



UNIVERSIDAD
DE LA REPÚBLICA
URUGUAY



Universidad de la República

**Instituto Superior de Educación Física
Prof. Alberto Langlade**

Licenciatura en Educación Física

Tesina

***Consumo de senderismo en el Cerro Arequita:
“turismo ocio, neg-ocio”***

Autores:

Joaquín Franco
Facundo Moreira
Viviana Riverón
Antonela Serron

Docente Orientador:

Lic. Ignacio De Boni

Línea de investigación:

Seminario Tiempo Libre y Ocio

Maldonado, Abril 2025.

Índice.

1. Resumen.....	2
1.1 Palabras claves.....	3
2. Introducción.....	3
3. Antecedentes.....	5
3.1 Deportes de riesgo en el Cerro Arequita escalada y highline.....	6
3.2 El tiempo libre y ocio reivindicado por los trabajadores.....	7
3.3 El senderismo dentro del contexto experiencial del turismo actual: ¿ocio o negocio?.....	9
3.4 Las actividades físico-deportivas en la naturaleza y la industria turística.....	11
4. Marco Teórico.....	13
4.1 Tiempo libre y su relación con el consumo de las prácticas de ocio.....	13
4.2 Naturaleza desde una mirada cultural y de consumo.....	16
4.3 Turismo como forma de consumo.....	18
5. Planteamiento del problema de investigación.....	21
5.1 Preguntas de investigación.....	23
6. Objetivos.....	23
6.1 General.....	23
6.2 Específicos.....	23
7. Estrategia metodológica.....	24
7.1 Técnicas de producción de datos.....	25
8. Análisis y hallazgos.....	28
8.1 Senderos de fuga.....	29
8.2 Naturaleza apreciada desde el lente de la tecnología.....	33
8.3 Entre la búsqueda de autenticidad y la mercantilización del paisaje.....	37
9. Conclusiones.....	41
10. Bibliografía.....	47
11. Anexos.....	51

1. Resumen.

La investigación inscrita, en el Seminario de Tesina “Tiempo libre y ocio” del Instituto Superior de Educación Física (ISEF), se centra en el análisis crítico del senderismo en el Cerro Arequita (Lavalleja, Uruguay) como una práctica recreativa, turística y de consumo. El estudio aborda los sentidos y significados que los visitantes le atribuyen a esta actividad, explorando sus implicancias sociales, culturales, económicas y medioambientales.

Desde un enfoque cualitativo e interdisciplinario, se articula un marco teórico basado en autores como Adorno, Horkheimer, Gudyas, Bauman, Bourdieu y Urry, entre otros, que permite problematizar la relación entre naturaleza, tiempo libre y consumo en las sociedades contemporáneas. La investigación toma como eje la tensión entre la búsqueda de experiencias auténticas y la mercantilización del ocio y del entorno natural, proponiendo una mirada situada sobre el fenómeno del senderismo.

Se aplican entrevistas semiestructuradas y observación participante como técnicas metodológicas que permiten explorar las motivaciones, valoraciones y prácticas de los senderistas, así como las formas en que estas experiencias son mediadas por la tecnología, los discursos de bienestar y la industria cultural.

Los principales hallazgos revelan que el senderismo, lejos de ser una práctica neutral o desmercantilizada, está atravesado por lógicas de consumo, distinción simbólica y productividad en clave neoliberal. A su vez, se identifica una ambivalencia entre la vivencia de la naturaleza como espacio regenerativo y su apropiación funcional como recurso para la productividad y el capital simbólico.

Finalmente, se concluye que el senderismo en el Cerro Arequita representa una manifestación significativa de los modos contemporáneos de habitar el ocio, marcada por contradicciones entre autenticidad y mercado, bienestar y rentabilidad, democratización y desigualdad. La tesina se posiciona como un aporte al campo de la Educación Física y al debate académico sobre turismo, tiempo libre y consumo en entornos naturales.

1.1 Palabras claves.

Naturaleza, tiempo libre, ocio, turismo y consumo.

2. Introducción.

La presente investigación se inscribe en el marco del Seminario de Tesina “Tiempo libre y ocio” de la Licenciatura en Educación Física del Instituto Superior de Educación Física (ISEF), y tiene como eje de análisis la práctica del senderismo en el Cerro Arequita (Lavalleja, Uruguay). A través de una mirada crítica que articula nociones de consumo, naturaleza, tiempo libre y turismo, se propone analizar los sentidos y significados que los visitantes le atribuyen a esta práctica, así como sus implicancias sociales, culturales y medioambientales. En los últimos años, el senderismo ha experimentado un notable crecimiento como actividad recreativa y turística en Uruguay. Este auge responde a múltiples factores: la necesidad de desconexión de las exigencias del entorno urbano y laboral, el auge del turismo de experiencias, la revalorización del contacto con la naturaleza, y una creciente conciencia en torno al bienestar físico y mental. El Cerro Arequita, por sus características geográficas, paisajísticas y simbólicas, se ha convertido en un sitio privilegiado para esta práctica, atrayendo tanto a visitantes locales como a turistas nacionales e internacionales.

Arequita, cuyo nombre proviene del guaraní «Aracuhaita» “agua de las altas piedras de las cuevas”, es un macizo rocoso de 305 metros de altura, enclavado en el paisaje serrano del departamento de Lavalleja. Se trata de un área que integra tanto espacios de gestión pública (bajo tutela del Ministerio de Ambiente), como de propiedad privada, lo que configura una geografía compleja de acceso y uso del territorio. El entorno del cerro no solo alberga una importante biodiversidad, sino que también representa un enclave cultural donde confluyen prácticas recreativas, deportivas, espirituales y turísticas.

En este escenario, la práctica del senderismo se posiciona como una de las más accesibles, por su carácter inclusivo y la mínima necesidad de equipamiento técnico. Esta aparente democratización del acceso a la naturaleza, sin embargo, bajo la óptica de la perspectiva crítica, nos brinda una visión diferente sobre el objeto. Tal como señala Adorno (1969)

(...) el tiempo libre en las sociedades capitalistas no representa un ámbito autónomo de realización, sino una extensión subordinada a la lógica productiva y de consumo. En este sentido, la experiencia del ocio -lejos de escapar a las estructuras de dominación- puede reproducirlas, insertándose en una industria cultural que estandariza las vivencias, convirtiéndolas en productos prefabricados para el consumo masivo. (Adorno y Horkheimer, 1947)

Desde el campo de la Educación Física, la reflexión sobre el ocio, el tiempo libre y las actividades en la naturaleza adquiere una relevancia particular. Las prácticas al aire libre no solo constituyen una herramienta para el desarrollo físico y emocional, sino también un espacio pedagógico donde se configuran sentidos, vínculos y subjetividades. En esta línea, esta investigación asume una doble tarea: por un lado, comprender qué significado le atribuyen a su experiencia los senderistas; y por otro, interrogar críticamente el lugar que estas prácticas ocupan en el entramado sociocultural actual, marcado por la tensión entre autenticidad y mercantilización.

Autores como Gudynas (2004) aportan herramientas clave para abordar estas tensiones. Desde una ecología política crítica, el autor advierte cómo la naturaleza, tradicionalmente percibida como un espacio “otro” -saludable, puro, regenerador- ha sido absorbida por las lógicas del mercado, transformándose en un recurso disponible, regulado y consumible. Este fenómeno se expresa, por ejemplo, en la proliferación de productos y servicios asociados al senderismo: vestimenta técnica, experiencias guiadas, contenidos digitales compartidos en redes sociales, entre otros. Así, la vivencia de la naturaleza se fragmenta en “*microcontenidos*” (Igarza, 2009) que se ajustan a los ritmos acelerados del consumo contemporáneo y al imperativo de la exposición personal.

La elección del Cerro Arequita como caso de estudio responde, además, a una vinculación afectiva y geográfica de los/as investigadores/as con este espacio. El conocimiento del lugar desde la práctica cotidiana se transforma en un insumo valioso para el análisis, permitiendo articular saberes experienciales con marcos teóricos. Asimismo, el hecho de que se trate de un entorno natural en tensión (por la creciente presión turística, la coexistencia de propiedad pública y privada, y la falta de planificación sostenible), lo convierte en un escenario pertinente para pensar las

relaciones entre ocio, territorio y consumo.

Este trabajo se propone entonces aportar una lectura situada, interdisciplinaria y crítica sobre el fenómeno del senderismo en el Cerro Arequita. A través de entrevistas y observaciones de campo, se buscará comprender cómo los/as visitantes experimentan esta práctica, qué valores y motivaciones la sostienen, y qué tensiones emergen entre el deseo de desconexión y las lógicas de mercantilización. Asimismo, se explorará en qué medida el senderismo puede ser entendido como una forma de turismo de naturaleza que reproduce, cuestiona o resignifica las desigualdades sociales y el acceso a los bienes comunes.

Esta introducción se enmarca dentro de una crítica más amplia al modelo de ocio contemporáneo, donde el disfrute y la conexión con lo natural se ven atravesados por dinámicas de consumo, estandarización y desigualdad. Frente a estas tendencias, este trabajo apuesta por generar conocimiento situado que contribuya a pensar alternativas posibles, más inclusivas, reflexivas y sostenibles, en la relación entre el ser humano y el entorno natural.

En suma, este trabajo de grado se propone como un aporte al campo de la Educación Física, pero también al debate social y académico más amplio sobre el tiempo libre, el turismo y la relación con la naturaleza. El senderismo, en este contexto, no es solo una práctica recreativa, sino una puerta de entrada para explorar las transformaciones culturales, económicas y ambientales que atraviesan nuestras formas de habitar el mundo.

3. Antecedentes.

El presente apartado tiene como objetivo contextualizar la investigación mediante el análisis de trabajos previos, que abordan temáticas relacionadas con el objeto de estudio. Para ello, se considerarán una variedad de fuentes, incluyendo una tesina, artículos académicos y otros trabajos de investigación relevantes. Este recorrido, permitirá identificar los aportes más significativos, así como las zonas inexploradas, justificando la pertinencia de la presente investigación en el marco del conocimiento actual.

3.1 Deportes de riesgo en el Cerro Arequita escalada y highline.

Como primer antecedente, nos basamos en la tesina “*Deportes de riesgo en el Cerro Arequita: escalada y highline*”, realizada en Abril de 2023. Sus autores son Julio Brito, Felipe Melgar y Vanessa Rozza, y su tutora fue Cecilia Seré. Dichos autores fueron estudiantes de la Licenciatura en Educación Física, por lo tanto, esta investigación presenta considerables vínculos con la que aquí nos proponemos.

La tesina deja en evidencia cómo la práctica de deportes de riesgo, como el highline y la escalada, junto con su espectacularización, han adquirido un lugar significativo en el Cerro Arequita, considerándolo como un espacio de referencia para estas disciplinas en Uruguay. La investigación se enfoca en entender quiénes participan en estos deportes y los motivos sociales, económicos y culturales que los llevan a practicarlos. Para ello, entrevistaron a personas involucradas en estas actividades, investigando el papel que juegan en sus vidas, la influencia de las redes sociales en su desarrollo y cómo la espectacularización afecta estas prácticas.

Como problemática, los estudiantes plantearon la falta de información institucional y de producción de conocimiento académico sobre estos deportes en Uruguay. Su trabajo comienza con conocer y relevar el estado actual de estas prácticas y su comunidad, utilizando como muestra el Cerro Arequita.

Los autores indagan para poder entender cómo las prácticas de consumo, asociadas a los deportes de alto riesgo se relacionan con el consumo de redes sociales, analizando lo deslumbrante del deporte. Plantean que: “(...) *las redes sociales son hoy en día un gran amplificador de las actividades deportivas*” (Brito, Melgar y Rozza, 2023, p. 28).

La tesina analizada guarda una estrecha relación con la nuestra, ya que ambas se vinculan con aspectos sociales y culturales en entornos naturales. En este sentido, las preguntas planteadas en dicha investigación resultan relevantes para nuestro propio estudio, por lo cual nos parece útil profundizar en los motivos que impulsan a los visitantes a realizar estas prácticas de consumo en su tiempo libre. ¿Cuál es el estado actual de la práctica de estas disciplinas (escalada y highline) en el Cerro Arequita? ¿Qué

motivos subyacen en quienes las llevan adelante? ¿Cuáles son sus prácticas de consumo asociadas?

Como modo comparativo, la tesina utilizada como antecedente y la nuestra pueden vincularse de una manera muy interesante, ya que ambas exploran el uso “recreativo” del Cerro Arequita, aunque desde enfoques distintos. Nuestro trabajo se centra en el senderismo y su accesibilidad, destacando aspectos de conservación ambiental y el vínculo de los participantes con la naturaleza. Mientras tanto, la tesina antecedente analiza los deportes de riesgo, específicamente escalada y highline, abordando la espectacularización de estas prácticas y sus implicaciones en el consumo y la producción de contenido en redes sociales. Sobre esto, los autores sostienen que “(...) *el capitalismo produce imágenes de lugares de consumo que respaldan los placeres*” (Brito, Melgar y Rozza, 2023, p. 28).

Ambos trabajos se complementan al investigar cómo diferentes tipos de actividades (de “bajo riesgo” y accesibles en nuestro caso, y de alto riesgo y espectacularización en el otro) moldean el uso del Cerro Arequita como espacio recreativo y cómo los participantes perciben y se relacionan con el lugar.

La tesina sobre *Deportes de riesgo en el Cerro Arequita: escalada y highline* aporta una visión útil sobre el perfil de quienes practican estas actividades más extremas, lo cual puede enriquecer nuestra investigación al ofrecer una perspectiva más amplia sobre los diversos perfiles y motivaciones de quienes frecuentan el Cerro Arequita. Además, el enfoque en redes sociales y consumo que se enfoca en la tesina, podría abrir el análisis hacia cómo estas plataformas también pueden estar influyendo en la popularización del senderismo, moldeando su percepción como una actividad sostenible y como parte de la conexión con la naturaleza.

3.2 El tiempo libre y ocio reivindicado por los trabajadores.

Guillermo Miranda Román, profesor del Centro de Investigaciones de Estudios Turísticos de la Facultad de Turismo (UAEM) y académico de la Universidad Autónoma del Estado de México, aborda en su artículo titulado “*El tiempo libre y ocio reivindicado por los trabajadores*”, publicado en la revista de Turismo y Patrimonio Cultural en el

año 2006, un análisis histórico y sociológico del ocio, situándose como un derecho social conquistado en el marco de las sociedades industrializadas.

En el contexto actual, se observa un crecimiento sostenido de las prácticas de senderismo en diversos territorios de Uruguay, lo cual responde tanto a transformaciones culturales en el uso del tiempo libre como a un creciente interés social por las actividades al aire libre, la salud y la conexión con la naturaleza.

Este fenómeno se inscribe en un campo de estudio en expansión, en el que convergen enfoques provenientes del turismo, la educación física, la recreación, la antropología y la sociología.

En ese sentido, retomamos los aportes de Guillermo Miranda Román (2006), quien propone una lectura del ocio como una construcción histórica y social que responde a distintas funciones: la recreativa, la terapéutica, la simbólica y la económica. Según el autor, las prácticas de ocio como el senderismo no pueden analizarse únicamente como acciones individuales, sino que deben entenderse en relación con las condiciones sociales, las desigualdades de acceso, las motivaciones subjetivas y los valores que las personas proyectan en su tiempo libre.

Además, retomamos los aportes de Dumazedier (1968), quien define el ocio como un conjunto de actividades que las personas eligen libremente, fuera de sus obligaciones cotidianas, y que se orientan al descanso, la diversión y el desarrollo personal. En esta línea, consideramos que el senderismo no sólo constituye una práctica física o deportiva, sino también una experiencia significativa que puede cumplir funciones vinculadas al bienestar emocional, la reconexión con el entorno natural, la exploración de la identidad y la participación social.

A su vez, la dimensión del consumo cultural y turístico resulta clave para comprender el fenómeno. Tal como señalan diversos autores (Bourdieu, 1993; Veblen, 1971), las prácticas de ocio pueden operar como marcadores de clase, como formas de distinción o como expresiones simbólicas de pertenencia. En el texto de Guillermo Miranda Román se evidencia cómo el ocio se ha convertido en un fenómeno económico profundamente vinculado al consumo y a la industria del entretenimiento: *“El ocio se ha convertido en*

negocio, en consumo” (Miranda Román, 2006, p. 302). Si bien esta evolución ha permitido la democratización de ciertas prácticas, también se reconoce que persisten desigualdades significativas en el acceso al ocio, especialmente en función de factores como el nivel socioeconómico y la ubicación geográfica. *“Las actividades de ocio son llevadas a cabo por las personas que tienen excedentes monetarios o poder adquisitivo holgado”* (Miranda Román, 2006, p. 302). Esta dualidad subraya la necesidad de analizar las barreras estructurales que dificultan el acceso equitativo a estas actividades.

En ese marco, la elección del senderismo puede estar asociada no solo a una necesidad de descanso o salud, sino también a la búsqueda de experiencias auténticas, sostenibles y estéticamente valoradas, que refuercen una identidad vinculada a determinados estilos de vida contemporáneos.

De este modo, el presente antecedente permite enmarcar el objeto de estudio de esta tesis dentro de una problemática actual, socialmente relevante y teóricamente compleja. El análisis de las motivaciones y significados que los visitantes atribuyen al senderismo en el Cerro Arequita habilita una mirada interdisciplinaria sobre las formas de apropiación del tiempo libre y de uso del espacio natural, a la vez que aporta herramientas para pensar políticas públicas, propuestas educativas o iniciativas recreativas que respondan a las necesidades, deseos y sentidos construidos por las personas.

La elección de este antecedente responde a la necesidad de fundamentar y contextualizar una práctica social en expansión, integrando aportes teóricos que permiten construir categorías analíticas sólidas y pertinentes para abordar la pregunta de investigación. En definitiva, este trabajo busca contribuir al conocimiento sobre las formas contemporáneas de ocio y recreación, focalizando en una experiencia concreta, situada territorial y culturalmente, que permita comprender los vínculos entre naturaleza, cuerpo, tiempo libre y sentidos subjetivos en la sociedad actual.

3.3 El senderismo dentro del contexto experiencial del turismo actual: ¿ocio o negocio?

El texto *“El senderismo dentro del contexto experiencial del turismo actual: ¿Ocio o negocio?”* realizado por Manuel Rodríguez Rodríguez, responsable de gestión de

proyectos de turismo y Lorena Rodríguez Campo, profesora doctora en el área de Turismo del Campus de Ourense, perteneciente a la Universidad de Vigo. Su trabajo académico se centra en el estudio de mercados turísticos y estrategias de desarrollo sostenible en el sector.

Los autores exploran la creciente importancia del senderismo en el contexto del turismo actual, destacando su evolución de ser un simple producto-servicio a convertirse en una experiencia turística integral, en palabras de los autores; *“el senderismo se debe entender como algo más que un producto determinado, pasando a representar una experiencia turística integral, sobre todo si la enfocamos en el ámbito de entornos rurales y naturales”* (Rodríguez Rodríguez & Rodríguez Campo, 2010, p. 29). El senderismo se ha convertido en una de las actividades más populares entre los turistas que buscan experiencias en la naturaleza.

Discuten el senderismo dentro del marco del turismo experiencial, donde la búsqueda de conexiones significativas con el entorno natural y cultural es fundamental; *“actualmente se plantea la actividad turística como una realidad experiencial positiva basada en las sensaciones y en la percepción de los sentidos, fundamentalmente para ser compartida y mostrada a los demás”* (Rodríguez Rodríguez & Rodríguez Campo, 2010, p. 29).

En este sentido, Rodríguez Rodríguez y Rodríguez Campos (2010) plantean la dualidad del senderismo como ocio y negocio, sugiriendo que es posible integrar ambas facetas en un modelo que beneficie tanto a la iniciativa privada como a la gestión pública. *“Se puede decir que la pregunta que se ha planteado ¿el senderismo: ocio o negocio? se puede establecer como dos fases diferentes dentro de un mismo proceso”* (Rodríguez Rodríguez & Rodríguez Campo, 2010, p. 33). La cooperación entre estos sectores es esencial para el desarrollo sostenible del turismo.

También se aborda la importancia de la sostenibilidad en el desarrollo de destinos turísticos y deportivos, abogando por una planificación cuidadosa que permita la profesionalización del sector y evite la mercantilización excesiva de los recursos. Esto es crucial para garantizar que las comunidades locales se beneficien del turismo y que se mantenga la integridad del medio ambiente.

Además, los autores analizan las oportunidades y desafíos que enfrenta el sector del senderismo, como la diversificación de la oferta turística y la necesidad de adaptarse a las demandas cambiantes de los consumidores. Sin embargo, también se identifican problemas como la estacionalidad de la demanda y la falta de infraestructura adecuada.

El artículo establece que el senderismo se ha convertido en una actividad que combina ocio y negocio, reflejando un cambio en las costumbres de la sociedad contemporánea que busca experiencias en la naturaleza. Esta actividad no solo satisface necesidades recreativas, sino que también tiene significados personales y sociales para los visitantes. Además, se destaca la importancia de una infraestructura adecuada para el turismo rural y la necesidad de un enfoque sostenible que beneficie a las comunidades locales, esto ayuda a entender cómo el senderismo impacta en lugares como el Cerro Arequita.

Podemos encontrar una relación con nuestra investigación, ya que, se aborda la evolución del senderismo de una actividad recreativa a una experiencia turística significativa. El senderismo emerge como una actividad que responde a las nuevas necesidades de individuos que buscan reconectar con la naturaleza, evidenciando así una transformación en las costumbres.

(...) no resulta arriesgado afirmar que éste representará algo más que una simple actividad. Concretamente, a través de su correcto desarrollo y promoción será posible establecer nuevos nexos de unión con otras muchas facetas en las sociedades modernas: deporte, turismo, salud, desarrollo (...). (Rodríguez Rodríguez & Rodríguez Campo, 2010, p. 40)

Además de resaltar los beneficios para la salud, su creciente popularidad y la demanda en aumento; también enfatiza en la importancia de desarrollar estrategias que integren la profesionalización y comercialización del senderismo, lo que puede influir en la experiencia de los visitantes.

3.4 Las actividades físico-deportivas en la naturaleza y la industria turística.

El artículo *“Las actividades Físico-Deportivas en la naturaleza y la industria turística”* escrito por Gallegos Granero; A (2007) analiza el creciente papel del deporte y la recreación como elementos centrales en la industria turística. En este sentido, se destaca que el turismo ha experimentado una transformación significativa, donde las vacaciones tradicionales han dado paso a una modalidad de turismo activo. Este nuevo enfoque se caracteriza por la incorporación de actividades deportivas y recreativas en la

planificación de los viajes, convirtiéndose en un atractivo central para los turistas contemporáneos.

El estudio examina diversas investigaciones realizadas en distintos contextos geográficos y compara el comportamiento del turista activo con el del turista tradicional. Como resultado, el autor concluye que el turismo activo resulta más rentable y lucrativo para las economías locales. Además, el análisis evidencia que esta modalidad de turismo tiene una repercusión positiva en el medio rural, ya que contribuye al incremento de la renta y el empleo, promoviendo así la renovación de las culturas tradicionales y el desarrollo de pequeños emprendimientos vinculados al turismo. *“Estas actividades van contra la tendencia de despoblamiento de las zonas rurales, recuperando y revitalizando tradiciones culturales en pérdida y/o fuera de uso, fomentando la entrada de capital y formalizando o ampliando el tejido empresarial”* (Granero Gallegos, 2007, p. 118). Entre las actividades mencionadas en el artículo se incluyen el senderismo, las cabalgatas y el cicloturismo, todas ellas estrechamente relacionadas con la naturaleza y con localidades de menor escala, donde el entorno natural adquiere un rol preponderante. Asimismo, se hace referencia a experiencias de peregrinación de mayor extensión, como el Camino de Santiago en España.

Granero Gallegos (2007) plantea que, desde una perspectiva crítica, el ocio se encuentra inmerso en una lógica hiper mercantilizada, en la que el valor de las prácticas recreativas y deportivas se mide en función de su rentabilidad económica. *“Actualmente, el desarrollo de las actividades físico-deportivas y recreativas en el medio natural por parte de las diversas instituciones está generalmente asociado a la moda y al consumo”* (Granero Gallegos, 2007, p. 115); en este contexto, el ocio se convierte en un producto de consumo y en un elemento fundamental de la industria turística organizada. Esta concepción modifica los valores tradicionales del ocio, transformándolo en un fenómeno asociado a la inversión y el negocio, lo que refuerza su relación con el turismo activo.

La investigación de Granero Gallegos (2007) resulta de particular interés para comprender el auge del turismo activo y el papel central que desempeñan las actividades físico-deportivas en este contexto. Coincidimos con el autor en que estas prácticas generan impactos económicos y sociales en los territorios donde se desarrollan. Además,

el artículo menciona diversas actividades en la naturaleza, entre ellas el senderismo, que también constituye el eje de nuestra investigación. No obstante, nuestra propuesta se diferencia en varios aspectos clave.

En primer lugar, mientras Granero Gallegos (2007) aborda el turismo activo desde una perspectiva primordialmente económica y mercantilizada, nuestro estudio busca comprender el senderismo desde un enfoque más amplio, vinculado a la Educación Física y a la relación de las personas con el entorno natural. Así, nos apartamos de un análisis centrado en la rentabilidad del turismo activo para enfocarnos en la experiencia de los senderistas y en la manera en que esta actividad configura su vínculo con la naturaleza.

Otra diferencia fundamental radica en la incorporación de una mirada crítica sobre la percepción del senderismo y su significado colectivo. A diferencia del enfoque del artículo, nuestro interés no radica en cuantificar el impacto económico de la creciente popularidad del senderismo, sino en cuestionar hasta qué punto la masificación de esta práctica puede ser considerada un fenómeno democrático.

En este sentido, nuestra investigación busca trascender la lógica de mercantilización del ocio y el turismo activo, proponiendo un análisis integral que contemple tanto la dimensión recreativa y educativa del senderismo como su impacto ambiental y social. De este modo, se pretende aportar una comprensión más amplia y crítica sobre el senderismo, sus significados y su relación con la naturaleza y la comunidad.

4. Marco teórico.

A continuación se abordarán aspectos conceptuales que le brindarán un sostén teórico al proyecto de investigación.

4.1 Tiempo libre y su relación con el consumo de las prácticas de ocio.

Desde una perspectiva adorniana, el tiempo libre en las sociedades capitalistas responde a una lógica de consumo y restauración de la fuerza laboral. Theodor W. Adorno (1969) plantea que la existencia del tiempo libre está condicionada por su contraposición con el tiempo de trabajo. En este sentido, no se trata de un espacio de autonomía o emancipación, sino de una extensión de la lógica productiva y utilitarista que rige la sociedad. Como menciona Adorno, *"el tiempo libre es inseparable de su opuesto. Esta*

oposición, la relación en que ella se presenta, le imprime a su vez características esenciales" (Adorno, 1969, p. 54). De este modo, el tiempo libre no escapa a las estructuras y dinámicas propias del trabajo, sino que se inserta en ellas, perpetuando la lógica del consumo y la utilidad.

En esta línea, Adorno profundiza aún más al afirmar que *"el ocio, en el sentido más estricto, es sólo una apariencia; su fin es la preparación para el trabajo renovado"* (Adorno, 1966, p. 187). Esta afirmación refuerza la noción de que el tiempo libre, lejos de constituir una esfera autónoma de realización personal, cumple una función instrumental dentro del engranaje capitalista, funcionando como un mecanismo que contribuye a la regeneración de la fuerza laboral. Así, el ocio no se configura como una experiencia liberadora, sino como un momento subordinado a las exigencias del sistema productivo, en el cual se refuerzan los valores de rendimiento, eficiencia y consumo.

Adorno y Horkheimer (1944) sostienen en *Dialéctica de la Ilustración* que la industria cultural juega un papel fundamental en la configuración del tiempo libre, estandarizando y comercializando las experiencias de ocio. Lejos de ser un espacio autónomo de creatividad o emancipación, el ocio se encuentra condicionado por la misma racionalidad instrumental que rige la producción económica. De esta manera, las actividades realizadas en el tiempo libre no son espontáneas ni genuinamente elegidas, sino que responden a estructuras previamente establecidas por la industria cultural, que ofrece un catálogo de opciones prefabricadas para el consumo masivo.

La diferencia entre tiempo libre y tiempo de trabajo se encuentra en el centro de la crítica adorniana. Mientras el tiempo de trabajo es claramente instrumental, orientado a la producción y el sostenimiento del sistema capitalista, el tiempo libre se presenta como un espacio de aparente autonomía. Sin embargo, en la práctica, este último sigue regido por las mismas lógicas de alienación. Como señala Adorno en su conferencia *Zeit für Freizeit* (1969), el tiempo libre es una ilusión de libertad, donde las prácticas de ocio están determinadas por la necesidad de reponer la fuerza de trabajo y asegurar la continuidad del sistema productivo.

Otro autor que complementa esta mirada crítica es Thorstein Veblen (1899) quien

introduce el concepto de "consumo conspicuo", señalando que las actividades de ocio no solo reflejan el estatus social, sino que también están sujetas a las dinámicas del mercado. Veblen argumenta que la mercantilización del ocio transforma las prácticas recreativas en productos accesibles principalmente para aquellos con mayores recursos económicos, contribuyendo así a la exclusión social y limitando el acceso democrático a estas experiencias.

En los últimos años, según Lazo y Vellozas (2009) la Administración del Camping Municipal Arequita, ha observado un aumento exponencial en el uso de espacios naturales con fines recreativos y de ocio. Este fenómeno se ha acompañado de un incremento en el mercado de indumentaria y equipamiento que garantizan mayor comodidad y seguridad para la realización de estas prácticas, así como de una oferta creciente de actividades organizadas y estandarizadas.

Esta mercantilización del ocio en entornos naturales responde a la lógica descrita por Adorno. En lugar de ser espacios de desconexión genuina, los ambientes naturales se convierten en escenarios de consumo, donde se comercializan experiencias predefinidas. Las personas no solo compran la experiencia, sino también garantías, seguridad y una menor exposición a la incertidumbre del medio natural. Como resultado, la incertidumbre se transforma en certidumbre, y el disfrute se convierte en un producto planificado y comercializable.

La relación entre tiempo libre y consumo se intensifica en este contexto, ya que las actividades recreativas en la naturaleza son cada vez más accesibles. Esto refuerza la idea adorniana de que el tiempo libre es un apéndice del tiempo de trabajo, estructurado en función de las necesidades del sistema capitalista. Así, las experiencias de ocio no se presentan como una ruptura con la rutina laboral, sino como una prolongación de la lógica mercantil que define el resto de la vida cotidiana.

Tomamos la categoría de tiempo libre en esta investigación porque nos permitirá analizar las motivaciones de los visitantes del Cerro Arequita. A través de esta lente teórica, podemos examinar cómo las prácticas recreativas, aunque aparentemente ofrecen una desconexión y una experiencia de libertad, están determinadas por factores económicos, sociales y culturales que responden a la misma estructura productiva del tiempo de

trabajo.

El tiempo libre, desde la perspectiva adorniana, no representa un espacio de emancipación real, sino un mecanismo de reproducción del sistema capitalista. Comprender la mercantilización del ocio y su impacto en la experiencia de la naturaleza nos permite profundizar en las dinámicas sociales contemporáneas, y en los efectos de la masificación de estas prácticas recreativas. De este modo, el análisis del tiempo libre se convierte en una herramienta clave para desentrañar las relaciones entre trabajo, consumo y cultura en las sociedades capitalistas modernas.

4.2 Naturaleza desde una mirada cultural y de consumo.

En el marco de esta investigación, resulta imprescindible analizar el concepto de naturaleza, no como una entidad neutral o meramente física, sino como una construcción cultural históricamente configurada, profundamente atravesada por relaciones de poder, intereses económicos y procesos de mercantilización. Tal como lo plantea Gudynas (2004) la naturaleza debe entenderse como el resultado de una interacción compleja entre elementos físicos, biológicos y culturales que conforman el entorno natural. Esta concepción abarca no solo los ambientes denominados “no artificiales”, sino también las percepciones, representaciones y vínculos que las sociedades humanas establecen con el mundo natural. Desde una perspectiva etimológica, Gudynas (2004) explica que la palabra “naturaleza” proviene de *natura*, que remite al “nacimiento”, evocando una noción de origen primordial y un flujo continuo de vida. A lo largo del tiempo, esta idea ha evolucionado, moldeada por distintos paradigmas culturales, científicos y filosóficos. En las sociedades modernas, dicha evolución ha estado acompañada por una progresiva instrumentalización de la naturaleza, que ha sido reconfigurada como fuente de recursos, bienes, servicios o capital, dejando de lado sus dimensiones simbólicas, espirituales o comunitarias. En palabras del autor, *“la naturaleza se ha percibido como una fuente de riqueza y vida, pero también como un entorno salvaje y peligroso que debe ser controlado”* (Gudynas, 2004, p. 19).

Gudynas (2004) sostiene que el enfoque utilitarista ha desembocado en una lógica de explotación que distingue entre especies “útiles” y aquellas consideradas “inservibles” o “dañinas”, asociando el aprovechamiento de recursos con progreso, y el no uso con

desperdicio. Así, la conservación de la naturaleza deja de estar guiada por criterios ecológicos autónomos, para responder a la racionalidad productiva del sistema capitalista, donde preservar se convierte en una forma de maximizar el rendimiento futuro de un activo.

Esta mirada crítica es reforzada por Adorno y Horkheimer en su obra *Dialéctica de la Ilustración* (1947) particularmente en el capítulo sobre la industria cultural. Los autores afirman que “*la naturaleza, al ser captada y valorada por el mecanismo social de dominio como antítesis saludable de la sociedad, queda justamente absorbida y encuadrada en la sociedad incurable*” (Adorno y Horkheimer, 1947, p. 193). En este análisis, la naturaleza es presentada como una imagen idealizada frente a los procesos de alienación social. Sin embargo, esta imagen no permanece al margen del sistema: es incorporada al mismo a través de mecanismos de control simbólico y económico que la transforman en objeto de consumo.

La "sociedad incurable" que describen Adorno y Horkheimer remite a una estructura social que no puede superar sus propias lógicas de dominación, incluso cuando se apropia de aquello que originalmente aparecía como su opuesto, como es el caso de la naturaleza. En consonancia con lo planteado por Gudynas (2004) esta operación de captura simbólica y material simplifica la complejidad ecológica y cultural del entorno natural, reduciéndolo a valores de uso y de cambio.

Desde este enfoque, la naturaleza no debe ser comprendida como un ente externo o dado, sino como una construcción social e histórica, cuyas formas de apropiación están atravesadas por el sistema económico vigente. “*La valoración de la Naturaleza está dada por los valores de uso y cambio asignados por el ser humano*” (Gudynas, 2004, p. 18). Esto se refleja claramente en el creciente proceso de mercantilización de los entornos naturales, en el cual prácticas como el ecoturismo o el senderismo son incorporadas a la lógica del mercado, y donde el paisaje y la experiencia de lo natural se convierten en productos consumibles.

La relevancia de esta categoría en el marco de nuestra investigación, radica en su capacidad para articular las tensiones entre las representaciones culturales de la

naturaleza y las estructuras económicas que la mercantilizan. En este sentido, permite analizar cómo las experiencias de los visitantes en entornos naturales (como es el caso del Cerro Arequita) están condicionadas por un sistema de consumo que resignifica estos espacios en función de su valor económico y simbólico. Así, la práctica del senderismo, aunque pueda presentarse como una actividad de conexión genuina con la naturaleza, no está exenta de las mediaciones ideológicas y comerciales propias del modelo de consumo contemporáneo.

Este abordaje crítico ofrece herramientas para comprender cómo el entorno natural a lo largo del tiempo, ha sido considerado como un entorno de producción en lógicas del mercado, distorsionando la relación entre los seres humanos y su hábitat. *“La Naturaleza quedó tan disminuida que fue reducida (...) al factor de producción ‘tierra’”* (Gudynas, 2004, p. 13). Asimismo, problematiza la validez de una concepción dualista que separa tajantemente naturaleza y cultura, al mostrar que las formas en que nos vinculamos con el medio ambiente están profundamente configuradas por nuestras estructuras sociales, valores culturales y modos de producción.

4.3 Turismo como forma de consumo.

En la sociedad moderna industrial, caracterizada por la creciente impersonalidad en las relaciones sociales, el consumo ha emergido como un medio central a través del cual los individuos pueden construir y comunicar su identidad. En este contexto, el acto de consumir trasciende su función económica para adquirir una dimensión social fundamental. Según Bourdieu (1984) no solo se trata de la adquisición de bienes y servicios, sino de cómo estos actos de consumo se convierten en símbolos de prestigio, estatus y diferenciación dentro de la estructura social. El consumo se ha transformado en una forma de expresión personal y colectiva, donde lo que se compra y consume se convierte en un marcador de identidad y una herramienta para establecer relaciones y pertenencias sociales.

Como nos plantea Díaz y Frutos (2003) este fenómeno se observa de manera especialmente clara en el ámbito del turismo, que no solo es una actividad económica, sino también una manifestación significativa de los hábitos de consumo y las dinámicas sociales subyacentes. Destacan que el turismo es uno de los mayores exponentes de

importancia social del consumo, subrayando cómo las modas y tendencias en los destinos turísticos y las actividades vacacionales se han integrado en los hábitos sociales, funcionando como marcadores de estatus y diferenciación social. Las elecciones de consumo en el ámbito turístico se han institucionalizado como prácticas culturales que no solo satisfacen deseos individuales, sino que también comunican y reafirman posiciones sociales dentro de una comunidad más amplia.

John Urry (1990) en su libro *"La mirada del turista"*, argumenta que, el turismo puede ser visto como un modelo reducido de las dinámicas de consumo en la sociedad moderna, donde las decisiones individuales están profundamente influenciadas por las expectativas sociales y los discursos culturales dominantes. El autor señala que *"la mirada del turista es colectivamente construida y sistemáticamente organizada"* (Urry, 1990, p. 3). Las elecciones de viaje y las actividades de ocio se convierten así en actos performativos que reafirman la identidad social, refuerzan las jerarquías y distinciones sociales existentes. Esto se alinea con el libro *"Turismo, desarrollo y Mercosur"* donde podemos observar que el concepto de turismo para la OMT (Organización Mundial del Turismo), está basado en el concepto de demanda.

Los conceptos antes mencionados nos permiten pensar el senderismo y los nuevos enfoques turísticos. Esta actividad se incluye en un grupo de deportes realizados en entornos naturales, siendo de las más populares en términos de número de participantes y por su menor cantidad de elementos necesarios para su desarrollo.

Bauman (2000) describe cómo, en las sociedades modernas, las personas se enfrentan a un entorno urbano que les aísla de la naturaleza y de experiencias auténticas, lo que genera una constante búsqueda de novedades y cambios. *"Vivimos en una sociedad de consumidores, donde las relaciones humanas están marcadas por la lógica del mercado, y los vínculos sólidos han sido reemplazados por conexiones transitorias"* (Bauman, 2000, p. 73). Esta búsqueda de nuevas experiencias responde al deseo de escapar de la rutina y la alienación de la vida urbana, caracterizada por la fragmentación y la falta de vínculos sólidos. La exploración de entornos diferentes se convierte en una manera de darle sentido y emoción a la existencia moderna.

En *Vida de consumo* (2007) Bauman profundiza en la idea de que los individuos han

pasado de ser productores a consumidores, donde su identidad se construye a partir de las experiencias que adquieren. Afirma que *“ser consumidor es mucho más que tener la capacidad de comprar; es tener la habilidad de desear, de estar insatisfecho y de buscar constantemente nuevas experiencias”* (Bauman, 2007, p. 12). En este sentido, el turismo no solo se presenta como una actividad de ocio, sino como una forma de autoafirmación en una sociedad que promueve la búsqueda constante de lo "nuevo". En una modernidad líquida, donde todo es efímero y fugaz, el turismo se convierte en una forma de consumo donde los viajeros buscan experiencias que les otorguen una sensación de plenitud temporal. Sin embargo, estas experiencias están mediadas por la lógica del mercado, lo que genera una paradoja entre la búsqueda de autenticidad y la mercantilización del ocio. Desde esta perspectiva, el turismo como forma de consumo, refleja la inseguridad ontológica de los individuos en la sociedad contemporánea. Donde las experiencias turísticas funcionan como una estrategia para reafirmar la identidad, en un mundo donde las estructuras tradicionales de pertenencia han perdido fuerza. El senderismo y las actividades en la naturaleza se convierten en una forma de consumo simbólico, donde los participantes buscan diferenciación y un sentido de conexión con algo "auténtico", aunque esta autenticidad sea cada vez más un producto del mercado.

Dean MacCannell (1999) propone que el fenómeno de la globalización ha transformado profundamente el panorama del turismo a nivel mundial, creando un concepto estandarizado y reconocible de cómo se experimenta y se representa esta industria. Afirma que *“el turista moderno está motivado por el deseo de experimentar la autenticidad de otras formas de vida, aunque esta autenticidad esté escenificada”* (MacCannell, 1999, p. 91). Los destinos turísticos en todo el mundo comparten características comunes que reflejan una homogeneización cultural y estructural. Por un lado, esto ha facilitado el acceso a experiencias turísticas pero por otro, ha llevado a la pérdida de autenticidad cultural lo que plantea una problemática a la hora de preservar las identidades locales.

Adorno y Horkheimer (1947) subrayan cómo la industria cultural y la mercantilización del ocio y la naturaleza contribuyen a la estandarización y pseudoindividualidad, transformando experiencias potencialmente auténticas en productos universales que

perpetúan las dinámicas de dominación y explotación de la sociedad.

En la industria cultural el individuo es ilusorio no sólo debido a la estandarización de sus modos de producción. El individuo es tolerado sólo en cuanto su identidad incondicionada con lo universal se halla fuera de toda duda. La pseudoindividualidad domina por doquier, desde la improvisación regulada del jazz hasta la personalidad original del cine, que debe tener un tupé sobre los ojos para ser reconocida como tal. Lo individual se reduce a la capacidad de lo universal de marcar lo accidental de tal modo que pueda ser reconocido como lo que es. (Adorno y Horkheimer 1947, p. 199)

Los autores desarrollan una crítica profunda a la industria cultural, argumentando que las experiencias que deberían ser auténticas y únicas se transforman en productos masificados y estandarizados. Esta crítica se ajusta de manera significativa al análisis del turismo en la sociedad contemporánea. Según estos autores, la mercantilización del ocio y la naturaleza convierte lo que podrían ser experiencias singulares (como el senderismo o las vacaciones en destinos exóticos) en productos culturales preempaquetados que, lejos de fomentar una verdadera individualidad, perpetúan una ilusión de diferencia mientras refuerzan las dinámicas de dominación social.

En este sentido, el turismo como forma de consumo nos ofrece un sostén que articula las tensiones entre las aspiraciones individuales de desconexión y las estructuras comerciales que capitalizan estas experiencias. El senderismo, como actividad turística, no escapa a estas dinámicas, ya que las decisiones de consumo de los visitantes no solo están influenciadas por la búsqueda de lo "nuevo" y lo "diferente", sino que también están condicionadas por un sistema global que mercantiliza la naturaleza y las experiencias de ocio. Esta categoría, por consiguiente, es fundamental para entender cómo el turismo y el consumo influyen en las interpretaciones y connotaciones que los visitantes asocian al senderismo.

5. Planteamiento del problema de investigación.

En el proceso de delimitación del objeto de estudio, partimos de una observación empírica sostenida en experiencias personales, y profesionales en el territorio, particularmente en el entorno del Cerro Arequita. Allí, se ha constatado un aumento progresivo en la afluencia de visitantes que practican diferentes actividades en el entorno natural, fenómeno que llamó nuestra atención por su recurrencia y por el interés

que despierta entre públicos diversos. Estas prácticas, que pueden parecer simplemente recreativas o turísticas, comenzaron a evidenciar múltiples capas de sentido: desde búsquedas de bienestar y salud hasta formas de consumo cultural. Esta inquietud inicial se fue consolidando a partir de la revisión de literatura especializada en ocio, tiempo libre y recreación, en autores como Dumazedier (1964), Munné (1980) y Puig y Trilla (1996), quienes destacan que el ocio, tal como se configura hoy, es una construcción histórica y social que refleja transformaciones profundas en las sociedades occidentales urbanizadas.

Desde esta perspectiva, entendemos que la expansión de actividades en entornos naturales no es un fenómeno aislado, sino que se enmarca en cambios sociales más amplios que incluyen la reducción de la jornada laboral, la urbanización creciente y la valorización del entorno natural como espacio de disfrute, salud y escape de la vida cotidiana (Moscoso, 2003; Canales y Perich, 2000). Los autores proponen que las obligaciones, las restricciones horarias, y otros factores establecidos en la vida laboral en las áreas urbanas moldean percepciones de la vida que tienden a verla como un transcurrir rutinario y deshumanizado. Estas transformaciones han redefinido la relación entre los sujetos y la naturaleza, promoviendo un consumo activo de paisajes, experiencias y territorios, en un contexto donde el turismo y la recreación también responden a lógicas de mercado.

Teniendo en cuenta lo desarrollado anteriormente cabe destacar que en la actualidad, ha experimentado un notable incremento en la afluencia de visitantes que practican senderismo. Este fenómeno social, plantea una serie de interrogantes sobre los factores subyacentes que están impulsando esta creciente demanda.

La pregunta de investigación central es: ¿Cuáles son los sentidos y significados que los visitantes le atribuyen a la práctica de senderismo en el Cerro Arequita? Para abordar esta cuestión, es necesario identificar y analizar las causas que han llevado al incremento de la demanda por prácticas de senderismo en esta área específica. La investigación se enfocará en examinar las características sociodemográficas de los visitantes; las razones por las que eligen realizar senderismo y la sensaciones que

experimentan al hacerlo, es decir, porque estas personas eligen esta práctica antes que otra y los beneficios que estas personas le atribuyen a la misma.

Considerando la distancia entre las rutinas laborales cotidianas de los individuos y las actividades que eligen para su ocio y recreación, se presenta una oportunidad para un análisis crítico. Esta investigación permitirá examinar las dimensiones sociales del senderismo y el papel que desempeña el consumo de esta actividad en el contexto del turismo.

5.1 Preguntas de investigación.

¿Cuáles son los sentidos y significados que los visitantes le atribuyen a la práctica de senderismo en el Cerro Arequita?

¿Por qué las personas eligen esta práctica y cómo la viven?

¿En qué medida los espacios destinados al senderismo promueven la democratización y facilita su acceso?

¿Cuáles son las condiciones de acceso a estas prácticas?.

¿Cómo y cuáles son las características del uso de los espacios naturales por parte de los turistas que visitan el lugar?

¿Cómo se benefician las personas de la práctica de senderismo?

6. Objetivos

6.1 Objetivo general.

Analizar los sentidos y significados que los visitantes del Cerro Arequita le atribuyen a la práctica de senderismo, considerando su lugar destacado como una forma de consumo turístico en la actualidad.

6.2 Objetivos específicos.

Indagar desde una mirada crítica las concepciones de naturaleza que predominan en los participantes.

Analizar las concepciones del “tiempo libre” y su importancia en la experiencia de los visitantes del Cerro Arequita.

Explorar las tensiones en los procesos de mercantilización que configuran la práctica de

senderismo.

7. Estrategia metodológica.

Nuestra investigación se enmarca dentro de un enfoque cualitativo, dado que las variables que pretendemos estudiar no son cuantificables, sino que se caracterizan por expresar propiedades inherentes, significados, creencias y valoraciones subjetivas. El objeto de estudio, centrado en la experiencia de senderismo en el Cerro Arequita como práctica de tiempo libre, se sustenta en interpretaciones, percepciones y sentidos que los participantes construyen desde su propia vivencia.

Siguiendo a Denzin y Lincoln (2018) el enfoque cualitativo permite explorar en profundidad fenómenos sociales complejos desde la perspectiva de los actores implicados, captando la riqueza de sus experiencias subjetivas y los significados que les otorgan. Esta elección metodológica no responde únicamente a una preferencia técnica, sino a una posición epistemológica que reconoce la complejidad de lo social como algo no reducido a números, sino a relaciones, sentidos y prácticas situadas.

Batthyány y Cabrera (2011) en su obra *Metodología de la investigación en Ciencias Sociales*, subrayan que la investigación cualitativa se distingue por su énfasis en el contexto natural, el análisis inductivo, el reconocimiento del significado atribuido por los participantes y el diseño emergente. En nuestro caso, esto se traduce en una aproximación situada al fenómeno del senderismo, observando y participando en las dinámicas que se desarrollan en el Cerro Arequita. Es en ese entorno natural donde las experiencias cobran sentido, donde se manifiestan las prácticas, comportamientos, motivaciones y tensiones que queremos comprender.

El análisis inductivo nos permite construir categorías analíticas a partir de los datos recogidos, sin imponer a priori estructuras rígidas, sino dejando que los relatos de los participantes y las observaciones del campo orienten la construcción de sentido. Así, buscamos entender no solo por qué y cómo se practica senderismo, sino también qué sentidos se le atribuyen, cómo se inscribe en el tiempo libre, qué relaciones se establecen con el entorno natural, y cómo se manifiesta la práctica como forma de consumo o expresión identitaria.

El diseño emergente, característica clave del enfoque cualitativo, es útil durante el trabajo de campo, permitiéndonos adaptar las estrategias de recolección de datos según las particularidades de cada jornada, de cada grupo y de cada sujeto entrevistado. De esta manera, se busca un abordaje flexible, atento a lo que el terreno revela y a las posibilidades interpretativas que surgen del contacto directo con la realidad empírica.

7.1 Técnicas de producción de datos.

Para alcanzar los objetivos de la investigación, se opta por aplicar dos técnicas principales de producción de datos: la entrevista semiestructurada y la observación participante. Ambas técnicas se complementan entre sí y permiten obtener una mirada compleja del fenómeno en estudio.

La entrevista semiestructurada constituye una de las herramientas metodológicas centrales en esta investigación. A través de ella, se accede a las vivencias, percepciones y significados que los sujetos construyen en torno a la práctica del senderismo. Esta técnica, caracterizada por una guía flexible de preguntas, genera un espacio de diálogo en el que los entrevistados pueden expresarse con libertad, sin la rigidez de un cuestionario cerrado.

Se realizaron un total de ocho entrevistas y cinco observaciones durante el trabajo de campo, llevadas a cabo en diferentes jornadas. Las entrevistas se realizaron directamente en el Cerro Arequita, buscando dialogar con personas que estuvieran realizando la práctica de senderismo en ese momento. Las observaciones se desarrollaron en distintas zonas del cerro, en días y horarios variados, lo que permitió captar una amplia gama de situaciones y comportamientos.

Las entrevistas, se llevaron a cabo de forma individual, a personas de distintas edades, géneros y procedencias, lo que aportó una diversidad significativa de perspectivas. La mayoría de los participantes accedió con buena disposición a dialogar, generando un clima de confianza y espontaneidad. En general, se valoró positivamente el hecho de que la conversación ocurriera en el mismo espacio donde se desarrollaba la actividad, lo que favoreció la conexión emocional con el entorno y enriqueció los relatos. Las entrevistas tuvieron una duración aproximada de entre 15 y 30 minutos, y fueron registradas

mediante anotaciones de campo y grabaciones de audio.

Las observaciones permitieron un acercamiento directo a los comportamientos y dinámicas colectivas de los senderistas desde una perspectiva externa. El equipo investigador se mantuvo fuera de la actividad, recorriendo distintos puntos estratégicos del cerro para observar sin intervenir. Se optó por dividir al equipo para observar a los mismos visitantes desde diferentes ángulos y detenerse en distintas dimensiones: algunos se enfocaron en los comportamientos individuales, otros en las interacciones grupales, y otros en la relación con el entorno natural. Esta estrategia de observación resultó especialmente valiosa, ya que permitió captar detalles que a menudo no son verbalizados en las entrevistas, como gestos, actitudes, formas de desplazarse por el espacio o vínculos no explícitos entre los sujetos. En términos generales, el trabajo de campo fue enriquecedor y exigente, ya que implicó mantener una observación atenta y sostenida en condiciones naturales variables. Aun así, permitió construir un corpus empírico sólido y representativo, que aporta a la comprensión de los múltiples sentidos que los visitantes atribuyen a la práctica del senderismo en el Cerro Arequita.

La entrevista se organiza en torno a ejes temáticos que abordan diversos aspectos del fenómeno. Se exploran aspectos personales y sociodemográficos, como la ocupación, el lugar de origen y el modo en que acceden a la actividad. También se indagan las motivaciones que llevan a los participantes a elegir el senderismo, buscando identificar si esta elección responde a una necesidad recreativa, una búsqueda espiritual, estética o identitaria, si se vincula a motivos de salud o actividad física o si está relacionada con hábitos de consumo cultural y turístico. A lo largo de la conversación, se abordan cuestiones relacionadas con la frecuencia de la práctica, la elección del Cerro Arequita como destino, la percepción sobre los costos económicos y simbólicos asociados, así como la accesibilidad de la actividad para distintos sectores sociales. Asimismo, se exploran representaciones sobre el entorno natural y las acciones individuales vinculadas al cuidado ambiental. Preguntas como “¿Qué importancia le das a la conexión con la naturaleza en tu vida?” o “¿Crees que el senderismo impacta en el ecosistema del Cerro?” permiten profundizar en el vínculo entre naturaleza, recreación y conciencia ecológica.

También se aborda la percepción del senderismo como experiencia personal: su vínculo con el tiempo libre, el bienestar emocional y físico, y las relaciones que se establecen con otros durante la actividad. Esta información contribuye a construir una comprensión más amplia del senderismo como fenómeno cultural, social y ambiental, cargado de sentidos individuales y colectivos.

La observación participante se emplea como técnica complementaria para enriquecer los datos obtenidos en las entrevistas. Su realización en el propio Cerro Arequita responde a la necesidad de captar comportamientos, interacciones y actitudes en su contexto natural, sin mediación de filtros discursivos.

Durante las jornadas de trabajo de campo, se presta especial atención a las dinámicas sociales entre los senderistas. Se observa la composición de los grupos (familias, amigos, parejas, personas solas o grupos organizados), la interacción entre ellos, el lenguaje verbal y no verbal durante las caminatas, así como las emociones predominantes (alegría, cansancio, entusiasmo o contemplación). También se registran cambios en el lenguaje corporal a lo largo del recorrido, en relación con la dificultad del trayecto o la conexión emocional con el paisaje.

La observación permite identificar el modo en que los senderistas interactúan con el entorno natural. Se registran gestos como tocar plantas, observar aves, recolectar piedras o tomar fotografías, así como el uso del celular (como herramienta de registro, orientación o distracción). Estos elementos ofrecen indicios sobre el tipo de vínculo que se establece con la naturaleza: contemplativo, recreativo, utilitario o simbólico.

Asimismo, se identifican prácticas ambientales que permiten valorar el grado de conciencia ecológica de los visitantes. Se observa si llevan bolsas para residuos, si respetan los senderos marcados, si evitan dañar flora y fauna, y si mantienen actitudes responsables con el entorno. También se analiza la reacción frente a la cartelera o señalización ambiental, y el nivel de atención que los senderistas le prestan.

Se considera además la indumentaria y el equipamiento utilizado. El tipo de calzado, vestimenta, mochilas y accesorios (botellas reutilizables, bastones de trekking, cámaras

fotográficas, entre otros) permite identificar diferencias en el nivel de preparación, acceso a recursos y concepción de la actividad como deporte, pasatiempo o forma de turismo especializado.

La combinación de entrevistas y observación en contexto natural contribuye a construir un corpus de datos denso, significativo y multivocal. Las entrevistas aportan profundidad interpretativa desde la voz de los sujetos, mientras que la observación permite complementar, contrastar o matizar los diferentes relatos y comportamientos.

Esta triangulación metodológica fortalece la validez del estudio, al ofrecer una visión más completa del fenómeno investigado, en la que se consideran tanto las dimensiones subjetivas como las prácticas concretas. De este modo, se articulan las percepciones individuales con los comportamientos colectivos, las motivaciones personales con las condiciones contextuales, y las experiencias singulares con procesos culturales y sociales más amplios.

8. Análisis y hallazgos.

En este apartado se presentan los principales hallazgos de la investigación sobre el senderismo en el Cerro Arequita, estructurados en función de las categorías definidas en el marco teórico: *tiempo libre y consumo*, *naturaleza y cultura*, y *turismo como forma de consumo*. Estas categorías no sólo sirvieron como punto de partida conceptual, sino también como guías para la construcción de las entrevistas y las observaciones en campo, orientando tanto las preguntas formuladas como los aspectos a los que se prestó especial atención durante el trabajo empírico.

Desde una perspectiva metodológica, el análisis de los datos se realizó a partir de un enfoque *inductivo-deductivo*, que combinó el uso de las categorías teóricas previamente definidas con la identificación de *categorías emergentes*, construidas a partir del material empírico. De este modo, las entrevistas semiestructuradas y las observaciones participantes no sólo fueron instrumentos de recolección de datos, sino también dispositivos de producción de sentido, que permitieron identificar regularidades, tensiones y significados compartidos por los sujetos participantes.

En síntesis, el análisis se estructuró en torno a tres ejes principales definidos en el marco teórico, pero se nutrió de una lectura atenta del campo, que nos permitió identificar nuevas dimensiones relevantes. Este diálogo entre teoría y práctica, entre conceptos y vivencias, fue clave para construir una interpretación densa y significativa del fenómeno del senderismo en el Cerro Arequita, entendida como práctica social, cultural y simbólica cargada de múltiples sentidos.

8.1 Senderos de fuga...

En este apartado se desarrolla un análisis en torno a la categoría teórica de *tiempo libre y consumo*, articulando los aportes de Theodor W. Adorno, Max Horkheimer y Thorstein Veblen. Estos autores permiten problematizar la forma en que las sociedades capitalistas configuran el tiempo libre, no como un espacio neutral o autónomo, sino como un territorio colonizado por las mismas lógicas de productividad, control y consumo que rigen el tiempo de trabajo. Desde esta perspectiva, el tiempo libre no puede ser comprendido como una dimensión exterior al sistema económico, sino como una forma más en la que dicho sistema asegura su reproducción.

El caso del senderismo en el Cerro Arequita, resulta particularmente ilustrativo para observar cómo estas tensiones se manifiestan en la práctica. A primera vista, podría pensarse que quienes participan de actividades recreativas en entornos naturales buscan romper con el ritmo acelerado de la vida urbana, reconectarse con lo simple y vivir experiencias alejadas del consumo masivo. Sin embargo, un análisis más profundo, sustentado en las entrevistas y observaciones realizadas durante el trabajo de campo, revela una situación más ambigua: la práctica del senderismo, aún con su apariencia desmercantilizada, se encuentra atravesada por las lógicas del sistema capitalista, funcionando como un espacio de descanso condicionado por la necesidad de rendir, de mantenerse funcional, saludable y emocionalmente disponible para seguir produciendo.

Como expresó una persona entrevistada: “Me cargó las baterías para seguir” (Entrevista 3), mientras que otro participante mencionó: “Me beneficio recargando de energía, oxigenando mi cuerpo, estando disponible para las actividades de la vida diaria” (Entrevista 5). Esto nos muestra cómo el tiempo libre es experimentado no sólo como un espacio de disfrute, sino también como un recurso valioso para la recuperación física y

emocional. En este sentido, se convierte en una herramienta funcional que permite restablecer el equilibrio personal, recuperar energía, y estar en mejores condiciones para enfrentar las exigencias cotidianas. Así, el tiempo libre no es sólo un momento de ocio, sino un componente clave para sostener el rendimiento diario y mejorar la calidad de vida.

Tal como advierten Adorno y Horkheimer (1947) el tiempo libre se presenta como una ilusión de libertad que en realidad reproduce las formas del trabajo. La industria cultural, la oferta de entretenimiento y las formas contemporáneas del ocio no están al margen de las lógicas del capital, sino que forman parte activa de su engranaje. En palabras de los autores: *“La mecanización ha adquirido tal poder sobre el hombre que disfruta del tiempo libre y sobre su felicidad (...) que ese sujeto ya no puede experimentar otra cosa que las copias o reproducciones del mismo proceso de trabajo”* (Adorno y Horkheimer, 1947, p. 181). Esta afirmación cobra especial relevancia cuando se observa cómo el senderismo (lejos de representar una ruptura real) se convierte en una práctica organizada, planificada y gestionada con criterios de eficiencia, rendimiento físico y utilidad personal.

Durante las entrevistas realizadas, fueron frecuentes las referencias a la idea de “recargar energías”, “resetearse” o “liberar tensiones”. Expresiones como *“es un renacer venir y verte completamente renovado”* (Entrevista 2) o *“me ayuda a bajar un cambio para después volver con todo”* (Entrevista 3) revelan cómo el tiempo libre es experimentado como un espacio subordinado a la lógica laboral. No se trata simplemente de disfrutar por el placer de estar, sino de una pausa estratégica que permite recuperar el cuerpo y la mente para luego volver a la rutina con mayor eficiencia. Esta concepción utilitarista del tiempo libre, que Adorno critica con fuerza, está profundamente naturalizada entre los participantes, quienes asumen que el descanso debe tener un fin productivo.

En la observación n.º 3, una pareja mencionaba durante la caminata que estaban “muy cansados a esta altura del año” y se notaban agotados pero contentos, lo que sugiere que la práctica funciona como un desahogo en tiempos de alta carga emocional o laboral.

La idea de tiempo libre como regeneración de la fuerza de trabajo no sólo se evidencia

en los discursos, sino también en las prácticas observadas. Durante las caminatas, muchos senderistas manifestaban su necesidad de “desconectar” del celular o del ruido urbano, pero al mismo tiempo registraban cada tramo del recorrido con sus teléfonos, compartiendo imágenes y reflexiones en redes sociales. Esto muestra cómo incluso el acto de “desconexión” se encuentra mediatizado por dinámicas de exposición y consumo simbólico. Así, el senderismo no sólo permite “reponer energías”, sino también construir y comunicar una identidad asociada al bienestar, la salud, la conexión con la naturaleza y el estilo de vida consciente, aspectos altamente valorados en el mercado simbólico contemporáneo. Queda claramente evidenciado en la observación n.º 1; un grupo de mujeres de entre 35 y 65 años se mostraba visiblemente relajado tras descansar bajo los ombúes. Usaron el celular para mostrar fotos, y una de ellas cargaba residuos recolectados en su mochila. Si bien se percibía un fuerte vínculo con el entorno, la necesidad de registrar y compartir la experiencia seguía presente.

En este punto, resulta pertinente incorporar la mirada de Veblen (1899) quien introduce el concepto de *consumo ostentoso* para explicar cómo ciertas prácticas, aunque no estén directamente ligadas al lujo material, operan como marcadores sociales. La elección del Cerro Arequita como destino, el tipo de indumentaria técnica utilizada, la organización del tiempo libre según calendarios de fin de semana largo o vacaciones, y la posibilidad de realizar actividades que no todos pueden permitirse, configuran un campo de distinción cultural. Participar de este tipo de experiencias implica también estar en condiciones de consumir naturaleza de forma regulada, planificada y con los recursos adecuados, lo cual no está al alcance de todos. De este modo, el tiempo libre deja de ser universal y se convierte en una mercancía, accesible de manera desigual.

Esta lógica de consumo simbólico también se evidencia en la dimensión corporal de la práctica. Durante las observaciones se registró el uso recurrente de indumentaria técnica, mochilas deportivas, calzado especializado y otros accesorios que, más allá de su funcionalidad, operan como signos de pertenencia cultural. La vestimenta, lejos de ser neutral, se convierte en un marcador social que distingue entre quienes están familiarizados con los códigos del senderismo y quienes acceden desde una práctica ocasional o popular. Esta dimensión, que remite al concepto de "consumo ostentoso" de

Veblen (1899) y al "capital cultural" de Bourdieu (1984), refuerza la idea de que incluso el tiempo libre y el contacto con la naturaleza están atravesados por formas de distinción simbólica. En este sentido, participar del senderismo no sólo implica disponer de tiempo y motivación, sino también de recursos materiales y saberes culturales que permitan "estar a la altura" de la experiencia esperada.

Asimismo, el discurso del autocuidado aparece como una narrativa central que legitima el uso del tiempo libre. Frases como *"lo hago por mi salud mental"* o *"esto me equilibra"* son frecuentes entre los entrevistados. Sin desestimar el valor subjetivo de estas experiencias, es importante señalar cómo estas narrativas se inscriben en una lógica neoliberal de responsabilidad individual sobre el bienestar. El sujeto no sólo debe rendir en su trabajo, sino también hacerse cargo de su equilibrio emocional y físico, y para ello, debe consumir determinadas experiencias, actividades o productos que prometen ese bienestar. El tiempo libre, entonces, se convierte en una oportunidad más para autogestionarse, no desde la libertad, sino desde la exigencia.

Esta instrumentalización del ocio plantea interrogantes profundos sobre la posibilidad real de experimentar el tiempo libre como un espacio emancipador. ¿Es posible un ocio no funcional, no productivo, no medido por sus beneficios? ¿Puede el senderismo ser vivido como una experiencia auténtica de desconexión, o está inevitablemente atrapado en la lógica capitalista que todo lo transforma en valor?; La respuesta, probablemente, no sea absoluta. En el trabajo de campo también se registraron momentos de contemplación, de silencio, de encuentro genuino con el entorno y con los otros, que escapan (aunque momentáneamente) a la lógica del rendimiento. Sin embargo, estos momentos aparecen como excepciones, como fisuras dentro de un sistema que tiende a absorber todo.

En síntesis, el análisis del tiempo libre en relación con el senderismo en el Cerro Arequita muestra que, lejos de constituir un terreno autónomo, esta experiencia está profundamente moldeada por las exigencias del capitalismo tardío. El ocio, en lugar de ofrecer una verdadera ruptura, se configura como una extensión del trabajo: planificado, consumido, capitalizado y compartido en términos de rendimiento y mejora personal. La promesa de libertad que encierra el tiempo libre se diluye cuando se convierte en otra forma de control, más sutil, más interiorizada, pero no menos efectiva. El desafío,

quizás, sea recuperar el tiempo libre como espacio de creación, juego y experimentación, algo que hoy parece cada vez más lejano, pero no imposible.

8.2 Naturaleza apreciada desde el lente de la tecnología

Este apartado desarrolla el análisis de la categoría *naturaleza y cultura* en el marco de las tensiones contemporáneas entre el contacto con entornos naturales y la creciente mediación tecnológica. En diálogo con los aportes de Gudynas (2004) Adorno y Horkheimer (1947) e Igarza (2009) se propone comprender cómo la experiencia de la naturaleza, lejos de ser un acto espontáneo o directo, se presenta cada vez más como una construcción cultural mediada por tecnologías digitales, discursos de bienestar y dispositivos de consumo simbólico. En este sentido, el Cerro Arequita, como destino de senderismo, se configura como un espacio cargado de sentidos, donde la naturaleza es simultáneamente valorada como lugar de escape, apropiada como recurso de bienestar y reinterpretada a través de filtros digitales.

Tal como plantea Gudynas (2004), la naturaleza no puede ser pensada como una realidad externa al ser humano, sino como una construcción simbólica e histórica, moldeada por contextos sociales, económicos y culturales específicos. De esta forma, la relación con el entorno natural está siempre mediada por valores, significados, imaginarios y relaciones de poder. En el caso de los visitantes del Cerro Arequita, la naturaleza es concebida como un espacio regenerativo, portador de cualidades terapéuticas, energizantes y espirituales. Esta concepción no es nueva, pero se ve resignificada en el contexto actual por la centralidad del discurso sobre el autocuidado, el bienestar emocional y la desconexión del estrés urbano. Esta visión terapéutica de la naturaleza fue expresada por varias personas entrevistadas. Una de ellas la definió como “el hospital gratis y más poderoso que existe en el planeta” (Entrevista 2), y otra señaló que “conectar con la naturaleza es vital, es parte de mi vida” (Entrevista 8).

Las entrevistas realizadas revelan una fuerte valoración del entorno natural. Se lo asocia con sensaciones de tranquilidad, plenitud, equilibrio y salud. El senderismo es vivido como una práctica que posibilita reencontrarse con “lo esencial”, “bajar el ritmo” o “reconectarse consigo mismo”. Esta percepción de la naturaleza como espacio reparador se inscribe en lo que Gudynas (2004) denomina una *racionalidad biocéntrica*

instrumentalizada, donde lo natural es apreciado en tanto produce efectos positivos sobre el cuerpo y la mente. Esta valoración, aunque en principio promueve una actitud positiva hacia el entorno, también revela una apropiación funcional de la naturaleza, que termina subordinada a los fines humanos.

Este tipo de vínculo se manifestó claramente en algunas observaciones realizadas en el campo. Por ejemplo, en la observación n.º 2, una pareja fue vista abrazando árboles y sentándose en silencio para despedirse del cerro al finalizar su recorrido. En otra escena (observación n.º 1), un grupo de mujeres descansaba bajo la sombra del monte de ombúes, disfrutando de la quietud del lugar y comentando entre ellas lo reparador que había sido “ese rato de siesta” en plena naturaleza.

Ahora bien, esta experiencia de la naturaleza no se da en un vacío. En el trabajo de campo se evidencia que el vínculo con el entorno está profundamente mediado por dispositivos tecnológicos, especialmente los teléfonos celulares. La presencia del celular no interrumpe la experiencia natural, sino que la forma. Desde la elección del destino hasta el registro de la vivencia, pasando por la circulación de imágenes y recomendaciones en redes sociales, el dispositivo digital se vuelve una interfaz imprescindible entre el sujeto y el paisaje. Como señaló un entrevistado: “*Lo encontramos en las redes, que se podía hacer para caminar, y vimos el cerro y vinimos*” (Entrevista 7). Este testimonio ilustra cómo la experiencia comienza antes del desplazamiento físico, en el terreno de lo digital, donde el cerro se transforma en contenido, en destino deseable a partir de su visibilidad online.

En este punto, es relevante retomar el concepto de *microcontenidos* propuesto por Igarza (2009). Según el autor, el ocio contemporáneo se organiza en fragmentos breves, intersticiales, consumidos en los márgenes del tiempo productivo. Las experiencias ya no requieren largos períodos de dedicación; pueden ser capturadas, compartidas y recordadas en segundos. Esta lógica se expresa claramente en la forma en que los visitantes interactúan con el Cerro Arequita: toman fotografías, graban videos, suben historias a redes sociales, etiquetan el lugar, se posicionan frente al paisaje buscando “la toma ideal”. Estos gestos, aunque no niegan la vivencia estética, la convierten en un acto

de producción de contenido, donde la naturaleza es también escenografía.

El ocio se consume en pequeñas píldoras de fruición, brevedades que pueden disfrutarse en los microespacios que dejan las actividades laborales o en los fragmentos de dedicación ociosa que el usuario se adjudica durante los desplazamientos o en su tiempo libre en el hogar. Todos los contenidos tienden a ser microcontenidos, unidades semánticas que pueden eslabonarse o no y que permiten "emocionarse" en un tiempo escaso, un tiempo intersticial. El ocio se inserta en microespacios, en los breves minutos de los que dispone el ciudadano durante el trayecto de una estación a otra. (Igarza, 2009, p.43)

El contacto con la naturaleza se convierte así en una experiencia fragmentada, donde el disfrute se entrelaza con el impulso de capturar y compartir. El paisaje se vive, pero también se piensa como imagen. El paseo se experimenta, pero también se proyecta como publicación. En este sentido, la relación con el entorno natural se redefine bajo una lógica de visibilidad: se consume tanto la vivencia como su representación. La naturaleza no sólo se contempla; se convierte en recurso para la construcción de identidad digital, en contenido que otorga prestigio simbólico al ser compartido. Esta forma de apropiación transforma el acto de caminar por el cerro en una práctica performativa, atravesada por el deseo de documentar, editar y mostrar. Este patrón de comportamiento también se observó en varios recorridos. En la observación n.º 4, por ejemplo, se registró a una familia que, durante todo el ascenso y descenso, tomó fotos en distintos puntos clave. En la observación n.º 3, una mujer llevaba el celular constantemente en la mano, realizando videos mientras ascendía el cerro.

Este fenómeno puede ser leído también a la luz de las ideas de Adorno y Horkheimer sobre la *industria cultural*. En *La dialéctica de la Ilustración* (1947) los autores advierten sobre cómo los productos culturales (incluyendo los espacios naturales convertidos en destinos turísticos) se insertan en un sistema de producción estandarizada que anula la experiencia auténtica. En esta lógica, el paisaje natural se vuelve parte del catálogo de la cultura de masas: repetible, compatible, estetizado. La naturaleza ya no se experimenta en su singularidad, sino en función de cómo será consumida por otros. El cerro, en tanto destino "instagrameable", ya no es sólo una formación geológica o un espacio de contemplación, sino una imagen reproducible que circula en los dispositivos

móviles, anticipando, guiando y en ocasiones reemplazando la experiencia directa.

Esto no significa que el vínculo con la naturaleza haya desaparecido o se haya trivializado completamente. Durante las observaciones se registraron momentos de silenciosa contemplación, de genuina interacción con el paisaje, de disfrute colectivo sin pantallas de por medio. Sin embargo, estos momentos aparecen como excepcionales, intercalados en un flujo constante de registros, capturas y publicaciones. La práctica del senderismo, por tanto, oscila entre la vivencia directa y la mediación constante. La tecnología no impide el contacto, pero lo resignifica, lo orienta, lo encuadra dentro de un sistema de producción y circulación de sentido.

Desde esta perspectiva, podemos pensar que la experiencia de la naturaleza en el Cerro Arequita se configura como una práctica híbrida, en la que conviven el deseo de reconexión con el mundo natural y la necesidad de documentar esa experiencia para validarse socialmente. La caminata se vuelve también un relato, un símbolo de estilo de vida, un indicador de bienestar. En este sentido, la tecnología no interrumpe el tiempo libre, sino que lo modela y redefine. El celular se vuelve una herramienta de inscripción de la experiencia, y el contacto con la naturaleza se transforma en un acontecimiento mediado por algoritmos, plataformas y dispositivos de registro.

A su vez, esta apropiación simbólica de la naturaleza se enfrenta a tensiones ecológicas y sociales que emergen con fuerza en el trabajo de campo. Uno de los principales desafíos tiene que ver con el impacto ambiental creciente derivado de la masificación del senderismo. La presencia de residuos en senderos, el deterioro de la vegetación autóctona y la erosión de los caminos son señales concretas de una presión creciente sobre el ecosistema del Cerro Arequita. Si bien algunos visitantes manifestaron comportamientos responsables (como el retiro de residuos ajenos o el respeto por los senderos), otros reproducen prácticas poco sostenibles, guiadas por el deseo de "capturar la mejor imagen" o explorar fuera de los recorridos establecidos. Esto refleja una ambivalencia: se busca reconectar con la naturaleza, pero desde una lógica de uso que muchas veces responde a intereses personales o estéticos antes que ecológicos.

Además, resulta imprescindible considerar la accesibilidad como variable central de análisis. Aunque el Cerro se presenta como un espacio abierto para la recreación, no todos los cuerpos pueden habitarlo de la misma manera. La falta de infraestructura adaptada (escalones irregulares, ausencia de pasamanos o zonas de descanso accesibles) limita la participación de personas con movilidad reducida, adultos mayores o familias con niños pequeños. Esta barrera, tanto material como simbólica, revela que la naturaleza “aunque valorizada” no es un territorio plenamente democratizado. El acceso a lo natural sigue siendo desigual, regulado por capacidades físicas, sociales y económicas que definen quién puede disfrutar y cómo de estos espacios.

Por último, cabe preguntarse si esta forma de vinculación con la naturaleza, cada vez más digitalizada, favorece o limita su conservación. ¿Qué sucede cuando los espacios naturales se vuelven escenarios de consumo visual? ¿Es posible promover una ética ambiental cuando la naturaleza se convierte en contenido? Estos interrogantes abren una línea de reflexión necesaria sobre el lugar de lo natural en las sociedades hipermediatizadas, donde los entornos verdes son simultáneamente refugio, recurso y espectáculo. Tal como expresa Gudynas (2004) *“la naturaleza se ha percibido como una fuente de vida y riqueza, pero también como un recurso utilizable, subordinado a las necesidades humanas”* (Gudynas, 2004, p. 19). Esta ambivalencia está en el centro de la experiencia de senderismo actual: una práctica que busca reconectar con la tierra, pero que al mismo tiempo reproduce los patrones de consumo simbólico que caracterizan al mundo urbano-digital contemporáneo.

8.3 Entre la búsqueda de autenticidad y la mercantilización del paisaje

El senderismo en el Cerro Arequita se ha convertido en una práctica cargada de significados que oscilan entre el deseo de conexión con la naturaleza, la experiencia del ocio activo y la influencia de la lógica del consumo turístico.

A través del análisis de entrevistas y observaciones, emergen narrativas diversas sobre cómo los visitantes experimentan y resignifican esta actividad, revelando tensiones entre la introspección personal y la socialización, entre la democratización del acceso y los desafíos de la sostenibilidad ambiental, y entre la autenticidad de la vivencia y su creciente estandarización en el marco del turismo de naturaleza.

Se ve reflejado una clara tensión entre el deseo de los visitantes de vivir una experiencia genuina en la naturaleza y la transformación del entorno en un producto turístico. Por un lado, el senderismo en el Cerro Arequita representa una oportunidad para conectar con el paisaje de manera espontánea, alejándose de lo artificial y lo prefabricado. Sin embargo, la creciente oferta de servicios turísticos, la demarcación de senderos y la promoción comercial convierten el entorno en un espacio regulado, donde la experiencia se ve condicionada por la lógica del mercado.

El auge del senderismo como fenómeno sociocultural ha sido abordado por distintos autores desde la teoría del turismo y el consumo cultural. John Urry (1990) en su teoría de la "mirada turística", plantea que la experiencia de los viajeros no es espontánea ni neutra, sino que está mediada por construcciones culturales que moldean la percepción del paisaje. En esta línea, Dean MacCannell (1999) argumenta que la búsqueda de autenticidad en el turismo se ve atravesada por una teatralización de los escenarios naturales, donde los visitantes buscan experiencias "reales", aunque estas sean en gran parte estructuradas y reguladas. Pierre Bourdieu (1984) por su parte, aporta herramientas para comprender cómo la apropiación de estos espacios está determinada por el capital cultural de los sujetos, influyendo en la manera en que se experimenta y valora la práctica del senderismo.

Las entrevistas realizadas reflejan una diversidad de motivaciones que llevan a los visitantes al Cerro Arequita. Para algunos, el senderismo se presenta como una experiencia de introspección y contacto personal con la naturaleza, una pausa en la rutina urbana que les permite reencontrarse con el entorno y consigo mismos. Un entrevistado lo expresa de manera elocuente: "Vengo al Cerro cada vez que puedo porque es un lugar donde realmente me siento en paz. Subir hasta la cima, escuchar los pájaros y ver todo desde arriba me da una sensación de libertad que no encuentro en la ciudad" (Entrevista 3). Otro visitante lo define como una "terapia": "Conectar con la naturaleza, con los árboles, con la tierra. Verlos como seres, diferentes a mí, porque yo soy un ser humano, pero ellos son seres que me transmiten mucha energía." (Entrevista 8). Esta percepción resuena con la idea de Urry (1990) sobre la mirada turística como una forma de

distanciamiento de la cotidianeidad, donde la naturaleza se convierte en un espacio de contemplación y refugio.

Para otros, sin embargo, el senderismo es ante todo una instancia de socialización y disfrute compartido. La caminata se transforma en un ritual colectivo en el que se refuerzan vínculos familiares y amistosos, generando recuerdos compartidos y experiencias en comunidad. En la observación n° 4 se ve recorrer el cerro en familia, reflejándose como excusa para pasar tiempo. Realizan la caminata juntos, llevan algo para comer y se los ve disfrutar del aire libre. No se trata solo de caminar, sino de compartir. Esta dimensión social del senderismo permite comprender la actividad no solo como un ejercicio de exploración individual, sino también como una práctica que fortalece la construcción de lazos y el sentido de pertenencia.

Sin embargo, la creciente popularidad del Cerro Arequita como destino de senderismo también ha traído consigo un proceso de regulación y mercantilización de la experiencia. La instalación de señalética, senderos marcados y servicios turísticos ha transformado la relación de los visitantes con el entorno, reduciendo el margen de espontaneidad y exploración autónoma. Un testimonio refleja esta ambivalencia:

Antes venir al Cerro era algo más espontáneo, ahora hay carteles, senderos marcados, y hasta guías que te dicen por dónde ir. Es bueno porque facilita las cosas, pero a la vez siento que se ha perdido un poco la aventura de explorar por uno mismo. (Entrevista 5)

En el cerro se evidencia que la democratización del acceso de la naturaleza no es plena, ya que existe una tensión entre lo público y lo privado que condiciona la posibilidad de disfrute del espacio. Esta dimensión desigual del acceso se complejiza aún más cuando se analizan estas fronteras. Aunque gran parte del Cerro Arequita es de acceso libre, uno de sus puntos más simbólicos “la cueva que da nombre al lugar” se encuentra dentro de una propiedad privada, lo que implica el pago de una tarifa para poder ingresar. Esta condición transforma el acceso a una experiencia natural en una mercancía, donde el derecho a disfrutar del patrimonio geográfico y cultural se ve mediado por la capacidad de pago. Esta situación plantea interrogantes en torno al derecho colectivo al paisaje, a la vez que refuerza las lógicas mercantiles dentro del turismo de naturaleza. La tensión entre democratización del acceso y privatización del territorio refuerza las desigualdades

sociales y limita la apropiación simbólica del espacio por parte de sectores más vulnerables.

Finalmente, en paralelo con el proceso de comercialización del entorno, se vuelve urgente debatir sobre los límites ecológicos del consumo turístico. Si bien el turismo de naturaleza puede ofrecer experiencias significativas, también genera una huella ambiental que no puede soslayarse. El deseo de conectar con lo auténtico, de vivir una experiencia transformadora en la naturaleza, muchas veces choca con las consecuencias de la masividad y la falta de regulaciones adecuadas. Tal como lo muestran los testimonios recogidos, la presencia de basura, el deterioro de la flora local y el uso intensivo del cerro son señales de alerta. Esto interpela no sólo a los visitantes, sino también a los actores institucionales responsables de la gestión del área, quienes deben diseñar políticas de sostenibilidad que garanticen el equilibrio entre el acceso y la conservación.

Esta preocupación se alinea con la crítica de Adorno y Horkheimer (1947) a la industria cultural, donde la estandarización y comercialización de las experiencias reducen la capacidad de apropiación genuina de los espacios naturales.

El acceso masivo al senderismo en el Cerro Arequita plantea, además, desafíos en términos de sostenibilidad ambiental. Mientras que la mayor accesibilidad ha permitido que un número creciente de personas disfrute de la experiencia, la masificación ha generado impactos en el ecosistema local, desde la erosión de los senderos hasta la presencia de residuos en la zona. Un entrevistado lo expresa con preocupación: "Me encanta que más gente pueda venir, pero a veces veo basura en los senderos o personas que se salen del camino y dañan la vegetación. No sé si hay controles suficientes para cuidar el lugar" (Entrevista 6). Esta preocupación también se refleja en el trabajo de campo. En la observación n.º 4, por ejemplo, se registró que una mujer descendía del cerro con una botella de plástico en la mano que había recogido de la cima. El grupo respetó los senderos y demostró curiosidad e interés por la flora local.

Por otro lado, en la entrevista n.º 5 se advierte: "Donde entra el ser humano, siempre, desde el vamos está influyendo, obviamente", reafirmando la idea de que toda presencia humana genera un impacto. Esta tensión entre democratización y conservación es central

en los debates sobre turismo sostenible, y remite a la necesidad de políticas de gestión que equilibren el acceso al senderismo con la preservación del patrimonio natural.

El estudio del senderismo en el Cerro Arequita permite comprender que esta práctica no es un fenómeno homogéneo, sino una actividad atravesada por múltiples dimensiones que la resignifican de acuerdo con los marcos socioculturales de los visitantes. Se trata de una experiencia que puede ser introspectiva o social, espontánea o regulada, democrática o exclusiva, dependiendo del capital cultural de quienes la practican y de las dinámicas de consumo que la rodean. A su vez, el análisis revela que el turismo de naturaleza no es un espacio exento de contradicciones, sino un campo de tensiones donde se cruzan la búsqueda de autenticidad, la estandarización de la experiencia y los desafíos de la sustentabilidad.

Desde una perspectiva más amplia, la investigación sugiere que el senderismo en el Cerro Arequita puede ser entendido como un caso paradigmático de los procesos contemporáneos en el turismo de naturaleza, donde las experiencias individuales se configuran dentro de una estructura más amplia de significaciones culturales y económicas. En última instancia, el estudio de estas dinámicas no solo permite comprender mejor el fenómeno del senderismo, sino que también aporta elementos clave para el debate sobre el futuro del turismo en espacios naturales y la necesidad de encontrar un equilibrio entre el acceso, la autenticidad y la conservación del medio ambiente.

9. Conclusiones.

A modo de cierre, se presentan a continuación una serie de reflexiones finales y una valoración grupal que sintetizan los principales hallazgos de la presente investigación, así como su pertinencia en el contexto sociocultural contemporáneo.

El proceso investigativo se constituyó como una experiencia profundamente transformadora, tanto en el plano individual como en el colectivo. A lo largo del recorrido, no solo se profundizó en la comprensión crítica de esta práctica recreativa desde múltiples dimensiones (sociales, culturales, económicas y ambientales), sino que también se generó un espacio de aprendizaje compartido que promueve la reflexión

situada y la construcción colaborativa de conocimiento.

Desde el inicio del proceso, como grupo de tesina compartimos un interés común en profundizar el análisis de las prácticas recreativas y los vínculos que las personas establecen con la naturaleza. A partir de esta inquietud inicial, surgió la decisión de enfocar la investigación en las experiencias de ocio desarrolladas en el Cerro Arequita, un territorio que, además de su proximidad geográfica, posee para nosotros un valor simbólico y afectivo significativo, dado que realizamos actividades de forma habitual (senderismo, escalada y rappel).

Esta estrecha vinculación con el cerro nos permitió observar con atención ciertos patrones recurrentes en los relatos y comportamientos de quienes lo visitan. Las prácticas y discursos compartidos por personas que no se conocían entre sí despertaron nuestra inquietud por ir más allá de lo explícitamente dicho, buscando comprender los factores culturales, sociales y simbólicos que subyacen a esta aparente homogeneidad en la forma de representar y vivenciar esta experiencia.

Dentro del abanico de prácticas de ocio, el senderismo fue seleccionado como objeto de estudio por considerarse, en principio, una actividad de bajo costo económico y, por tanto, accesible. Este supuesto fue uno de los motores iniciales de la investigación, dado que entendíamos que requería escasos insumos materiales para su realización. A su vez, se observa que el perfil de los visitantes es amplio y diverso en términos etarios y socioculturales, lo que parecía reforzar su carácter inclusivo frente a otro tipo de actividades. Sin embargo, el análisis empírico permitió cuestionar esta percepción inicial.

A lo largo del trabajo de campo, se hizo evidente que el tiempo libre no representa necesariamente una ruptura con el tiempo de trabajo, sino que muchas veces se presenta como su extensión funcional. Lejos de vivirse como un espacio liberado de exigencias, el senderismo aparece en los discursos como un medio para recuperar energía, gestionar el estrés y mantenerse “disponible” para las demandas cotidianas. Esta lógica, analizada a partir de los aportes de Adorno y Horkheimer (1947), muestra cómo el ocio en las sociedades contemporáneas se encuentra profundamente instrumentalizado,

reproduciendo las formas del rendimiento y del autocuidado neoliberal. El descanso no se concibe como un derecho en sí mismo, sino como una estrategia para sostener la productividad. Este hallazgo permite tensionar las concepciones tradicionales de tiempo libre, mostrando que su aparente autonomía está condicionada por estructuras más amplias que modelan la forma en que las personas se vinculan con su tiempo no laboral.

En paralelo, emergieron diversas problemáticas vinculadas a la idea de accesibilidad. Si bien el senderismo es, en principio, una actividad de baja inversión económica, nuestras observaciones en el cerro revelaron una serie de limitaciones estructurales que relativizan esta percepción. En primer lugar, la accesibilidad física al lugar se encuentra restringida por la necesidad de contar con un medio de transporte propio. La lejanía del cerro respecto al centro urbano de Minas, junto con la escasa disponibilidad de transporte público, genera una barrera importante para quienes no disponen de vehículo particular, lo que excluye a sectores sociales con menores recursos.

En segundo término, se evidenció una forma de exclusión simbólica asociada a la indumentaria técnica. El uso de ropa, calzado y accesorios específicos no sólo responde a necesidades prácticas, sino que también opera como un marcador de estatus dentro del grupo que lo practica. La ausencia de estos elementos puede generar juicios sobre la “preparación” o “legitimidad” del sujeto en la actividad, reforzando formas sutiles de distinción social. Esta situación visibiliza una brecha significativa entre la democratización ideal de la actividad y las condiciones sociales, económicas y culturales que efectivamente la atraviesan.

Asimismo, observamos tensiones inherentes al uso del territorio, especialmente vinculadas a la relación entre espacios públicos y privados. Una parte importante del cerro (que incluye la cueva más emblemática del sitio) se encuentra en propiedad privada, y su acceso está condicionado al pago de una entrada. Este hecho limita el uso libre del territorio y refuerza desigualdades de acceso, restringiendo el goce pleno del entorno natural a quienes pueden afrontar ese costo. Esta situación refuerza una lógica de mercantilización de lo natural, en la que el acceso a ciertos sectores depende de la capacidad económica del visitante.

Otra dimensión relevante fue el impacto ambiental derivado de la masificación de la práctica. Durante las jornadas de observación se evidenciaron conductas de descuido ambiental, como el abandono de residuos, la intervención en la flora o el uso inadecuado de los senderos. Estas prácticas revelan una tensión creciente entre la conservación del entorno y su uso recreativo, y ponen en cuestión la sostenibilidad de las formas actuales de disfrute de la naturaleza.

En este marco, el senderismo también se configura como una práctica de desenganche subjetivo, una vía para “desconectarse” de las presiones urbanas, laborales y tecnológicas. Sin embargo, esta desconexión se da en términos controlados, estandarizados y cada vez más mediados por el mercado turístico. A pesar del deseo de autenticidad y espontaneidad, la experiencia está muchas veces prediseñada: se sigue un sendero delimitado, se accede a servicios turísticos planificados y se consumen experiencias empaquetadas bajo la estética del bienestar. Tal como lo plantean Urry (1990) y MacCannell (1999), el turismo de naturaleza actúa como una forma de escape ritualizado, que permite al sujeto salir del espacio productivo sin dejar de reproducir ciertas lógicas de consumo y distinción.

A su vez, uno de los sentidos predominantes entre los participantes fue la idea de conexión con la naturaleza como experiencia restauradora. El contacto con el paisaje, el silencio, la contemplación o el simple caminar fueron vividos como instancias de introspección y equilibrio. Sin embargo, como se evidenció en el análisis, esta relación está profundamente mediada por tecnologías, filtros estéticos y dispositivos de registro que modelan lo vivenciado. La naturaleza se convierte así en un escenario escenificado, una experiencia híbrida entre lo íntimo y lo compartido, lo espontáneo y lo performativo, lo natural y lo digital. La cámara del celular, las redes sociales y los microcontenidos contribuyen a una experiencia fragmentada y orientada a la autoexposición, donde el paisaje se vuelve recurso simbólico de distinción.

Finalizando, sostenemos que esta investigación no sólo permitió adentrarnos en una comprensión más profunda sobre el fenómeno del senderismo, sino que también habilitó una experiencia formativa que transformó nuestras miradas sobre el tiempo libre, la naturaleza y el consumo en la era contemporánea. La práctica, presentada al inicio como

una actividad libre y accesible, se reveló atravesada por múltiples complejidades: desde las desigualdades estructurales que condicionan el acceso, la mercantilización de la experiencia, hasta los discursos de bienestar que orientan y legitiman la actividad.

Este trabajo nos permitió evidenciar cómo las prácticas de ocio, incluso en escenarios aparentemente desmercantilizados, no escapan a las lógicas del sistema capitalista, sino que están moldeadas por estructuras simbólicas, sociales y económicas que definen quiénes pueden habitar estos espacios, cómo se los habita y con qué fines. A su vez, reafirmamos la importancia del enfoque crítico y situado como herramienta para desnaturalizar sentidos comunes, abrir preguntas y tensionar discursos hegemónicos sobre el turismo, la naturaleza y el tiempo libre.

Como equipo de investigación, consideramos que este trabajo constituye un aporte relevante para el campo de la Educación Física en tanto amplía la comprensión de las prácticas en la naturaleza no solo desde sus beneficios físicos o pedagógicos, sino también desde sus dimensiones culturales y simbólicas. En un contexto donde la Educación Física muchas veces ha sido reducida a un enfoque biomédico o funcionalista, este estudio recupera la importancia del análisis crítico, interdisciplinario y situado.

Además, el trabajo aporta a la construcción de un pensamiento pedagógico más consciente de las condiciones sociales que configuran el acceso a las prácticas de ocio. Recuperar una mirada que cuestiona las lógicas neoliberales de gestión del cuerpo y del tiempo permite imaginar formas de recreación más inclusivas, sostenibles y emancipadoras. El senderismo, en este marco, podría ser resignificado como una práctica de encuentro con el otro y con el entorno, no solo como un producto más del mercado turístico, fomentando su democratización y conservación.

En este sentido, se reafirma la necesidad de una Educación Física que no solo promueva la actividad corporal por sus efectos fisiológicos, sino que también sea capaz de generar espacios de reflexión crítica sobre el lugar que ocupa el cuerpo en la sociedad. Esto implica pensarlo no solo como una máquina que rinde, sino como una construcción

social atravesada por múltiples factores.

Por último, desde una mirada grupal, valoramos altamente el proceso colectivo de construcción de conocimiento. La investigación fue una instancia de aprendizaje horizontal, en la que cada integrante aportó sus saberes, miradas y sensibilidades, y en la que el debate, la escucha y la reflexión fueron pilares fundamentales. Pudimos sostener una dinámica de trabajo colaborativa, respetuosa y comprometida, en la que nos desafiamos mutuamente a pensar más allá de lo evidente.

El acompañamiento del docente orientador también fue clave en el proceso. Sus aportes teóricos y metodológicos nos permitieron profundizar en nuestras ideas y sostener una línea crítica coherente. A lo largo del trabajo, fuimos construyendo una identidad investigativa que conjuga sensibilidad, rigurosidad y compromiso con una mirada situada.

En términos generales, el desarrollo de esta tesina nos dejó una sensación de plenitud, pero también de inquietud: sentimos que este es solo un primer paso para seguir investigando, preguntando y desafiando los sentidos hegemónicos del ocio, del consumo y de nuestra relación con la naturaleza. Concluimos este proceso con el deseo de seguir aportando, desde el campo de la Educación Física, a la construcción de prácticas recreativas que no reproduzcan exclusión, mercantilización o estandarización, sino que abran espacio a lo diverso, lo comunitario y lo significativo.

10. Bibliografía.

ACUÑA, A. (1994) **Actividades recreativo-deportivas en la naturaleza como introducción a la práctica ecológica.** En Soto, A. (Coord.) Educación Primaria: Actividades en la naturaleza, p. 19-36. Universidad de Huelva.

ACUÑA, A. (1996) **Los deportes de aventura en la naturaleza: ¿una aproximación a la práctica ecológica?.** García Ferrando, M. y Martínez J. R. (Coords) Ocio y deporte en España. Ensayos sociológicos sobre el cambio, p. 299-308. Valencia: Tirant lo Blanch.

ADORNO, T. W. (1966) **Aspectos del nuevo radicalismo de derecha.** En T. W. Adorno (1980), Obras completas. Volumen 20.2: Escritos sociológicos II (pp. 182-190). Madrid: Akal.

ADORNO, T. W. (1969) **Conferencia sobre el tiempo libre.** Recuperado de: https://eva.interior.udelar.edu.uy/pluginfile.php/298543/mod_resource/content/1/Adorno_Tiempo%20libre.pdf.

ADORNO, T. HORKHEIMER, M. (1947) **Dialéctica de la Ilustración.** Editorial Trotta, S.A.

ARRIBAS, F. (2008) **El pensamiento y la biografía del profesorado de Actividad Física en el Medio Natural: un estudio multicaso en la formación universitaria orientado a la comprensión de modelos formativos.** Tesis doctoral. Universidad de Valladolid. Facultad de educación y trabajo social.

BATTHYÁNY, K. CABRERA, M. (2011) **Metodología de la investigación en Ciencias Sociales.** Ed. Departamento de Publicaciones, Unidad de Comunicación de la Universidad de la República (UCUR).

BAUMAN, Z. (2000) **Modernidad líquida.** Fondo de Cultura Económica.

BAUMAN, Z. (2005) **Identidad.** Losada.

- BAUMAN, Z. (2007) **Vida de consumo**. Fondo de Cultura Económica.
- BAUTISTA, E. (2007) **Manual de metodología de investigación**. Segunda Ed. Impreso en TAUTIP, s.r.l.
- BRITO, J. MELGAR, F. ROZZA, V. (2023) **Deportes de Riesgo en el Cerro Arequita Escalada y Highline**. Tesina Universidad de la República Instituto Superior de Educación Física Licenciatura en Educación Física.
- BOURDIEU, P. (1984) **La distinción: Criterio y bases sociales del gusto**. Editorial Taurus.
- CAMPODÓNICO, R. DA CUNHA, N. (S.F) **Turismo, desarrollo y Mercosur**. Universitat de les Illes Balears.
- CANALES, I. PERICH, M, J. (2000) **Sensaciones y vivencias de la mujer en la práctica de actividades físicas en la naturaleza**. Revista de Educación Física, 79 (37-43).
- CANALES, I. PERICH, M, J. (2000) **Las emociones en la práctica de las actividades físicas en la naturaleza**. Lecturas Educación Física y Deportes, Revista Digital [en línea], 23. Buenos Aires. Disponible:<http://www.efdeportes.com> [Consulta: 2005, 7 de octubre].
- CORBETTA, P. (2003) **Metodología y técnicas de la investigación social**. México, Mc Graw Hill.
- DENZIN, N. LINCOLN. (2012) **Manual de investigación cualitativa**. Ed.Gedisa.
- DUMAZEDIER, J. (1964) **Hacia una civilización del ocio**. Barcelona: Estela.
- DÍAZ, J, A. Y FRUTOS, Á. (2003) **La dimensión socioestructural del turismo**. En Rubio Gil, Á: Sociología del turismo, Ariel turismo, Barcelona, pp. 23-41.
- FALERO, A. CAMPODÓNICO; R. (2012) **El turismo bajo la lupa académica**. Unidad de comunicación de la UDELAR.

FRIEDMAN, G. (1956) **Problemas humanos del maquinismo industrial.** Sudamericana.

FRIEDMAN, G. (1963) **Tratado de sociología del trabajo.** Fondo de Cultura Económica.

GARBERO, R. (2013) **El sistema nacional de áreas protegidas de Uruguay, avances y perspectivas.** Tesina Gestión de Áreas Naturales. Montevideo UDELAR.

GERLERO, J. (2004) **¿Ocio, Tiempo Libre o Recreación? Aportes para el estudio de la Recreación.** Argentina: Educo.

GRANERO GALLEGOS, A. (2007) **Las actividades físico-deportivas en la naturaleza y la industria turística.** Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y del Deporte / Revista Internacional de Medicina y Ciencia de la Actividad Física y el Deporte, 7 (26), 111-127. Universidad Autónoma de Madrid.

GUDYNAS, E. (2004) **Ecología, Economía y Ética del Desarrollo Sostenible.** Montevideo (Centro Latino Americano de Ecología Social).

HERNÁNDEZ MENDO, A. (2000) **Acerca del ocio, del tiempo libre y de la animación sociocultural.** Lecturas Educación Física y Deportes, Revista Digital [en línea], 23. Disponible: <http://www.efdeportes.com> [Consulta: 2000, 28 de Octubre].

IGARZA, R. (2009) **Burbujas de ocio. Nuevas formas de consumo cultural.** Buenos Aires (La Crujía).

LANFANT, F. (1978) **Sociología del ocio.** Ed. Península.

MACCANNELL, D. (1999) **El turista: una nueva teoría de la clase ociosa (2.ª ed.).** University of California.

MANUAL DE SENDERISMO. (S. F) **Comité de Senderos de la Federación Española de Deportes de Montaña y Escalada.**

Disponible: <http://pagina.de/senderismo>

MIRANDA ROMÁN, G. (2006) **El tiempo libre y ocio reivindicado por los trabajadores**. Revista de Turismo y Patrimonio Cultural, 4(3), 301-326. Universidad Autónoma del Estado de México.

MOSCOSO, D. (2003) **La montaña y el hombre en los albores del siglo XXI**. Una reflexión sociológica sobre su situación en España. Huesca: Barrabés.

MOSCOSO, D. (2004) **El proceso de institucionalización del montañismo en España**. Acciones e Investigaciones Sociales, 19 (5-29).

MUNNÉ, F. (1980) **Psicosociología del tiempo libre**. Un enfoque crítico. México: Trillas.

ORTÚZAR, I. (1996) **Las actividades de riesgo. Congreso del Deporte en Euskadi**. Instituto Vasco de E.F. Vitoria-Gasteiz.

PARKER, S. (1971) **The future of work and leisure**. Nueva York: Praeger.

PEDRO, F. (1984) **Ocio y tiempo libre. ¿Para qué?**. Editorial Humanitas.

POYATOS, L. (S/A) **El turismo en la sociedad de consumo**. Universidad de Alicante. Disponible:<https://rua.ua.es/dspace/bitstream/10045/19901/1/Tema%202.%20El%20turismo%20en%20la%20sociedad%20de%20consumo.pdf>

PUIG, J, M. TRILLA, J. (1996) **Pedagogía del ocio**. Barcelona: Laertes. 2ª Edición.

RODRIGUEZ RODRIGUEZ, M. RODRIGUEZ CAMPO, M, L. (2010) **El senderismo dentro del contexto experiencial del turismo actual: ¿Ocio o negocio?**. URRY, J. (1990) **The Tourist Gaze: Leisure and Travel in Contemporary Societies**. Sage Publications.

VEBLEN, T. (1899) **La teoría de la clase ociosa: un estudio económico de las instituciones**. Nueva York: Macmillan.

VELLOZAS, V. LAZO, L. (2003) **Plan de interpretación para el parque nacional Arequita**. Facultad de Agronomía Udelar.

11. Anexos.

ENTREVISTA N°1:

Entrevistador: ¿A qué te dedicas?

Respuesta: Jubilado..

Entrevistador: Bien de donde eres?

Respuesta: Montevideo, bueno en Lagomar, nací en Montevideo pero vivo en Lagomar

Entrevistador: ¿Y a qué te dedicabas antes?

Respuesta: Trabajaba en cutcsa

Entrevistador: ¿En cutcsa? ¿eras chofer?

Respuesta: No, en la gomería

Entrevistador: Ahi va ahi va, ¿allá en Montevideo directamente?

Respuesta: En Montevideo si, primero, mira del 77 al 85 estuve en España estuvimos exiliados, volvimos en el 85 y entré a Control, ahí empecé a trabajar, cuando nos fuimos, nos absorbió cutcsa en vez de quedarnos sin trabajo, fuimos derechito para ahí y me jubilé a ver, tengo 71 a los 60, 11 años.

Entrevistador: Y estuviste exiliado por tu cuenta fuera del país o por un tema de...

Respuesta: Sí, sí. El tema es que había que irse. No quedó algún remedio. Estuve en Bilbao, después en Barcelona. Después tuvimos una hija catalana que volvió. Cuando se hizo grande se casó. Volvió a hacer el recorrido que hicimos nosotros. Se fue a Barcelona. Tuvo una hija, estuvo unos años y se volvió de nuevo a Uruguay. Sí, así que tengo una hija y una nieta catalana.

Entrevistador: ¿Qué te motivó a elegir esta actividad, esta práctica?

Respuesta: ¡Joder! siempre me llamó la atención y solo nunca me animé. Y eso que en Barcelona había muchos de este tema. Pero cuando vine le dije a mi sobrino, mi sobrino agarró enseguida, mi sobrino en aquella época tendría 16 años, 17. Ya te digo, utilizábamos cuerdas náuticas y los arneses los hacíamos nosotros. y nos practicamos en un eucalipto grande que tenía él en frente a la casa ahí empezamos a trepar y a hacer rappel y después fuimos a Salamanca.

Entrevistador: Ah es linda Salamanca

Respuesta: Lo primero que hicimos fue a Salamanca y nos tiramos por la ventana de la cueva

Entrevistador: Si, todo volado, divino

Respuesta: Tremendo, tremendo, esa fue mi experiencia y después un amigo nos dijo que él venía acá pero que era del ejército, pero después quedó como para el ministerio y nos dijo, ojo que hay un guarda... hay un guardaparque capaz que te hace problemas y

nos dijo, usted tiene que ir bordeando... bordeando el... bordeando el monte de Ombúes para que el guardaparque no los vea. el primer día una clandestinidad con mi sobrino al fin no había guardaparque en esa época.

Entrevistador: Era por si las dudas.

Respuesta: Si, por si las dudas.

Entrevistador: Y en que llegas al cerro? Venís en auto.?

Respuesta: Si si

Entrevistador: Perfecto. Desde allá. ¿Te vienes directo o te quedas en la vuelta?

Respuesta: No, no, vengo directo de Lagomar.

Entrevistador: Ahí va, ahí va.

Entrevistador: Bien, después ¿por qué elegiste esta práctica? ¿Es sólo una actividad recreativa o tiene un significado más profundo?

Respuesta: No, recreativa. Siempre me gustó y nunca lo había hecho. Lo mismo que... A mí me encantaría la espeleología.

Entrevistador: Claudio es espeleólogo

Respuesta: Sí, me dijo. Me dijo, me dijo. Pero a esta altura el partido ya no me da, el cuerpo no me da. Ando hace tres años ando con un... un tema oncológico con la garganta, ahora se me está curando por suerte pero el cuerpo ya no me da.

Entrevistador: Claro y aparte es muy demandante la espeleología subir ,bajar por cuerda es....

Respuesta: Y para subir allá arriba ahora en dos viajes, lleve una cosa hasta la mitad todo y de ahí para arriba lo lleve en dos partes porque sino no me daba. Si va mi sobrino el se pone las dos cuerdas al hombro y arranca

Entrevistador: Si, es venir con alguien que está bueno

Respuesta: Si, si

Entrevistador: Bien, otra hace cuanto lo practicas y con que frecuencia?

Respuesta: Pah , y 15 años capaz, 15 años porque yo trabajaba en cutcsa en aquella época, y los arneses me los hacía el tapicero de cutcsa con cinturones de seguridad, los copiábamos y yo les decía cóseme acá, cóseme acá, tenía máquina industrial y los cinturones eran fuertísimos, los cinturones de seguridad.

Entrevistador: Qué demás ¿Y con qué frecuencia más o menos?

Respuesta: Veníamos muy poco, veníamos al año capaz que veníamos dos o tres veces.

Entrevistador: Si, incluso en Montevideo hay pocos lugares para hacer... ¿Tenés allí la parte de como es?

Respuesta: Si, en Montevideo nunca hicimos.

Entrevistador: Ahí va, ¿no?

Respuesta: No, él vivía en Solymar y yo en Lagomar.

Entrevistador: Ahí va. ¿O árboles o acá?

Respuesta: Ya te digo, el árbol ese además era tremendo árbol.

Entrevistador: Claro.

Respuesta: Y ahí empezamos. Además me hice un descensor también en cutsa con unos rulemanes, el tornero me decía pero todo el día me venís con algo jajaja un descensor que al final era un poleas todo así y bajaba bastante rápido. hasta que mi hija me dijo en Barcelona deja que yo te mando cosas y...

Entrevistador: ¿Qué te llevó a elegir a Arequita para practicar? ¿Qué te llevó a elegir este lugar?

Respuesta: Y porque me lo comentaron porque acá no habíamos venido, íbamos a Salamanca, fuimos dos o tres veces hasta que un amigo que, él trabajaba hacia rapel y eso porque trabajaba en altura, viste que hubo una época que se empezó a trabajar en altura sí con arneses y otras cosas. Bueno él por ejemplo pintó la cruz de Bulevar y... en tres cruces, dice que con un arco tiraron con una flecha para pasar una cuerda por arriba y todas esas cosas y después subieron.

y el fue el que nos dijo que vinieramos acá, que en aquella pared de allá donde está la chimenea esa, hay una caída bastante larga

Entrevistador: De 30 metros . sí, sí qué divino, es un lindo lugar ese para rapelar y para este lado tenés un volado que está sí, está muy interesante

Respuesta: Vos sabes que una noche nos quedamos con mi sobrino a dormir arriba

Entrevistador: Arriba?

Respuesta: Si. Nos cagamos de frío. Yo me terminé poniendo la mochila en las piernas porque...

duro jajaja

Y además incómodo, no habíamos llevado ni colchoneta ni nada. Habíamos llevado saco de dormir nada más. Ah, te digo lo que... Bueno, tenemos buenos recuerdos. De acá tenemos... Tremendos recuerdos.

Entrevistador: Eso es bueno. Después, ¿cómo te beneficia personalmente la práctica?

Respuesta: La práctica. Es el único deporte que hago porque no hago ni corro ni camino, caminar si camino, pero lo único que hago así a ser extra era esto. Ya te digo,

hace años que no venía y antes de ayer me dió, digo, voy a ir, porque en cualquier momento me pelo y me queda esto pendiente.

Entrevistador: ¿Consideras que hay aspectos del cerro Arequita que son importantes para preservar tanto para ti como para otros?

Respuesta: Sí. El monte de Ombú a mí me mata.

Entrevistador: Es hermoso.

Respuesta: Sí, sí. Y bueno, las paredes.

Entrevistador: Las paredes son preciosas.

Respuesta: Sí, sí. A mí me gusta todo eso. La piedra, yo voy a veces para el campo y veo un montículo de piedra allá, allá me bajo a chusmear. Lástima que no me dio más para... Ahora he visto en programas de YouTube que han encontrado cavidades, cuevas grandes mismo en Punta Ballena, creo que hay unas tremendas

Entrevistador: ¿Qué acciones tomás para asegurar que tu actividad sea sostenible y respetuosa con el medio ambiente?

Respuesta: No dejó basura. Con mi sobrino a veces bajamos alguna bolsa que vamos encontrando y vamos retirando. Un día me llevé un cactus. Lo tengo en casa todavía hace años. que no tenía que haber tocado, pero como había muchos, digo voy a llevarme uno.

Entrevistador: Después, la última dice, ¿qué importancia le das a la conexión con la naturaleza en tu vida?

Respuesta: Que es parte de ella. Sin naturaleza, todo hormigón, todo ciudadano, tenés que escaparte para algún lado de estos. Si no...

Entrevistador: Si cuando laburabas también eran como tus escapes venir acá?

Respuesta: Si, además salía con un grupo Vida Silvestre creo que se llamaba hacíamos caminatas, fui a Arerungá dos veces en una estancia que tienen venados ahí caminábamos como loco y después estuve en Laureles varias veces este en el en el Cañón de Laureles también, la última vez que salí fue en el Cañón de Laureles

Entrevistador: ¡Ahí va! Preciosa esa Zona

Respuesta: Es Tremendo, además es un día de calor y con el agua por acá

Entrevistador: ¡Jajaja!

Respuesta: Tremendo

Entrevistador: ¡Qué de más! Tremendo

Respuesta: Sí, a ver caminatas de esas hice Laguna de Castillo dos días, acampando de noche con el grupo este , después Arerunguá dos veces, Laureles dos veces y el cañadón del Lunarejo y ese fue con otro guía de allá

Entrevistador: Si con la gente del gavián ahí capaz Sí, lindas zona esa.

Respuesta: Sí, la verdad que sí. Muy lindas. Y ahora veo videos de uno de Barba que hace videos en contacto.

Entrevistador: Ah, sí, Eduardo Batista.

Respuesta: Eduardo Batista. Está ahí, muestra también lugares tremendos.

Entrevistador: Sí, sí, sí, sí. Es muy bueno, sí, la verdad. Tremendo. Agradecerte por el tiempo, por el robo del tiempito.

ENTREVISTA N°2:

Entrevistador: ¿A qué te dedicas?

Respuesta: Soy profesora de yoga.

Entrevistador: ¿De dónde sos?

Respuesta: De la ciudad de Rocha.

Entrevistador: ¿Qué te motiva a elegir esta actividad, el senderismo?

Respuesta: Bueno, en realidad estamos en una actividad de estudio y la conexión con la naturaleza es una parte súper fundamental, importantísima de la actividad. Entonces decidimos venir a este lugar.

Entrevistador: Bien, ¿cómo y en qué llegaron al cerro?

Respuesta: Estamos en Villa Serrana, llegamos en auto hasta acá y entramos caminando y lo que hicimos fue recorrer la parte del Bosque de Ombúes solamente, por esta vez.

Entrevistador: ¿Sólo la parte del Bosque de Ombúes?

Respuesta: Si,si.

Entrevistador: ¿Por qué eligieron esta práctica? Y bueno, es solo una actividad recreativa o tiene un significado más profundo para vos, el cerro?.

Respuesta: Y si, todo lo que sea la conexión con la naturaleza es... es divino, ¿no? En sí mismo. Es el hospital gratis y más poderoso que existe en el planeta.

Entrevistador: ¿Cómo percibes la relación entre el senderismo y tu tiempo libre?

Respuesta: Pah, cada vez que puedo... No sé si le llamo senderismo, pero me... amo caminar en la naturaleza. Amo. Amo, me encanta.

Entrevistador: ¿Hace cuánto practicas y con qué frecuencia haces esto?

Respuesta: Y bueno, ¿qué práctico senderismo?

Entrevistador: Sí.

Respuesta: Muchos años. Muchos años. Muchos.

Entrevistador: ¿Y con qué frecuencia?

Respuesta: Y... cinco veces a la semana, no largas distancias, pero es una necesidad para mi.

Entrevistador: ¿Qué te llevó a elegir el Arequita para practicar el senderismo?

Respuesta: Y porque estábamos, ya te digo, en Villa Serrana y una de las compañeras dijo ¡que divino! para ir al bosque de Ombúes y en Rocha, en Balizas hay un bosque de Ombúes entonces muchas dijimos ¡ay que bueno! ir a un bosque de Ombú es que no es... y dijimos vamos y ¡pah! es un lugar increíble, una belleza

Entrevistador: ¿Qué materiales se necesita para practicarlo?

Respuesta: Unos pies, nada, voluntad, ¿no? traer agua que no trajimos, un grave error.

Entrevistador: ¿Crees que es una actividad costosa?

Respuesta: No, nada. ¿No? Cero costo.

Entrevistador: ¿Cómo te beneficias personalmente de la práctica?

Respuesta: Creo que no soy consciente de todo lo que nos beneficia esta práctica, ¿no? De simplemente caminar a la naturaleza. De hecho, en otros países sale miles de dólares y acá no se valora.. Como decía tu compañera, ¿no? Están ahí y no lo conocen. Esta belleza.

Entrevistador: ¿Piensas que es accesible para todos los grupos sociales?

Respuesta: Sí, claro que sí.

Entrevistador: ¿Por qué sí?

Respuesta: Porque llegar acá es gratis. O sea, hacer esta conexión, venir a caminar acá es gratis.

Entrevistador: ¿Consideras que hay aspectos del Cerro Arequita que son importantes para preservar tanto para ti como para otros?

Respuesta: Sí. De hecho, toda la explicación que nos hicieron a la entrada... dije wow que respeto, que maravilloso maravilloso me parece que hay mucha más conciencia de lo que es un lugar así ¿no? cada vez quedan menos en el mundo.

ENTREVISTA N°3:

Entrevistador: ¿A qué te dedicás?

Respuesta: Jubilada, fui profesora.

Entrevistador: ¿De dónde eres?

Respuesta: De Rocha.

Entrevistador: ¿Qué te motivó a elegir esta actividad?

Respuesta: Ah, nos gusta mucho hacer senderismo por los bosques. Da mucha energía. Es otro mundo. Vengo al Cerro cada vez que puedo porque es un lugar donde realmente me siento en paz. Subir hasta la cima, escuchar los pájaros y ver todo desde arriba me da una sensación de libertad que no encuentro en la ciudad

Entrevistador: ¿Cómo y en qué llegaron al cerro?

Respuesta: En auto.

Entrevistador: ¿Por qué elegiste esta práctica?

Respuesta: Porque te revive el espíritu. El contacto con la naturaleza es bellissimo.

Entrevistador: ¿Es una actividad recreativa o tiene un significado más profundo?

Respuesta: Más profundo. Sí. Tiene un significado más profundo. Llegar al espíritu.

Entrevistador: ¿Cómo percibes la relación entre el senderismo y tu tiempo libre?

Respuesta: Y cuanto puedo hago senderismo, es donde aplico el tiempo libre

Entrevistador: ¿Hace cuánto lo haces y con qué frecuencia?

Respuesta: Uf, bueno, senderismo metódico así, no, salimos cuando podíamos estar en el grupo y hace 25, 30 años

Entrevistador: ¡Qué hermosura! ¿Qué te llevó a elegir Arequita para practicarlo?

Respuesta: Bueno, yo no conocía y otros de los compañeros conocen. Y es hermoso y queríamos conocerlo, porque allá tenemos el Parque Santa Teresa y hay un parque de ombúes también y es lindo y hermoso.

Entrevistador: ¿Crees que es una actividad costosa?

Respuesta: No.

Entrevistador: ¿Cómo te beneficia personalmente de la práctica de senderismo?

Respuesta: Y me cargó las baterías para seguir.

Entrevistador: ¿Piensa que está accesible para todos los grupos sociales?

Respuesta: Ah sí. Lo que pasa es que no tienen... No tienen. Hay que... Es cuestión de... De enseñarles el amor a la naturaleza de niños.

Entrevistador: ¿Consideras que hay aspectos del cerro Arequita que son importantes para preservarlo?

Respuesta: No conozco tanto, pero sí, claro, todo esto es...las rocas, los bosques, todo es para preservar y tal cual, no hay que modificarlo

Entrevistador: ¿Qué importancia le das a la conexión con la naturaleza en tu vida?
¿Cómo la describirías?

Respuesta: Como ya te decía, es...hay que identificarse, somos parte de la naturaleza entonces no hay que perder la conexión porque si no estás frito

Entrevistador: ¿Crees que el senderismo influye en el ecosistema del cerro?

Respuesta: Si lo sabe es como decir, si lo sabe que si no viene mucha mucha gente que no es el caso pero además hay que venir respetando porque es su ambiente, nosotros venimos a un...un ambiente que es venir como un invitado, no destrozar.

Entrevistador: Bueno, muchas gracias.

ENTREVISTA N°4:

Entrevistador: ¿A qué te dedicas?

Respuesta: Soy policía.

Entrevistador: ¿De dónde eres?

Respuesta: De Minas.

Entrevistador: ¿Qué te motiva a elegir esta actividad?

Respuesta: Bueno, esta actividad, que es el trekking, es algo que hago complementario al resto de las actividades deportivas que hago, que realizó.

Entrevistador: ¿Cómo y en qué llegaste al cerro?

Respuesta: Al cerro la primera vez que fui, creo que fue caminando hace aproximadamente unos 30 años más o menos. Después yo le pedí a prestado una bicicleta a una amiga. Osea, iba a llegar de cualquier manera, porque de hecho no hay mucha locomoción para llegar hoy en día. Más bien hay que ir por medios propios.

Entrevistador: ¿Por qué elegiste esta práctica?

Respuesta: Porque me suma, porque me gusta conocer lugares naturales, me gusta recorrer, me gusta la exigencia de ciertos lugares, me gusta conectar con la naturaleza. Y bueno, y todos los beneficios que da ese tipo de actividades.

Entrevistador: ¿Es solo una actividad recreativa o tiene un significado más profundo para ti?

Respuesta: Bueno, más profundo podría decirse de que, como te decía antes, para mí es una conexión con la naturaleza, un bienestar general, físico, mental, que te da la actividad en sí, es todo positivo, ¿no?

Entrevistador: ¿Cómo percibes la relación entre el senderismo y tu tiempo libre?

Respuesta: Y la relación es de aprovechar el tiempo, digamos. Es una relación de que nunca es tiempo perdido, al contrario, siempre es tiempo ganado.

Entrevistador: ¿Hace cuánto lo practicas?

Respuesta: No sé decirte exactamente, pero desde que hago deporte, más bien toda mi vida, fui descubriendo distintas actividades al aire libre. Una es esta, el trekking. Y bueno, no sé, hará 20 años, capaz.

Entrevistador: ¿Qué te llevó a elegir Arequita para practicar el senderismo?

Respuesta: Y Arequita porque está cerca. Porque está cerca y es un lugar muy particular. Si bien hay otras formaciones en el departamento y en el país de ese tipo, esta es muy particular, ¿no? Y a su vez la tenemos ahí, al lado, es como el patio de casa.

Entrevistador: ¿Qué materiales necesita para practicar el senderismo?

Respuesta: Bueno, tener un par de championes, agua, gorrito de sol. Y eso básicamente no es una cosa que... Si querés tener ... Llevar más indumentaria, más específica, más... Este... como un bastón y esas cosas para ayudarte a... A lo que es la actividad. Pero en general, cosas que tendría cualquier persona, ¿no?

Entrevistador: ¿Cree que es una práctica costosa?

Respuesta: No. No.

Entrevistador: ¿Cómo te beneficias personalmente de la práctica?

Respuesta: Personalmente me beneficio en...en bienestar, bienestar y estar en movimiento, ¿no? Qué es lo recomendable para tener una calidad de vida buena.

Entrevistador: ¿Piensas que es accesible para todos los grupos sociales? ¿Por qué sí y por qué no?

Respuesta: Y sí es accesible para todos los grupos porque...Hoy por hoy hay lugares donde no cobran entrada, por ejemplo como aca, que no se cobra entrada para ingresar y cualquier persona lo puede hacer.

Entrevistador: ¿Consideras que hay aspectos del cerro Arequita que son importantes para preservar, tanto para ti como para otros?

Respuesta: Sí, Arequita es un lugar prácticamente único, como... digamos... En la parte de la flora, por ejemplo, está el Monte de ombúes, que es el segundo más grande de la región. Y realmente es muy particular y obviamente hay que preservarlo, ¿no? Por eso Arequita entró en el sistema nacional de áreas protegidas, recientemente. Para eso mismo, para preservar todo lo que hay en el lugar.

Entrevistador: Desde tu perspectiva, ¿crees que el senderismo influye en el ecosistema del cerro?

Respuesta: Siempre influye. Donde entra el ser humano, siempre, desde el vamos está influyendo, obviamente.

Entrevistador: ¿Cómo crees que se podría mitigar el impacto ambiental negativo asociado con la masificación del senderismo?

Respuesta: Con información. Educando, reeducando a las personas con respecto a esos lugares y a la presencia en ese tipo de lugares de cómo es la mejor manera de estar allí y de preservar lo que está alrededor. Educación.

Entrevistador: ¿Qué acciones tomas tú para asegurarte de que tu actividad sea sostenible y respetuosa con el medio ambiente?

Respuesta: Y bueno, trato de no quitar nada, de no alterar nada, de no dejar nada tirado, o sea, ningún residuo. De hecho, generalmente voy levantando cosas que encuentro por todos lados. Pero bueno, básicamente eso, ¿no?

Entrevistador: ¿Qué importancia le das a la conexión con la naturaleza en tu vida y cómo la describirías?

Respuesta: ¿Qué importancia? Bueno, importancia mucha, mucha porque sin duda la interacción o encontrarse en lugares naturales te da muchos beneficios a nivel emocional, a nivel físico. Y bueno, todo eso es muy positivo, ¿no? Y yo hago eso porque siempre me gustó hacer deportes al aire libre y bueno, es una manera más de tener mejor calidad de vida.

ENTREVISTA N°5:

Entrevistador: ¿A qué te dedicas?

Respuesta: Bueno, soy docente y me dedico también a la docencia de terapias alternativas.

Entrevistador: ¿De dónde sos?

Respuesta: Soy de Minas Lavalleja, de Uruguay, así que bueno, acá estamos.

Entrevistador: ¿Qué te motivó a elegir esta actividad?

Respuesta: Esta actividad, bueno, la tenemos muy cerquita de nuestra casa y cada vez que vienen visitas es como los lugares de encuentro para mostrarle parte de lo que es nuestra ciudad, nuestro departamento con la belleza de la naturaleza.

Entrevistador: ¿Qué te motivó a elegir esta actividad?

Respuesta: Esta actividad, bueno, es algo que no puede faltar, creo que para cualquier persona conectarse con la naturaleza.

Entrevistador: ¿Cómo y en qué llegas al cerro?

Respuesta: Bueno, llegamos en auto como para facilitar toda la parte del recorrido de lo que es el centro hacia afuera y después la caminata es esencial.

Entrevistador: ¿Por qué eliges esta práctica? ¿Es sólo una actividad recreativa o tiene un significado más profundo para vos?

Respuesta: Tiene un significado totalmente mucho más profundo donde cada uno comienza a percibir la energía de su propio ser junto con la de la naturaleza.

Entrevistador: ¿Cómo percibes la relación entre el senderismo y tu tiempo libre?

Respuesta: Y bueno, sería ideal en lo personal, me encantaría... lo estábamos charlando justamente, que lo tenemos tan cerca y muchas veces no lo hacemos con asiduidad y sería una práctica que debería ser semanalmente.

Entrevistador: ¿Hace cuánto lo practicas y con qué frecuencia?

Respuesta: Y bueno, en realidad desde muy pequeña, porque nos criamos acá en este espacio y siempre no propiamente dicho en este lugar de la arequita, pero en diferentes tipos de cerros, salir a correr, subir, escalar.

Entrevistador: ¿Qué materiales se necesita para practicar el senderismo?

Respuesta: Y bueno, yo creo que no es demasiado un buen calzado como para ayudarte, agua, gorro y las ganas.

Entrevistador: ¿Crees que es una actividad costosa?

Respuesta: No, para nada. Muy accesibles, justamente cualquier persona puede acceder, no es un tema de dinero.

Entrevistador: ¿Cómo te beneficia personalmente de esta práctica?

Respuesta: Y me beneficio recargando de energía, oxigenando mi cuerpo, estando disponible para las actividades de la vida diaria.

Entrevistador: ¿Piensa que es accesible para todos los grupos sociales?

Respuesta: Sí, totalmente. Todos pueden llegar.

Entrevistador: ¿Por qué sí?

Respuesta: Porque en realidad es algo que no tiene un costo, vos simplemente llegas hasta el lugar y que muchas veces pueden venir en grupo, entonces también eso hace más accesible el llegar al lugar y después bueno disfrutar.

Entrevistador: Desde tu perspectiva, ¿crees que el senderismo influye en el ecosistema del cerro?

Respuesta: Si es cuidado y si las personas lo toman con respeto, no.

Entrevistador: ¿Cómo crees que se podría mitigar el impacto ambiental negativo asociado con la masificación del senderismo?

Respuesta: Y yo creo que si cada uno viene y con los residuos que pueda llegar a generarlo se retira con eso, no habría demasiada intervención o romper plantas, es como desde el cuidado y seguir los caminos ,respetar como nos tendríamos que respetar entre nosotros las personas, simplemente eso.

Entrevistador: ¿Qué acciones tomas para asegurarte de que tu actividad sea sostenible y respetuosa con el medio ambiente?

Respuesta: Y bueno, eso, si traigo agua, botella, algo de plástico o fruta, recoger los residuos y volver con ellos al lugar de donde provinieron.

Entrevistador: ¿Qué importancia le das a la conexión con la naturaleza en tu vida? ¿Cómo la describirías?

Respuesta: Y bueno, yo creo que le doy mucha importancia, me gustaría hacerlo más asiduamente, como te digo, porque creo que un 90% de lo que uno vive y experimenta en la naturaleza, lo puede llevar a la vida diaria. Entonces sería fundamental que cada uno pueda conectar con la naturaleza. Aunque ahora ha cambiado un poco, antes venir al Cerro era algo más espontáneo, ahora hay carteles, senderos marcados, y hasta guías que te dicen por dónde ir. Es bueno porque facilita las cosas, pero a la vez siento que se ha perdido un poco la aventura de explorar por uno mismo.

ENTREVISTA N°6

Entrevistador: ¿A qué te dedicas?

Respuesta: Yo ahora estoy jubilado, pero me gusta construir, crear cosas y salir a... Me gusta muchísimo la naturaleza, salir a convivir con la naturaleza.

Entrevistador: ¿De dónde sos?

Respuesta: Soy de acá, de Minas de Lavalleja.

Entrevistador: ¿Qué te motivó a elegir esta actividad, el senderismo?

Respuesta: Y bueno, de toda la vida, de que tengo 10, 11 años metido en esto, en minas abandonadas, en cerros...disfrutando de lo que es la naturaleza, acá venía a acampar desde siempre.

Eso, el contacto con la naturaleza, el disfrute de la naturaleza, el observar los animales, el interactuar con las plantas, el estar en contacto con las plantas, verlas tratar de reconocerlas, saber qué propiedades tiene.

Entrevistador: ¿Cómo y en qué llegas al cerro?

Respuesta: En auto, hasta la base y después caminando. A veces lo hacía, antiguamente lo hacía muy en bicicleta, ahora ha dejado un poco la bicicleta de lado...

Entrevistador: ¿Por qué eliges esta práctica? ¿Es solo una actividad recreativa o tiene un significado más profundo para ti?

Respuesta: Tiene un significado mucho más profundo. Es venir, sentarte en la isla de ombú, es ahí o en plena naturaleza y conectar con la naturaleza, escuchar los pájaros.

Entrevistador: ¿Cómo percibes la relación entre el senderismo y tu tiempo libre?

Respuesta: Y ahora que tengo más tiempo libre tendría que hacerlo más seguido porque la verdad que lo disfruto mucho pero la verdad que lo hago poco para lo que me gustaría hacerlo.

Entrevistador: ¿Hace cuánto lo practicas y con qué frecuencia?

Respuesta: Ya te digo, desde chico y... Yo que se, pero ahora estamos saliendo poco, ya te digo, pero... una vez al mes o dos veces se trata de hacer, si no es acá, vamos a Villa Serrana.

Entrevistador: ¿Qué te llevo a elegir el arequita para practicar el senderismo?

Respuesta: El Arequita es un lugar único, ya te digo, venir recorrerlo, conectar con esos árboles que son centenarios, es hermoso, esto es hermoso.

Entrevistador: ¿Qué materiales se necesita para practicarlo?

Respuesta: Nada, ganas, hidratarte, traer agua y un buen calzado y nada más.

Entrevistador: ¿Cómo te beneficia personalmente de la práctica?

Respuesta: Y eso, es un cable a tierra y descargas todo el estrés, venís, descargas todo el estrés, te vas renovado.

Entrevistador: ¿Piensas que es accesible para todos los grupos sociales?

Respuesta: Sí, sí, totalmente, todas las personas pueden acceder.

Entrevistador: ¿Por qué piensas que sí?

Respuesta: Y porque no tiene un costo significativo, no tiene un costo, es poner la voluntad, porque incluso puedes llegar en bicicleta, puedes llegar en ómnibus, vas a tener forma de llegar y actualmente hay muchos. Muchas opciones de senderismo para practicar. Bien,

Entrevistador: ¿Consideras que hay aspectos del cerro Arequita que son importantes para preservar tanto para ti como para otros?

Respuesta: Sí, sí, totalmente. Esto debe cuidarse como si fuera oro, aún más.

Entrevistador: Desde tu perspectiva, ¿crees que el senderismo influye en el ecosistema del cerro?

Respuesta: Si se hace con el respeto debido no, es mantener los trillos que se mantienen para no invadir otros lugares y respetar la naturaleza.

Entrevistador: ¿Qué acciones tomas para asegurarte de que tu actividad sea sostenible y respetuosa con el medio ambiente?

Respuesta: Bueno, respetuosa con el medio ambiente ya te digo, mantener el tema del senderismo, si traes, residuos llévatelos contigo. En lo posible a veces te lleva alguno que encontrás de algún otro descuidado. Pero eso es básicamente. Respeto. Me encanta que más gente pueda venir, pero a veces veo basura en los senderos o personas que se salen del camino y dañan la vegetación. No sé si hay controles suficientes para cuidar el lugar.

Entrevistador: ¿Qué importancia le das a la conexión con la naturaleza en tu vida? ¿Cómo la describirías?

Respuesta: Y para mí es sumamente importante, toda la vida lo fue. Es un renacer venir y verte completamente renovado.

ENTREVISTA N°7:

Entrevistador: ¿A qué te dedicas?

Respuesta: Soy profesor.

Entrevistador: ¿De dónde eres?

Respuesta: De España.

Entrevistador: ¿Qué te motivó a elegir esta actividad? Estoy hablando del senderismo.

Respuesta: Lo he hecho toda la vida.

Entrevistador: ¿Cómo y en qué llegaron al cerro?

Respuesta: En auto.

Entrevistador: ¿Por qué eliges esta práctica? ¿Es solo una actividad recreativa o tiene un significado más profundo para ti?

Respuesta: Y forma parte de mi vida.

Entrevistador: ¿Cómo percibes la relación entre el senderismo y tu tiempo libre?

Respuesta: Insisto, he dedicado mucho de mi tiempo libre a hacer senderismo. Entonces, como es la relación, es muy natural.

Entrevistador: ¿Hace cuanto lo practicas y con qué frecuencia?

Respuesta: 40 años

Entrevistador: ¿Con qué frecuencia?

Respuesta: Eso es difícil de decir, pero dos, tres veces al mes.

Entrevistador: ¿Es la primera vez que vienen acá al Arequita?

Respuesta: Sí, la primera vez aquí.

Entrevistador: ¿Qué te llevo a elegir Arequita para practicar senderismo?

Respuesta: Bueno, nos dijeron de visitar la zona de minas y Villa Serrana, y luego encontramos, no sé muy bien cómo. Lo encontramos en la redes que se podía hacer para caminar y vimos el cerro y vinimos.

Entrevistador: ¿Antes vieron alguna foto y eso?

Respuesta: Sí.

Entrevistador: ¿Qué materiales se necesita para prevenir senderismo?

Respuesta: Nada. Las zapatillas, unas botas o algo parecido y ya está.

Entrevistador: ¿Crees que es una actividad costosa?

Respuesta: No.

Entrevistador: ¿Piensa que es accesible para todos los grupos sociales?

Respuesta: Sí.

Entrevistador: ¿Por qué sí?

Respuesta: Porque te hace falta calzado, pero tampoco hace falta que sea el mejor calzado del mundo. Puedes pasear casi con cualquier cosa.

Entrevistador: ¿Consideras que hay aspectos del cerro, Arequita, que son importantes para preservar tanto para ti como para otros?

Respuesta: No conozco tanto, no sabría decirte.

Entrevistador: Desde tu perspectiva, ¿crees que el senderismo influye en el ecosistema del cerro?

Respuesta: Hemos venido hoy, hemos visto 5 personas, desde ese punto de vista no influye, pero sí vienen muchísimas más y esas personas no son cuidadosas, sí puede llegar a influir, claro.

Entrevistador: ¿Qué acciones tomas para asegurarte de que tu actividad sea sostenible y respetuosa con el medio ambiente?

Respuesta: Me traigo lo que me llevo, básicamente.

Entrevistador: ¿Qué importancia le das a la conexión con la naturaleza en tu vida?
¿Cómo la describirías?

Respuesta: Pues es muy importante. Nosotros estamos mucho en la naturaleza y es más, cuando pasa un tiempo y no está presente, es como que hay una necesidad de ello.

ENTREVISTA N°8:

Entrevistador: ¿A qué te dedicas?

Respuesta: Tengo una tienda de indumentaria femenina.

Entrevistador: ¿De dónde sos?

Respuesta: De Córdoba, Argentina.

Entrevistador: ¿Qué te motiva a elegir esta actividad?

Respuesta: Tengo mi pareja que es profe de educación física y después de la pandemia él me hinchaba para que lo haga hasta que le hice caso y ahí empecé.

Entrevistador: ¿Cómo y en qué llegaste al cerro?

Respuesta: En auto y hasta la entrada y después caminata.

Entrevistador: ¿Por qué elegiste esta práctica? ¿Es una actividad recreativa o tiene un significado más profundo para ti?

Respuesta: Totalmente más profundo. Desde que empecé a hacer trekking en las sierras de Córdoba, conectar con la naturaleza es vital, es parte de mi vida.

Entrevistador: ¿Cómo percibes la relación entre el senderismo y tu tiempo libre?

Respuesta: Mucho de mi tiempo libre lo dedico a esto. Cuando tenemos oportunidad, nos vamos a algunas montañas y subimos.

Entrevistador: ¿Hace cuanto lo practicas y con qué frecuencia?

Respuesta: Y después de la pandemia, y mira ahora la última vez subí el uritorco en noviembre y estamos en diciembre así que es como que hay casi siempre bastantes seguidos.

Entrevistador: ¿Es tu primera vez acá en la Arequita?

Respuesta: Sí, sí, sí, en Uruguay.

Entrevistador: ¿qué te llevó a elegir el arequita para practicar el senderismo?

Respuesta: Bueno me trajeron ellos no sabía que venía a hacer esto y la verdad que me voy, estoy como en mi salsa feliz

Entrevistador: ¿Habías visto alguna foto antes?

Respuesta: No, no, no, no me dijeron vamos para allá, y yo voy y resultó que es lo que a mi me gusta

Entrevistador: ¿Qué materiales se necesita para practicar el senderismo?

Respuesta: Nada, hacerlo

Entrevistador: ¿Crees que es una actividad costosa?

Respuesta: No, no, los beneficios que tenés en salud te los ahorrás en la farmacia, así te digo.

Entrevistador: ¿cómo tenés beneficios de la práctica personalmente vos?

Respuesta: Así, así, es terapia para mí. Conectar con la naturaleza, con los árboles, con la tierra. Verlos como seres, diferentes a mí, porque yo soy un ser humano, pero ellos son seres que me transmiten mucha energía.

Entrevistador: ¿Piensas que es accesible para todos los grupos sociales?

Respuesta: Sí accesible y tendría que ser obligatorio. Creo que es parte de nuestra naturaleza conectar con esto.

Entrevistador: Desde tu perspectiva, ¿crees que el senderismo influye en el ecosistema del cerro?

Respuesta: Lo que he visto, lamentablemente, nuestra falta de educación hace que influya negativamente. Escribir un árbol, rallar una piedra, no lo necesita en ningún lugar natural. Tenemos que tener educación nosotros para aprender a respetar los lugares a donde vamos.

Entrevistador: ¿Cómo crees que se podría mitigar el impacto ambiental negativo asociado con la masificación del senderismo?

Respuesta: Educando, dando indicaciones. Bueno, en Córdoba hay muchos cartelitos donde dice, no necesitamos nada, si trajo algo, lléveselo, refiriéndose a bolsitas de nylon, papelito, cualquier cosa. Entonces cartelitos para recordarnos que el cerro no nos necesita.

Entrevistador: ¿Qué acciones tomas para asegurarte de que tu actividad sea sostenible y respetuosa con el medio ambiente?

Respuesta: Y por lo general cuando lo hago viajo con muy poco, agua lo sumo entonces no llevo mucho porque no lo necesitas y lo que llevo trato de que vuelva conmigo.

Entrevistador: ¿Qué importancia le das a la conexión con la naturaleza en tu vida?
¿Cómo la describirías?

Respuesta: Es parte fundamental como el respirar. Es súper importante. Es vital.

OBSERVACIÓN N°1:

Fecha: Miércoles 20 de noviembre

Lugar: Cerro Arequita

Hora: Llegamos al cerro a las 11 de la mañana, exactamente al monte de los ombúes, donde esperábamos a que algunas personas descendieran. Fue alrededor de las 13:30 cuando un grupo de siete amigas comenzó a bajar. Al verlas, era imposible no percibir la tranquilidad y la armonía que presentaban; sus rostros reflejaban la calma de quienes habían disfrutado de una reconfortante siesta bajo la sombra de los ombúes. La conexión con la naturaleza parecía haberse grabado en ellas, como si el tiempo se hubiera detenido solo para regalarles ese instante de descanso y plenitud.

Dinámica Social Cantidad de personas, observar si los visitantes realizan senderismo en grupo, en dupla o individual y cómo interactúan entre sí.	Grupo de 7 amigas
¿Conversan entre ellos o prefieren el silencio durante la caminata?	Si conversan entre ellas, comentan de lo lindo que fue la experiencia vivida.

¿Hay una variedad de edades, géneros y orígenes entre los senderistas?	Mujeres mayores de 35 a 65 años aproximadamente.
Observar emociones que parecen predominar en los senderistas (sonrisas, relajación, tensión).	Se podía apreciar lo relajadas y tranquilas que bajaron del cerro, ya que una de ellas ya lo había visitado.
¿Cómo cambia su lenguaje corporal durante y después de la caminata?	De pasar de un estado de ansiedad por subir el cerro a un estado de total tranquilidad y armonía.
¿Cómo y en que llegan al cerro ?	Llegaron en tres autos, los cuales eran manejados por ellas mismas.

Interacciones con el entorno:	
¿Cómo interactúan los senderistas con la naturaleza que los rodea (tocan plantas, observan animales)?	Si interactúan con el entorno, en el monte de ombúes se toman una “siesta”, para respirar el perfume de la naturaleza y escuchar a los animales.
¿Utilizan el celular?	Si, al bajar el cerro para mostrarles fotos las cuales tomaron.
¿Toman fotografías o videos para capturar el momento?	Si, se sacaban fotos entre ellas.

--	--

<p>Prácticas Ambientales</p> <p>Relación con el medio y el cuidado; actitud frente al entorno natural, observar cómo los visitantes interactúan con el medio ambiente, si respetan las normas ecológicas (basura, llevarse cosas, dañar flora o fauna), o si hay comportamientos que reflejan una actitud más desinteresada o utilitaria.</p>	<p>Una de ellas tenía residuos en su mochila que habían utilizados y encontrado en el transcurso del recorrido.</p>
<p>¿Llevan bolsas para recoger su basura?</p>	<p>No precisamente bolsas, sino que utilizaban una mochila.</p>
<p>¿Dejan residuos?</p>	<p>No</p>
<p>¿Respetan los senderos marcados o van por cualquier sitio?</p>	<p>Si, respetan los senderos.</p>
<p>¿Interactúan con la flora y fauna local?</p>	<p>Si, aprecian el monte de ombúes y el sonido de los animales.</p>

<p>Indumentaria</p> <p>Observar el tipo de equipamiento que utilizan los senderistas y cómo esto puede influir en su experiencia (calzado, vestimenta, indumentaria, accesorios).</p>	<p>No tenían la indumentaria necesaria, algunas estaban de championes y otras de sandalias, tenían un vestuario específicamente de yoga ya que venían de realizar dicha actividad.</p>
--	--

OBSERVACIÓN N°2:

Fecha: 30 de noviembre

Lugar: Cerro Arequita

Hora: Llegamos a las 10:30 de la mañana y, alrededor de las 11:40, nos cruzamos con una pareja proveniente de Montevideo. Estaban visiblemente emocionados por la experiencia, ya que era su primera vez en el departamento y en el cerro. Pudimos percibir su asombro y entusiasmo al descubrir la belleza del lugar.

<p>Dinámica Social</p> <p>Cantidad de personas, observar si los visitantes realizan senderismo en grupo, en dupla o individual y cómo interactúan entre sí.</p>	<p>2 personas, pareja.</p>
<p>¿Conversan entre ellos o prefieren el silencio durante la caminata?</p>	<p>Si, conversan demasiado entre ellos.</p>
<p>¿Hay una variedad de edades, géneros y orígenes entre los senderistas?</p>	<p>Entre 30 a 40 años de edad.</p>

Observar emociones que parecen predominar en los senderistas (sonrisas, relajación, tensión).	Pareja.
¿Cómo cambia su lenguaje corporal durante y después de la caminata? ¿Cómo y en que llegan al cerro ?	En principio se encontraban desorientados ya que no sabían bien por donde ir y era su primera vez en el cerro. Llegaron en su propio auto.

Interacciones con el entorno:	
¿Cómo interactúan los senderistas con la naturaleza que los rodea (tocan plantas, observan animales)?	Si interactúan con el entorno, abrazaban a los árboles y en momentos se sentaron y quedaron en silencio en el momento del descenso para despedirse del cerro.
¿Utilizan el celular?	Si, lo utilizaban para sacarse fotos.
¿Toman fotografías o videos para capturar el momento?	Si, se sacaban fotos.

Prácticas Ambientales	Ellos tenían una bolsa, en la cual llevaban su basura y estaban dispuestos a recoger lo que se encontraran.
------------------------------	---

Relación con el medio y el cuidado; actitud frente al entorno natural, observar cómo los visitantes interactúan con el medio ambiente, si respetan las normas ecológicas (basura, llevarse cosas, dañar flora o fauna), o si hay comportamientos que reflejan una actitud más desinteresada o utilitaria.	
¿Llevan bolsas para recoger su basura?	Si
¿Dejan residuos?	No
¿Respetan los senderos marcados o van por cualquier sitio?	Si, respetaban.
¿Interactúan con la flora y fauna local?	Si, dialogaban cuando veían plantas que no conocían.

<p>Indumentaria</p> <p>Observar el tipo de equipamiento que utilizan los senderistas y cómo esto puede influir en su experiencia (calzado, vestimenta, indumentaria, accesorios).</p>	<p>No contaban con la vestimenta adecuada: el calzado no era apropiado, no llevaban gorro y vestían ropa de baño, lo cual no era ideal para la ocasión.</p>
--	---

OBSERVACIÓN N°3:

Fecha: Miércoles 4 de diciembre del 2024

Lugar: Cerro Arequita

Hora: 14:00 - 18:00 horas

Desde las 14 horas nos encontrábamos en el ingreso a el acceso del cerro “bosque de ombues”, a las 15:00 horas nos encontramos con una pareja que estaba por ascender el cerro. A las 15: 40 bajan.

Dinámica Social Cantidad de personas, observar si los visitantes realizan senderismo en grupo, en dupla o individual y cómo interactúan entre sí.	2 Personas
¿Conversan entre ellos o prefieren el silencio durante la caminata?	Conversan entre ellos, comentan sobre el trabajo y que están cansados a esta altura del año.
¿Hay una variedad de edades, géneros y orígenes entre los senderistas?	Mujer y hombre 30 años aprox
¿Se observan familias, amigos o grupos organizados?	Pareja
Observar emociones que parecen predominar en los senderistas (sonrisas,	

relajación, tensión).	
¿Cómo cambia su lenguaje corporal durante y después de la caminata?	Se los notaba contentos al subir y cansados y transpirados al bajar
¿Cómo y en que llegan al cerro ?	Llegaron en auto propio

Interacciones con el entorno:	
¿Cómo interactúan los senderistas con la naturaleza que los rodea (tocan plantas, observan animales)?	Observan mucho los árboles, reconocen los ombúes y las coronillas.
¿Utilizan el celular?	Ella lleva el celular constantemente en la mano
¿Toman fotografías o videos para capturar el momento?	Realizaron videos y tomaron fotografías.

<p>Prácticas Ambientales</p> <p>Relación con el medio y el cuidado; actitud frente al entorno natural, observar cómo los visitantes interactúan con el medio ambiente, si respetan las normas ecológicas (basura, llevarse cosas, dañar flora o fauna), o si hay comportamientos que reflejan una actitud más desinteresada o utilitaria.</p>	
<p>¿Llevan bolsas para recoger su basura?</p>	<p>No se observa en ningún momento.</p>
<p>¿Dejan residuos?</p>	<p>No se observó</p>
<p>¿Respetan los senderos marcados o van por cualquier sitio?</p>	<p>Si respetan el sendero en todo momento.</p>
<p>¿Interactúan con la flora y fauna local?</p>	<p>Si con la flora más precisamente.</p>

<p>Indumentaria</p> <p>Observar el tipo de equipamiento que utilizan los senderistas y cómo esto puede influir en su experiencia (calzado, vestimenta, indumentaria, accesorios).</p>	<p>Ella tenía calzado adecuado de trekking, lentes de sol y llevaba una mochila. No vimos si llevaban agua. Él estaba de boina, y zapatos no adecuados para el acceso.</p>
--	--

OBSERVACIÓN N°4:

Fecha: Miércoles 4 de diciembre del 2024

Lugar: Cerro Arequita

Hora: Desde las 14 horas nos encontrábamos en el ingreso a el acceso del cerro “bosque de ombues”, a las 16:38 horas nos encontramos con un grupo familiar de 8 personas.

A las 17:25 bajan 3 personas, y se quedan en el bosque de ombues a esperar al resto. Espera 10 minutos y el resto no llega, se ponen ansiosos y se quieren ir pero una de ellas le dice que habían quedado que los esperaban en ese lugar. Luego de 15 minutos baja el resto, emocionados por la vista que encontraron en el cerro pero con mucha calor manifestaron.

Los tres primeros que descenden se ven cansados pero comentaron que les gusto la experiencia, es algo diferente a los que realizan rutinariamente.

Por último se apuran a descender ya que quieren conocer el Parque Salus antes de oscurecer.

<p>Dinámica Social</p> <p>Cantidad de personas, observar si los visitantes realizan senderismo en grupo, en dupla o individual y cómo interactúan entre sí.</p>	<p>Se encuentran 8 personas, familiares de Maldonado, llegan todos juntos, conversan y se sacan fotos.</p>
--	--

¿Conversan entre ellos o prefieren el silencio durante la caminata?	Conversan mucho entre ellos.
¿Hay una variedad de edades, géneros y orígenes entre los senderistas?	Hay variedad desde 18 a 50 aproximadamente
¿Se observan familias, amigos o grupos organizados?	Es un Grupo familiar, madre hijos y parejas de los hijos
Observar emociones que parecen predominar en los senderistas (sonrisas, relajación, tensión)	Se encuentran desorientados, no conocen el lugar pero comentan que el guardaparque les explica en la entrada como es el recorrido
¿Cómo cambia su lenguaje corporal durante y después de la caminata?	De estar desorientados, pasan a una postura cansada pero a la vez se los ve contentos.
¿Cómo y en que llegan al cerro ?	Llegan en 2 camionetas privadas

Interacciones con el entorno:	
¿Cómo interactúan los senderistas con la	Toman hojas del suelo les llama la

naturaleza que los rodea (tocan plantas, observan animales)?	atención, observan con detalle los árboles. Y se encuentran con unos bichitos colorados que son chinche roja, la confunden con hormigas.
¿Utilizan el celular?	Si, en todo momento la mayoría.
¿Toman fotografías o videos para capturar el momento?	Realizan todo el recorrido del ascenso trabajo y toman fotos arriba y cuando descienden del cerro.

<p>Prácticas Ambientales</p> <p>Relación con el medio y el cuidado; actitud frente al entorno natural, observar cómo los visitantes interactúan con el medio ambiente, si respetan las normas ecológicas (basura, llevarse cosas, dañar flora o fauna), o si hay comportamientos que reflejan una actitud más desinteresada o utilitaria.</p>	Una de ellas la mamá de algunos del grupo baja una botella de pastico que estaba tirada en la cima del cerro.
¿Llevan bolsas para recoger su basura?	No bajan con la botella que encontraron en la mano.

¿Dejan residuos?	No
¿Respetan los senderos marcados o van por cualquier sitio?	Si, siguen el sendero respetando lo que les dijo el guardaparque.
¿Interactúan con la flora y fauna local?	Les llama la atención los “bichitos rojos” y los ombúes enormes.

<p>Indumentaria</p> <p>Observar el tipo de equipamiento que utilizan los senderistas y cómo esto puede influir en su experiencia (calzado, vestimenta, indumentaria, accesorios).</p>	<p>Si bien los 8 estaban de calzado, championes; ninguno era apto para el ascenso a un cerro. Tenían solo 2 botellitas de agua, lo que para el calor de ese día es muy poca. La llevaban en la mano. Solo una tenía una mochila. Cinco de ellos tenían gorro, el resto no.</p>
--	--

OBSERVACIÓN N° 5:

Fecha: Sábado 7 de Diciembre

Lugar: Cerro Arequita

Hora: Llegamos al cerro a las 9 AM y nos quedamos en la portera esperando ver movimiento. Luego observamos a este Grupo que llegó y el guía los estaba esperando.

Decidimos observarlos para ver el comportamiento ya que vimos que no se conocían entre sí.

Nos retiramos del cerro a las 18 hrs

Dinámica Social	Grupo guiado de 7 personas.
------------------------	-----------------------------

Cantidad de personas, observar si los visitantes realizan senderismo en grupo, en dupla o individual y cómo interactúan entre sí.	
¿Conversan entre ellos o prefieren el silencio durante la caminata?	Conversan entre ellos pero a un volumen no muy alto
¿Hay una variedad de edades, géneros y orígenes entre los senderistas?	Edades desde los 30 a los 65 años
Observar emociones que parecen predominar en los senderistas (sonrisas, relajación, tensión).	Sonrisas y caras de alegría.
¿Cómo cambia su lenguaje corporal durante y después de la caminata?	En los distintos puntos que se logra observar el grupo se lo ve en con un lenguaje corporal y expresiones faciales muy alegres y energéticas
¿Cómo y en que llegan al cerro ?	algunos en vehículos propios y otros en taxis

Interacciones con el entorno:	
¿Cómo interactúan los senderistas con la	Tocan plantas y se detienen a observar los

naturaleza que los rodea (tocan plantas, observan animales)?	insectos y su entorno. Incentivados por el guía.
¿Utilizan el celular?	Si, en muchas oportunidades. Algunos están constantemente con el celular y otros de manera esporádica
¿Toman fotografías o videos para capturar el momento?	Si en muchas oportunidades se detienen a sacar fotografías.

<p>Prácticas Ambientales</p> <p>Relación con el medio y el cuidado; actitud frente al entorno natural, observar cómo los visitantes interactúan con el medio ambiente, si respetan las normas ecológicas (basura, llevarse cosas, dañar flora o fauna), o si hay comportamientos que reflejan una actitud más desinteresada o utilitaria.</p>	Respetan senderos y escuchan muy atentamente al guía, respetando y asintiendo sobre las normas de cuidado del medio. Respetan la flora y la fauna que se encuentran.
¿Llevan bolsas para recoger su basura?	no tienen Bolsas pero levantan residuos que encuentran y los depositan en las mochilas.

¿Dejan residuos?	no
¿Respetan los senderos marcados o van por cualquier sitio?	si
¿Interactúan con la flora y fauna local?	si, le sacan foto y consultan sobre nombres y propiedades medicinales de las plantas

<p>Indumentaria</p> <p>Observar el tipo de equipamiento que utilizan los senderistas y cómo esto puede influir en su experiencia (calzado, vestimenta, indumentaria, accesorios).</p>	<p>Al ser un grupo guiado se nota que la gestión de indumentaria, hidratación y comida está bien organizada ya que se observa a los senderistas con bastante agua, ropa adecuada y comida. El grupo estuvo alrededor de 7 horas en el cerro.</p>
--	--