho de quedarse ciega, pero asumiéndolo como algo que no tenía importancia alguna en su diario vivir.

Referente al realismo mágico desarrollado por el autor, algo muy curioso desarrollado en la obra es lo relacionado con la peste del insomnio.

*“Lo más temible de la enfermedad del insomnio no era la imposibilidad de dormir, pues el cuerpo no sentía cansancio alguno, sino su inexorable evolución hacia una manifestación más crítica: el olvido. Quería decir que cuando el enfermo se acostumbraba a su estado de vigilia, empezaban a borrarse de su memoria los recuerdos de la infancia, luego el nombre y la noción de las cosas, y por último la identidad de las personas y aun la conciencia del propio ser, hasta hundirse en una especie de idiotéz sin pasado” (p. 29).*

Este apartado, permite observar cómo era de cambiante la salud en los personajes de la obra, donde a través de una enfermedad se termina el bienestar en los personajes y comienzan a presentar deficiencias en lo mental y en lo físico, produciendo cansancio y pérdida de la memoria en los mismos; pero que, al acabar, vuelve el bienestar en ellos para desarrollar sus actividades cotidianas y produciendo en ellos una salud favorable en todo sentido.

## 9. CONCLUSIONES

A través del presente trabajo, se extrajeron apartados del libro “Cien años de soledad”, identificando los conceptos de actividad física, cuerpo, ocio y salud presentados en dicha obra. Los resultados confirman que Gabriel García Márquez, a través de esta obra, tiene en cuenta dichos conceptos y les introduce el realismo mágico, brindándoles un sentido especial y único a cada definición representada en los apartados.

Culturalmente, el autor pretendió, a través de esta obra y en los conceptos extraídos de la misma, presentar la forma de vida desarrollada en la costa caribe colombiana, donde ocurrieron hechos históricos mostrados en la obra y también con acciones cotidianas de dicha región como jugar dominó, sentarse afuera de la casa a socializar, realizar eventos artísticos e incluso la venta de dulces y artesanías como forma de ingreso y manutención económica.

Referente a la aparición de los conceptos, el que más aparece es el de cuerpo (74/30%), manifestándose especialmente en la descripción de los personajes permitiendo al lector una interpretación física del mismo y un realismo que solo puede ser interpretado a través del movimiento liderado por Gabriel García Márquez. Dicho realismo hace mayor presencia en este concepto, ya que gracias a sus características se pueden plantear cosas irreales sin exagerar y que se acoplan de una manera verídica en el desarrollo de la historia de la obra. El concepto de cuerpo e imagen corporal presentado en la obra se asemeja al mostrado en los autores citados durante el desarrollo del trabajo, permitiendo concluir que no varía y aún se mantiene una definición de este concepto.

Comparando la época en que se desarrolla la obra y la actualidad, el concepto de actividad física varía en demasía; hoy presenta una definición enfocada en la formación física y bienestar a través del ejercicio y el deporte, caracterizándose como un medio para el desarrollo de capacidades físicas que permitan un nivel competitivo u óptimo en las personas que la realizan. De otro lado, fue el concepto que menos aparición tuvo, presentando principalmente una gran minoría en la subcategoría de deporte. La actividad física se presenta de una manera destacable en las actividades laborales, siendo un medio para la mejora económica, política, social y de supervivencia en los diferentes contextos presentados en Cien años de soledad. En cuanto al deporte, no presenta relación o similitud alguna referente a la definición actual, ya que en la actualidad está más visto

en cuanto a lo comercial y desde el espectáculo mismo, y no como una forma de bienestar y mejora física

El concepto de ocio fue usado en cada una de las generaciones de la historia de la obra. A través de la dedicación realizada por los personajes que se empeñaron en traducir lo que interpretaban los pergaminos, se logró conocer que en este se encontraba toda la historia de aquella familia; por tanto, este concepto manifiesta una mayor importancia en relación a los demás y en la historia misma, siendo un aspecto base para el desarrollo de la obra y como medio para informar y formar a dichos personajes. De otro lado, las diferentes manifestaciones culturales mostradas por el autor en la historia de la obra llevan al lector a la actualidad, donde, a pesar que ya no es tan frecuente por diferentes problemáticas, aún existe este tipo de ocio en la sociedad colombiana y permite el libre esparcimiento social y lúdico en las diferentes comunidades. Así mismo, mantiene una completa relación con las definiciones de los autores mencionados; incluso, presentan el mismo objetivo en el ámbito social e integrador.

En cuanto a la salud, esta se presenta de diferentes formas en la obra, demostrándose a través de imágenes corporales, actividades físicas y ocio descritas en la historia referentes el bienestar, las deficiencias físicas, mentales de los personajes y sus enfermedades; todo esto, acompañado del realismo mágico que inspiró al autor a escribir esta obra tan influyente en la literatura actual. En la actualidad, al igual que en los autores en que se basó esta definición, la salud influye de gran manera en el vivir de las personas, siendo relevante en los quehaceres diarios y en las formas de vida del contexto actual.

No obstante, los conceptos mantienen una estrecha relación en el desarrollo de la obra, donde uno sustenta al otro justificando acciones, bienestar, personalidades y actividades cotidianas; todas estas, condicionadas por el entorno y el contexto de cada personaje de la obra. Lo anterior, se da gracias a la interacción que el autor realiza con los conceptos, demostrando que se complementan y que en las definiciones actuales de esos conceptos se sigue manteniendo dicho vínculo.

A través de esta obra literaria, se brindan aportes formativos en las áreas de formación de pregrado, permitiendo un nuevo conocimiento acerca de los conceptos de actividad física, cuerpo, ocio y salud; siendo esta una forma de seguir construyendo proyectos investigativos interdisciplinariamente.

## 10. BIBLIOGRAFÍA

- Adelantado, P. B. (2004). El cuerpo, eje y contenido de la Psicomotricidad. *Revista Iberoamericana de Psicomotricidad y Técnicas Corporales*, 4-5.
- Ahmad, M., & Afsar, A. (2014). *Magical Realism, Social Protest and Anti-Colonial Sentiments in One Hundred Years of Solitude: An Instance of Historiographic Metafiction*.
- Andalucía, J. d. (20 de Junio de 1992). *Junta de Andalucía*. Obtenido de <https://www.juntadeandalucia.es>
- Aranda, A. F. (1996). *Actividad física y salud en la escuela*. Valladolid.
- Arango, A. L. (2007). Nuevas dimensiones del concepto de salud: El derecho a la salud en el estado social de derecho. *Scielo*, 63-78.
- Ariasca, D. (2002). *Actividad física y salud*.
- Azevedo, M., Hallal, P., Reichert, F., Siqueira, F., Araujo, C., & Victora, C. (2005). Who, when, and how much? Epidemiology of walking in a middle-income country. *American journal of preventive medicine*, 156-161.
- Baile, J. (2003). ¿Qué es la imagen corporal? *Cuadernos del Marqués de San Adrián*, 11.
- Bañuelos, F. S. (1996). *La actividad física orientada hacia la salud*. Madrid: Biblioteca Nueva.
- Becerro, J. F. (1989). *Salud y deporte para todos*. Madrid: Eudema.
- Breton, D. L. (1995). *Antropología del cuerpo y modernidad*. Buenos Aires: Ediciones Nueva Edición.
- Cagigal, J. M. (1985). Pedagogía del deporte como educación. *Revista de Educación Física*.
- Castejón, F. J. (2001). *Iniciación deportiva. Aprendizaje y enseñanza*. Madrid.
- Castillo, I. (s.f.). *Lifeder*. Obtenido de Género narrativo: características, subgéneros, elementos: <https://www.lifeder.com/caracteristicas-del-genero-narrativo/>
- Castillo, M. G., & Linares Girela, D. (2002). *Bases biológicas y fisiológicas del movimiento humano*. España.

- Cenarruzabeitia, H. & G. (2003). Diseño y validación de un instrumento de evaluación de estilos de vida saludable en escolares entre 14 y 18 años de edad.
- Cintra, O., & Balboa, Y. (2011). La actividad física: un aporte para la salud. *Educación Física y Deportes*.
- Córtés, K., & Valesini, M. (2006). Cien años de soledad: Una aproximación al estudio del tiempo. *Arte e Investigación*, 107-111.
- Cuenca, M. (2000). *Ocio humanista*. España.
- Delgado, J. S. (2006). Definición y Clasificación de Actividad Física y Salud. *PubliCE*.
- Devis, J. (2000). *Actividad física, deporte y salud*. Barcelona.
- Dumazedier, J. (1974). *Sociologie empirique du loisir. Critique et contracritique de la civilisation du loisir*. Paris.
- Echevarría, V. R. (2018). La Oralidad, los ecos en el Tiempo. *Comparative Cultural Studies-European and Latin American Perspectives*, 11-18.
- Ejemplode.com. (2013). *Características del Género Narrativo*. Obtenido de Revista Ejemplode: [https://www.ejemplode.com/41-literatura/3385-caracteristicas\\_del\\_genero\\_narrativo.html](https://www.ejemplode.com/41-literatura/3385-caracteristicas_del_genero_narrativo.html)
- Euston. (s.f.). *Euston*. Obtenido de Género Narrativo: <https://www.euston96.com/genero-narrativo/>
- Feito, L. (1996). La definición de salud. *Dialogo filosofico*.
- Feito, L. (2000). *Ética profesional de la enfermería*. Madrid.
- Ferrando, M. G. (1990). *Aspectos sociales del deporte: una reflexión sociológica*. Madrid: Alianza.
- Ferreira, M. R. (2017). *La identidad latinoamericana y el realismo mágico*. Madrid.
- Freud, S. (2000). "Estudios sobre la Histeria". En: *Obras completas tomo II*. Buenos Aires.
- Gomes, C. (2010). *O lazer como campo mobilizador de experiências interculturais revolucionárias e sua contribuição para uma educação transformadora*.
- Gomes, C. (2011). Estudios do Lazer e geopolítica do conhecimento.

- Husserl, E. (1999). *Fenomenología*. Barcelona: Edicions 62.
- línea, P. e. (2015). *Profesor en línea*. Obtenido de Genero Narrativo: <https://www.profesorenlinea.cl/castellano/generonarrativo.htm>
- Lopez-Miñarro, A. (2015). *Salud y Actividad física: Efectos positivos y contraindicaciones de la actividad física en la salud y calidad de vida*. Murcia.
- López-Miñarro, P. Á. (2009). La salud y la actividad física en el marco de la sociedad moderna. *Digitum*.
- Macias, G. R., & Piedra, J. (2011). Análisis de la obra de José María Cagigal en relación al concepto de mujer y su inclusión en el deporte.
- Márquez, G. G. (1967). *Cien años de soledad*. Obtenido de La Pupila Asombrada: <http://www.lapupila.cu/index.php/cien-anos-de-soledad-libro-en-pdf/>
- Martin, H. S. (1988). *Salud comunitaria: teoría y práctica*. Madrid.
- Medina, B. d. (2011). *La voz del alumnado*. Almería.
- Moreno, J. H. (1994). *Fundamentos del deporte. Análisis de las estructuras del juego deportivo*. Barcelona: INDE.
- Mundo, E. (6 de Marzo de 2018). Gabriel García Márquez, Macondo y el realismo mágico. *El Mundo*. Obtenido de <https://www.elmundo.es/cultura/literatura/2018/03/06/5a9ead5622601d67088b467f.html>
- Muñoz, S. P. (2014). Actividad física y salud: aclaración conceptual. *EF Deportes*.
- Murillo, D. (1999). Especie de prefacio a comunicación y oralidad. *Razón y Palabra*.
- Muros, B. (2013). Cuerpo y Educación física. *Revista de Educación Física*, 120.
- Nancy, J.-L. (2003). *Corpus*. Madrid: Arena Libros.
- Ong, W. (1987). *Oralidad y la escritura: tecnologías de la palabra*. México.
- Pedraz, M. V. (2005). El cuerpo de la educación física: dialéctica de la diferencia. *Revista Iberoamericana de Educación*.
- Perez, F. A. (2017). *América Latina: En busca de de la identidad perdida*. Madrid.

- Pinzón, I. S. (2009). Rafael Uribe Uribe y Aureliano Buendía en Cien años de soledad.
- Quesada, R. P. (1992). *Educación para la salud*. Madrid.
- Ramacciotti, D. P. (2010). Cuerpo, actividad física y salud en obras selectas de José María Cagigal.
- Riaza, V. (2018). Gabriel García Márquez y el Realismo Mágico. *Revista de lectura y debate para picar entre horas*.
- Rodriguez, C. V. (2000). *Realismo Mágico latinoamericano, aproximaciones a su influencia en el periodismo de Héctor Rojas Herazo y Gabriel García Márquez*. Bogotá.
- Rodríguez, J. (1995). *Psicología social de la salud*. Madrid.
- Rosa, S. M., & Gonzalez Boto, R. (2013). *Actividad Física y Salud*. Madrid: Díaz de Santos.
- Sepulveda, A., Gandarillas, A., & Carrobes, J. (2004). Prevalencia de trastornos del comportamiento alimentario en la población universitaria.
- Serna, I. D. (2004). *I. Introducción: alteraciones de la imagen corporal*.
- Shephard, R. J. (1995). Physical activity, health and well-being at different life stages.
- Slade, P. D. (1994). *What is body image*.
- Thompson, J., Heinberg, L., & Altabe, M. (2002). *Exacting beauty: Theory, assessment, and treatment of body image disturbance*. Washington.
- Timón Benítez, L., & Hormigo Gamarro, F. (2010). *Propuestas educativas para la mejora de la fuerza*. Sevilla: Wanceulen Editorial Deportiva.
- Vaquero, R., Alacid, F., Muyor, J., & Lopez, P. (2013). Imagen corporal; revisión bibliográfica. *Scielo*.
- Vidarte Claros, J., Velez Alvarez, C., Sandoval Cuellar, C., & Alfonso Mora, M. (2011). Actividad física: Estrategia de promoción de la salud.
- WLRA, A. I. (2013). WRLA Carta Internacional para la Educación del Ocio. *Mec-Edupaz*.