

## **Un estudio de la Universidad de Santiago revela las preferencias de los Españoles en su tiempo libre**

### **El estudio revela que un gran porcentaje de españoles apuesta por dedicar parte de su tiempo libre a la formación**

La Universidad de Santiago de Compostela ha publicado recientemente una investigación en la Revista internacional de sociología sobre lo que ellos llaman el “tiempo discrecional” de los Españoles. Su estudio no se centra en el “tiempo libre” (el tiempo que queda al individuo si se elimina el tiempo pasado en la empresa y el dedicado al cuidado de la familia o al propio) sino en este “tiempo discrecional” que definen como el mínimo necesario para realizar todo lo anterior.

Este tiempo permite descubrir el grado de autonomía del que cada persona dispone. Aunque pueda parecer que tienen siempre ocupado el 100% de los minutos del día, no todos los individuos lo destinan a los mismos fines. Unos lo destinan al trabajo, por mera necesidad o para llegar a fin de mes, otros porque prefieren seguir trabajando que tener tiempo libre, otros al deporte, ocio o familia.

Este estudio también resuelve que las mujeres disponen de menor tiempo discrecional, ya que según los propios autores: “en la sociedad española, asumen abrumadoramente las responsabilidades de cuidados, tanto respecto a los hijos como a sus mayores”. Y otro de los puntos tratados es la cantidad de tiempo del que se disfruta según el sector en el que se trabaje. Los sectores de la construcción y la hostelería disfrutan de mucho menos tiempo de ocio. Algo que cambia en sectores como el de la educación o el de las finanzas. Cuanto mejores son las condiciones laborales de un trabajador, mayor será el tiempo discrecional del que dispone.

En cuanto al uso del tiempo libre restante, en términos generales no hay ninguna sorpresa, las actividades preferidas por los ciudadanos de España, tales como pasear, salir a tomar algo, ver la televisión, leer o escuchar música o navegar por la red, son comunes a mayoría de los ciudadanos.

En muchas ocasiones, esta falta de tiempo les impide conseguir metas marcadas, a nivel personal, profesional, laboral. Esta excusa de “la falta de tiempo” en realidad no es tal, sino que este tiempo se ocupa en otras cosas. Tareas pendientes como la práctica de deporte, ampliar la formación, o incluso mejorar el nivel de inglés, pueden ser difíciles de encajar durante el transcurso del día.

Por ello surgen nuevas opciones que aprovechando las nuevas tecnologías facilitan la vida al individuo para que optimice su tiempo disponible al máximo.

La formación, por ejemplo, desde la comodidad de su vivienda, trabajo, o esté donde esté. Hacer cursos a través de plataformas online que permitan consumir los contenidos al ritmo que el alumno necesite, sin perder tiempo en desplazamientos o encajar horarios.

Aprender idiomas es otra de esas tareas pendientes de los Españoles, y muchos lo achacan precisamente a la falta de tiempo. Escuelas de idiomas como The Castle, en Barcelona, disponen de un revolucionario método llamado OnEnglish, con cursos tanto para niños como para empresas y particulares, impartidos de forma online por profesores nativos en tiempo real, cuando el propio alumno lo desee.

**Datos de contacto:**

The Castle  
934473743

Nota de prensa publicada en: [Barcelona](#)

Categorías: [Educación](#) [Entretenimiento](#) [Universidades](#)

---

**NotasdePrensa**

<https://www.notasdeprensa.es>