

Incluye



El valor del ocio para la transformación social

Directora

Idurre Lazcano Quintana



Deusto

Estudios de Ocio
Aisiako Ikaskuntzak
Leisure Studies

III PRAXIS

© Idurre Lazcano Quintana (Dir.) y autores, 2025

© ARANZADI LA LEY, S.A.U.

ARANZADI LA LEY, S.A.U.

C/ Collado Mediano, 9

28231 Las Rozas (Madrid)

www.aranzadilaley.es

Atención al cliente: <https://areacliente.aranzadilaley.es>

Primera edición: Junio 2025

Depósito Legal: M-14527-2025

ISBN versión impresa con complemento electrónico: 978-84-87670-53-4

ISBN versión electrónica: 978-84-87670-56-5

Diseño, Preimpresión e Impresión: ARANZADI LA LEY, S.A.U.

Printed in Spain

© **ARANZADI LA LEY, S.A.U.** Todos los derechos reservados. A los efectos del art. 32 del Real Decreto Legislativo 1/1996, de 12 de abril, por el que se aprueba la Ley de Propiedad Intelectual, ARANZADI LA LEY, S.A.U., se opone expresamente a cualquier utilización del contenido de esta publicación sin su expresa autorización, lo cual incluye especialmente cualquier reproducción, modificación, registro, copia, explotación, distribución, comunicación, transmisión, envío, reutilización, publicación, tratamiento o cualquier otra utilización total o parcial en cualquier modo, medio o formato de esta publicación.

Cualquier forma de reproducción, distribución, comunicación pública o transformación de esta obra solo puede ser realizada con la autorización de sus titulares, salvo excepción prevista por la Ley. Diríjase a **Cedro** (Centro Español de Derechos Reprográficos, www.cedro.org) si necesita fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra.

El editor y los autores no asumirán ningún tipo de responsabilidad que pueda derivarse frente a terceros como consecuencia de la utilización total o parcial de cualquier modo y en cualquier medio o formato de esta publicación (reproducción, modificación, registro, copia, explotación, distribución, comunicación pública, transformación, publicación, reutilización, etc.) que no haya sido expresa y previamente autorizada.

El editor y los autores no aceptarán responsabilidades por las posibles consecuencias ocasionadas a las personas naturales o jurídicas que actúen o dejen de actuar como resultado de alguna información contenida en esta publicación.

ARANZADI LA LEY no será responsable de las opiniones vertidas por los autores de los contenidos, así como en foros, chats, u cualesquiera otras herramientas de participación. Igualmente, ARANZADI LA LEY se exime de las posibles vulneraciones de derechos de propiedad intelectual y que sean imputables a dichos autores.

ARANZADI LA LEY queda eximida de cualquier responsabilidad por los daños y perjuicios de toda naturaleza que puedan deberse a la falta de veracidad, exactitud, exhaustividad y/o actualidad de los contenidos transmitidos, difundidos, almacenados, puestos a disposición o recibidos, obtenidos o a los que se haya accedido a través de sus PRODUCTOS. Ni tampoco por los Contenidos prestados u ofertados por terceras personas o entidades.

ARANZADI LA LEY se reserva el derecho de eliminación de aquellos contenidos que resulten inveraces, inexactos y contrarios a la ley, la moral, el orden público y las buenas costumbres.

Nota de la Editorial: El texto de las resoluciones judiciales contenido en las publicaciones y productos de **ARANZADI LA LEY, S.A.U.**, es suministrado por el Centro de Documentación Judicial del Consejo General del Poder Judicial (Cendoj), excepto aquellas que puntualmente nos han sido proporcionadas por parte de los gabinetes de comunicación de los órganos judiciales colegiados. El Cendoj es el único organismo legalmente facultado para la recopilación de dichas resoluciones. El tratamiento de los datos de carácter personal contenidos en dichas resoluciones es realizado directamente por el citado organismo, desde julio de 2003, con sus propios criterios en cumplimiento de la normativa vigente sobre el particular, siendo por tanto de su exclusiva responsabilidad cualquier error o incidencia en esta materia.

Índice General

	<i><u>Página</u></i>
PRESENTACIÓN	13
 CAPÍTULO 1	
Asociacionismo y participación social: el ocio como oportunidad para crear comunidad	
AIDA LORENZO CAMPOS Y RITA GRADAÍLLE PERNAS	19
Introducción	19
1. Ocio: de un derecho fundamental a un ámbito de desarrollo humano y una alternativa social	20
2. Ocio comunitario y participación social: manifestaciones y reflexiones	22
3. Asociacionismo como fórmula de participación social	25
4. A modo de conclusión: una lectura educativa necesaria	26
Referencias bibliográficas	27
 CAPÍTULO 2	
La importancia de la autogestión del ocio para las personas jóvenes	
IDURRE LAZCANO QUINTANA Y JOSEBA DOISTUA NEBREDAS	31
1. Ocio y desarrollo juvenil	31
1.1. <i>El valor de la experiencia de ocio durante la juventud</i>	32
1.2. <i>La socialización, elemento central en el ocio de la juventud ...</i>	34

	<i>Página</i>
2. Satisfacción con el ocio y bienestar.....	36
3. Diseño metodológico para el estudio del ocio autogestionado.....	38
4. Resultados.....	40
5. Discusión y conclusiones.....	43
Referencias bibliográficas	46

CAPÍTULO 3

La ciudadanía joven vasca ante los retos del Paradigma 2030: percepciones, satisfacción con la vida y propósitos de futuro

MARÍA JESÚS MONTEAGUDO SÁNCHEZ, FERNANDO VILLATORO HERNÁNDEZ Y ROBERTO SAN SALVADOR DEL VALLE DOISTUA 53

1. Una aproximación a la realidad de la población joven actual en Euskadi.....	53
2. Fuentes de bienestar y satisfacción con la vida de las y los jóvenes contemporáneos	57
3. Metodología.....	58
4. Resultados.....	59
4.1. <i>Percepción de las y los jóvenes vascos sobre los principales problemas en Euskadi, según las dimensiones del desarrollo sostenible .</i>	60
4.2. <i>Los problemas que más y menos preocupan a la población joven vasca</i>	63
4.3. <i>Percepción de bienestar y satisfacción con la vida de la población joven vasca.....</i>	64
5. Conclusiones.....	65
Referencias bibliográficas	67

CAPÍTULO 4

Barreras para el ocio: Reflexiones de las personas mayores sobre las (im)posibilidades del ocio a lo largo de la vida

LUCIANA PEREIRA DE MOURA CARNEIRO, AURORA MADARIAGA ORTUZAR, RICARDO RICCI UVINHA Y CELIANE CAMARGO BORGES 71

1. Introducción.....	71
-----------------------------	-----------

	<i><u>Página</u></i>
2. Revisión de la literatura	72
3. Metodología.....	76
4. Resultados y discusión	77
5. Conclusiones.....	84
Referencias bibliográficas	85

CAPÍTULO 5

Ocio intergeneracional de carácter motor y digital. Situación antes y después de la pandemia

ÁLVARO ERAÑA MARTÍNEZ, MARÍA ÁNGELES VALDEMOROS SAN EMETERIO, JESÚS VICENTE RUIZ-OMEÑACA, ROSA ANA ALONSO RUÍZ Y LUIS CORRAL FERNÁNDEZ.....	89
1. Introducción.....	89
2. Objetivo	91
3. Método	92
3.1. <i>Muestra</i>	93
3.2. <i>Instrumento</i>	93
3.3. <i>Procedimiento</i>	94
3.4. <i>Análisis de datos</i>	95
4. Resultados	95
4.1. <i>Evolución de la actividad de ocio compartido</i>	95
4.1.1. Evolución de la práctica ludo-motriz antes, durante y después del confinamiento	96
4.1.2. Evolución de la práctica digital antes, durante y después del confinamiento	98
4.2. <i>Ocio intergeneracional y género</i>	99
4.2.1. Práctica motriz asociada al género	99
4.2.2. Práctica digital compartida asociada al género ..	100
5. Conclusiones.....	101
Referencias bibliográficas	103

CAPÍTULO 6

Why do we play? Why do we pay? A systematic literature review

RAFAEL RICARDO FERNÁNDEZ, MACARENA CUENCA-AMIGO Y ALAZNE MUJICA-ALBERDI.....	107
1. Introduction	107
2. Methodology.....	109
3. Results.....	112
3.1. <i>The relation between engagement and monetization</i>	114
3.2. <i>Engagement.....</i>	116
Factors related to Cognitive Engagement.....	116
Factors related to Emotional and Sensory Engagement.	117
Factors related to Interaction and Presence.....	117
3.3. <i>Monetization</i>	122
Game Design Determinants.....	123
Social Determinants	124
Psychological Determinants	125
Personalization Determinants	126
Technological Determinants	126
4. Conclusion	128
Bibliographic references.....	130

CAPÍTULO 7

**Ocio y Emociones en Profesores Universitarios Colombianos:
Una Aproximación desde la Teoría de Norbert Elías**

LUZ ANGELA ARDILA GUTIÉRREZ, TONY HONORATO, AURORA MADARIAGA ORTUZAR Y MARCOS GONÇALVES MACIEL.....	137
1. Introducción.....	137
2. Las experiencias de ocio y las emociones.....	138
3. El ocio como configuración social.....	140
4. Metodología.....	141

	<i>Página</i>
5. Resultados: emociones en las experiencias de ocio de los profesores	142
5.1. <i>Emociones identificadas con el cuestionario.....</i>	143
5.2. <i>Emociones identificadas en las entrevistas</i>	145
6. Discusión y conclusiones	148
Referencias bibliográficas	150

CAPÍTULO 8

Entre el atractivo y la sobrecarga: los *free tours* y su incidencia en el turismo cultural

RICARDO PASTOR RUIZ, JORGE RIVERA GARCÍA Y ASUNCIÓN FERNÁNDEZ-VILLARÁN	155
1. Transformaciones del turismo en la era de la economía de plataforma	155
2. El auge de los <i>free tours</i> en el turismo cultural: teoría y debates .	157
2.1. <i>Economía de plataforma en turismo</i>	157
2.2. <i>Overtourism y free tours</i>	158
2.3. <i>Gobernanza en la economía de plataforma</i>	159
3. Estrategia de análisis y selección de casos	161
4. De la teoría a la práctica: efectos de los <i>free tours</i> en el ciclo de vida de los destinos culturales	162
4.1. <i>Concentración espaciotemporal</i>	162
4.2. <i>Regulación de visitas guiadas</i>	164
5. Reflexiones sobre el impacto de los <i>free tours</i>: retos y oportunidades	165
Referencias bibliográficas	166

CAPÍTULO 9

Author's Bodies in the Basque Novelistic Landscape Written by Women

ANE ITURRIARTE BASTERRETxea.....	171
1. Introduction	171

	<i><u>Página</u></i>
2. Bodies.....	172
3. Corporality within the history of the feminist movement....	175
4. Writing through and from a (basque) female body	178
5. Conclusions.....	181
Bibliographic references.....	182

Capítulo 8

Entre el atractivo y la sobrecarga: los *free tours* y su incidencia en el turismo cultural

RICARDO PASTOR RUIZ

Universidad Internacional de la Rioja (UNIR)

JORGE RIVERA GARCÍA

Universitat Oberta de Catalunya (UOC)

ASUNCIÓN FERNÁNDEZ-VILLARÁN

Universidad de Deusto

SUMARIO: 1. TRANSFORMACIONES DEL TURISMO EN LA ERA DE LA ECONOMÍA DE PLATAFORMA. 2. EL AUGE DE LOS *FREE TOURS* EN EL TURISMO CULTURAL: TEORÍA Y DEBATES. 2.1. *Economía de plataforma en turismo*. 2.2. *Overtourism y free tours*. 2.3. *Gobernanza en la economía de plataforma*. 3. ESTRATEGIA DE ANÁLISIS Y SELECCIÓN DE CASOS. 4. DE LA TEORÍA A LA PRÁCTICA: EFECTOS DE LOS *FREE TOURS* EN EL CICLO DE VIDA DE LOS DESTINOS CULTURALES. 4.1. *Concentración espaciotemporal*. 4.2. *Regulación de visitas guiadas*. 5. REFLEXIONES SOBRE EL IMPACTO DE LOS *FREE TOURS*: RETOS Y OPORTUNIDADES. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.

1. TRANSFORMACIONES DEL TURISMO EN LA ERA DE LA ECONOMÍA DE PLATAFORMA

El turismo basado en la economía de plataformas ha revolucionado la forma en que los servicios turísticos se distribuyen y consumen, introduciendo modelos que, si bien son altamente accesibles, también resultan profundamente disruptivos. En este marco, los *free tours*, que permiten a los turistas explorar destinos culturales sin un coste fijo establecido, han experimentado

una expansión significativa, especialmente en ciudades europeas con alta demanda cultural, destacando particularmente en el caso de España. Aunque esta modalidad promueve beneficios como la democratización del acceso al turismo, también genera importantes desafíos. Entre estos se encuentran la masificación de áreas culturales en los centros urbanos y la sobrecarga de los recursos locales, lo que requiere atención tanto desde la gobernanza como desde la planificación turística sostenible (Navalón-García y Mínguez-García, 2016). El fenómeno de los *free tours* se enmarca dentro de un modelo económico basado en plataformas digitales, con ejemplos destacados como GuruWalk, que actúa como intermediaria al centralizar la oferta de recorridos turísticos gratuitos a pie en destinos predominantemente culturales y urbanos. Este modelo ha ganado relevancia en la economía turística digital por su capacidad para conectar directamente a los turistas con los proveedores locales, eliminando barreras tradicionales en la intermediación.

Pese a su creciente popularidad y expansión, especialmente en destinos de alta demanda cultural, el impacto de esta actividad turística ha recibido menos atención en la investigación académica en comparación con otros servicios de la economía de plataformas, como el alojamiento vacacional de corta estancia ofrecido por plataformas como Airbnb (Leal Londoño y Font Medina, 2018; Navalón-García y Mínguez-García, 2016). La literatura existente, aunque limitada, ha comenzado a explorar las implicaciones negativas asociadas con los *free tours*. En particular, se han señalado sus contribuciones a fenómenos como el «sobreturismo» (*overtourism*), caracterizado por una concentración excesiva de visitantes en áreas específicas durante períodos determinados, lo que provoca la saturación de espacios urbanos, la sobrecarga de recursos locales y el deterioro de la calidad de vida de los residentes (Peeters et al., 2021; Smith et al., 2019). Este fenómeno resulta especialmente evidente en destinos turísticos maduros que ya enfrentan una presión significativa sobre su infraestructura y patrimonio cultural.

Por tanto, el análisis del impacto de los *free tours* no solo es necesario para comprender mejor sus implicaciones territoriales y sociales, sino también para proponer estrategias que permitan gestionar esta modalidad de turismo de manera sostenible, minimizando sus efectos adversos y potenciando sus beneficios en términos de accesibilidad y democratización del turismo. Este estudio se centra en analizar cómo los *free tours* impactan en seis destinos culturales españoles en diferentes etapas de su ciclo de vida turístico, utilizando el modelo del ciclo de vida de Butler (1980) como marco conceptual. Los destinos seleccionados incluyen tanto áreas en fases iniciales

como destinos consolidados y maduros, lo que permite una comparación de cómo los efectos de los *free tours* varían en función del desarrollo turístico de cada lugar. Los resultados muestran la importancia de implementar estrategias de gobernanza adaptadas para gestionar de manera sostenible esta actividad en función de la fase de madurez de cada destino.

2. EL AUGE DE LOS *FREE TOURS* EN EL TURISMO CULTURAL: TEORÍA Y DEBATES

2.1. ECONOMÍA DE PLATAFORMA EN TURISMO

La economía de plataforma ha transformado profundamente la oferta y el consumo de servicios en el sector turístico, impulsada por la creciente adopción de tecnologías digitales que facilitan la conexión directa entre proveedores y consumidores. Airbnb, pionera en el ámbito del alojamiento (inicialmente denominado «colaborativo»), ejemplifica este fenómeno, permitiendo que propietarios de pisos o casas ofrezcan alojamiento directamente a otros usuarios a través de una plataforma digital centralizada (Pastor-Ruiz y Rivera-García, 2020). Este modelo ha redefinido las dinámicas tradicionales de intermediación en el turismo, consolidándose como un referente en la economía de plataforma. En el caso de los *free tours*, aunque su funcionamiento es menos centralizado y carece de un líder único de mercado equiparable a Airbnb en el ámbito del alojamiento, plataformas como GuruWalk han emergido como actores destacados en el sector de los recorridos turísticos gratuitos. El éxito de esta modalidad puede atribuirse a su accesibilidad y flexibilidad, factores clave que han impulsado la popularidad de las plataformas de economía compartida en el turismo (Cánovas y Villanueva, 2015).

Los *free tours*, introducidos por primera vez en Berlín en 2003, ofrecen una alternativa accesible y flexible a las visitas guiadas tradicionales. En lugar de un precio fijo, los participantes tienen la libertad de decidir si desean realizar una contribución voluntaria al guía al final del recorrido, lo que, teóricamente, democratiza el acceso a experiencias culturales y urbanas (Navalón-García y Mínguez-García, 2021). Sin embargo, esta flexibilidad también plantea desafíos, particularmente en la gestión de grandes volúmenes de visitantes en áreas con alta densidad turística. En destinos con alta demanda, los *free tours* pueden exacerbar problemas como la congestión y el desgaste de los recursos locales, generando tensiones

entre los beneficios económicos que aportan y los impactos negativos que pueden causar (Koerts, 2017; Widtfeldt Meged y Zillinger, 2018). Además de los desafíos logísticos y de sostenibilidad, esta particular actividad también han sido objeto de controversias en relación con la competencia con los guías turísticos tradicionales. Estos últimos, a menudo acreditados y regulados por autoridades locales, deben cumplir con requisitos formales como formación específica, licencias y seguros, lo que genera una disparidad con los guías de *free tours*, que operan de manera más flexible y, en muchos casos, no requieren acreditación oficial. Esta situación ha generado tensiones sobre la legitimidad de los guías informales y la equidad en la competencia dentro del mercado turístico (Navalón-García y Mínguez, 2021).

Por otro lado, este modelo económico también plantea interrogantes fiscales, especialmente en lo que respecta a los impuestos y a la economía sumergida. Al tratarse de un sistema en el que los turistas pagan «a voluntad», es difícil controlar y regular las transacciones económicas, lo que puede generar evasión fiscal y desigualdad en la recaudación de impuestos. La falta de transparencia en estos pagos también afecta la capacidad de las autoridades para gestionar de manera adecuada el flujo de ingresos provenientes de la actividad turística, lo que podría contribuir a la informalidad en el sector y dificultar la implementación de políticas fiscales y económicas equitativas. En este contexto, se hace imprescindible analizar tanto las oportunidades como las limitaciones de esta modalidad, especialmente en destinos que buscan equilibrar el crecimiento turístico con la sostenibilidad, la legalidad y la preservación de su patrimonio cultural.

2.2. OVERTOURISM Y FREE TOURS

El fenómeno del *overtourism*, o sobreturismo, ha emergido como una de las principales preocupaciones en el estudio del turismo urbano contemporáneo. Este término hace referencia al exceso de turistas que superan la capacidad física, ecológica y social de un destino, causando impactos negativos tanto para los residentes locales como para los propios turistas. El sobreturismo no solo se manifiesta en la saturación de los espacios turísticos, sino también en la alteración de la calidad de vida de las comunidades receptoras, que experimentan elevados niveles de incomodidad debido a la sobrecarga de servicios y recursos (Peeters *et al.*, 2021). En este contexto, los *free tours*, al concentrarse en zonas céntricas de las ciudades y en horarios

de alta demanda, pueden intensificar los efectos negativos del sobreturismo, ya que, al no contar con un precio fijo, suelen atraer a grandes grupos de turistas de manera desregulada. Esto no solo aumenta la percepción de masificación, sino que también genera una presión considerable sobre los recursos locales, aumentando los problemas de congestión y deterioro en lugares ya muy visitados (Nilsson y Zillinger, 2020).

La investigación sobre el *overtourism* ha demostrado que, aunque la densidad turística es un factor clave en los problemas de saturación, otros elementos, como la concentración espacial y temporal de las actividades turísticas, la estacionalidad y los comportamientos de los visitantes, juegan un papel igualmente determinante. Según estudios previos, la falta de regulación uniforme sobre los modelos de economía de plataforma, como los *free tours*, ha favorecido su proliferación rápida, especialmente en destinos urbanos con una gran oferta cultural. Esto ha llevado a una concentración de turistas en lugares emblemáticos y de alto valor patrimonial, como el Barrio Gótico en Barcelona, donde el flujo constante de grupos de turistas está generando efectos negativos sobre la vida cotidiana de los residentes. La falta de control sobre estas actividades contribuye significativamente a la sobrecarga de espacios turísticos y a una mayor percepción de invasión en estos entornos urbanos (García y Ruiz, 2022; Blázquez-Salom *et al.*, 2021).

2.3. GOBERNANZA EN LA ECONOMÍA DE PLATAFORMA

La sobrecarga de los espacios públicos pone de relieve la necesidad urgente de establecer regulaciones efectivas para gestionar las actividades turísticas, especialmente las basadas en plataformas digitales, con el objetivo de evitar que el crecimiento desmedido del turismo agrave la saturación y el agotamiento de los recursos urbanos y culturales. En este contexto, la regulación de la economía de plataforma aplicada al turismo urbano se presenta como un reto significativo para los responsables de la gobernanza local. La proliferación de plataformas digitales en el sector ha generado nuevos desafíos en la gestión de flujos turísticos, la sostenibilidad y la convivencia en áreas de alta demanda. Varios estudios recientes subrayan la urgencia de desarrollar marcos regulatorios específicos que aborden estos problemas de manera integral. Entre las medidas recomendadas se incluyen limitaciones al tamaño de los grupos turísticos, normas de comportamiento para los participantes y restricciones sobre el uso de recursos, como la megafonía, en áreas sensibles o muy concurridas (Morales-Pérez *et al.*,

2020). Un ejemplo ilustrativo es el de Barcelona, donde el Ayuntamiento ha implementado regulaciones para mitigar los impactos del turismo masivo, como la limitación del tamaño de los grupos y la prohibición del uso de megafonía en determinadas zonas. Estas medidas tienen como fin reducir la contaminación acústica y mejorar la calidad de vida de los residentes en áreas con alta concentración turística (Ayuntamiento de Barcelona, 2022). En conjunto, este enfoque preventivo busca equilibrar los beneficios económicos derivados del turismo con la necesidad de preservar el bienestar de los habitantes urbanos. En esta misma línea, Bilbao, a través de su *Manual de Buenas Prácticas* (Bilbao Turismo, 2023), propone acciones para gestionar el impacto del turismo en espacios públicos, destacando la importancia de la sostenibilidad y la convivencia. Entre sus medidas se incluye el control del tamaño de los grupos turísticos y la promoción de comportamientos respetuosos por parte de los visitantes. Estas iniciativas buscan minimizar la sobrecarga en áreas concurridas y fomentar un turismo responsable que priorice tanto la experiencia del visitante como el bienestar de los residentes, alineándose con estrategias similares implementadas en Barcelona.

Además, la literatura sugiere que la formulación de políticas de gobernanza para regular actividades turísticas derivadas de la economía de plataforma debe considerar el ciclo de vida de los destinos turísticos. Los impactos derivados de estas actividades no son homogéneos, sino que varían considerablemente según la etapa de desarrollo en que se encuentra cada destino. En destinos maduros como Barcelona que ya enfrentan desafíos relacionados con la saturación y la masificación, o en destinos intermedios como Bilbao de forma preventiva, se han comenzado a implementar regulaciones más estrictas y orientadas a mitigar los efectos negativos del turismo. En contraste, los destinos en fases más tempranas de su desarrollo tienden a ser más permisivos con las actividades basadas en la economía de plataforma, ya que consideran que estas pueden representar una oportunidad para atraer turistas y dinamizar la economía local. Este enfoque flexible y adaptativo, aunque favorable en términos de crecimiento económico, puede también llevar a la aparición de problemas asociados a la saturación y el deterioro de los recursos locales si no se establece un equilibrio adecuado (Diedrich y García-Buades, 2009; Morales-Pérez *et al.*, 2020). Por lo tanto, es fundamental que los responsables de la gobernanza turística adopten un enfoque estratégico que tenga en cuenta tanto los beneficios como los riesgos de la economía de plataforma, ajustando las políticas a las particularidades de cada destino y a su fase de desarrollo turístico.

3. ESTRATEGIA DE ANÁLISIS Y SELECCIÓN DE CASOS

La estrategia de análisis y selección de casos de esta investigación sobre el impacto de los *free tours* en destinos culturales españoles comenzó con una comparación entre seis ciudades en distintas etapas del ciclo de vida turístico: Albarracín, Barcelona, Bilbao, Guadalest, Ourense y Ronda. La selección de estos destinos respondió a cuatro criterios clave: la diversidad de sus atractivos patrimoniales y culturales, el equilibrio entre áreas urbanas y rurales, la representatividad de las fases del ciclo de vida del destino, y una distribución territorial equitativa a nivel nacional. Los datos y análisis presentados aquí se discuten más a fondo en Rivera-García *et al.* (2023).

La clasificación de los destinos en sus respectivas fases del ciclo de vida turístico fue guiada por el modelo de Butler (1980), que abarca desde la fase de descubrimiento hasta la madurez y el posible declive del destino. En este sentido, la muestra obtenida es heterogénea, ya que incluye destinos en diferentes momentos del ciclo: Albarracín y Guadalest se encuentran en fases iniciales, Bilbao y Ourense en una fase intermedia, y Barcelona y Ronda representan destinos maduros. Esta variedad de fases permite realizar una comparación exhaustiva sobre cómo el impacto de los *free tours* varía en función del desarrollo turístico de cada destino (Diedrich y García-Buades, 2009).

La recopilación de datos se llevó a cabo utilizando la plataforma GuruWalk, especializada en recorridos turísticos gratuitos y que cubre todos los destinos seleccionados en este estudio. Esta herramienta permitió obtener información detallada sobre las características operativas de los *free tours*, como la frecuencia y el horario de las visitas, la concentración espacial y temporal de los recorridos, y las normativas locales de regulación. Esta plataforma fue elegida debido a su capacidad para ofrecer datos actualizados y completos sobre las visitas guiadas, lo que facilita el análisis comparativo de los destinos.

Los datos fueron recopilados a lo largo de una semana de observación en julio de 2022, y se centraron en aspectos como la frecuencia de las visitas, los puntos de inicio y los lugares de interés visitados, así como la identificación de normativas locales que regulan la actividad. Para el procesamiento de los datos, se utilizó Microsoft Excel para gestionar la frecuencia de las visitas según horarios y ubicaciones, y *software* de mapas de calor para visualizar la concentración de turistas en las áreas analizadas (Pettit *et al.*, 2012). Esta

metodología permitió identificar patrones de densidad y congestión en cada destino, según su fase de desarrollo turístico.

Para evaluar el impacto de los *free tours*, se definieron varias variables e indicadores clave: la densidad turística, medida por el número de visitas guiadas ofrecidas en cada destino; la concentración espacial y temporal, determinada por los puntos de partida, los principales puntos de interés y las horas de mayor actividad; y la política de regulación, que evalúa la existencia de normativas municipales para limitar las actividades de los *free tours*. Estas variables fueron analizadas en función del contexto de cada destino, lo que permitió evaluar cómo los *free tours* afectan de manera diferente según la fase del ciclo de vida del destino.

El análisis de los destinos y su contexto muestra la diversidad de situaciones en los destinos seleccionados. Albarracín y Guadalest son localidades rurales en fase inicial de desarrollo turístico, con un alto número de visitantes en relación con su población, pero con infraestructuras aún limitadas (Soares *et al.*, 2012). Bilbao y Ourense, en fase intermedia, presentan una oferta turística creciente y empiezan a enfrentar ciertos impactos de masificación en sus áreas más céntricas, aunque aún son moderados (Díez, 2020). Por su parte, Ronda y Barcelona son destinos consolidados y maduros, con una alta densidad de visitantes. En el caso de Barcelona, la congestión ha llevado a la implementación de políticas restrictivas para controlar el turismo (Ayuntamiento de Barcelona, 2022).

4. DE LA TEORÍA A LA PRÁCTICA: EFECTOS DE LOS *FREE TOURS* EN EL CICLO DE VIDA DE LOS DESTINOS CULTURALES

El análisis de los datos recogidos en seis destinos culturales españoles evidencia que los impactos de los *free tours* difieren significativamente en función de la fase del ciclo de vida del destino. A continuación, se detallan los hallazgos principales para las variables de concentración espacio-temporal y regulación local.

4.1. CONCENTRACIÓN ESPACIOTEMPORAL

Respecto a los destinos maduros, en ciudades como Barcelona y Ronda, la actividad de los *free tours* se concentra notablemente en áreas históricas y

turísticas de alta demanda, contribuyendo a la masificación. En Barcelona, por ejemplo, se observó que los grupos de GuruWalk se alinean en franjas horarias específicas, generando aglomeraciones en puntos emblemáticos como el Barrio Gótico. En determinadas horas, hasta 16 grupos de turistas coinciden en la misma zona, especialmente entre las 10:30 y las 11:00 de la mañana y en las tardes, lo que genera una presión considerable sobre el espacio público y los recursos locales. Esta concentración no solo afecta la comodidad de los turistas, sino que también causa incomodidad entre los residentes, que perciben un aumento en la congestión y el ruido (Bourliataux-Lajoinie *et al.*, 2019; Ayuntamiento de Barcelona, 2022). Este fenómeno resalta los desafíos asociados con el equilibrio entre los beneficios económicos del turismo y la preservación de la calidad de vida urbana.

En relación con los destinos en fase intermedia, ciudades como Bilbao y Ourense, que se encuentran en una fase intermedia de desarrollo turístico, experimentan una menor concentración espacial y temporal en comparación con los destinos maduros, pero aun así se observan tendencias de aglomeración en áreas céntricas. En Bilbao, el Casco Viejo y otros puntos cercanos a la Plaza Nueva se convierten en zonas de alta concentración durante ciertas horas del día, especialmente en los fines de semana, mientras que, en Ourense, la Plaza Mayor es uno de los lugares donde los grupos de *free tours* tienden a converger. Aunque el impacto es más limitado que en los destinos maduros, la presencia creciente de los *free tours* comienza a generar señales de saturación en estos puntos, especialmente durante la temporada alta. A pesar de ello, la distribución de visitantes sigue siendo relativamente equilibrada, lo que permite una gestión más eficiente de los flujos turísticos (Nilsson y Zillinger, 2020).

Finalmente, respecto a los destinos emergentes, en destinos como Albarracín y Guadalest, la actividad es todavía incipiente, con un número limitado de grupos y sin una clara tendencia hacia la masificación. Sin embargo, en estos destinos pequeños, los *free tours* parecen jugar un papel clave en la dinamización de áreas turísticas con poca infraestructura y una oferta limitada de atracciones. En Albarracín, por ejemplo, los grupos de turistas que participan en estos recorridos contribuyen a incrementar el número de visitantes sin generar un impacto negativo en la calidad de la experiencia turística ni en la vida cotidiana de los residentes. De manera similar, en Guadalest, los *free tours* parecen servir más como una herramienta de promoción que como un fenómeno de saturación. Esto sugiere que, en estos destinos emergentes, los *free tours* podrían desempeñar un papel posi-

tivo en el impulso económico local, sin los riesgos asociados a la sobrecarga turística observados en otros.

4.2. REGULACIÓN DE VISITAS GUIADAS

En cuanto a las políticas de regulación, Barcelona ha sido pionera en España en la implementación de medidas para gestionar las visitas guiadas, estableciendo límites en el tamaño de los grupos turísticos y fomentando prácticas de guiado responsables. Entre las iniciativas adoptadas se incluyen la restricción en el uso de megafonía y la promoción del uso de audioguías, con el objetivo de mitigar el impacto acústico y preservar la calidad de vida de los residentes en áreas turísticas sensibles, como el Barrio Gótico (Ayuntamiento de Barcelona, 2022). Estas políticas buscan un enfoque integral para controlar la masificación y mejorar la experiencia tanto de los turistas como de los residentes locales. La ciudad de Barcelona se ha intentado posicionar como un referente en la regulación del turismo urbano, tratando de implementar medidas que equilibren la promoción del destino con la sostenibilidad y la conservación del espacio público.

Por su parte, Bilbao, que se encuentra en una fase intermedia de madurez turística, ha avanzado en la gestión de visitas guiadas mediante un Manual de Buenas Prácticas (Bilbao Turismo, 2023), orientado a fomentar un turismo responsable y sostenible, especialmente en el Casco Viejo, una de las zonas más visitadas. Este documento recomienda limitar el tamaño de los grupos, moderar el uso de elementos sonoros, emplear itinerarios menos saturados y respetar los horarios de descanso de los residentes. Además, promueve que los guías actúen como embajadores del destino, sensibilizando a los turistas sobre la conservación del patrimonio local. Estas medidas refuerzan el compromiso de Bilbao con la sostenibilidad y la convivencia armónica entre turistas y residentes.

En contraste, en destinos en fases tempranas de desarrollo turístico, como Guadalest y Albarracín, así como en otras ciudades en fases intermedias como Ourense, aún no se han implementado regulaciones específicas para controlar las visitas guiadas. En estos destinos, los *free tours* se perciben más como una herramienta para atraer turistas y dinamizar la economía local, sin que se identifiquen aún como una amenaza seria en términos de masificación o saturación de los recursos turísticos. Estas localidades, al encontrarse en etapas iniciales del ciclo de vida del destino, se muestran más abiertas

a este tipo de iniciativas, considerando que contribuyen positivamente al desarrollo económico y a la promoción del patrimonio cultural (Avdimiotis y Poulaki, 2019). Así, por ejemplo, en el caso de Albarracín (Ayuntamiento de Albarracín, 2022), estas actividades son vistas como una oportunidad para dinamizar el turismo sostenible, respetando la identidad local y los recursos disponibles. Sin embargo, se subraya la necesidad de prever una regulación futura que equilibre la creciente afluencia de turistas con la protección del entorno y la calidad de vida de los residentes. A medida que estos destinos continúan creciendo, se antoja esencial que en el futuro adopten un enfoque proactivo para regular las actividades turísticas y evitar que los efectos negativos del turismo afecten a su sostenibilidad a largo plazo.

5. REFLEXIONES SOBRE EL IMPACTO DE LOS *FREE TOURS*: RETOS Y OPORTUNIDADES

Los resultados confirman la hipótesis de que el impacto de los *free tours* varía en función de la fase del ciclo de vida del destino. En los destinos maduros, los *free tours* generan efectos que se asocian con el fenómeno del sobreturismo, especialmente en áreas con alta densidad turística y puntos de interés concentrados. Estos hallazgos respaldan estudios previos que señalan cómo la economía de plataforma, en particular el turismo masivo promovido por plataformas digitales puede contribuir a la saturación de los destinos en fases avanzadas de desarrollo (Smith *et al.*, 2019; Peeters *et al.*, 2021). Además, la implementación de políticas de gobernanza se observa principalmente en destinos en fases de madurez avanzada, lo que sugiere que la regulación de los *free tours* responde a la necesidad de controlar los efectos negativos en estas etapas. Esto coincide con estudios como los de Morales-Pérez *et al.* (2020), que indican que la gobernanza turística evoluciona junto con el ciclo de vida del destino, desde enfoques permisivos hasta la regulación restrictiva en etapas de saturación.

Por otro lado, en destinos en fases iniciales o intermedias, los *free tours* contribuyen positivamente al desarrollo turístico sin provocar impactos negativos significativos. Esto apunta a que estos tours pueden desempeñar un papel útil en la promoción de destinos menos conocidos o en desarrollo, al atraer visitantes y dinamizar la economía local. En este sentido, funcionan como herramientas de democratización del turismo, proporcionando acceso a experiencias culturales sin incurrir en elevados costos, y fomentando un turismo más equitativo en términos de accesibilidad y alcance (Rátz, 2016).

Los resultados sugieren que una política de gobernanza adaptativa, que tenga en cuenta la fase del ciclo de vida del destino, podría ser más efectiva para gestionar el impacto de los *free tours* y otras actividades de economía de plataforma. Los destinos maduros requieren medidas de regulación que limiten los efectos de la masificación, mientras que los destinos en fases de desarrollo podrían beneficiarse de políticas que promuevan esta actividad sin imponer restricciones excesivas. Este enfoque adaptativo podría mejorar la sostenibilidad de los destinos turísticos, permitiendo que la economía de plataforma se integre de manera más equilibrada con las necesidades locales y la protección de los recursos culturales (Peeters *et al.*, 2021).

Las limitaciones de este estudio incluyen el tamaño de la muestra, ya que solo se analizaron seis destinos, y el uso de una sola plataforma (GuruWalk), lo cual limita la representatividad de los resultados. Investigaciones futuras podrían expandir el análisis a otras plataformas y a una muestra más amplia de destinos para obtener una comprensión más profunda de los impactos de la economía de plataforma en el turismo cultural. Además, estudios longitudinales podrían ayudar a comprender mejor la evolución de estos efectos en relación con el ciclo de vida de los destinos.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Abril Sellarés, M. (2014). *Análisis del impacto de la transposición de la directiva Bolkestein en la profesión de los guías de turismo en España*. Redmarka. Revista de Marketing Aplicado, 01(013), 3-16. <https://doi.org/10.17979/redma.2014.01.013.4867>

Adamiak, C. (2020). *Peer-to-peer accommodation in destination life cycle: the case of Nordic countries*. Scandinavian Journal of Hospitality and Tourism, 20(3), 212-226. <https://doi.org/10.1080/15022250.2020.1775116>

Avdimiotis, S., y Poulaki, I. (2019). *Airbnb impact and regulation issues through destination life cycle concept*. International Journal of Culture, Tourism and Hospitality Research, 13(4), 458-472. <https://doi.org/10.1108/IJCTHR-03-2019-0044>

Ayuntamiento de Albarracín (2022, 23 de febrero). PARTICIPACIÓN CIUDADANA. Planes de Sostenibilidad Turística Destinos (PSTD). Recuperado de <https://www.albarracin.es/wp-content/uploads/2024/03/Participacion-Albarracin-PSTD-2022.pdf>

Ayuntamiento de Barcelona (2022a, 21 junio). Districte de Ciutat Vella. En Ajuntament de Barcelona (N.o 22-SJS-16). Recuperado 17 de octubre de 2024, de <https://www.etoa.org/wp-content/uploads/2022/07/Decret-Ciutat-Vella-2022.pdf>

Ayuntamiento de Barcelona (2022b, junio). Declaració de bones pràctiques en el guiatge de grups a la Vía pública de Barcelona. Barcelona. Recuperado 17 de octubre de 2024, de https://ajuntament.barcelona.cat/turisme/sites/default/files/declaracio_bones_practiques_guiatge.pdf

Bilbao Turismo. (2024). *Manual de buenas prácticas*. Recuperado de <https://tinyurl.com/bd7df6kv>

Blázquez-Salom, M., Cladera, M., y Sard, M. (2021). *Identifying the sustainability indicators of overtourism and undertourism in Majorca*. Journal of Sustainable Tourism. <https://doi.org/10.1080/09669582.2021.1942478>

Bourliataux-Lajoinie, S., Dosquet, F., y del Olmo Arriaga, J. L. (2019). *The dark side of digital technology to overtourism: The case of Barcelona*. Worldwide Hospitality and Tourism Themes, 11(5), 582-593. <https://doi.org/10.1108/WHATT-06-2019-0041>

Butler, R. W. (1980). *The Concept of a Tourist Area Cycle of Evolution: Implications for Management of Resources*. Canadian Geographer, 24(1), 5-12. <https://doi.org/10.21832/9781845410278-007>

Cánovas, F. J. A., y Villanueva, V. N. (2015). *Las plataformas de economía colaborativa como una tendencia que fomenta el turismo colaborativo*. ACTAS V Congreso Internacional de Turismo para Todos.

Diedrich, A., y García-Buades, E. (2009). *Local perceptions of tourism as indicators of destination decline*. Tourism Management, 30(4), 512-521. <https://doi.org/10.1016/j.tourman.2008.10.009>

Díez, V. A. (2020). La teoría del ciclo de vida de los destinos turísticos: El caso de Tandil. Realidad. Tendencias y Desafíos en Turismo (CONDET), 18(1), 1-26. <https://orcid.org/0000-0002-2371-6269>

García, J. R., y Ruiz, R. P. (2022). *Free Walking Tours*. En Encyclopedia of Tourism Management and Marketing. Edward Elgar Publishing. <https://doi.org/10.4337/9781800377486.free.walking.tours>

Goodwin, H. (2017). *Overtourism — An Overview*. Responsible Tourism Partnership.

Gutiérrez Duarte, M. V., y Roldán Martínez, A. (2020). *Economía Sumergida e Intrusismo al Amparo del Turismo Colaborativo: El Caso de los Free Tours*. InDret, Vol. 2, pp. 139-170. <https://doi.org/10.31009/InDret.2020.i2.04>

Koerts, D. (2017). *Amsterdam: Interpreting the city in «free» walking tours*. In 5th International Research Forum on Guided Tours.

Leal Londoño, M. D. P., y Font Medina, X. (2018). *Turismo y economía colaborativa: El caso de los recorridos gratuitos a pie en Barcelona*. Cuadernos de Turismo (41), 32705. <https://doi.org/10.6018/turismo.41.327051>

Morales-Pérez, S., Garay, L., y Wilson, J. (2020). *Airbnb's contribution to socio-spatial inequalities and geographies of resistance in Barcelona*. Tourism Geographies. <https://doi.org/10.1080/14616688.2020.1795712>

Navalón-García, R., y Mínguez-García, M. del C. (2016). *El desarrollo del fenómeno de los tours gratuitos en los destinos culturales*. Turismo y crisis, turismo colaborativo y ecoturismo. XV Coloquio de Geografía del Turismo.

Navalón-García, R., y Mínguez, C. (2021). Tourist guides and free tours: A controversial relationship. *Tourist Studies*, 21(3), 486-506. <https://doi.org/10.1177/14687976211016073>

Nilsson, J. H., and Zillinger, M. (2020). Free guided tours: Storytelling as a means of glocalizing urban places. *Scandinavian Journal of Hospitality and Tourism*, 20(3), 286-301. <https://doi.org/10.1080/15022250.2020.1772866>

Peeters, P., Gössling, S., Klijs, J., Milano, C., Novelli, M., Dijkmans, C., y Postma, A. (2021). *Research for TRAN Committee — Overtourism: impact and possible policy responses*. Parlamento Europeo.

Pettit, C., Widjaja, I., Russo, P., Sinnott, R., Stimson, R., y Tomko, M. (2012). *Visualisation support for exploring urban space and place*. ISPRS Annals of Photogrammetry, Remote Sensing and Spatial Information Sciences.

Rátz, T. (2016). 'Be global, go local' — innovation and creativity in the development of alternative guiding services in Budapest. *Journal of Tourism and Cultural Change* 15, 476-489. <https://doi.org/10.1080/14766825.2016.1189558>

Rivera-García, J., Fernández-Villarán, A. and Pastor-Ruiz, R. (2023), Examining the impact of the platform economy on Spain's cultural destinations through the lens of free tours, *International Journal of Tourism Cities*, 9(4), 861-874. <https://doi.org/10.1108/IJTC-05-2023-0089>

Smith, M. K., Sziva, I. P., y Olt, G. (2019). *Overtourism and Resident Resistance in Budapest*. *Tourism Planning y Development*, 16(4), 376-392.

Soares, J. C., Gandara, J. M., & Ivars Baidal, J. (2012). Indicadores para analizar la evolución del ciclo de vida de los destinos turísticos litorales. *Investigaciones Turísticas* (3), 19-38. <http://dx.doi.org/10.14198/INTURI2012.3.02>

Widtfeldt Meged, J., y Zillinger, M. (2018). *Disruptive network innovation in free guided tours*. *Scandinavian Journal of Hospitality and Tourism*, 18(3), 303-318. <https://doi.org/10.1080/15022250.2018.1497317>



Qué puede aportar el ocio a la transformación social? Mucho más de lo que imaginamos.

En un mundo obsesionado con la productividad, este libro reivindica el ocio como un espacio clave para el cambio social. Lejos de tratarse de una actividad secundaria, el ocio —entendido como derecho, experiencia significativa y ámbito de acción colectiva— tiene un enorme potencial para fomentar la participación, la cohesión y la justicia social.

El valor del ocio para la transformación social ofrece respuestas a preguntas urgentes: ¿Cómo puede el ocio fortalecer el tejido comunitario? ¿Qué papel juega en el desarrollo de la juventud y en la construcción de ciudadanía? ¿Qué barreras impiden el acceso equitativo al ocio en diferentes etapas de la vida? ¿Cómo repensar el ocio en un contexto de crisis climática, soledad y desigualdad?

Dirigido a académicos y profesionales de la intervención socioeducativa, políticas públicas, trabajo comunitario, educación no formal, cultura y juventud, esta obra colectiva aporta evidencias, casos y reflexiones desde diversas disciplinas y territorios. Además, explora temáticas innovadoras como el ocio intergeneracional post-pandemia, la monetización en videojuegos, el papel del cuerpo en la literatura o la autogestión juvenil como motor de bienestar.

Una invitación a ver el ocio no como evasión, sino como herramienta de transformación.

ISBN: 978-84-87670-53-4

