

PRINCIPALES MOTIVACIONES QUE CARACTERIZAN LA EXPERIENCIA DE OCIO EN EL PARQUE NATURAL MONTE ALOIA (PONTEVEDRA)¹

Rubén Martínez García, M^a Belén Caballo Villar
Universidad de Santiago de Compostela

El objetivo del presente capítulo es analizar las principales motivaciones que caracterizan la experiencia de ocio en el parque natural Monte Aloia, único espacio protegido con esta categoría en la provincia de Pontevedra. A partir de un muestreo por cuotas cruzadas se aplicó un cuestionario elaborado *ad hoc* a 683 estudiantes de educación secundaria obligatoria y bachillerato residentes en dicha provincia. Los datos informan que las principales motivaciones se relacionan con experiencias de ocio de tipo casual, enfocadas al recreo y al esparcimiento, mientras que aquellas más vinculadas con un ocio serio y de mayor conexión con la naturaleza son claramente minoritarias. En conclusión, se enfatiza la importancia de educar el ocio de las personas a fin de que transiten de una mera ocupación del tiempo libre en espacios naturales al desarrollo de auténticas experiencias de ocio valiosas, pues son las que cuentan con mayor potencialidad para generar actitudes de respeto por la naturaleza.

1. INTRODUCCIÓN

La ciudadanía se relaciona cada vez menos con la naturaleza durante sus tiempos cotidianos (Soga y Gaston, 2016). El imparable crecimiento urbanístico, la actividad productiva, la proliferación de las tecnologías electrónicas, la aceleración de los tiempos, la esclavitud del reloj... son solo algunos de los

1. Esta investigación emana de la tesis doctoral “Educación, ocio y espacios naturales. Un estudio con el alumnado de educación secundaria de la provincia de Pontevedra”, financiada por el Ministerio de Educación y Formación Profesional en el marco de la convocatoria FPU 2013.

principales factores que justifican esta situación (Cox et al., 2018; Louv, 2019). Sin embargo, en los últimos años, todos estos elementos han ido provocando en las personas un deseo cada vez más intenso de salir al encuentro de otros entornos más limpios, sanos y psicológicamente restauradores que les aleje de las prisas y el estrés. Deseo, además, que se ha intensificado notablemente en el contexto de la pandemia sociosanitaria provocada por la COVID-19 (Gillis, 2020). Por ello, en los últimos años la demanda de ocio en Espacios Naturales Protegidos (ENP en adelante) ha experimentado un incremento significativo (Pickering et al., 2018).

Y es que precisamente el funcionamiento actual de nuestras sociedades es uno de los principales motivos que nos conduce a desear experimentar el ocio en este tipo de espacios (Gómez-Limón, 2002), pues estos dotan a las personas de beneficios que contribuyen a satisfacer sus necesidades psicológicas básicas (Castillo y Ried, 2015) y, por tanto, que conducen a su bienestar físico, psicológico y social (Louv, 2019).

Si bien es cierto lo anterior, no podemos quedarnos únicamente con una argumentación generalista que justifique esta creciente demanda. Las motivaciones que subyacen al deseo de vivir el ocio en la naturaleza –especialmente si aludimos al ocio serio (Stebbins, 2020)– es más complejo de lo que *a priori* pudiera parecer, lo que exige un análisis más pormenorizado. Así, del mismo modo que las experiencias de ocio en general se vinculan con la subjetividad y, por tanto, se manifiestan de forma única en cada persona, aquéllas que tienen lugar en un espacio natural –siendo dicho espacio el detonante de la vivencia– participan de esta misma realidad. Por ello, las motivaciones que impulsan el deseo de disfrutar de la naturaleza pueden ser múltiples, pudiendo ir desde la búsqueda de un entorno tranquilo, pasando por la observación de la fauna y la flora, la práctica deportiva, hasta compartir tiempo con la familia.

Pese a esta diversidad, de la literatura científica sobre el ocio al aire libre se desprenden algunas motivaciones recurrentes que narran los aficionados a este tipo de experiencias. En este sentido, y desde una perspectiva cualitativa, tomamos como referencia la investigación de Ried (2012, pp. 209-232) que, en base al análisis e interpretación de los discursos de personas que practican este tipo de ocio, recoge –por orden de frecuencia en los relatos– las motivaciones y significados más importantes que narran. Beneficios y significados que, a su vez, se convierten en catalizadores para motivar a las personas a desear tener este tipo de vivencias.

- a. *Contacto con la naturaleza*. Entendida “como algo necesario para enfrentar la vida diaria” (Ried, 2012, p. 211). Esta motivación nos recuerda de alguna forma a la hipótesis de la biofilia de Kellert y Wilson (1995) que hace referencia a que los seres humanos presentamos una necesidad innata de relacionarnos con otras formas de vida.
- b. *Disfrute estético*. Con ello el autor se refiere a que “el paisaje natural no es considerado solo como la escenografía donde se desarrolla la actividad,

- sino que es parte fundamental de la experiencia” (Ried, 2012, p. 213), convirtiéndose en muchas ocasiones en el fin mismo de la vivencia.
- c. *Binomio desafío/logro*. Se relaciona con “la percepción muy arraigada que las experiencias de ocio “saben” mejor cuando suponen un esfuerzo importante”; es decir, “superar un desafío de carácter físico y psicológico” (p. 215). Esta motivación está vinculada a la teoría del flujo de Csíkszentmihályi (2013) o la teoría del ocio serio de Stebbins (2020) que aluden a la necesidad de que las vivencias de ocio supongan un desafío personal, convirtiéndose en referentes de desarrollo humano.
- d. *Escape, paz y tranquilidad*. Con ello se hace referencia a la necesidad de romper con la rutina diaria y huir de los exigentes ritmos de las ciudades (Collado y Stats, 2016). Esta motivación podemos relacionarla con la “Teoría de la restauración” de Kaplan y Kaplan (1989) que alude a las cualidades reparadoras de los entornos naturales y su papel mediador en el logro de la recuperación del estrés.
- e. *Exploración/descubrimiento*. Esta motivación se vincula con el deseo de explorar lugares desconocidos o poco frecuentados por otras personas.
- f. *Espiritualidad*. Hace referencia a que la percepción de beneficios físicos, psicológicos y sociales que se experimentan al vivir el ocio en la naturaleza se integran constituyendo un todo que se materializa en una sensación de plenitud total, fácilmente conectada con el bienestar espiritual, no siendo este necesariamente religioso.
- g. *Socialización y amistad*. La naturaleza invita a compartir tiempo con otras personas, contribuyendo a que las relaciones sean más fuertes y exista mayor cohesión (Jennings y Bankole, 2019).
- h. *Sentido de pertenencia e identidad*. El ocio en la naturaleza ofrece la oportunidad de reflexionar acerca de la situación de la vida de las personas, siendo el escenario idóneo para encontrarse con uno mismo.
- i. *Propiedad recreadora-restauradora*. Relacionada con la motivación de escape y tranquilidad y, por ende, con la citada teoría de Kaplan y Kaplan (1989).
- j. *Autotelismo y motivación intrínseca*. De los discursos se desprende que los aficionados realizan las actividades por sí mismas, por el goce que reciben de su práctica.
- k. *Solidaridad y conservación*. Se alude a la motivación de enseñar y compartir con otros la experiencia de ocio. En este sentido, la motivación de enseñar se enraíza claramente en la solidaridad. Igualmente acontece cuando se persigue compartir con los demás conocimientos e información para conservar la naturaleza, de forma que la experiencia de ocio se convierta a su vez en proceso de aprendizaje.

De este análisis se concluye que las motivaciones del ocio en la naturaleza son múltiples y variadas, estando también muchas de ellas interrelacionadas. No obstante, se hace preceptivo subrayar que la investigación analizada centra el foco en aficionados a este tipo de ocio; esto es, son personas que desarrollan claramente un ocio que a juicio de Stebbins (2020) debe ser considerado serio o sustancial, lo que podría llevar a preguntarnos si las motivaciones que impulsan a las personas que experimentan este ocio de una forma más casual podrían ser diferentes o, al menos, más simples. Desde esta perspectiva, destacamos la clásica investigación de Corraliza et al. (2002) que a pesar de que data de principios de los 2000, ilustra la tendencia que se observa a día de hoy en relación a la búsqueda del ocio (serio o casual) en ENP. Cabe destacar que su estudio se centró en la figura del parque natural.

Con una muestra de 1007 personas de diferentes edades, los autores sintetizaron las motivaciones de los visitantes en cinco. La principal (27%) correspondió con aquellos que buscaban en el parque un espacio para “pasar un día de campo”, una motivación que se relaciona fundamentalmente con la necesidad de conectarse con la naturaleza, ya sea para relajarse, escapar de la rutina de la ciudad o encontrar tranquilidad. En segundo lugar, un 24,8% refirió los atractivos paisajísticos como razón principal de su visita. La tercera motivación (18,7%) alude a “aprender más de la naturaleza o contemplar fauna en un momento especial”, por tanto, presenta un mayor trasfondo naturalista que las anteriores. En cuarto lugar se sitúa el deseo de compartir tiempo con la familia y/o amigos por medio de actividades sociales o deportivas (15,9%). Finalmente, con un 3,1%, se identifican las motivaciones vinculadas con la cultura tradicional (visitar monumentos históricos, conocer más de la gente de la zona, etc.).

De los resultados de este trabajo podemos concluir que todas las que se identifican, *a priori*, se podrían relacionar de una forma u otra con el citado estudio de Ried (2012). Esto sugiere que, independientemente de que las experiencias de ocio sean serias o casuales, parecen existir algunas motivaciones que podemos considerar universales.

Así las cosas, el estudio de las motivaciones del ocio en la naturaleza también nos conduce a un aspecto de suma importancia y sobre el que debemos poner el foco: los impactos que las experiencias pueden generar en los ENP. A este respecto, conviene tener claro que el ocio es ante todo una actitud, una forma de ser y estar en el tiempo (Puig y Trilla, 1997) y que cuando aludimos a aquel que tiene lugar en ENP, la actitud es aún más relevante, si cabe, que en otros tipos de ocio. A este respecto, conviene recordar la característica de la doble direccionalidad que el profesor Cuenca (2014) reconoce a este fenómeno: una direccionalidad positiva y otra negativa. La primera alude a aquellas vivencias que implican beneficios tanto para la persona como para la sociedad y, en el caso que nos compete, para el medioambiente. Mientras que la segunda hace referencia a aquellas experiencias que suponen un perjuicio para el individuo, la sociedad o, en este caso, el en-

torno. Desde esta óptica, es evidente que las experiencias de ocio que desarrolle la ciudadanía en un ENP deben contar con una direccionalidad positiva de forma que, además de beneficiar a la persona, contribuyan a su vez a la conservación del enclave o, al menos, no lo contravenga de modo alguno.

Sin duda, en este desafío la educación, y concretamente la educación del ocio, tiene un papel clave, pues debe dotar a las personas de una serie de conocimientos, valores, habilidades... que no solo les permita transitar de la mera ocupación del tiempo libre al desarrollo de auténticas experiencias de ocio, sino que estas, además, vayan de la mano de los principios de responsabilidad, protección y conservación de la naturaleza (Arruti, 2011), lo que conducirá a un ocio sostenible (Tirone y Halpenny, 2017).

Con base en lo expuesto, este trabajo persigue analizar las principales motivaciones que caracterizan la experiencia de ocio de los adolescentes pontevedreses en el parque natural Monte Aloia², único espacio con esta categoría en la provincia de Pontevedra (Galicia).

2. METODOLOGÍA

El trabajo se enmarca en un enfoque cuantitativo, siendo la encuesta la técnica escogida y el cuestionario el instrumento seleccionado. Dicho instrumento fue elaborado *ad hoc* y sometido a un juicio de expertos para garantizar su validez de contenido. Además fue sometido a una prueba piloto para garantizar su calidad y funcionamiento.

Tras la validación, el cuestionario quedó conformado por cinco bloques. En el presente capítulo presentamos ítems de dos de ellos. El primero denominado “datos de identificación”, del que se toman los relativos al género (chico y chica). Y el tercero llamado “ocio y parques naturales” del cual se analizan las preguntas 12, 14 y 18. La primera es dicotómica (“sí” o “no”) y pretende conocer si los es-

2. El Monte Aloia fue declarado parque natural en 1978, siendo el primero en lograr dicha categoría en el territorio gallego. Se encuentra en el extremo suroccidental de la comunidad autónoma y pertenece al municipio de Tui, en el sur de la provincia de Pontevedra. A pesar de no ser un parque que destaque por tener cualidades naturales sobresalientes, posee unas vistas de gran valor paisajístico y una gran cantidad de reptiles y anfibios, hasta el punto de ser catalogado como zona de interés herpetológico en el territorio nacional. Además, el parque cuenta con un notable valor cultural, pues se encuentran en su territorio restos paleolíticos, enterramientos megalíticos, petroglifos de la edad de bronce, un poblado castrexo, molinos... En lo relativo al valor educativo, el parque realiza actividades de educación ambiental a lo largo del año y según su Plan de Ordenación de los Recursos Naturales y su Plan Rector de Uso y Gestión el uso público del parque es mayoritariamente recreativo y gregario.

tudiantes que tuvieron alguna experiencia de ocio en el Monte Aloia sabían que era un entorno protegido. La segunda solicita al estudiante que indique si visitó en alguna ocasión y durante su tiempo libre este parque natural en base a tres posibilidades: “sí”, “no” o “no sabe/no contesta”. Y la tercera pretende descubrir las motivaciones de la visita. La pregunta se presenta con opciones de respuesta y para su diseño nos apoyamos en otros estudios sobre motivaciones de ocio en ENP (Corraliza et al., 2002; Ried, 2012).

El cuestionario fue aplicado a una muestra de estudiantes de educación secundaria obligatoria y bachillerato de la provincia de Pontevedra. Teniendo en cuenta el tamaño de la población en el curso 2016-2017 (46.857), un margen de error del 3,8% y un nivel de confianza del 95%, dado el supuesto de $p=q=0,5$, debíamos alcanzar una muestra mínima de 652 estudiantes. Para ello se recurrió a un muestreo por cuotas cruzadas con afijación proporcional en relación a los siguientes estratos. A) El grado de urbanidad de los municipios de la provincia de Pontevedra establecido por el Instituto Galego de Estatística (IGE) en el año 2016: Zona Densamente Poblada (ZDP), Zona Intermedia Poblada (ZIP) y Zona Poco Poblada (ZPP). B) La etapa educativa: educación secundaria obligatoria y bachillerato. En las dos se trabajó con los cursos impares (1^o y 3^o de ESO y 1^o de BAC) a fin de evitar la sobrecarga de los centros.

Además se seleccionaron centros tanto de costa como de la zona interior, así como centros públicos y privados/concertados. En este último caso se respetó la proporción existente en Galicia en la que de cada tres centros educativos, dos son públicos.

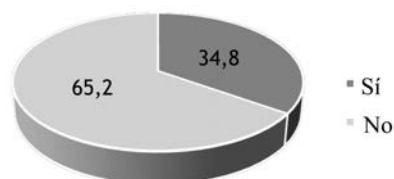
Tras el trabajo de campo se logró una muestra de 683 sujetos, siendo algo superior a la teórica por lo que el error muestral fue ligeramente inferior al de partida (3,7% vs. 3,8%). La aplicación se realizó en el año 2017 y estuvo guiada en el aula. Un 52,9% (n=361) eran chicas y un 47,1% (n=322) chicos.

Para el análisis de los datos se usó el SPSS, versión 22 para Windows. Se presentan porcentajes y para el estudio de la asociación entre dos variables nominales se empleó chi-cuadrado de Pearson. En este caso, para la exploración de las diferencias significativas se usó la prueba de los residuos tipificados corregidos de Haberman (1973).

3. RESULTADOS

Cuando se visita cualquier entorno protegido lo primero es ser consciente de dicho estatus, de lo contrario las prácticas de ocio podrían no ser sostenibles y degradar el ecosistema. Por ello, analizamos cuántos de los adolescentes encuestados reconocen al Monte Aloia como un espacio protegido (figura 1).

Figura 1. Identificación del Monte Aloia como espacio protegido.

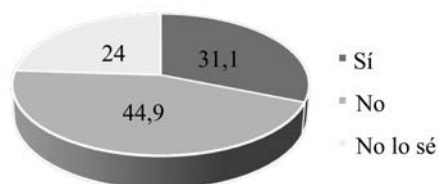


Fuente: Elaboración propia.

Así, se constata que poco más de un tercio de los encuestados (34,8%) identifica su estatus de protección; esto es, casi las dos terceras partes de los adolescentes (65,2%) desconocen la figura de protección del único parque natural de su provincia.

En cuanto al porcentaje de adolescentes que han visitado este entorno durante sus tiempos libres, la figura 2 nos revela que tan solo un 31,1% (n=212) ha acudido en alguna ocasión, frente a un 44,9% que refiere no haberlo hecho nunca (n=307) y un 24% (n=164) que indica no saberlo.

Figura 2. Adolescentes que han visitado el Monte Aloia en su tiempo libre.



Fuente: Elaboración propia.

Así, observamos que el porcentaje de encuestados que han visitado el Monte Aloia es similar al de aquellos que afirman conocer que está protegido, lo que resulta tranquilizador, pues se esperaría que aquellos que lo visitan sean conscientes de estar en un entorno de estas características. No obstante, para cotejar nuestra presunción analizamos si existe una relación de dependencia entre ambas variables, por lo que aplicamos la prueba chi-cuadrado de Pearson cuyos datos nos confirman dicha hipótesis ($\chi^2=263,465$; $p<0,001$). El estudio de los residuos tipificados corregidos informa que la relación de dependencia existe entre todas las categorías al estar por encima $[+1,96]$ y por debajo $[-1,96]$ de los niveles

de probabilidad. Con ello se ratifica que aquellos adolescentes que han visitado el parque natural Monte Aloia son también los que más le reconocen el estatus de protección (tabla 1).

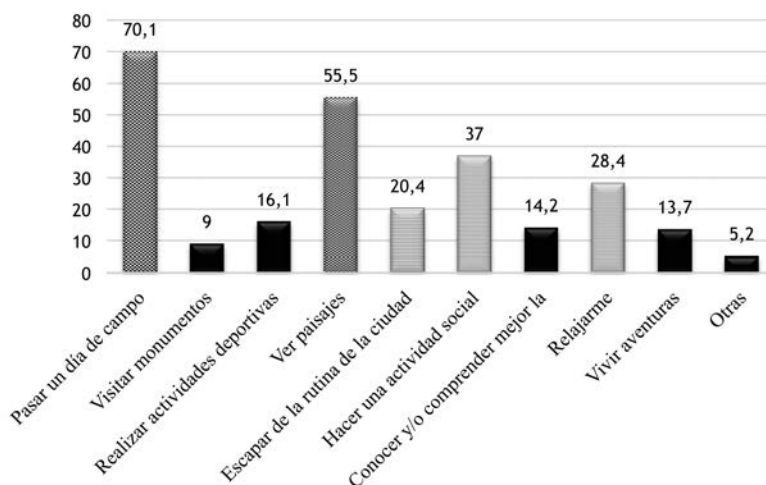
Tabla 1. Relación entre identificar el Monte Aloia como espacio protegido y haberlo visitado (%); [Residuos tipificados corregidos].

		¿Has visitado en alguna ocasión el Monte Aloia?		
		Sí	No	No lo sé
¿Sabes que el Monte Aloia es un Espacio Natural Protegido?	Sí	78,8 [16,2]	12,7 [-11]	19,5 [-4,7]
	No	21,2 [-16,2]	87,3 [11]	80,5 [4,7]

Fuente: Elaboración propia.

Partiendo de la base de que los encuestados son los adolescentes y que en su mayoría visitan el parque acompañados de adultos, el análisis de las motivaciones nos arrojará una radiografía que no puede ser atribuible únicamente a estos chicos y chicas; por lo que debe ser analizada en conjunto con sus acompañantes. Así, se les pidió que indicaran los principales motivos que les impulsaron a visitar el Monte Aloia durante su tiempo libre. Las respuestas nos permiten establecer tres grupos de motivaciones en base a las más y menos seleccionadas (figura 3).

Figura 3. Motivaciones de la experiencia de ocio en el Monte Aloia (n=212; %).



Fuente: Elaboración propia.

En el primer grupo (barras grises más claras), los datos evidencian que el principal motivo que conduce a la vivencia de ocio en el Monte Aloia se corresponde con una motivación genérica como es “pasar un día de campo con la familia y/o amigos” (70%). También es reseñable el protagonismo que adquiere la motivación sobre la contemplación de los paisajes, pues más de la mitad de la muestra (55,5%) la ha referido como importante.

En cuanto al segundo grupo (barras de tonalidad gris intermedia), la motivación “hacer una actividad social (comidas, excursiones...)” alcanza un 37%. Así, para un porcentaje considerable de los encuestados realizar una actividad que implique relaciones sociales es un detonante que les impulsa a disfrutar su tiempo de ocio en el Monte Aloia. Por su parte, y con algo más de la cuarta parte de la muestra (28,4%), tenemos la motivación “relajarme/nos”, y con una quinta parte (20,4%) encontramos la motivación “escapar de la rutina de la ciudad” cuya filosofía es muy similar a la anterior.

El último grupo (barras grises más oscuras), aglutina las motivaciones que menos porcentajes han alcanzado: “realizar actividades deportivas” (16,1%), “conocer y comprender mejor la naturaleza” (14,2%), “vivir aventuras” (13,7) y “visitar monumentos históricos, culturales...” (9%).

4. DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

De los datos se desprende que el conocimiento de los adolescentes sobre el estatus de protección del Monte Aloia es limitado, corroborando así las conclusiones de otros autores que también han encontrado un escaso conocimiento sobre parques naturales en estudiantes de primaria y secundaria (Santana et al., 2015).

Si bien constatamos que aquellos adolescentes que refieren haber visitado durante su tiempo libre este parque natural son los que mayoritariamente le reconocen su estatus de protección, no podemos obviar que también hay adolescentes que pese a haber tenido experiencias de ocio en este entorno reconoce no saber que es un espacio protegido. En este sentido, y a nuestro juicio, podría ser debido al uso mayoritario que se le suele dar a este parque natural, un uso más propio de un parque periurbano (Cabalar, 2013), lo que puede desembocar en que algunas personas relacionen el Monte Aloia como un área meramente recreativa que no requiere de una protección especial. Si bien es un número reducido es necesario tomarlo en consideración, pues el desconocimiento podría conducir al desarrollo de experiencias de ocio con una direccionalidad negativa, lo que se traduciría en un perjuicio para el ecosistema. A este respecto, la educación de la ciudadanía se presenta como la mejor estrategia para evitar este desconocimiento y que las experiencias que desarrollen salvaguarden el entorno (Arruti, 2011).

En cuanto a las motivaciones, nuestros datos han revelado que “pasar un día de campo” es, con diferencia, el principal acicate referido por los encuestados,

lo que coincide con otros trabajos (Cabalar, 2013; Corraliza et al., 2002; Farías y Montserrat, 2014). Sin embargo, y a nuestro juicio, el análisis de esta motivación puede tener dos lecturas diferenciadas. Desde aquella en la que se considera como un motivo más simple cuya trascendencia no sobrepasa los intereses de la persona de romper con los ritmos apresurados de las ciudades y “desconectar” en compañía de otros, disfrutando de actividades sociales en un espacio que se percibe como natural; a una lectura más compleja en la que la persona también busca otros fines (relajarse, disfrute estético...) y siente la necesidad de “conectar” con la naturaleza.

Si bien en ambos casos la vivencia de ocio dotará a la persona de beneficios en clave de bienestar, esta dualidad es importante cuando la experiencia tiene lugar en un entorno protegido, pues si el interés se relaciona fundamentalmente con la primera lectura, sería más conveniente que la persona buscara otros espacios –sin ser protegidos– más acordes a dicho interés, toda vez que la calidad de los valores naturales del espacio no es fundamental para dar respuesta a esta motivación. Con ello, la persona se podrá beneficiar igualmente de las oportunidades de la naturaleza desde la óptica del bienestar pero a su vez contribuirá a minimizar los impactos antrópicos al no estar en un entorno más proclive a la degradación (Blázquez, 2002; Gómez-Limón, 2002). Sin embargo, si dicha motivación se orienta hacia la segunda de las lecturas, las cualidades inherentes del entorno sí que son decisivas como promotoras de la intensificación de la experiencia de ocio (Ried, 2015a) y por ello el hecho de que el espacio sea protegido resulta clave para que la persona vea cumplidas plenamente sus expectativas, pues a estos entornos se les presupone unas cualidades naturales sobresalientes que son, precisamente, las que justifican su categoría de protección. A este respecto, cabe destacar que en la actualidad, muchas de las prácticas de ocio que se desarrollan en ENP son superficiales y no de pleno sentido emocional con la naturaleza (Ried y Benavides, 2017), considerando el entorno más como un escenario estéticamente bello que como un espacio en el que conectar emocionalmente con la naturaleza.

Por su parte, la motivación vinculada a la contemplación de los paisajes alcanzó el segundo puesto, revelándose también como un estímulo importante, lo que coincide con otras investigaciones (Millennium Ecosystem Assessment, 2005; Ried, 2012). Así, el disfrute estético se presenta como un motivante para vivir la experiencia de ocio en un ENP, hasta el punto de que en ocasiones se convierte en el fin mismo de la vivencia (Louv, 2019; Ried et al., 2018). Y es que los beneficios que percibimos de experimentar la naturaleza están muy relacionados con factores estéticos (Kaplan y Kaplan, 1989) que contribuyen a la restauración psicológica, de ahí que quizás muchas personas encuentren en este disfrute una oportunidad para contribuir a su bienestar.

Aunque alejada porcentualmente de las dos primeras motivaciones, “hacer una actividad social” también se revela como un acicate con cierta relevancia ocu-

pando el tercer puesto, lo que también ha sido constatado por otros autores (Ried et al., 2018), mientras que la cuarta y quinta posición respectivamente corresponden a las motivaciones vinculadas con la relajación y la huida de la ciudad, siendo también detonantes que se repiten en el estudio de las motivaciones del ocio al aire libre (Farías y Montserrat, 2014; Ried, 2015b; Viñals et al., 2014). El motivo fundamental radica en que las personas buscan un espacio renovador que les proporcione paz y tranquilidad, siendo la naturaleza uno de los entornos que más contribuyen a esta restauración (Collado y Staats, 2016).

Finalmente, una de las motivaciones que alcanzó menor porcentaje es aquella relacionada con el interés por conocer y comprender mejor la naturaleza, siendo precisamente esta la que más se vinculaba con el deseo de conectar de forma profunda con el medio natural. Que haya sido de las menos seleccionadas por los adolescentes, quizás podría explicarse por el hecho de que el Monte Aloia no es un parque que destaque por contar con valores naturales sobresalientes, sino más bien por ser un lugar de encuentro en el que desarrollar actividades de ocio especialmente de tipo casual y predominantemente pasivas y de esparcimiento. Presumiblemente si nuestro estudio se hubiera centrado en alguno de los otros parques gallegos (cuyos valores naturales sí son más destacables) esta motivación hubiera alcanzado mayores puntuaciones.

Así las cosas, se constata que la experiencia de ocio en el único parque natural de la provincia de Pontevedra se caracteriza por ser, predominantemente, de tipo casual, motivada en su mayoría por el deseo de “pasar un día de campo”. Una motivación que, *a priori*, no se relaciona tanto con el interés por conectar emocionalmente con la naturaleza y en la que, por tanto, no subyace el interés por tener una experiencia intensa de inmersión sensorial con el entorno.

Si bien no pretendemos minusvalorar las motivaciones que persiguen el recreo o esparcimiento, más relacionadas con experiencias de ocio de tipo casual, sí enfatizamos el valor de aquellas en las que existe una intencionalidad de conexión emocional y de relación consciente con el entorno natural, máxime cuando tienen lugar en espacios protegidos, pues son este tipo de experiencias las que ostentan el verdadero poder de cambiar actitudes y generar vínculos identitarios y de apego con la naturaleza (Louv, 2011). No obstante, este tipo de vivencias no suelen surgir de forma espontánea, por lo que el papel que desempeña la educación del ocio resulta clave a la hora de que las personas transiten del mero “pasar el rato” en un ENP a desarrollar una auténtica experiencia de ocio valiosa, de tal forma que pueda convertirse en la antesala de un ocio serio en este tipo de entornos.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Arruti, M.A. (2011). Educación del ocio y espacio natural protegido: una combinación ideal en la que los valores ocupan un lugar primordial. En A. Madariaga y J. Cuenca (Eds.), *Los valores del ocio: cambio, choque e innovación* (pp. 217-239). Universidad de Deusto.
- Blázquez, M. (2002). Uso público del patrimonio natural. En M. Blázquez (Coord.), *Geografía y territorio: el papel del geógrafo en la escala local* (pp. 175-202). Universidad de las Islas Baleares.
- Cabalar, M. (2013). Análisis de la demanda de uso público en tres parques naturales de Galicia. *Boletín de la Asociación de Geógrafos Españoles*, 61, 261-284. <https://doi.org/10.21138/bage.1544>
- Castillo, F. y Ried, A. (2015). Ejercicio físico saludable en el medio natural desde la perspectiva del ocio. En J.A. Moreno y M. Cezar de Souza (Eds.), *Motricidad humana. Hacia una vida más saludable* (pp. 261-278). Universidad Central de Chile.
- Csikszentmihalyi, M. (2013). *Aprender a fluir*. Kairós.
- Collado, S. y Staats, H. (2016). Contact with nature and children's restorative experiences: an eye to future. *Frontiers in psychology*, 7(1885), 1-5. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.01885>
- Corraliza, J.A., García, J. y Valero, E. (2002). *Los parques naturales en España: conservación y disfrute*. Mundiprensa.
- Cox D.T.C., Shanahan, D.F., Hudson, H.L., Fuller, R.A. y Gaston, K.J. (2018). The impact of urbanisation on nature dose and the implications for human health. *Landscape and Urban Planning*, 179, 72-80. <https://doi.org/10.1016/j.landurbplan.2018.07.013>
- Cuenca, M. (2014). *Ocio valioso*. Universidad de Deusto.
- Farias, E.I. y Montserrat, S. (2014). Los visitantes del Parc Natural de L'Alt Pirineu y la práctica de actividades recreativo-deportivas. Una propuesta de segmentación. *Pirineos. Revista de Ecología de Montaña*, 169, 1-16.
- Gillis, K. (2020). Nature-based restorative environments are needed now more than ever. *Cities & Health*, 00, 1-4. <https://doi.org/10.1080/23748834.2020.1796401>
- Gómez-Limón, J. (2002). La demanda turística en espacios naturales. En M.J. Viñals (Ed.), *Turismo en espacios naturales y rurales II* (pp. 117-137). Universidad Politécnica de Valencia.
- Haberman, S.J. (1973). The analysis of residuals in Cross-Classified Tables. *Biometrics*, 29(1), 205-220.

- Jennings, V. y Bamkole, O. (2019). The Relationship between Social Cohesion and Urban Green Space: An Avenue for Health Promotion. *Environmental Research and Public Health*, 16(452), 1-14. <https://doi.org/10.3390/ijerph16030452>
- Kaplan, R. y Kaplan, S. (1989). *The experience of nature*. Cambridge University Press.
- Kellert, S.R. y Wilson, E.O. (1995). *The biophilia hypothesis*. Island Press.
- Louv, R. (2011). *Volver a la naturaleza. El valor del mundo natural para recuperar la salud individual y comunitaria*. Integral.
- Louv, R. (2019). *Naturaleza y salud*. Gredos.
- Millennium Ecosystem Assessment (2005). *Living beyond our means. Natural assets and human well-being. Statement from the board*. Island Press.
- Pickering, C., Dario, S., Hernando, A. y Barros, A. (2018). Current knowledge and future research directions for the monitoring and management of visitors in recreational and protected areas. *Journal of Outdoor Recreation and Tourism*, 21, 10-18. <https://doi.org/10.1016/j.jort.2017.11.002>
- Puig, J.M. y Trilla, J. (1987). *La pedagogía del ocio*. Alertes.
- Ried, A. (2012). El ocio al aire libre en contacto con la naturaleza: significados y vínculos con los lugares y la naturaleza. [Tesis doctoral, Universidad de Deusto]. <https://www.educacion.gob.es/teseo/imprimirFicheroTesis.do?idFichero=e%2BR1IoQZSHw%3D>
- Ried, A. (2015a). La experiencia de ocio al aire libre en contacto con la naturaleza como vivencia restauradora de la relación ser humano-naturaleza. *Polis, Revista Latinoamericana*, 14(41), 499-516. <https://doi.org/10.4067/S0718-65682015000200029>
- Ried, A. (2015b). La experiencia de ocio en la naturaleza como fundamento de la construcción de sentido del lugar: el caso del Parque Natural de Urkiola, Bizkaia, Euskadi, España. *Revista de Geografía Norte Grande*, 60, 215-237. <http://doi.org/10.4067/S0718-34022015000100012>
- Ried, A. y Benavides, P. (2017). La experiencia de ocio en la naturaleza ¿de qué nos preocupamos? Riesgos, amenazas y mutaciones del ocio al aire libre. En Lazcano I. y Doistua, J. (Eds.), *Desafíos contemporáneos del ocio* (pp. 133-151). Universidad de Deusto.
- Ried, A., Le Bon, A., Carmody, S. y Santos, R. (2018). Sentidos del lugar desde la experiencia de ocio y turismo en áreas silvestres protegidas: una metasíntesis. *Revista de Turismo y Patrimonio Cultural*, 16(3), 701-716. <https://doi.org/10.25145/j.pasos.2018.16.050>

- Santana, D., Morales, A.J., Colomer, J.C., Campo, B. y Caurín, C. (2015). Parques naturales: la necesaria conceptualización transformadora en la Educación Primaria y Secundaria. *Didáctica Geográfica*, 16, 73-94. <https://didacticageografica.age-geografia.es//index.php/didacticageografica/article/view/296/272>
- Soga M. y Gaston, K.J. (2016). Extinction of experience: the loss of human-nature interactions. *Frontiers in Ecology and the Environment*, 14(6), 94-101. <https://doi.org/10.1002/fee.1225>
- Stebbins, R.A. (2020). *The serious leisure perspective. A synthesis*. Palgrave Macmillan.
- Tirone S. y Halpenny, E. (2017). Leisure and sustainability. *Leisure/Loisir*, 41(3), 277-280. <https://doi.org/10.1080/14927713.2017.1368239>
- Viñals, M.J., Morant, M. y Teruel, L. (2014). Confort psicológico y experiencia turística. Casos de estudio de espacios naturales protegidos de la Comunidad Valenciana (España). *Boletín de la Asociación de Geógrafos Españoles*, 65, 293-316. <https://doi.org/10.21138/bage.1754>