

Recreación, ocio activo y turismo

Palabras clave

desarrollo sostenible, educación física integral, deporte en la naturaleza, turismo verde, turismo ecológico, turismo rural sostenible

Desarrollo sostenible en el deporte, el turismo y la educación física

FRANCISCO LAGARDERA OTERO

Catedrático de Sociología de la Actividad Física y el Deporte.
INEFC-Lleida

Abstract

The sustainable development it's use in this article as a key for understand the ecological, economics and social present problems, and to be able for to do ways of progress without mortgage the life on the Earth. The sustainability burn from the human mind for preserve the environment, natural life, as the cultural diversity, for that in first time, we most it apply in ourself (human ecology) through an integral physical education, and in second time, in the everybody relationships and with the environment (sport ant turism).

Key words

sustainable development, integral physical education, sport in nature, green turism, ecological turism, rural sustainable turism

como la diversidad cultural; por lo que en primer lugar hay que aplicarla a la propia vida (ecología humana) mediante una educación física integral y en segundo lugar, en la relación con los demás y con el medio natural (deporte y turismo).

Desarrollo sostenible para el siglo XXI

En las postrimerías del siglo XX, se puede afirmar, siguiendo a M. Castells que: *"en los años noventa, el 80 % de los estadounidenses y más de dos tercios de los europeos se consideran ecologistas; es difícil que un partido o candidato sea elegido para un cargo sin **reverdecer** su programa; tanto los gobiernos como las instituciones internacionales multiplican programas, organismos especiales y legislación para proteger la naturaleza, mejorar la calidad de vida y, en definitiva, salvar la Tierra, a largo plazo, y a nosotros, a corto plazo"* (1998, p. 135).

El movimiento ecologista se muestra, sin embargo, poliédrico y confuso, a veces caótico, pero indudablemente sigue haciendo sentir su influencia de modo creciente en el tejido social. No es en estricto sentido un movimiento social como los conocidos hasta ahora, pero parece fuera de toda duda que se está configurando

una nueva cultura, que entiende las relaciones entre economía, naturaleza y sociedad desde una perspectiva holística e interdependiente, y en esta cultura emergente el ecologismo está jugando un papel inductor fundamental.

El progresivo protagonismo social adquirido por los muy diversos grupos ecologistas está basado, por una parte, en su carácter activista y pragmático, pero por otra, en que abordan, detrás de la pantalla de problemas locales y específicos, un gran problema común y de gran trascendencia, cual es el de la supervivencia de la especie humana sobre este planeta.

El crecimiento económico desbocado ha llegado a sus límites, puesto que la *Nave Espacial Tierra* (Boulding, 1970) está dando claros síntomas de agotamiento y degradación: sobreexplotación de los recursos naturales, desertización, cambio climático, fragilidad de la capa de ozono e hipoteca a medio y largo plazo de la biodiversidad, entre otros muchos alarmantes síntomas.

Ya a comienzos de la década de los setenta el Club de Roma alertaba a la humanidad con la publicación de dos informes: *Los límites del crecimiento* (Meadows y otros, 1972) y *La humanidad en la encrucijada* (Mesarovic y Pestel, 1975), de la necesidad de poner freno al crecimiento económico sin límites.

Resumen

Este artículo considera la noción de desarrollo sostenible como clave para comprender la controvertida problemática social, económica y ecológica actual, y también para hacer posible vías de progreso sin hipotecar la vida sobre este planeta.

La sostenibilidad es una idea que surge de la mente humana con el fin de preservar tanto el medio ambiente, la vida natural,



En la década de los ochenta se acuñó el término de *desarrollo sostenible* derivado de los planteamientos de Huber (1985) que proponía hacer compatible la protección del medio ambiente con el sistema industrial de producción. Las ideas de Huber se articulaban sobre dos postulados, por una parte la *ecologización de la economía*, fomentando tecnologías que posibiliten la difusión de procesos productivos no contaminantes, por otro, la *economización de la ecología*, introduciendo los costes medio ambientales en el cálculo económico de los procesos productivos. No obstante la pujanza de este término y la progresiva concienciación ecológica, muchos de los umbrales de tolerancia a la degradación medio ambiental parecen ya sobrepasados, tal y como atestigua la renovada obra de Meadows y otros, *Más allá de los límites del crecimiento* (1992).

La vinculación de la ecología con la ciencia

Los ideales ecologistas han estado desde sus inicios vinculados a los avances de la ciencia y la tecnología, y aunque a veces los postulados ecológicos no han estado formulados con el mejor de los rigores científicos, si que se ha podido constatar que la evolución del conocimiento científico ha tendido a confirmar y justificar los principales postulados ecológicos.

La teoría Gaia, elaborada por el británico J. Lovelock, ha reformulado las tesis darwinianas, pues a partir de su célebre metáfora de las margaritas (el modelo Daisyworld, en donde las margaritas blancas enfrían el medio y las negras lo recalientan), ha mostrado cómo en la evolución desde lo simple a lo complejo siempre se producen procesos de equilibrio y regulación, que requieren de una interacción constante e íntima entre el medio y sus habitantes. Esta nueva forma de concebir la Tierra, que se abre paso con fuerza en el mundo científico, implica aceptar que:

a) La vida es un fenómeno a escala planetaria. A esta escala es casi inmortal y no tiene necesidad de reproducirse.

b) La regulación del medio ambiente requiere la presencia de un número suficiente de organismos vivos. Cuando la ocupación es parcial las fuerzas inevitables de la evolución física y química pronto lo convertirán en inhabitable.

c) La evolución de las especies y la evolución de las rocas están estrechamente ligadas como un proceso único e inevitable.

d) Tomando conjuntamente las especies y su medio ambiente físico como un sólo sistema podemos construir modelos matemáticos estables en donde el incremento de la diversidad entre las especies da lugar a una mejor regulación (Lovelock, 1993, p. 78). (Figura 1)

Esta teoría se ha enriquecido con las contribuciones de Lynn Margulis, en especial, con la justificación ejemplar del ciclo del carbono que explica como la geología planetaria a través de los procesos volcánicos y de erosión se vinculan a los procesos de la vida a través de las bacterias del suelo y las algas oceánicas, construyendo un gran bucle de retroalimentación que consigue regular la temperatura del planeta.

Esta nueva síntesis proporcionada por la teoría Gaia se ha visto reforzada en la década de los noventa por la formulación de la teoría de Santiago (Maturana y Varela, 1990), que identifica el proceso de cognición con el proceso de la vida, y que está desbancando, desde Descartes y Newton, a la Física como disciplina de referencia central de la ciencia, siendo sustituido este foco de interés por las ciencias de la vida.

Según la teoría de los chilenos Maturana y Varela: *“el cerebro no es necesario para que exista la mente. Una bacteria o una planta no tienen cerebro, pero tienen mente. Los organismos más simples son capaces de percepción y, por tanto, de cognición. No ven, pero aun así, perciben los cambios en su entorno: diferencias entre luz y oscuridad, frío y calor, concentraciones más altas o más bajas de compuestos químicos, etc.”* (F. Capra, 1998, p. 188).

La arbitraria división entre *res cogitans* y *res extensa* que ha prevalecido en el ámbito científico desde el siglo XVII parece des-

vanecerse al vincularse la materia a la mente, pues ambos constituyen parte fundamental del proceso de la vida: *“El nuevo concepto de cognición es mucho más amplio que el de pensamiento. Incluye percepción, emoción y acción: todo el proceso vital. En el reino humano, la cognición incluye también lenguaje, pensamiento conceptual y todos los demás atributos de la consciencia humana.... La mente no es ya una cosa, sino un proceso: el proceso de cognición, que se identifica con el proceso de la vida. El cerebro es una estructura específica a través de la cual este proceso opera. La relación entre mente y cerebro es una relación entre proceso y estructura”* (F. Capra, 1998, p. 188). Desde esta perspectiva el fomento de la biodiversidad y la protección de la vida en todas sus manifestaciones, resulta una necesidad ineludible para asegurar nuestra supervivencia como especie.

La sostenibilidad como supervivencia

El paradigma del desarrollo sostenible propicia la sustitución de la economía depredadora del *cow-boy* (sin límites) por la del *astronauta* (la metáfora de la nave espacial de Boulding), lo que implica asumir que *“las fronteras y los continentes vírgenes por explotar se han terminado. Esta tierra cerrada, completa, requiere de unos principios económicos diferentes de los de la tierra abierta del pasado”* (L. Racionero, 1983, p. 32).

La idea de sostenibilidad implica la firme determinación de no hipotecar los recursos naturales necesarios para el desarrollo de la vida, aunque sea a costa de reajustar

Figura 1. Las cuatro fases del mundo de las margaritas, la metáfora de Lovelock (F. Capra, 1998, p.126), en las que al predominio de las margaritas blancas sobre las negras y a la inversa, le sucede la fase de equilibrio como proceso de autorregulación.

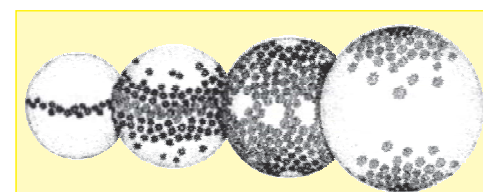
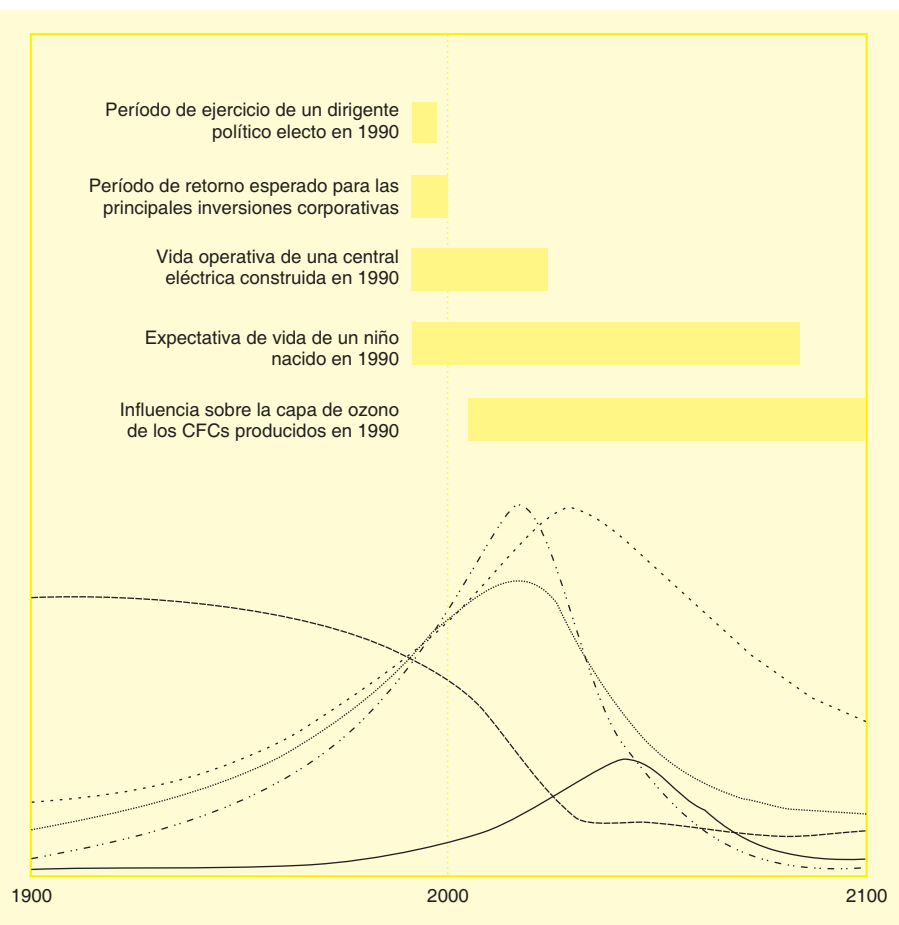


Figura 2.

Las diferencias temporales según el programa World 3 (D. H. Meadows, D. L. Meadows y J. Randers, 1992, p. 277) que no afecta por igual al tiempo de reloj, al tiempo biológico y al tiempo glacial.



o relegar los planes de desarrollo productivo y tecnológico, que tratan sin embargo de hacerse compatibles. La certidumbre científica de que rocas, vegetales, animales y humanos están íntimamente vinculados en el proceso de la vida, hace avanzar la convicción de imponer este criterio *re-verdeciendo* los programas económicos y políticos.

La aplicación de esta idea base se expresa con claridad en el dominio del espacio local, pues es a este nivel que las reivindicaciones ecologistas han tenido un mayor eco en los medios de comunicación y por ende, en toda la sociedad. La mayor parte de la experiencia humana sigue teniendo una base local, a partir de cuya dimensión se construyen los primeros tramas de la identidad singular e incluso colectiva. La construcción de una presa, de una central

nuclear o de una autopista son estímulos excelentes para aglutinar un movimiento localista de protesta social.

Esta identidad localista es la que permite la asociación y vinculación de unos lugares de la Tierra con otros. Del mismo modo a como unos pocos expresan su protesta por la construcción de un vertedero nuclear en las proximidades de su residencia, esta sensibilización militante les hace caer en cuenta y expresar su solidaridad con los indígenas del Amazonas ante el creciente proceso de deforestación que allí se está llevando a cabo. (Figura 2)

Este salto vindicativo en pro del desarrollo sostenible a escala local y planetaria está consolidando lo que se ha denominado como *tiempo glacial*, idea ecologista que se opone al *tiempo de reloj* típico de la modernidad y del proceso productivo indus-

trial, y que se diferencia también del *tiempo virtual*, típico de la sociedad red o de la información que se está configurando.

“La idea de limitar el uso de los recursos a los de carácter renovable, central para ecología, se predica precisamente en virtud de la noción de que la alteración del equilibrio básico del planeta y del universo puede, con el tiempo, deshacer el delicado equilibrio ecológico, con consecuencias catastróficas. La noción holística de la integración de humanos y naturaleza, representada en los autores de la ecología profunda, no hace referencia a un culto ingenuo de los prístinos paisajes naturales, sino a la consideración fundamental de que la unidad de experiencia importante no es cada individuo ni las comunidades humanas existentes en la historia. Para fundirnos con nuestro yo cosmológico, primero debemos cambiar la noción de tiempo, para sentir el tiempo glacial discurrir en nuestras vidas, percibir la energía de las estrellas fluir en nuestra sangre y asumir que los ríos de nuestros pensamientos se sumergen incesantemente en los océanos ilimitados de la materia viva multiforme. En términos personales muy directos, el tiempo glacial significa medir nuestra vida por la vida de nuestros hijos y de los hijos de los hijos de nuestros hijos” (M. Castells, 1998, pp. 150-151).

La ciencia pone de manifiesto la estrecha interdependencia entre los procesos de la vida y los efectos nocivos y catastróficos que tienen los desequilibrios medio ambientales. Las reivindicaciones locales conducen a generar movimientos de acción social que logran concienciar a las masas. Finalmente, la idea de tiempo glacial muestra la interacción de todos los procesos locales, aunque estén separados por millones de kilómetros, lo que está configurando una nueva identidad biológica, *“una cultura de la especie humana como componente de la naturaleza”* (M. Castells, 1998, p. 150)

Así pues, nada de lo que ocurre en el planeta nos es ajeno. Desde esta perspectiva, la responsabilidad de los países industrializados con la aplicación efectiva del paradigma de la sostenibilidad es cada día mayor. Primero porque tienen que asumir la mayor cuota de responsabilidad en la degradación de los recursos

naturales que han llevado a cabo las más importantes industrias del planeta; en segundo lugar, porque sus actuales recursos económicos y tecnológicos les permiten avanzar en la aplicación de la sostenibilidad a los nuevos procesos productivos. Los países menos desarrollados, y no digamos los más pobres, están incapacitados actualmente para abordar esta problemática. Es por esto que el mayor costo en el reajuste del planeta corresponde a los países más desarrollados. (Figura 3)

La aplicación del paradigma del desarrollo sostenible no es ya una cuestión ideológica o tema central de un debate más o menos actual, sino una necesidad perentoria y urgente, pues en algunos aspectos medioambientales ya se ha producido un sobrelímite (overshoot) que ha hipotecado la calidad de vida sobre este planeta a varias generaciones de humanos, cuyo doliente ejemplo es la progresiva debilidad de la capa de ozono que protege la vida de los rayos ultravioleta del sol.

El compromiso de la comunidad universitaria con la sostenibilidad

Todos los datos de que disponemos actualmente nos alertan seriamente de los riesgos de continuar alentando el consumismo y el desarrollo sin límite. La comunidad universitaria representa en este asunto un papel destacadísimo como institución que redistribuye el conocimiento científico y sienta las bases de la capacitación profesional y tecnológica al más alto nivel. Los supuestos básicos del programa World 3 que se programó para el estudio sistémico efectuado D. H. Meadows, D. L. Meadows y J. Randers (1992, p. 176) concluye que:

- El crecimiento es inherente al sistema de valores humanos, y el crecimiento, tanto de la población como de la economía, cuando ocurre, es exponencial.
- Hay límites físicos para las fuentes de materiales y energía que sostienen a la población humana y a su economía, y también hay límites a los sumideros que absorben los productos de desechos de la actividad humana.

- La población y economía crecientes reciben señales sobre los límites físicos con retraso y distorsionadas. La respuesta a dichas señales también se retrasa.
- Los límites del sistema no son sólo finitos, sino erosionables cuando están sometidos a una sobrecarga o a una sobreexplotación.

La universidad no puede limitarse a ser un mero transmisor de esta o similar información, sino que por su tradición y compromiso histórico, tiene la obligación moral de gestionar sus recursos docentes y de investigación para encontrar alternativas viables y operativas para cada uno de los problemas que requieren de una solución en la que la sostenibilidad esté presente. El informe del Club de Roma concluye que *“son las normas sociales, objetivos, incentivos y costes que llevan a la gente a desear algo más que un número de hijos de repuesto. Son las expectativas y prácticas culturales que distribuyen el ingreso*

so y la riqueza en forma desigual, que hacen que la gente se vea a sí misma esencialmente como consumidora y productora, que asocian la posición social con la acumulación material, y que definen los objetivos humanos en términos de obtener más en lugar de tener lo suficiente” (Meadows y otros, 1992, p. 231), se trata de lograr un cambio cultural sustancial, y en este sentido la comunidad universitaria puede y debe ser su estandarte.

La paradoja entre pobreza económica y riqueza natural y paisajística

Durante los últimos cincuenta años el desarrollo económico basado en la producción industrial ha hipotecado buena parte de los recursos naturales y paisajísticos de las regiones más ricas del planeta, mientras que paradójicamente, la pobreza ha actuado, en no pocos casos, como un colchón que ha guardado la naturaleza salvaje de las regiones menos desarrolladas in-

Figura 3.

Las tres fases o zonas de transición ideadas por Henderson (Lovelock, Bateson y otros, 1995, p.145) para lograr el cambio hacia la sostenibilidad.

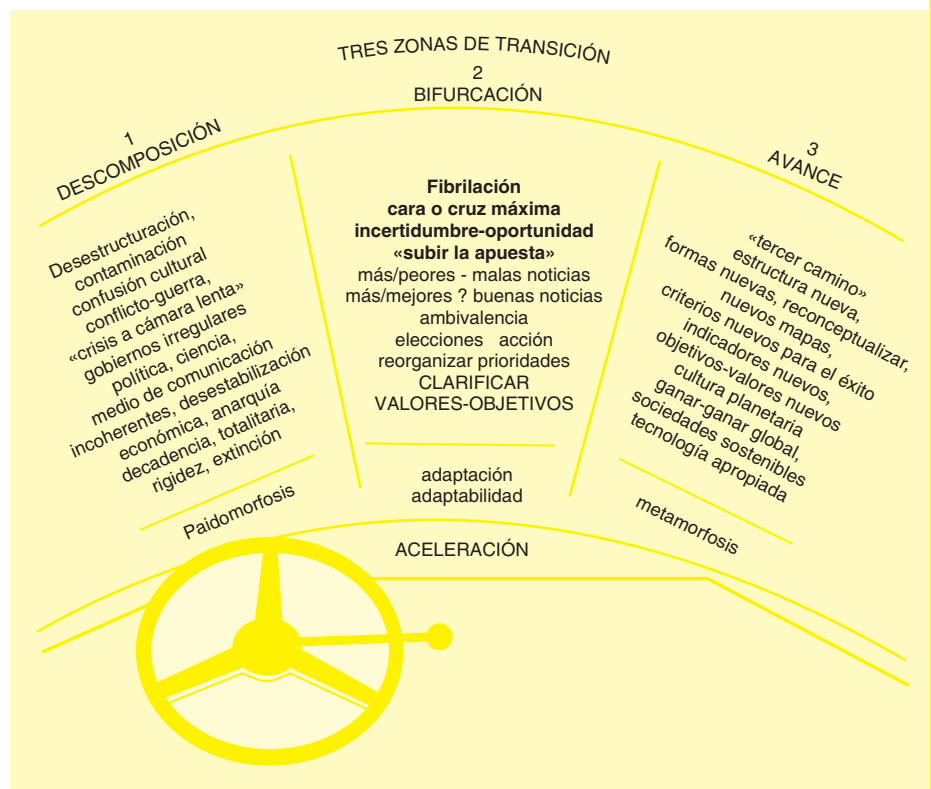




Foto 1.
La escalada es una de las modalidades deportivas con mayor tradición en el hábitat de la montaña.

dustrialmente, aunque los sistemas productivos han buscado sus recursos en todos los rincones de la Tierra.

Saturados los núcleos humanos de mayor desarrollo de megalópolis urbanas, contaminación atmosférica, ruidos y sustitución de la biodiversidad por infraestructuras de servicios, las miradas e intereses de sus habitantes se dirigen hacia los espacios naturales cada día más escasos.

Calidad de vida ya no implica únicamente abrir el grifo y que salga agua potable, que se recojan las basuras diariamente o disponer de un confortable servicio de comunicaciones (trenes, autobuses, carreteras...) en las cercanías de la vivienda. Las sociedades europeas más desarrolladas han generado toda una serie de servicios, asumidos ya como derechos, que ha permitido a millones de ciudadanos vivir su cotidianidad con altas dosis de seguridad y confort. En estas sociedades en donde se ha consolidado el denominado *Estado del Bienestar*, una vez satisfechas las necesidades básicas de toda persona, los intereses y necesidades se dirigen hacia niveles de mejora cualitativos, entre otras cosas, porque el desarrollo económico que ha propiciado el bienestar actual, ha provocado efectos indeseables, que han alejado a los humanos de su dimensión natural. Es por esto que la obtención del equilibrio personal y el contacto con la naturaleza se tornan en estos momentos una necesidad de primer orden.

El desequilibrio Norte-Sur es un ejemplo excelente para abordar esta problemática que aumenta constantemente esta disonancia económica. No se puede apelar a las conciencias de los pueblos más pobres para que se dediquen a la protec-

ción y salvaguarda de la naturaleza salvaje, a frenar su imparable explosión demográfica o para que impidan su flujo migratorio hacia las regiones más ricas y desarrolladas del planeta. Son pues los pueblos ricos, que poseen recursos económicos y conciencia ecológica, los destinados a propiciar la eliminación de la pobreza y la conservación de los recursos naturales.

Esta disonancia también se da entre diversas zonas del Norte desarrollado, unas zonas ricas muy pobladas y otras casi desiertas de población, abandonadas a su suerte por la escasez de sus recursos aptos para el sistema productivo imperante. Así, zonas de montaña, de planicies rurales no dotadas para el regadío, bosques o pueblos abandonados por sus habitantes por la rudeza del clima y de las condiciones de vida, son ahora objeto del interés turístico, deportivo o cultural de millones de personas. Este es el caso de muchos pueblos de ámbito rural en el interior de Cataluña y en la vecina Aragón.

Actualmente la vida en las grandes ciudades presenta no pocos problemas (ruidos, ansiedad por la prisa, molestias para desplazarse de un lugar a otro, elevada competitividad, contaminación atmosférica...), por lo que progresivamente pierde atractivo para hacer posible en ella una vida confortable, de ahí que aquellos cuya disponibilidad económica se lo permite, opten por ubicar su residencia habitual en un lugar más grato y relajante, cercano a la gran ciudad o muy bien comunicado con ella. Pero son mayoría los ciudadanos que se ven atrapados en la cotidianidad de la gran ciudad, pues su poder adquisitivo no les permite una clara opción de fuga de la metrópoli y mejora de su calidad de vida. Por esto aprovechan cualquier fin de semana o período vacacional para huir de la ciudad y refugiarse en un ambiente no metropolitano, campo, playa o montaña, pero su traslado masivo lo que está provocando es la urbanización del medio natural.

El hábitat de la montaña

Las grandes montañas han tenido tradicionalmente para los hombres una imagen simbólica del gran poder de la Tierra

sobre sus habitantes. La energía telúrica ha atraído desde hace miles de años a místicos, magos, brujas, curanderos, ermitaños y comunidades religiosas de muy diverso signo. (Foto 1)

Pero el esfuerzo de adaptación que se ha tenido que hacer ha sido también muy grande: condiciones climáticas extremas, parajes agrestes y poco rentables para la agricultura y dificultades para lograr una adecuada y confortable estabulación del ganado. Estos problemas han propiciado que no hayan sido densamente pobladas. Sin embargo, con el avance de la modernidad y el desarrollo industrial y civilizador de los últimos doscientos años, esta disminución de la población se ha acrecentado desmesuradamente.

Durante el siglo XIX el espíritu aventurero y explorador de los primeros deportistas fomentaron el conocimiento de las montañas como riqueza paisajística, de su flora y de su fauna. Escalar a las más altas montañas se convirtió a comienzos del siglo XX en un objetivo deportivo para los primeros alpinistas. Estos pioneros del movimiento deportivo, pueden ser considerados, al menos en el ámbito europeo, como una avanzada de la conciencia ecológica (Vanreusel, 1995, pp. 459). Pero muy pronto las montañas comenzaron a ser colonizadas por el espíritu urbano del pujante deporte, y comenzaron a proliferar desde mediados de siglo las estaciones de esquí, que a partir de la década de los setenta se ha convertido en una práctica deportiva masiva durante la temporada invernal.

El conflicto se desencadena cuando se contraponen el desarrollo deportivo y turístico de un determinado espacio natural, en este caso la montaña, con la conservación de sus valores ecológicos. En el caso de las estaciones de esquí, parece claro que su impacto en el espacio natural es de tal magnitud que cambia casi por completo la fisonomía del medio, pues requiere de un sofisticado proceso de urbanización, así como la construcción de una densa infraestructura de comunicaciones para el acceso de los usuarios a las estaciones. Una parte importante de la población actual no está dispuesta a renunciar a sus prácticas predilectas como el esquí, pues

supone un claro indicador de su calidad de vida, hábitos que por otra parte, están siendo estimulados por la industria deportiva, mientras que los espacios en donde están ubicadas las estaciones están siendo promocionados por las empresas turísticas, los lugareños e incluso las instituciones públicas. ¿Es posible compatibilizar el desarrollo económico y turístico con el mantenimiento de la calidad del espacio natural? En el caso de las prácticas masivas como el esquí, los ejemplos de las estaciones actualmente en servicio resulta claramente desalentador.

A la naturaleza le ha costado millones de años crear parajes tan hermosos como los que ofrecen los Pirineos, que es la montaña de nuestro entorno, por lo que no sería obrar con equidad tolerar o resignarnos a un desarrollo turístico y deportivo urbano y depredador (autopistas, estaciones de esquí, hoteles, campings...), por lo que resulta necesario reflexionar y actuar para tratar de construir una alternativa de desarrollo sostenible viable para esta reserva de naturaleza. (Foto 2)

Regresión económica del ámbito rural

En las últimas dos décadas de este siglo el desarrollo acelerado de la tecnología de los alimentos y la capitalización del sector agropecuario, están generando un constante excedente en las producciones agrarias, en especial en América del Norte y Europa Occidental, aunque en el territorio de la actual Unión Europea los efectos socioeconómicos en el habitat rural es menor debido a las ayudas institucionales.

A la tradicional fuga demográfica del medio rural al urbano, que se ha producido de forma constante en los últimos doscientos años debido a la demanda de mano de obra del sector industrial, ahora se une la tecnología como un nuevo efecto demoleedor de la ya escasa demografía rural.

Pero la sociedad de la información está tejiendo una nueva red de influencias y motivaciones que están reactivando el atractivo del medio rural, precisamente por su carácter de baja densidad de población, por su proximidad a lugares de gran riqueza paisajística, por las posibilidades de hallar

alimentos no manipulados y por el ritmo de vida mucho más natural y pausado que en las ciudades, se está produciendo un fenómeno nuevo, y es la fuga, lenta pero constante, de personas que emigran de la gran ciudad para vivir en el campo, que no vivir del campo, ya que la evolución del mercado de trabajo y la tecnología informática les permite trabajar desde casa.

Es posible reactivar la vida en el mundo rural si se le dota de los recursos necesarios para que exploten su singularidad. No se trata de producir más alimentos con menos agricultores, sino de ser capaces de generar otros productos, de ofrecer servicios turísticos especiales y selectivos, de promocionar marcas de calidad (denominación de origen), de posibilitar descanso, placidez y bienestar.

La revitalización de la cultura y naturaleza local

El avance de la nueva cultura ecológica se está expandiendo como un reguero en el seno del tejido social que configura las poderosas clases medias de los países más desarrollados. Los movimientos activistas comienzan con la intención de salvar un valle, de recuperar una montaña o de proteger un río o un bosque. (Foto 3)

Pero poco a poco el aprecio por la singularidad de los recursos naturales y paisajísticos se ha convertido en casi una militancia ideológica. Si en principio el interés localista aglutina una determinada identidad individual o básica (core identity), en el caso de territorios amenazados por la depredación urbanística o industrial pasa a aglutinar procesos de *identidad colectiva*, en el sentido que le da Melucci (1992) a este término, pues la reivindicación de activos ecologistas va más allá de la mera protesta y con frecuencia se llevan a cabo actos de gran repercusión en los medios de comunicación (huelgas de hambre, encadenamientos, impedir con el propio cuerpo la acción de las excavadoras, etc.), actitudes que han contribuido a consolidar la idea de que los naturales del lugar son los administradores y responsables de este legado pero no sus propietarios.

Foto 2.

A la naturaleza le ha costado millones de años configurar paisajes tan hermosos como los que ofrecen los lagos pirenaicos.



“Tanto la identidad individual como la colectiva son afectadas por la interacción con personas que no participan en el movimiento y por las definiciones que de él hacen los organismos estatales, contramovimientos y, especialmente en las sociedades contemporáneas, los medios de comunicación de masas” (E. Laraña, y J. Gusfield, 1994, p. 21) lo que estimula que tanto las identidades individuales como colectivas que tienen como referentes la territorialidad local, pasen con frecuencia a aglutinar procesos de identidad pública. De este modo ciudadanos alemanes o canadienses contribuyen con sus donaciones y actividades a salvaguardar un espacio amazónico, un grupo indígena en el Perú o la población de buitres leonados en la Sierra de Cazorla en el sur de la península Ibérica. Toda esta reacción al empuje estandarizador y homogeneizante del desarrollo industrial y tecnológico, está provocando un renovado atractivo por respetar las características singulares de los ámbitos rurales. De este modo están siendo reactivadas costumbres y tradiciones gastronómicas, artísticas y artesanales que habían pasado casi al olvido.

Foto 3.

El ámbito rural es poseedor de singularidades ricas y originales como los juegos tradicionales, que son un legado cultural a preservar.



Foto 4.

El cicloturismo constituye un atractivo modo de llevar a cabo una práctica motriz al mismo tiempo que un turismo rural sostenible.



El turismo rural como alternativa de desarrollo sostenible en el campo y la montaña

La promoción del *turismo rural* tiene como objeto prioritario el aprovechamiento de las riquezas paisajísticas, medio ambientales, arquitectónicas y culturales del tradicional medio rural que se ha visto casi despoblado en las últimas décadas, mediante una gestión eficaz que integre el desarrollo económico moderado sin menoscabo alguno de su singularidad.

Este difícil equilibrio entre desarrollo turístico y la protección del medio natural y el patrimonio cultural, requiere de nuevos instrumentos de planificación a escala local y de promoción a nivel regional, estatal y supraestatal. Sin embargo el *turismo rural* puede gestionarse bajo el paradigma del desarrollo sostenible y compensar y complementar a los otros tipos de turismo en el medio natural: activo, verde y ecológico, puesto que no es incompatible con ninguno de éstos.

El *turismo activo* es una alternativa ya consolidada al turismo tradicional y consiste en la oferta, además del alojamiento y el desplazamiento, de actividades recreativas, deportivas y culturales, tanto en el ámbito de la costa marítima como en la montaña, que requieren para su realización de unos conocimientos previos. Sus promotores no admiten que se denomine a sus ofertas deporti-

vas como de aventura, ya que se trata de actividades realizadas bajo estricto control de normas de seguridad.

El *turismo verde* está dirigido a fomentar entre la población las excelencias de los diferentes parajes que constituyen los espacios protegidos y considerados como Parques Naturales, ajustándose las actividades que allí pueden realizarse al uso moderado y restringido de estos espacios, estando la infraestructura de comunicaciones y de servicios hoteleros ubicada en sus espacios de influencia, jamás dentro de sus límites.

Se entiende como *turismo ecológico* a aquellas ofertas para llevar a cabo prácticas que están sometidas a un estricto control de las normativas y recomendaciones establecidas para la conservación del medio natural, que tratan de aprovechar y rehabilitar antiguos caminos, sendas o cañadas para la práctica del senderismo, excursiones en bicicleta y paseos a caballo, o de bajo impacto, como los vuelos sin motor, ala delta o parapente. (Foto 4)

Un *turismo rural sostenible* trata en primera instancia de promocionar la singularidad del territorio y el patrimonio cultural en el que está ubicado. Establece un modo de reclamo turístico muy selectivo con la intencionalidad de lograr la inmersión del turista en el hábitat rural: alojamiento en casas rurales con mobiliario, decoración y gastronomía tradicional, ofertas de turismo activo ancladas en la tradición local (senderismo, paseos a caballo, caza, pesca...), itinerarios culturales de interés (fiestas populares, construcciones típicas, restaurantes tradicionales, etc.) y posibilidades, más o menos cercanas, de ofertas de turismo verde y turismo ecológico que sean accesibles de llevar a cabo durante el mismo día sin cambiar de alojamiento.

La integración del turista en el medio rural resulta indispensable para la consolidación de esta oferta, por lo que requiere: formación del lugareño y/o explotador del edificio que sirve de alojamiento, con el fin de que el servicio ofrecido sea personalizado, cordial y altamente satisfactorio, pues no debe limitarse a la oferta de

posada sino que, al mismo tiempo, puede propiciar, estimular y canalizar las actividades que pueden llevarse a cabo en la zona.

El hábitat rural adecuadamente equipado puede ofrecer: tranquilidad, confort, alimentos naturales, aire, luz, espacios abiertos para sentirse libre, posibilidades para saborear las sensaciones que estimula el medio natural (olores, sabores, colores) y una amplia variedad de ejercitaciones y prácticas físicas excelentes para el mantenimiento de la salud (paseos, footing, cicloturismo, fotografía, recolección de plantas...)

El deporte en la naturaleza desde el paradigma del desarrollo sostenible

A lo largo de los siglos XIX y XX, el deporte se ha caracterizado por desarrollarse en un ámbito eminentemente urbano. Cuando en las últimas tres décadas la naturaleza se ha comenzado a descubrir como un espacio deportivo, la tendencia generalizada ha consistido en deportivizar la naturaleza salvaje, tratando de domesticarla, urbanizarla, estandarizarla..., transformándola en otra cosa, es decir, desnaturalizándola.

Las prácticas deportivas y recreativas en el medio natural tienen sobre el entorno unos efectos perversos que pueden ser evaluados de modo directo, así Vanreusel (1995, p. 485) considera los siguientes impactos negativos:

1. Pisotear el enclave natural causa compactación y erosión en el suelo, lo que acarrea efectos perjudiciales para la flora y la fauna, con una pérdida de su valor natural.
2. Se perturba la paz y armonía del entorno natural, lo que ocasiona efectos negativos para la fauna.
3. Se produce una progresiva polución ambiental al aumentar las basuras y residuos, lo que supone una pérdida de la calidad ambiental.
4. La utilización de superficies naturales para infraestructura y alojamiento reduce la posibilidad de ofrecer acceso público a grandes áreas naturales.

Pero no todos los efectos negativos finalizan aquí, sino que además, se producen trastornos añadidos de modo indirecto, debido a la progresiva popularidad de las prácticas deportivas en el medio natural, un peligro de masificación en algunos espacios y tiempo concretos, que provocan:

- Concentración simultánea de deportistas entusiastas en los mismos lugares (en el estrecho de un barranco, en la utilización de presas y clavijas en una pared, la proliferación de caminantes y cicloturistas por un angosto sendero, etc.).
- Falta de entendimiento entre grupos de deportistas y los lugareños o entre diferentes grupos de deportistas.
- Consumo de energía y polución debida a los vehículos que transportan a los deportistas.
- Mejora de los servicios en el área para atender a los grupos de deportistas y visitantes.

Si se tienen en cuenta tanto los efectos directos como los indirectos, no parecen existir dudas sobre la seria amenaza que representa para cualquier ecosistema ambiental la práctica de actividades deportivas.

El aumento progresivo de la práctica deportiva en áreas naturales produce un desajuste entre la capacidad de acogida del medio y el número de deportistas que a él acceden. A medida que se incrementa el número de deportistas los quebrantos producidos en el medio natural también aumentan. (Foto 5)

El problema del impacto de las prácticas deportivas en la naturaleza tiene muchos matices y aspectos a considerar, pero en general, cabe partir de dos grandes focos o directrices; el primero tiene que ver con el volumen o cantidad de personas que acuden a un determinado enclave natural a realizar sus prácticas; el segundo hace referencia a la mayor o menor necesidad que se tenga de dotar a la zona de infraestructura turística (hoteles, carreteras, tiendas...). Ambas consideraciones ponen en cuestión el proceso deportizador de la naturaleza.

Resulta muy difícil hacer compatible el espíritu deportivo con la conservación

del medio ambiente, puesto que la actitud deportiva busca la comparación, el reto, la sobre excitación emocional. En una investigación que realizamos entre las mujeres aragonesas que realizaban habitualmente prácticas en el medio natural (Lagardera y otros, 1997), comprobamos la diferente significación simbólica y emocional que otorgaban a la práctica aquellas mujeres que tenían una larga experiencia deportiva (autosuperación, esfuerzo, concentración, riesgo, desahogo, desrutinización...) de aquellas otras para las que las prácticas en el medio natural suponía una de sus primeras experiencias corporales realizadas de modo habitual (reencuentro, identidad, privilegio, equilibrio, autosatisfacción, solidaridad, distensión...). Para las personas cuyas actitudes y hábitos están moldeados por la cultura deportiva el medio natural está repleto de retos a superar, de situaciones de riesgo y vértigo que disparan las dosis de adrenalina en la sangre, de un modo de endurecerse y autodisciplinarse. ¡Luchar contra la naturaleza y vencer sus dificultades!

Pero la naturaleza requiere de otras actitudes. Siempre está ahí para nuestro goce y contemplación. Un deporte que respete el criterio de sostenibilidad, requiere de deportistas conscientes de que su acción puede suponer un grave quebranto al medio. Un deporte ecológico no compite con la naturaleza como intermediario, sino que colabora en su mantenimiento y conservación.

El deporte ecológico trata de integrarse en el medio natural, y para ello cambia en primera instancia su formato competitivo; se desdeportiza y en cambio se naturaliza. En la naturaleza no se compite, sino que se elaboran complejos procesos de interrelación, en los que vegetales, animales y rocas interactúan constantemente creando bucles de retroalimentación que son los que generan el equilibrio y regulación del ecosistema.

Naturalizar o ecologizar al deporte consiste en una compleja y costosa tarea pero que no nos debe asustar, pues no se trata de una regresión al limitar o eliminar la competición, sino de un mayor



Foto 5.
El vuelo con parapente es el paradigma de una práctica deportiva eminentemente ecológica.

progreso en el proceso de la civilización. No se trata de regresar a la acepción occitana del *deportare* latino antes de su arraigo y transformación en el sport inglés, sino de dotar o enriquecer esta acepción de otras que impliquen colaborar en vez de competir, mostrar actitudes solidarias en vez de agresiones más o menos mediatizadas por el reglamento y en sustituir los retos y los récords por el goce y la satisfacción de sentirse vivo formando parte de la vida natural.

En este sentido, la responsabilidad de la comunidad universitaria y en especial, de instituciones como el INEFC, resulta esencial para propiciar este radical salto cualitativo y salvaguardar para nuestros descendientes los maravillosos lugares que aún atesora este planeta.

La educación física integral como sostenibilidad

Cuando aplicamos la sostenibilidad a la educación física, ésta se convierte o deviene en una *educación física integral*, por responder al carácter unitario y sistémico del existir humano, queriendo así expresar el modo en que un quehacer pedagógico actúa sobre la globalidad del ser a través de la vía física o sensitiva. Esta intervención pedagógica propone, por una parte, enseñar a cuidar la forma y figura del cuerpo, lo que puede denominarse extracuerpo, pero no sólo la imagen, la figura, la forma o el rendimiento en función de una determinada exigencia, sea ésta deportiva o laboral, sino que el extracuerpo también hace referencia al equilibrio, la armonía, la adaptabilidad, la expresión o la comunicación corporal (contactar con otros cuer-

Foto 6.

Tomar conciencia de la respiración (la principal fuente de energía vital) y de las propias sensaciones corporales, es uno de los pilares fundamentales de la educación física integral: comenzar por el respeto y el cuidado de la propia vida.



pos). Pero por otra, el carácter integral o global de este proceder tiene también muy en cuenta el intracuerpo, es decir, la percepción interna de la corporalidad, las vivencias y emociones que suscita de modo continuado la vida sensitiva, pues nuestro vivir está constantemente afectado por la emoción y el sentir. (Foto 6)

La educación física integral plantea situaciones motrices que requieren necesariamente la implicación activa de todos sus participantes, pues su poder consiste en esto precisamente, en que se trata de una práctica y la persona que actúa está ya viviendo una experiencia única y singular. La practicidad no es mental o virtual, sino que implica necesariamente a la corporalidad, a la persona como ente global. Se pone en práctica la solidaridad, la cooperación o el cuidado de la naturaleza.

La educación física integral sabe que el cuerpo es portador de todas las emociones, sentires y vivencias del ser humano, y que determinadas posturas, ejercicios y juegos hacen emerger un determinado tipo de acciones, actitudes y emociones, de ahí que la responsabilidad de los pro-

fesores-as resulte especialmente importante en este sentido. Por ejemplo, cuando proponemos a los alumnos luchar para buscar un vencedor se desencadenan acciones de contracomunicación, mientras que si jugamos a darnos abrazos o realizamos una danza colectiva se desencadenan acciones de cooperación en las que no hay vencedores ni perdedores, pues todos ganan. En vez de plantear un circuito cicloturista controlando el tiempo o las estaciones de paso, se puede plantear un recorrido colectivo para limpiar el bosque o señalar convenientemente un sendero ya apelmazado por el uso. (Foto 7)

¿La educación física para formar personas creativas y libres, agresivas y competitivas o adiestradas y sumisas? La educación física integral opta por fomentar la creatividad motriz porque es esta la expresión más genuinamente humana de la singularidad de cada persona, de su mismidad, de sus perfiles diferenciadores como persona y que cada cual debería aprender a potenciar.

La educación física integral propone llevar a cabo una intervención positiva, porque se dirige a la construcción de cada persona respetando y propiciando su carácter singular, estimulando su aceptación y autoestima, y tratando de poner en práctica situaciones pedagógicas que requieren el fomento del respeto y tolerancia hacia todo aquello distinto a mí yo; y para ello utiliza situaciones motrices cuya lógica interna hace emerger acciones de cooperación, solidaridad, autoconocimiento, autoatención o de expresión de las propias vivencias. Este respeto y consideración hacia los demás se torna en admiración y agradecimiento en el caso de la naturaleza.

La educación física integral entiende que cada persona requiere un tratamiento personalizado, de ahí que se proponga operar teniendo siempre en cuenta las conductas motrices de las personas a su cargo. La evaluación del proceso es un proceder continuado pues lo que es objeto de su interés es la evolución singular de cada persona, el modo en como va optimizando sus conductas motrices, lo que implica necesariamente cambiar de manera drástica el sentido de los propósitos educati-

vos actualmente vigentes. Se trata de plantear situaciones pedagógicas en las que los alumnos deban optimizar sus conductas motrices en relación con el medio natural, consigo mismos y su interacción con los demás. (Foto 8)

Las propuestas pedagógicas de la educación física integral se nutren en base al jugar exploratorio, como legado genético de la naturaleza, y del juego como construcción cultural, pues se trata de la única expresión de la conducta humana, que es capaz de llevar a cabo una transición armónica, sencilla y eficaz entre aquello de suyo más natural, el comportamiento lúdico espontáneo en niños-as, y aquello otro creado culturalmente, como es la elaboración de símbolos, signos y mitos, del que son tan ricos los juegos tradicionales. La educación física integral tiene muy en cuenta el análisis previo de las situaciones motrices que propone, pues sabe que los diferentes juegos y prácticas corporales son portadores de una determinada lógica que se expresa de modo ineludible a través de las acciones motrices que provoca. Al margen de nuestras mejores intenciones, los profesores-as tenemos la responsabilidad de conocer de forma claramente constatable, qué es aquello que fomentamos de modo práctico, con los ejercicios que proponemos en clase, y si esa optimización está orientada en el sentido de nuestros propósitos pedagógicos.

La educación física integral trata de desrutinar la vida cotidiana de las personas tratando de estimular, mediante sus métodos activos, la atención hacia el propio cuerpo y la vida sensitiva, como fuente de autoconocimiento, como fomento de una

Foto 7.
La cooperación a través del tacto y del contacto con otro es un modo práctico de aprender comportamientos solidarios.



Foto 8.
Aprender a estar quieto sin hacer nada, y lograr contemplar el ocurrir de la propia vida, es un principio activo de la educación física integral.



Foto 9.

La expresión de la creatividad es una de las manifestaciones más bellas de la libertad humana.



salud integral y como una manera eficaz de sentirnos integrados en la naturaleza como generadora de equilibrio y bienestar. Se parte de la base de considerar a la motricidad inteligente, pues ha sido la protagonista estelar en nuestra evolución como especie. Nuestro cuerpo es por tanto portador de una sabiduría milenaria que está impresa en cada una de nuestras células, pero para abrirnos a este conocimiento se requiere atención de sí, una autoescucha que se transforma en experiencia única y fascinante, que no obstante necesita de una adecuada orientación, pues si no se experimentan estas sensaciones, tendrán muchas dificultades para poder degustar los tesoros que guarda

nuestro cuerpo, nuestra propia vida, singular, única e irrepetible.

Por último, una educación física integral plantea la existencia humana como un auténtico tesoro de la vida, un regalo de la naturaleza que hay que devolverle de forma sustancialmente mejorada. La vida en contacto con la naturaleza agudiza nuestros sentidos para gozar del aire y la luz, del agua y el sol, del calor y de la humedad, para poder degustar el privilegio de sentirnos habitantes vivos en este maravilloso planeta. (Foto 9)

Éste y no otro es el reto de la educación física integral para el siglo XXI en aras de un desarrollo sostenible y de la consolidación de una cultura humana en comunión con el legado que nos ha otorgado la vida como don natural.

Bibliografía

- Boulding, K. E.: "The Economics of the Coming Spaceship Earth", en VV. AA., *Beyond Economics*, Ann Arbor, The University of Michigan Press, 1970, pp. 275-287.
- Capra, F.: *La trama de la vida. Una nueva perspectiva de los sistemas vivos*, Barcelona: Anagrama, 1998.
- Castells, M.: *La era de la información. Economía, sociedad y cultura. El poder de la identidad*, Madrid: Alianza, (vol. 2), 1998.

Huber, J.: *Die Regenbogengesellschaft. Ökologie uns Sociopolitik*, Frankfurt: Fischer, 1985.

Lagardera, F. y otros: *Género femenino y actividad físico-deportiva en la naturaleza: el caso de la mujer aragonesa*, Zaragoza: Gobierno de Aragón, 1997.

Laraña, E. y Gusfield, J.: *Los nuevos movimientos sociales. De la ideología a la identidad*, Madrid: CIS, 1994.

Lovelock, J.: *Las edades de Gaia. Una biografía de nuestro planeta vivo*, Barcelona: Tusquets, 1993.

Lovelock, J.; Bateson, G.; Margulis, L. y otros: *Gaia. Implicaciones de la nueva biología*, Barcelona: Kairós (3.ª ed.), 1995.

Maturana, H. y Varela, F.: *El árbol del conocimiento*, Barcelona: Debate, 1990.

Meadows, D. y otros: *Los límites del crecimiento*, México: FCE, 1972.

Meadows, D. y otros: *Más allá de los límites del crecimiento*, Madrid: Aguilar-El País, 1992.

Meluci, A.: "The Process of Collective Identity", trabajo presentado en International Workshop on Culture and Social Movements, San Diego, 1992.

Mesarovic, M. y Pestel, E.: *La humanidad en la encrucijada*, México: F.C.E., 1975.

Racionero, L.: (1983) *Del paro al ocio*, Barcelona: Anagrama, 1983.

Vanreusel, B.: "From Bambi to Rambo. A socio-ecological approach to the pursuit of outdoor sports", en J. Mester (ed.) *Images of Sport in the World*, German Sport University Cologne, 1995.