



primeros pasos para
viajar de forma más
responsable y
generar un **impacto**
positivo





Viajar es una forma increíble de conectar con el mundo, pero también tiene **impactos sociales, ambientales y culturales**.

Si quieres contribuir **con tus acciones a generar un impacto positivo en tus viajes**, pero no sabes muy bien por dónde empezar, esta guía te dará **10 pasos** para que tus viajes beneficien a las personas, el planeta y a ti como viajero.

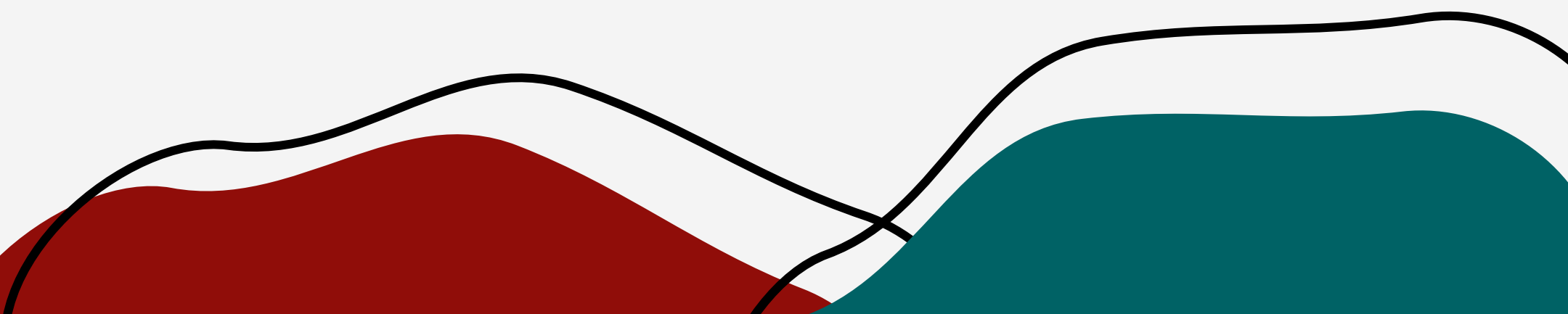
Nos han hecho pensar que para viajar de forma ética y responsable hay que renunciar a muchas cosas, pero es justo al revés. Cuando empiezas a cambiar tu manera de viajar, descubres lo enriquecedor que puede ser. En este proceso todos ganamos: las personas que viajamos y los territorios que nos reciben.

“

Mucha gente pequeña, en lugares pequeños, haciendo cosas pequeñas, puede cambiar el mundo

”

Eduardo Galeano



01

Cuestiona tu forma de viajar



Si estás leyendo esto, es probable que ya te hayas planteado cómo podrías viajar de una forma más consciente. No se trata de centrarse en los errores de nuestros viajes previos, sino de hacer una reflexión honesta sobre cómo hemos viajado hasta ahora, qué nos han aportado esas experiencias y qué aspectos podríamos mejorar.

Es importante tener en cuenta nuestros valores actuales: cómo han evolucionado respecto a las problemáticas sociales y ambientales del turismo, y cómo podemos tomar decisiones de viaje consecuentes con esta nueva forma de pensar más consciente.

Nosotros cambiamos, y nuestra manera de viajar también debe transformarse con nosotros.



02

Elección del destino

A la hora de planificar nuestros viajes, la elección del destino puede marcar la diferencia. Si bien podemos practicar un turismo responsable en cualquier lugar, la repercusión de nuestro viaje puede variar dependiendo del destino visitado.

Algunos aspectos a tener en cuenta antes de elegir a dónde queremos viajar:

Elegir un **destino de proximidad** frente a uno más lejano. Especialmente en viajes de corta duración, un destino de proximidad será siempre mejor opción.

Premiar aquellos destinos que desarrollen activamente una **gestión del turismo adecuada**: promueven el turismo responsable, priorizan la conservación de los ecosistemas y el bienestar de la población frente el negocio turístico.

Evitar destinos masificados o donde el turismo genere tensión social. Poner atención especialmente en evitar lugares donde las fechas de nuestro viaje coincidan con su temporada alta, para no contribuir a la masificación.

Elige un destino diferente, **huye de las modas**, y de las tendencias de las redes sociales.



**Importa el cómo viajamos,
pero también a dónde vamos**



03

Evita temporadas altas

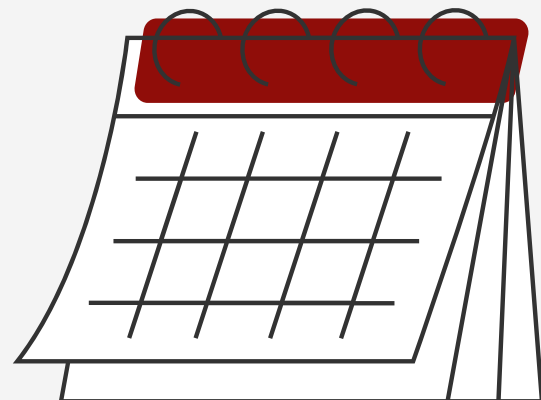
Siempre que sea posible, viaja a lugares donde sea **temporada baja**.

Existen diversas razones por las cuales esta elección puede resultar beneficiosa, pero las más destacadas son:

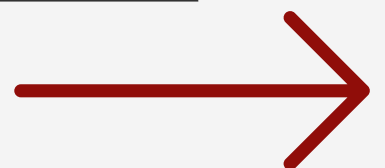
Distribución equitativa del Turismo: Contribuyes a una distribución más regular y equilibrada del turismo a lo largo del año, lo que permite que la población local resida en la zona durante todo el año. Esto es especialmente relevante en áreas donde la despoblación representa un problema, ya que puede ayudar a prevenirla.

Reducción de la Masificación: Al evitar la concentración y masificación de turistas, se previene la saturación de los servicios y recursos locales. De esta forma se beneficia tanto a la población local, que experimentará un alivio ante el impacto negativo de la masificación turística, como a los entornos naturales, que son particularmente vulnerables ante la presión ejercida por el turismo.

Esto sin mencionar los beneficios para el propio viajero: experiencia de más calidad con menos aglomeraciones y precios más ajustados



En cualquier época del año, siempre hay algún lugar donde no es temporada alta

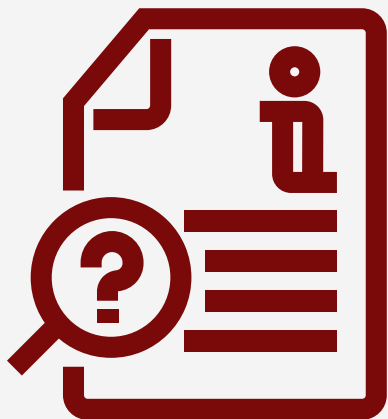


04

Infórmate

Antes de viajar, dedica tiempo a conocer la historia del lugar que visitarás, sus costumbres y tradiciones.

Comprender la cultura local y conocer el entorno natural, te ayudará a actuar con **respeto hacia sus habitantes y el medioambiente.**



**Cuanto más conozcas el lugar,
más consciente será tu
manera de viajar.**

También es importante informarte sobre los **retos que el turismo plantea en ese destino.**

Cada lugar tiene unas particularidades concretas, y es posible que tengamos que poner atención en diferentes aspectos de nuestro viaje dependiendo de la problemática que afecte a ese lugar: escasez de recursos, pérdida de identidad cultural, degradación medioambiental, conflictos sociales, entre otras.



05

Alojamiento

La elección del alojamiento es un factor importante que puede marcar la diferencia en nuestro viaje. Tanto por el impacto que podemos generar en el territorio, como por la experiencia que podemos tener como viajeros.

Algunas pautas generales a la hora de elegir alojamiento:

Elige siempre que puedas alojamientos pequeños o familiares que fomenten la **economía local**.

Si son hoteles más grandes, elige aquellos que tengan una política sobre sostenibilidad medioambiental y social **real**.

Prioriza aquellos alojamientos que **gestionen los recursos de forma eficiente**, como el agua o la energía, y gestionen sus residuos .

Premia aquellos que apoyan **proyectos sociales** en la comunidad, y los que ofrezcan **actividades responsables**.



El problema de la vivienda y los apartamentos turísticos

La crisis de la vivienda se ve en parte agravada por la proliferación de apartamentos turísticos.

Es fundamental seleccionar cuidadosamente el alojamiento para no contribuir a empeorar aún más este serio problema social.



- Si el apartamento podría servir como vivienda para un residente local, considera la posibilidad de no hospedarte allí.
- Esto es especialmente si se trata de un apartamento turístico perteneciente a un gran propietario o a una empresa grande, o si se trata de un apartamento turístico ilegal.



06

Transporte

El medio de transporte que elijas puede influir significativamente en la huella ecológica de tu viaje. Si deseas minimizar las emisiones durante tus vacaciones, puedes seguir estas recomendaciones generales:

- Siempre que puedas, viaja en **tren, autobús o coche compartido** frente al avión.
- Si es necesario tomar un **vuelo**, procura hacerlo para viajes de larga duración y en trayectos directos.
- Una vez en el destino, desplazarte a **pie**, en **bicicleta** o en **transporte público** es una gran forma de conectar con el lugar.



Medios de transporte ordenados de menos a más contaminantes

Viajar más lento también te permite disfrutar más del camino y no solo del destino.



07

Participa en actividades responsables

Otro aspecto a tener en cuenta a la hora de realizar un viaje responsable, es las actividades que realicemos en destino. A continuación tienes algunas pautas y criterios básicos a la hora de seleccionar las actividades en las que participar y las que evitar, así como las empresas que las realizan.

- **Infórmate** antes de realizar cualquier actividad turística: ¿es realmente responsable? ¿Hay alguna alternativa mejor?
- Elige **guías y empresas responsables** que promuevan activamente el respeto medioambiental y social
- Evita actividades que impliquen **explotación animal**
- Participa en experiencias que respeten a la **población local**
- No contribuyas a actividades poco **éticas**
- **Cuestiona** dónde va el dinero que pagas y qué beneficios aporta en el territorio
- Participa en actividades de **voluntariado o iniciativas solidarias** reales



La población local no es un decorado.

Respétalos, interactúa con ellos de forma consciente, y asegúrate que tu visita no interfiere negativamente en sus vidas.

Tu diversión no debe comprometer el bienestar del entorno que visitas.



08

Consume local

Una de las maneras más efectivas de practicar un turismo responsable es reflexionar sobre nuestro consumo, y preguntarnos a dónde va y a quién beneficia nuestro dinero con las compras y gastos que hacemos durante el viaje.

Es fundamental que los beneficios económicos repercutan y se queden en el territorio, y por ello hay que promover el consumo local. Esto implica:

Apoyar al **pequeño comercio o mercados** gestionados por población local

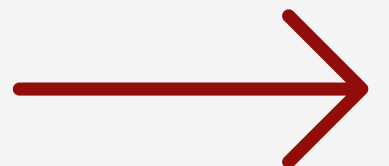
Evitar comprar en cadenas internacionales cuyos beneficios no retornan al territorio

Consumir productos de **proximidad y de temporada**, lo cuál también reduce la huella de carbono a la vez que beneficia a los productores locales

No comprar souvenirs producidos en masa y lejos del lugar en el que estamos. Mejor adquirir **recuerdos de artesanía** o **gastronómicos** realmente característicos del territorio



Cada compra puede ser una forma de generar un impacto positivo y justo.



09

Minimiza tus residuos

Otra problemática a nivel global es el exceso de residuos, que habitualmente acaban en los entornos naturales. Tanto en nuestro día a día, como en nuestros viajes, podemos reducir los residuos que generamos siguiendo unas pautas básicas

- **Planifica** tus compras. Evita consumir de forma impulsiva, y adquiere solo lo necesario de manera consciente, así podrás disminuir la generación de residuos.
- **Lleva** contigo una botella reutilizable, bolsas de tela y envases que puedas volver a usar.
- **Evita** los plásticos de un solo uso y recicla/reutiliza siempre que tengas la posibilidad.
- **Rechaza** envoltorios innecesarios y productos desechables.
- **Colabora** en recogidas de basura en entornos naturales, o hazlo por tu cuenta. Dejar el entorno limpio es un impacto positivo real con tu viaje.

El movimiento **Zero Waste** es aquél que busca reducir drásticamente los residuos generados, y también se aplica en la actividad turística.



Cada viaje deja huella: que sea en recuerdos, no en residuos



10

Inspira con tu ejemplo

Tu forma de viajar puede ser un ejemplo e influir positivamente en quienes te rodean.

Comparte tus experiencias y explica por qué eliges viajar de manera más sostenible y responsable.

Recomienda los proyectos que realmente se esfuerzan por hacer las cosas mejor; y advierte sobre aquellos que no son tan responsables cómo parecen.

Fomenta debate y conversaciones abiertas con tus conocidos, sin imponer tus ideas ni adoptar un tono moralizante, para que el cambio surja desde la curiosidad y el aprendizaje mutuo



Inspira a otros viajeros es una forma poderosa de multiplicar el impacto positivo del turismo.

Empieza ahora

A lo largo de estos 10 pasos, hemos comprobado que ser un **viajero más responsable** implica **pequeñas decisiones y cambios conscientes**.

Empieza por lo que te resulte más fácil, adáptalo a tus viajes y tus valores, y prioriza los más importantes para ti. Haz lo que puedas, y no esperes a hacerlo perfecto para empezar.

La perfección no transforma, la acción sí

El peso y la responsabilidad de un turismo bien gestionado **no recaen únicamente en el viajero**. No debemos cargar a los ciudadanos con toda la responsabilidad; esta debe recaer principalmente en los **gobernantes y las grandes empresas** que se benefician de este modelo turístico desenfrenado.

Hacen falta **cambios estructurales urgentes**. Pero estoy convencida de que los ciudadanos y viajeros tenemos más poder del que imaginamos. Con pequeños cambios podemos empezar una revolución, mientras exigimos que quienes deben actuar, lo hagan en consecuencia. Podemos convertirnos en el modelo a seguir y en una **poderosa herramienta de presión social**.

No subestimemos nuestro poder. Asumamos la responsabilidad de nuestras acciones y sus consecuencias, mientras **luchamos por un modelo turístico más justo para todos**



¿Cómo puedo ayudarte a viajar de forma responsable?

-  En la web de **Symbiotur** encontrarás **información y recursos** útiles para viajar de forma más responsable.
-  Te ayudo a **organizar tu viaje a medida**, seleccionando alojamientos y experiencias que generen un impacto positivo.
-  Forma parte de una **comunidad de viajeros** comprometidos con un turismo más justo.

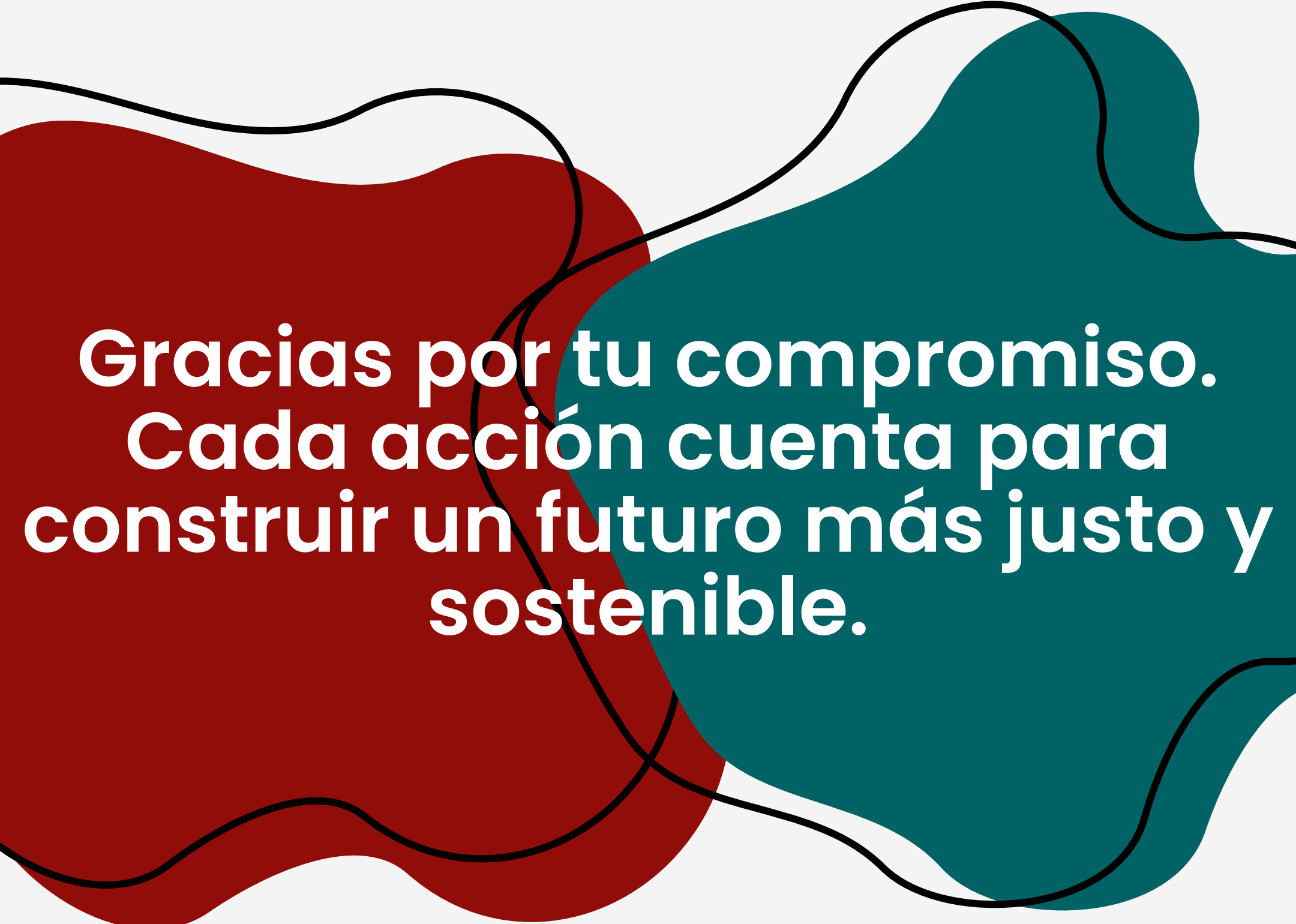
¿Hablamos? Escíbeme y cuéntame qué necesitas

info@symbiotur.com

Paula Rodríguez

Especialista en turismo regenerativo y ecoturismo.

symbitur



**Gracias por tu compromiso.
Cada acción cuenta para
construir un futuro más justo y
sostenible.**

sy**mbi**tur