

Artículo



Revista

Ciencia  
y Naturaleza


## Turismo de naturaleza: hacia acciones sostenibles en nuestros viajes

Georgina del Socorro Medina Argueta  
Julio César Cruz Argüello  
Ángel Aarón Rosado Varela




Artículo

# Turismo de naturaleza: hacia acciones sostenibles en nuestros viajes



**Cómo citar este artículo:** Medina-Argueta GS, Cruz-Argüello JC, Rosado-Varela AA. 2024. Turismo de naturaleza: hacia acciones sostenibles en nuestros viajes. Revista Ciencia y Naturaleza (1102).



An aerial photograph of an eco-tourism site. The site is nestled in a lush, green forest. In the upper left, there is a sandy area with a wooden walkway leading to several geodesic domes. One dome is prominent in the center, and another is visible in the lower left. The site is surrounded by dense tropical vegetation, including palm trees and other green plants. The overall scene is peaceful and natural.

## *El turismo sostenible en el mundo*

Cuando las personas visitan un lugar diferente de donde viven, ya sea para conocer, divertirse, por trabajo o hacer negocios, se les llaman **turistas**, y todas las cosas divertidas y emocionantes que realizan durante su viaje, se le llama **turismo**. ¡Es **aventurarse y descubrir cosas nuevas!** Sin importar qué cosas se hagan o dónde se realicen, se puede ayudar al medio ambiente, la economía y a las personas para conservar un planeta más saludable durante mucho tiempo para las generaciones futuras.



A estas buenas acciones se le conoce como **desarrollo sostenible** y cuando se realizan en los lugares que se visitan durante los viajes, se le llama **turismo sostenible**.



En los últimos años ha sido tan relevante este concepto que en el 2020, se llevó a cabo un concurso para premiar a los países que hacen un turismo sostenible para la Tierra llamado *Top Countries for Sustainable Tourism* (en español, los mejores países para el turismo sostenible).

En él se revisaron 57 aspectos importantes sobre la naturaleza, las personas y la economía, de 99 países que realizan turismo sostenible, además de incluir medidas de seguridad adoptadas para recibir a los turistas, así como determinar a cuántas personas les gustaría realizar turismo sostenible.

### ¿Adivina quiénes fueron los mejores en turismo sostenible para el planeta?

Los países de Europa como Suecia, Finlandia, Austria, Noruega, Estonia y Eslovaquia. En América Latina, destacaron Bolivia, Perú, Panamá, Chile, Uruguay, Argentina, Ecuador, Brasil, Costa Rica, Colombia y México.





## Contribución del turismo en la Agenda 2030

En todo el mundo, el turismo también ayuda a alcanzar la Agenda 2030, que es un gran plan para que todos en el planeta vivan felices y sanos. Este plan tiene 17 objetivos que representan misiones especiales para hacer el mundo mejor.



**Figura 1.** Objetivos del Desarrollo Sostenible.

El 8, 12 y 14, son los que están más presentes al realizar turismo porque permitirán reducir la pobreza, cuidar de nuestro mundo y hacer la vida de las personas aún mejor.

Por ejemplo, el objetivo 8 apoya el trabajo, la cultura y la economía de los lugares que se visitan, el 12 vigila que se cumpla el turismo sostenible y el 14 busca los beneficios económicos del uso sostenible de los espacios acuáticos.





## *El turismo de naturaleza como propuesta alternativa*

Existe un tipo de turismo muy especial llamado **Turismo de Naturaleza**, que realiza buenas acciones para la naturaleza y las comunidades locales.

Es decir, protege los lugares bonitos y permite disfrutarlos al mismo tiempo. La Secretaría de Turismo (SECTUR, 2013), explica que el Turismo de Naturaleza es cuando se viaja para hacer actividades divertidas en la naturaleza y conocer la cultura de un lugar. Por ello, se debe tener una actitud amigable y comprometida para cuidar y disfrutar de los recursos naturales y culturales.



Cuando se habla del Turismo de Naturaleza, se debe tener en cuenta tres cosas importantes:



**Motivación:** La razón principal es la diversión, viajar y vivir experiencias increíbles.

**Lugares:** que sean especiales y bonitos porque son como tesoros naturales que cuidamos mucho para que sigan siendo maravillosos.

**Perfil del turista:** es el tipo de personas que les gusta respetar, disfrutar y ayudar los lugares que se visita.



## *Antecedente del Turismo de Naturaleza*

Algunos tipos de turismo no estaban siendo tan buenos como deberían ser. Por ejemplo, el turismo de sol y playa causa problemas como contaminación, daño a la naturaleza y afectan a la cultura. Esto hizo que todos se dieran cuenta de que se necesita hacer algo diferente. Así que se empezaron a tomar medidas para ayudar a que los lugares mejoren y que la gente que vive allí también se beneficie. Ahora, se está aprendiendo a hacer turismo de una manera más responsable.



Esto significa cuidar de los lugares que se visitan, asegurar que todos estén contentos y disfrutar de los viajes sin causar daños.



El antecedente del Turismo de Naturaleza fue el Turismo Alternativo, que comenzó alrededor de los años 50 y la gente comenzó a pensar más en la naturaleza y en cómo cuidarla. Hubo reuniones internacionales importantes llamadas Cumbres de la Tierra y Agendas. La gente cambió su forma de pensar y se empezaron a usar palabras como ecología para explicar cómo los humanos y la naturaleza están conectados.



## *Actores del Turismo de Naturaleza*

Para que el Turismo de Naturaleza sea posible, muchas personas trabajan juntas como equipo. A estos grupos se les llama **participantes o actores** y se encargan de organizar actividades turísticas o de cuidar de la naturaleza. A continuación, se muestran los más importantes:

### **Ecosistemas**



Los ecosistemas, como los océanos y las selvas hacen que, a través de sus paisajes, clima animales y vegetación, las vacaciones sean emocionantes y divertidas. Son los atractivos para turistas que les gusta explorar la naturaleza y por eso es importante su conservación.



### **Gobiernos**

Aplican reglas especiales llamadas políticas sustentables que ayudan para que los habitantes de los pueblos y las empresas como hoteles, restaurantes y transporte puedan beneficiarse de manera equilibrada.



### **Comunidades**

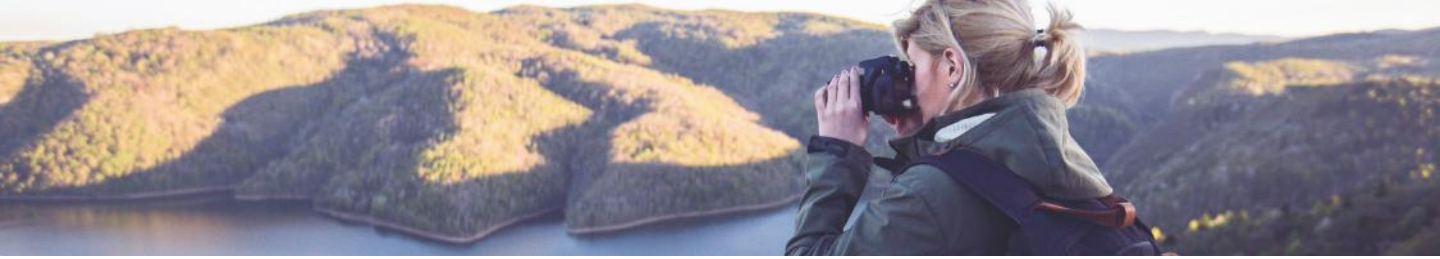
Son las personas que viven en los lugares visitados y que comparten su cultura por medio de artesanías y comida tradicional. Además, trabajan con el gobierno y empresarios para cuidar de su cultura y naturaleza.



### **Empresarios**

Estas personas cuidan la calidad de los servicios a los visitantes a través del reciclaje de basura, usan energías renovables como el sol y el viento.





## Turistas

Les gusta aprender sobre las formas de vida en los pueblos, se divierten sin dañar el lugar que visitan y protegen la naturaleza y la cultura.

## ONG´S



Las Organizaciones No Gubernamentales (ONG´s) trabajan para que todos en el turismo hagan cosas buenas por la naturaleza y la cultura. Tienen equipos especiales llamados Comités de control medioambiental y su misión es vigilar que el turismo no dañe a la naturaleza, pero sí que beneficie a las comunidades locales.

**“No hay tiempo que perder.  
Repensemos y reinventemos el  
turismo y, juntos ofrezcamos un  
futuro más sostenible, próspero y  
resiliente para todos”**  
-António Guterres.

**¿Sabes cómo practicar turismo  
de naturaleza?**

Algunas personas llaman al turismo de naturaleza de diferentes maneras, pero básicamente se divide en tres formas importantes según la Secretaría de Turismo de México: Ecoturismo, Turismo de Aventura y Turismo Rural.





## *El Ecoturismo*

El Ecoturismo es cuando se visitan lugares naturales y se practican actividades que permiten descubrir sus secretos. Dentro de sus características se encuentran:

- **Apreciación y conocimiento:** es muy cercano a ser exploradores que quieren aprender y amar a la naturaleza. Por ejemplo, observar los árboles, las flores y los animales.
- **Disfrutar la historia de la naturaleza:** la naturaleza tiene una historia increíble y se debe compartir y disfrutar, por ejemplo, a través de cuentacuentos.
- **Apoyo y participación:** participar como ayudantes de la naturaleza a través de juegos y actividades.

### **Actividades del Ecoturismo**

- Observación de la naturaleza, de fauna, de ecosistemas, geológica, de fósiles, sideral y de atractivos naturales.
- Senderismo interpretativo
- Rescate de flora y fauna
- Talleres de educación ambiental
- Proyectos de investigación biológica
- Safari fotográfico





En Costa Rica, existen muchos lugares en los que se puede disfrutar del Ecoturismo como el Parque Nacional Corcovado o la Reserva Biológica Bosque Nuboso de Monteverde. En estos sitios se pueden conocer bosques verdes, cascadas, aguas termales, volcanes, arrecifes de coral y manglares donde habitan mamíferos y aves, tortugas marinas, entre otros.

En el caso de México, sobresale la práctica de ecoturismo, ya que es uno de los 10 países más ricos de naturaleza en el planeta. Por ejemplo, el avistamiento de las mariposas monarca en el estado de Michoacán, el avistamiento de ballenas grises en Baja California y el desove de tortugas marinas y nado con el tiburón ballena en Quintana Roo.



## *El Turismo de Aventura*

Consiste en explorar y hacer actividades físicas relacionadas a deportes no competitivos como escalar montañas, explorar selvas, andar en bote por ríos o descubrir lugares.



### **Actividades de Turismo de Aventura**

- **Terrestres:** cabalgata, caminata, cañonismo, ciclismo de montaña, escalada, montañismo, rappel.
- **Aeréas:** paracaidismo, vuelo en parapente, Ala Delta, globo aerostático, ultraligero.
- **Acuáticas:** descenso de ríos, kajaquismo, pesca recreativa, buceo autónomo, buceo libre, espeleobuceo.



Algunos de los beneficios de practicar actividades de turismo de aventura son:

**Transportes divertidos:** usar bicicletas y kayaks, evita usar transportes ruidosos.

**Mejorar nuestra forma física:** actividades como correr, saltar y explorar funciona como un gimnasio natural porque permite ejercitarse para estar fuertes y saludables de manera divertida.

**Reducir la tensión:** permite la relajación, felicidad y emoción.

En Brasil se puede realizar Turismo de Aventura en lugares como Bonito, Jalapão, Chapada dos Veadeiros o Cataratas del Iguazú.



En ellos se práctica el snorkel, rapel, tirolesa, buceo, caminar en la naturaleza, nadar en cascadas, rafting, escalar montañas, entre otros. En México existen lugares como el Parque Xúmu en la Sierra de Santa Rosa en Guanajuato donde se puede practicar escalada en roca y cabalgata a través de la niebla y; el Rio Tampaón en la Huasteca potosina, en San Luis Potosí, en el cual se realiza kayakismo.

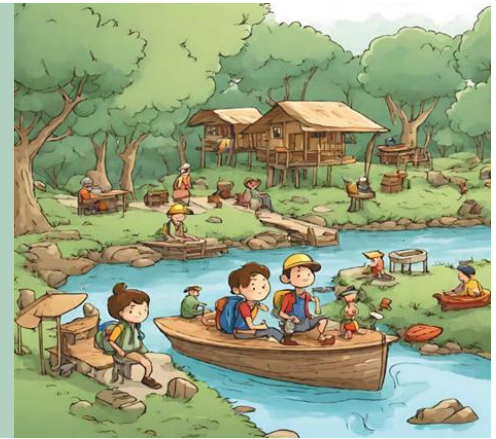


## *El turismo rural*

El Turismo Rural se practica al visitar pueblitos y conocer a las personas que viven allí. Además, se puede participar en las cosas que se hacen en el campo como jugar con animales y disfrutar de la vida tranquila.

### **Actividades de turismo rural**

- Etnoturismo
- Eco-arqueología
- Agroturismo
- Medicina tradicional
- Talleres gastronómicos y artesanales
- Vivencias místicas
- Fotografía rural
- Aprendizaje de dialectos



En México existen muchos lugares para practicar el Turismo Rural como la Ruta del Mole, donde restaurantes muestran sus recetas especiales. La Ruta del Temazcal que muestra el funcionamiento de los temazcales que son como pequeñas cabañas redondas hechas de barro o piedras, con un techo que deja pasar un poco de humo de piedras calientes y hierbas aromáticas. La Ruta de la Miel en la que se puede conocer la importancia de las abejas en el planeta, las actividades que se realizan para obtener la miel, así como probar los diferentes tipos que existen.

Es importante saber que existen tours o recorridos que combinan actividades de ecoturismo, turismo de aventura y rural. Por ejemplo, en un solo día se puede explorar la naturaleza, descubrir lugares interesantes en el campo y vivir aventuras como nadar o andar en bicicleta.



## *Acciones sostenibles para viajeros*

Existen cosas que las personas pueden realizar cuando viajan para asegurarse de cuidar el planeta. Estas se denominan **acciones sostenibles** y si alguna vez los turistas las realizan durante las vacaciones, se convierten en viajeros de turismo de naturaleza. Por eso, es importante tomarlas en cuenta. Algunas acciones son:



1. Al planear un viaje se deben investigar datos sobre las reglas, tradiciones y actividades que se hacen en el lugar que se visitará.



2. Elegir alojamientos sostenibles con techos y ventanas que dejen entrar el aire, reciclen y reutilicen su basura, ahorren agua y electricidad, cuenten con jardines y cuiden a los animales.



3. Ser respetuosos y amigables con la gente que vive allí, probar la comida típica, escuchar y aprender sobre la cultura y tradiciones.



4. Procurar recoger la basura y de ser posible traerla de vuelta o reciclarla



5. Valorar la cultura y la naturaleza del lugar. Por ejemplo, evitar tocar las cosas antiguas, mover o molestar las plantas o animales.



6. Invitar a las personas, mostrar fotografías o dibujar sobre los lugares naturales y culturales visitados. Expresar lo importante que es protegerlos y conservarlos.

**“Toma solo recuerdos, deja solo huellas”**  
-Jefe Seattle



Al preferir estas opciones ecoamigables, hacen al turismo respetuoso con el entorno creando una huella positiva para las generaciones futuras y marcan una gran diferencia en el turismo sostenible en la que todos pueden contribuir con pequeñas acciones. 🍀

## *Agradecimientos*

Se agradece al CONAHCYT por el financiamiento de beca de la Convocatoria de Estancias Posdoctorales por México 2022.



## Para Consulta

-  Asociación Española Gestores Viajes Empresa. 2021. Euromonitor publica su ranking de los destinos turísticos más sostenibles <https://aegve.org/euromonitor-publica-su-ranking-de-los-destinos-turisticos-mas-sostenibles/>
-  Comité Mundial de ética del Turismo. <https://webunwto.s3.eu-west-1.amazonaws.com/s3fs-public/2020-07/Tips-for-Responsible-Traveller-WCTE-ES.pdf>
-  Guia Viagens Brasil. 10 Destinos en Brasil para quienes aman el Turismo de Aventura <https://www.guiaviagensbrasil.com/blog/10-destinos-brasil-turismo-de-aventura/>
-  México desconocido, 2023. Turismo de aventura en México. <https://www.mexicodesconocido.com.mx/turismo-de-aventura-en-mexico.html>
-  ONU Turismo. 2023. Turismo por los ODS. <https://www.unwto.org/es/tourismo-por-los-ods>
-  Secretaría de Medio Ambiente y Recursos Naturales. 2013. Compendio de estadísticas Ambientales Edición. [https://apps1.semarnat.gob.mx:8443/dgeia/compendio\\_2013/dgeiawf.semarnat.gob.mx\\_8080/ibi\\_apps/WFServlet43c3.html](https://apps1.semarnat.gob.mx:8443/dgeia/compendio_2013/dgeiawf.semarnat.gob.mx_8080/ibi_apps/WFServlet43c3.html)
-  Secretaría de Turismo. 2023. Pueblos Mágicos. <https://pueblosmagicos.mexicodesconocido.com.mx/>
-  Worldpackers. 2023. Lo mejor del ecoturismo en Costa Rica: qué lugares visitar. <https://www.worldpackers.com/es/articles/ecoturismo-en-costa-rica>

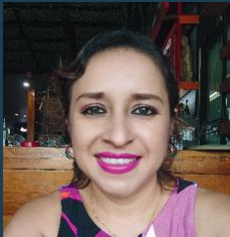




Crédito de imágenes en orden de aparición: studioroman, Always Left, Akil Mazumder (Pexels, P), Krafted FlatIcons, SARINYAPINNGAM (Getty Images, GI), Jacob Lund, Giuseppe Ramos J, NotionPic, last19 (GI), freemixer (GI), AnneCallahan (pixabay, pi), janka00simja0 (pi), Mikaella Beratio (Sketchify, S), Andris Bergmanis (P), deemakdaksina, Sketchify, Quang Nguyen Vinh (P), Francesco Zaffino (P), Avalon\_Studio (GI), ivandesign, anyaberkut (GI). Crédito de imágenes: las imágenes no citadas fueron elaboradas por los autores.

*Diseño de publicación: Yareli Fiburcio*

**Beatriz Escobar Morales**  
Editor Asociado Revista CyN



## Georgina del Socorro Medina Argueta

Tecnológico Nacional de México/Instituto Tecnológico de Chetumal.

Realiza una estancia posdoctoral en la División de estudios de posgrado e investigación. Sus áreas de interés son Turismo, sustentabilidad y desarrollo regional. SNI nivel Candidata.

Contacto: [georgina.ma@chetumal.tecnm.mx](mailto:georgina.ma@chetumal.tecnm.mx)



## Julio César Cruz Argüello

Profesor Investigador adscrito al Tecnológico Nacional de México/ Instituto Tecnológico de Chetumal. SNI nivel I, sus áreas de interés son Materiales Innovadores de la construcción, nanomateriales, sustentabilidad, celdas de combustible y energías renovables.

Contacto: [julio.ca@chetumal.tecnm.mx](mailto:julio.ca@chetumal.tecnm.mx)



## Ángel Aarón Rosado Varela

Doctor en Desarrollo Sostenible. Profesor Investigador de Carrera en la Universidad Autónoma del Estado de Quintana Roo. Sus áreas de investigación incluyen Turismo, Sostenibilidad, Capital Social, Desarrollo Regional, Género y Turismo. SNI nivel candidato.

Contacto: [aaron.rosado@uqroo.edu.mx](mailto:aaron.rosado@uqroo.edu.mx)