



**UNIVERSIDAD ESTATAL PENÍNSULA DE SANTA ELENA  
FACULTAD DE CIENCIAS ADMINISTRATIVAS  
CARRERA DE GESTIÓN Y DESARROLLO TURÍSTICO**

**TEMA DE ENSAYO:  
IMPORTANCIA DE LAS ACTIVIDADES RECREACIONALES EN LA  
COMUNA SAN PABLO, DEL CANTÓN SANTA ELENA, AÑO 2023.**

**COMPONENTE PRÁCTICO DE EXAMEN COMPLEXIVO  
PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL TÍTULO DE  
LICENCIADA EN GESTIÓN Y DESARROLLO TURÍSTICO**

**AUTORA:  
ANGIE GEOMARA URRUNAGA SUÁREZ**

**DOCENTE GUÍA:  
LCDA. MYRIAM SARABIA MOLINA. PhD.**

**LA LIBERTAD – ECUADOR**

**2024**

## APROBACIÓN DEL PROFESOR TUTOR

En mi calidad de Profesor tutor de titulación, **“Importancia de las actividades recreacionales en la comuna San Pablo, del cantón Santa Elena, Año 2023.”**, elaborado por la Srta. Angie Geomara Urrunaga Suárez, egresado de la Carrera Gestión y Desarrollo Turístico, Facultad de Ciencias Administrativas de la Universidad Península de Santa Elena, previo a la obtención del título de Licenciada en Gestión y Desarrollo Turístico, me permito declarar que luego de haber dirigido científica y técnicamente su desarrollo y estructura final del trabajo, éste cumple y se ajusta a los estándares académicos y científicos, razón por la cual la apruebo en todas su partes.

Atentamente,



---

**Lic. Myriam Sarabia Molina. PhD.**

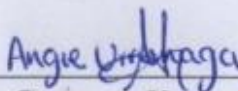
**PROFESORA TUTORA**

## AUTORÍA DEL TRABAJO

El presente Trabajo de Titulación denominado **“Importancia de las actividades recreacionales en la comuna San Pablo, del cantón Santa Elena, Año 2023.”**, constituye un requisito previo a la obtención del título de Licenciada en Gestión y Desarrollo Turístico de la Facultad de Ciencias Administrativas de la Universidad Estatal Península de Santa Elena.

Yo **Angie Geomara Urrunaga Suárez**, con cédula de identidad **240012183-2** declaro que la investigación es absolutamente original, auténtica y los resultados y conclusiones a los que he llegado son de mi absoluta responsabilidad; el patrimonio intelectual del mismo pertenece a la Universidad Estatal Península de Santa Elena.

Atentamente,



**Angie Geomara Urrunaga Suárez**

**C.I. 240012183-2**

## AGRADECIMIENTO

*A la Universidad Estatal Península de Santa Elena que me dio la oportunidad de formar parte de ella, así mismo a mi madre que ha sido un pilar fundamental en mi vida profesional y me apoyó durante toda esta etapa de mi vida, a mi pareja por darme ánimos y los recursos necesarios para cumplir con mis metas, por último, a los profesores que me apoyaron en este proceso.*

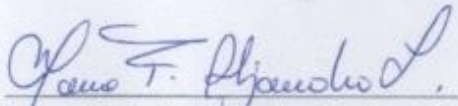
*ANGIE GEOMARA URRUNAGA SUÁREZ*

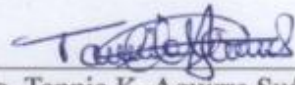
## DEDICATORIA


*Le dedico a Dios por darme las fuerzas necesarias, salud y sabiduría para seguir adelante alcanzando mis metas, a mi pareja que siempre me apoyó en todas las circunstancias buenas y malas, mi mamá que me educó, gracias a ella soy la persona que hoy en día lucha por lo que quiere, familia en general que han estado para mí y amigos que me daban alientos para nunca rendirme.*

*ANGIE GEOMARA URRUNAGA SUÁREZ*

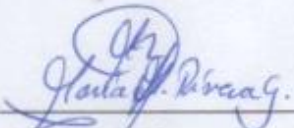
**TRIBUNAL DE SUSTENTACIÓN**

  
Lcda. María F. Alejandro Lindao, MBA.  
**DECANA DE LA FACULTAD DE  
CIENCIAS ADMINISTRATIVAS**

  
Lcda. Tannia K. Aguirre Suárez, MSc.  
**DIRECTORA DE LA CARRERA  
DE GESTIÓN Y DESARROLLO  
TURÍSTICO**

  
Lcda. Myriam Y. Sarabia Molina, PhD.  
**PROFESORA TUTORA**

  
Ing. Jessica S. Linzán Rodríguez, MSc.  
**PROFESORA ESPECIALISTA**

  
Abg. María M. Rivera González, MSc.  
**SECRETARIA**

## ÍNDICE GENERAL

<b>APROBACIÓN DEL PROFESOR TUTOR .....</b>	<b>I</b>
<b>AUTORÍA DEL TRABAJO .....</b>	<b>II</b>
<b>AGRADECIMIENTO .....</b>	<b>III</b>
<b>DEDICATORIA .....</b>	<b>IV</b>
<b>TRIBUNAL DE SUSTENTACIÓN .....</b>	<b>V</b>
<b>RESUMEN.....</b>	<b>IX</b>
<b>INTRODUCCIÓN .....</b>	<b>1</b>
<b>DESARROLLO.....</b>	<b>2</b>
<b>1. CONCEPTUALIZACIÓN DE LAS ACTIVIDADES RECREATIVAS .....</b>	<b>2</b>
<b>2. CLASIFICACIÓN DE LAS ACTIVIDADES RECREATIVAS .....</b>	<b>3</b>
<b>2.1 Actividades Recreativas Deportivas .....</b>	<b>3</b>
<b>2.3 Actividades Recreativas Medioambientales.....</b>	<b>4</b>
<b>3. CARACTERÍSTICAS DE LA COMUNA SAN PABLO .....</b>	<b>4</b>
<b>3.1 Actividades recreativas de índole deportivas en San Pablo .....</b>	<b>5</b>
<b>3.2 Actividades Recreativas Culturales de la comuna San Pablo .....</b>	<b>6</b>
<b>3.3 Actividades Recreativas Medioambientales en la comuna San Pablo.....</b>	<b>7</b>
<b>4. IMPORTANCIA DE LAS ACTIVIDADES RECREACIONALES PARA LA PERSONA O INDIVIDUO .....</b>	<b>8</b>
<b>4.1 Beneficios para el turista de las actividades enmarcadas al deporte que, según Muñiz, B. y Pereira, G. (2012) son: .....</b>	<b>9</b>
<b>4.1.1 Alivio del Estrés: .....</b>	<b>9</b>
<b>4.1.2 Mejora de Salud física: .....</b>	<b>9</b>
<b>4.1.3 Desarrollo de Habilidades: .....</b>	<b>9</b>
<b>4.1.4 Promoción de la convivencia social: .....</b>	<b>9</b>

4.1.5	Diversión y entretenimiento: .....	9
4.2	Importancia de las actividades recreativas culturales Calzadilla, R. (2011) menciona que los beneficios son: .....	9
4.2.1	Enriquecimiento cultural: .....	9
4.2.2	Calidad de vida: .....	9
4.2.3	Construcción de relaciones: .....	9
4.3	Importancia de las actividades recreativas de índole medioambientales según Acuña. M. y Mauriello, A. (2013) son: .....	10
4.3.1	Promueven la conexión con la naturaleza: .....	10
4.3.2	Educación y conciencia ambiental: .....	10
4.3.3	Salud física y mental: .....	10
4.3.4	Convivencia Social: .....	10
5.	IMPORTANCIA DE LAS ACTIVIDADES RECREATIVAS PARA EL DESTINO Y SUS HABITANTES. ....	10
5.1	Ámbito Económico .....	10
5.2	Ámbito Sociocultural .....	11
5.3	Ámbito medioambiental.....	11
	CONCLUSIONES.....	12
	BIBLIOGRAFÍA.....	13



## ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1 Funciones primordiales de las actividades recreativas.....	2
Tabla 2 Clasificación de las actividades recreacionales.....	3

## ÍNDICE DE ILUSTRACIÓN

Figura 1 Kayak.....	5
Figura 2 Pesca Deportiva .....	5
Figura 3 Fútbol Playero.....	6
Figura 4 Visita a las iglesias .....	6
Figura 5 Fiestas patronales.....	7
Figura 6 Avistamiento de aves .....	7
Figura 7 Ciclismo.....	8



## **IMPORTANCIA DE LAS ACTIVIDADES RECREACIONALES EN LA COMUNA SAN PABLO, DEL CANTÓN SANTA ELENA, AÑO 2023.**

**AUTORA:**  
**Angie Geomara Urrunaga Suárez**

**TUTORA:**  
**Lic. Sarabia Molina Myriam Yolanda. PhD.**

### **RESUMEN**

Las actividades recreacionales son el conjunto de ocupaciones a las que el ser humano puede dedicarse de forma voluntaria, sea para descansar, divertirse, para desarrollar su información o formación de una forma desinteresada, en cuanto su clasificación se divide en tres segmentos de índole deportivas, culturales y medioambientales. El presente ensayo plantea como objetivo identificar la importancia de las actividades recreacionales en la comuna San Pablo. Este ensayo se realizó aplicando una investigación de tipo bibliográfica ya que se apoya en estudios previos aplicados en la comuna, así mismo se sustenta en documentos científicos referentes a la temática de estudio. En cuanto los resultados obtenidos se constataron que en San Pablo se ofertan actividades recreacionales enmarcadas al deporte, el medioambiente y la cultura, las mismas que son de importancia porque traen consigo beneficios para el turista, así mismo el destino y los habitantes obtienen provecho de estas actividades y se ven reflejados en el ámbito económico, social y medioambiental.

***Palabras Claves:** Actividades Recreacionales, Actividades Deportivas, Actividades Culturales, Actividades medioambientales, Beneficios del turismo.*



**IMPORTANCE OF RECREATIONAL ACTIVITIES IN THE SAN PABLO  
COMMUNITY, SANTA ELENA CANTÓN, YEAR 2023.**

**AUTHOR:**

**Angie Geomara Urrunaga Suárez**

**TUTORA:**

**Lic. Sarabia Molina Myriam Yolanda. PhD.**

**ABSTRACT**

Recreational activities are the set of occupations to which human beings can dedicate themselves voluntarily, be it to rest, have fun, to develop their information or training in a disinterested way, as soon as their classification is divided into three segments of a sports nature, cultural and environmental. The objective of this essay is to identify the importance of recreational activities in the San Pablo commune. This essay was carried out applying a bibliographical type of research since it is supported by previous studies applied in the commune, likewise it is supported by scientific documents referring to the subject of study. As soon as the results obtained, it was verified that in San Pablo recreational activities framed to sports, the environment and culture are offered, the same ones that are important because they bring benefits for the tourist, also the destination and the inhabitants obtain benefit from these activities. and are reflected in the economic, social and environmental fields.

***Keywords:*** *Recreational Activities, Sports Activities, Cultural Activities, Environmental Activities, Tourism Benefits.*

## INTRODUCCIÓN

Las actividades recreativas guardan una relación con el turismo ya que forman parte de uno de los elementos primordiales para que el turista se motive a visitar un lugar, según Cuenca, M. (2000) estas actividades ofrecen una experiencia gratuita y enriquecedora para el humano desde el punto de vista individual tiene mucho que ver con la vivencia de situaciones placenteras y satisfactorias, desde el punto de vista colectivo la actividad turística recreativa es una alternativa capaz de dinamizar un determinado territorio, por esto es necesario cuestionarse ¿Cuán importantes son las actividades recreativas para un destino turístico?, por lo tanto el presente trabajo plantea como objetivo principal el analizar la importancia de las actividades recreativas en la comuna San Pablo perteneciente al cantón Santa Elena. La importancia de las actividades recreacionales se centra en dos enfoques, por un lado, los beneficios para la persona, se basa en el físico, psicológico, sociales, intelectuales y espirituales, por el otro, el beneficio para el destino y sus habitantes que se dividen en tres aspectos en lo económico, sociocultural y medioambiental Salazar, C (2007).

San Pablo forma parte de las 65 comunas del cantón Santa Elena, situada al norte de la provincia en la ruta del Spondylus, Saavedra, W. (2018) menciona que el desarrollo económico de la localidad es bajo, debido a que la mayoría de establecimientos comerciales son administrados por personas foráneas que emprenden negocios turísticos en la comuna, en cuanto a las actividades que realizan los pobladores destacan la pesca, la agricultura y en un tercer lugar el turismo que debido a la ubicación geográfica del destino se desarrolla un modelo de sol y playa.

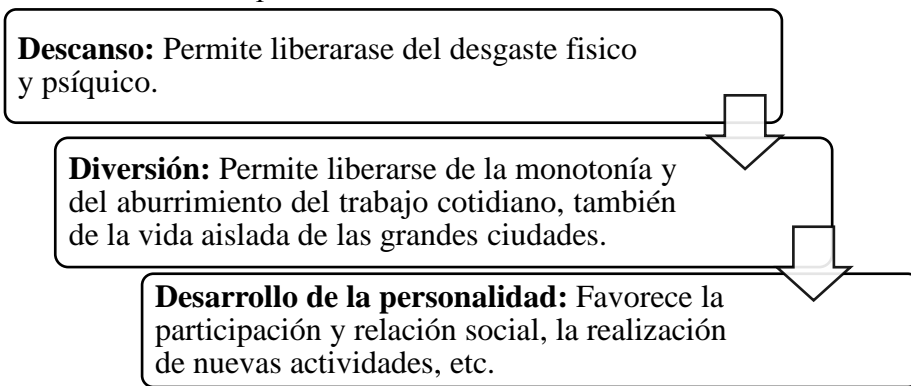
Este trabajo investigativo se apoya en fuentes de información secundarias las que sustentan el criterio del autor, se divide en tres partes, primer lugar la introducción es un preámbulo de la temática a tratar, segundo lugar el desarrollo donde se desenvuelven temas como la definición de actividades recreacionales, su clasificación, datos de interés de la comuna San Pablo, y la importancia de las actividades recreativas para la comuna, en tercer lugar las conclusiones a las que llego el investigador al finiquitar este ensayo, y para finalizar las referencias bibliográficas como evidencias de los documentos consultados.

# DESARROLLO

## 1. CONCEPTUALIZACIÓN DE LAS ACTIVIDADES RECREATIVAS

El sociólogo Dumazedier, J. citado por Ortí, J. (2004) define a las actividades recreativas como el conjunto de ocupaciones a las que un individuo puede comprometerse voluntariamente, ya sea por recreación, diversión o desarrollo de conocimientos, o desinteresadamente por motivos de educación, participación social voluntaria o libre albedrío. Cuando este se ha liberado de sus ocupaciones profesionales, familiares o sociales. Así mismo, el autor considera que estas actividades cumplen tres funciones primordiales conocidas como las tres D:

**Tabla 1** *Funciones primordiales de las actividades recreativas*



*Fuente: Dumazedier, J. citado por Ortí, J. (2004)*

*Elaborado por: Urrunaga, A. (2023)*

Existe una relación entre las actividades recreacionales y el turismo, ya que los dos son formas de disfrutar del tiempo libre luego de una jornada larga de trabajo el mismo que se practican en distintas etapas, la recreación se realiza siempre, mientras que la turística se la ejecuta en vacaciones, pero los dos tienen el mismo fin que es el disfrute del tiempo libre en unión de amigos y familiares.

De la misma forma Boullón, R. (1990) menciona que recreación es cualquier actividad que el ser humano realice en su tiempo libre, siempre que estas actividades se practiquen con una actitud placentera, siendo por lo tanto la actividad turística una forma particular de recreación, describe que las actividades recreacionales pueden realizarse en servicios bajo espacios cubiertos y al aire libre:

**Tabla 2** *Actividades recreacionales según Boullón*

<b>Actividades recreacionales en espacios cubiertos</b>	<b>Actividades recreacionales al aire libre</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Cines</li> <li>▪ Teatros</li> <li>▪ Museos</li> <li>▪ Bibliotecas</li> <li>▪ Bares</li> <li>▪ Restaurantes</li> <li>▪ Discotecas</li> <li>▪ Juegos Mecánicos</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Plazas</li> <li>▪ Juegos Infantiles</li> <li>▪ Centros deportivos</li> <li>▪ Canchas de Fútbol</li> <li>▪ Sedes de clubes</li> <li>▪ Parques</li> <li>▪ Áreas arboleadas para paseos, montar a caballo o en bicicleta.</li> </ul>

*Fuente: Boullón, R (1990)*

*Elaborado por: Urrunaga, A. (2023)*

## **2. CLASIFICACIÓN DE LAS ACTIVIDADES RECREATIVAS**

En términos turístico la Comunidad Autónoma Castilla de la Mancha (1999) menciona que las actividades recreativas son aquellas dedicadas a proporcionar, mediante un precio, actividades y servicios para el esparcimiento y recreo de sus clientes, estas pueden ser de índole deportivas, medioambientales y culturales.

### **2.1 Actividades Recreativas Deportivas**

El deporte como una actividad recreativa se determina por una serie de cualidades, como son la diversión y el placer, como objetivo principal y otras razones como el mejoramiento de la salud, la relación social, evasión y relajamiento. Estas actividades se llevan a cabo en espacios naturales como la escalada, montañismo, descenso de barrancos, descensos de ríos, senderismo, deportes acuáticos como buceo, surf, kayakismo, entre otros Noguera, M. (2019).

### **2.2 Actividades Recreativas Culturales**

Son actividades donde la principal motivación es aprender, descubrir y disfrutar de atractivos o productos materiales e inmateriales de un destino turístico de un destino. Estos atractivos o productos guardan una relación con un conjunto de elementos materiales, intelectuales, espirituales y emocionales de una comunidad, entre estos resaltan el arte, arquitectura, patrimonio histórico, gastronomía, literatura, música, estilo

de vida de los habitantes, creencias y tradiciones Organización Mundial del Turismo (2020).

### **2.3 Actividades Recreativas Medioambientales**

Es toda actividad de ocio que su práctica requiere tener un contacto directo con bienes o servicios naturales, animados o inanimados. El amplio rango de actividades asociadas al turismo basado en naturaleza estructura un panorama diverso en cuanto a las prioridades que los distintos segmentos de la industria otorgan la conservación de la biodiversidad silvestre de los paisajes en los cuales se desarrolla la visita, estas actividades turísticas basadas en el medio ambiente más relevantes son el avistamiento de flora y fauna, senderismo, camping, caminatas, entre otros Zalles, J. (2023).

Entonces para el desarrollo de las actividades recreativas es necesario contar con dos elementos primordiales: el tiempo libre, es el espacio de tiempo que tiene el ser humano libre de necesidades, ni obligaciones. Se puede decir entonces que es el resultado de la restar el tiempo total, del tiempo dedicado a las necesidades familiares, laborales y escolares. Asimismo, es necesario contar con un espacio físico que en el ámbito turístico se los denomina atractivos turísticos Nuviala, A. (2013).

Ministerio de Turismo del Ecuador (2017) clasifica a los atractivos en sitios naturales mismo que se componen por montañas, planicies, desiertos, ambientes lacustres, ríos, bosques, aguas subterráneas, fenómenos espeleológicos, fenómenos geológicos, costas o litorales, ambientes marinos y tierras insulares. Además, se clasifican en manifestaciones culturales conformados por la arquitectura, realizaciones técnicas y científicas y acontecimientos programados. Para identificar las actividades recreativas que se desarrollan en un destino turístico y la importancia que estas tienen para el progreso del lugar y sus habitantes es necesario reconocer los atractivos con los que el destino cuenta.

## **3. CARACTERÍSTICAS DE LA COMUNA SAN PABLO**

San Pablo se sitúa en la conocida Ruta del Spondylus a 16 km del centro de Santa Elena y 28 km del cantón Salinas, cuenta con un área de 320 km de extensión territorial, pertenece al cantón Santa Elena, en el sitio se desarrolla el turismo desde hace 18 años aproximadamente, la comuna cuenta con una belleza paisajística distribuida en sus 10 km

lineales de playa. Debido a su ubicación geográfica el destino desarrolla un modelo de turismo de sol y playa, por esto la mayoría de las actividades recreativas que se ofertan son al aire libre Soriano, J. (2020).

San Pablo cuenta con los recursos necesario para el desarrollo de actividades recreativas, estas cumplen un rol importante, ya que la experiencia del viaje que poseen los turistas se da en base a las actividades realizadas dentro del destino, a continuación, se mencionan las actividades que se practican dentro de la comuna.

### 3.1 Actividades recreativas de índole deportivas en San Pablo

#### **Figura 1 Kayak**

*Fuente: InfoTurismo Santa Elena (2019)*



Este deporte es practicado en San Pablo por los turistas que llegan hasta la comuna en busca de realizar deportes acuáticos, previamente reciben explicaciones de cómo realizar este deporte, y siempre son guiados por un profesional, este deporte no puede ser practicado por personas menores de 16 años, mujeres embarazadas, ni adultos mayores: en caso de ser menores de edad deben ir acompañados de un adulto Cabrera, R. y Arrate, M. (2014).

#### **Figura 2 Pesca Deportiva**



*Fuente: Operadora Ruta del Sol (2022)*



Si bien la pesca es la actividad económica principal de la comuna, en la actualidad existen la operadora Ruta del Sol que oferta la pesca deportiva la misma que consiste en brindar la oportunidad que el turista acompañe al pescador a poner y sacar la red en altamar. La comuna está presta para mostrarle al visitante las bondades de esta actividad milenaria y vivir una nueva experiencia Operadora Ruta del Sol (2022).

**Figura 3 Fútbol Playero**



*Fuente: Ministerio de Turismo del Ecuador (2018)*

Es una modalidad del fútbol que se juega en una superficie de arena lisa, se conforma por dos equipos de 5 jugadores donde el objetivo es marcar la mayor cantidad de goles al equipo contrario. San Pablo gracias a su extensa playa es el lugar ideal para practicar este deporte, en la actualidad es normal ver a los habitantes de este lugar realizar esta actividad como una forma de recrearse después de su jornada laboral, además se realizan campeonatos, así mismo es una actividad que se oferta a los turistas que llegan a este destino Federación Nacional Universitaria de Deportes de Chile (2023).

### **3.2 Actividades Recreativas Culturales de la comuna San Pablo**

**Figura 4 Visita a las iglesias**



*Fuente: Guerra, S. (2020)*



*Fuente: Guerra, S. (2020)*

La comuna cuenta con la capilla Marianita de Jesús y la iglesia Matriz San Pablo, es un lugar donde varios creyentes asisten para tener un momento de oración. Estas arquitecturas son visitadas por turistas que llegan al destino sobre todo los domingos cuando se realizan misas matutinas, en temporadas alta y feriados de semana santa existen una gran demanda que buscan conocer estos atractivos culturales Guerra, S. (2020).

**Figura 5 Fiestas patronales**



*Fuente: Desmond, D. (2023)*

Los 29 de junio la comuna rinde homenaje a su patrono San Pablo en quien han depositado su fe, muy por la mañana adornan sus embarcaciones y realizan la procesión en el mar, y una santa misa en agradecimiento a su patrono además hacen desfiles, juegos tradicionales, conciertos por las noches en el malecón, entre otras actividades que son de importancia para sus habitantes y recreativas para los visitantes Desmond, D. (2023).

### **3.3 Actividades Recreativas Medioambientales en la comuna San Pablo**

**Figura 6 Avistamiento de aves**



*Fuente: Google Maps (2018)*

En los meses de febrero y julio es cuando existe el mayor arribo de aves migratorias en ocho humedales costeros, entre ellos las Piscinas de Ecuasal de Pacoa ubicadas entre la comuna Monteverde y la Comuna San Pablo, desde el año 2007 este lugar forma parte de la Red hemisférica de reservas de aves playeras, entre las aves que más destacan son el phalaropus tricolor conocido como el pollito de mar, asimismo se puede observar hasta 59 especies de aves si el turista visita el lugar en los meses ya mencionados, cabe recalcar que el tema de manejo ambiental del lugar es privado sin embargo es un lugar que se puede visitar si se solicita los permisos necesarios con tiempo de antelación Ministerio de ambiente, agua y transición ecológica (2021).

**Figura 7 Ciclismo**



*Fuente: Infoturismo Santa Elena, (2019)*

La ruta ubicada en el sendero Pacoa consta de 30 km con ascensos y descensos, si bien la dificultad es baja existen tramos empinados que los deportistas prefieren subir caminando por esta razón también es el lugar ideal para las personas que le gusta practicar senderismo. Esta es una actividad ideal para las personas que buscan realizar deporte, divertirse y estar en contacto con la naturaleza Infoturismo Santa Elena, (2019).

#### **4. IMPORTANCIA DE LAS ACTIVIDADES RECREACIONALES PARA LA PERSONA O INDIVIDUO**

Ahora bien, la importancia de las actividades recreativas ya mencionadas tiene beneficios para los turistas que la practican asimismo para los habitantes de la comuna que la ofertan.

**4.1 Beneficios para el turista de las actividades enmarcadas al deporte que, según Muñiz, B. y Pereira, G. (2012) son:**

**4.1.1 Alivio del Estrés:** Participar en actividades recreativas deportivas fomentan a reducir el estrés y la ansiedad. El ejercicio libera endorfinas, que son hormonas que generan sensaciones de bienestar y felicidad.

**4.1.2 Mejora de Salud física:** Estas actividades implican un movimiento y ejercicio físico, lo cual contribuye a mantener una buena salud cardiovascular, fortalece los músculos y los huesos, asimismo a mejorar la resistencia física.

**4.1.3 Desarrollo de Habilidades:** Permiten desarrollar habilidades físicas y motoras, como la coordinación, el equilibrio y la agilidad. Además, se pueden adquirir habilidades sociales, como el trabajo en equipo y la comunicación.

**4.1.4 Promoción de la convivencia social:** Las actividades deportivas brindan la oportunidad de interactuar y socializar con otras personas. Esto fomenta la convivencia, el compañerismo y la construcción de relaciones sociales positivas.

**4.1.5 Diversión y entretenimiento:** Son una forma divertida y entretenida de pasar el tiempo libre. Participar en juegos y deportes puede generar emociones positivas.

**4.2 Importancia de las actividades recreativas culturales Calzadilla, R. (2011) menciona que los beneficios son:**

**4.2.1 Enriquecimiento cultural:** Estas actividades alimentan el pensamiento, cultivan la sensibilidad y refuerzan los valores identitarios de las personas. Participar en estas actividades permite al individuo sumergirse en expresiones artísticas, literarias, sociales y comunitarias, lo que contribuye a su crecimiento personal y cultural.

**4.2.2 Calidad de vida:** Estas actividades contribuyen de manera importante a la calidad de las personas. Al participar en eventos culturales, las personas pueden disfrutar de momentos de distracción y placer alejándose de la rutina diaria, encontrando un espacio para el entretenimiento y la recreación.

**4.2.3 Construcción de relaciones:** Participar en actividades recreativas culturales también puede ayudar a construir relaciones personales y comunitarias. Estas actividades promueven la interacción social, el intercambio de ideas, la colaboración entre individuos con intereses similares. Esto fortalece los lazos sociales.

### **4.3 Importancia de las actividades recreativas de índole medioambientales según Acuña. M. y Mauriello, A. (2013) son:**

**4.3.1 Promueven la conexión con la naturaleza:** Permiten a las personas interactuar y disfrutar de entornos naturales, lo que fomenta una mayor conexión con la naturaleza y una apreciación por el medio ambiente.

**4.3.2 Educación y conciencia ambiental:** Estas actividades brindan la oportunidad para aprender sobre el medio ambiente, la conservación de la naturaleza y la importancia de proteger los recursos naturales. Eso ayuda a crear conciencia ambiental y promueve comportamientos más sostenibles.

**4.3.3 Salud física y mental:** Practicar actividades recreativas al aire libre como el senderismo y paseos en bicicleta, proporciona beneficios para la salud física y mental. Estas actividades aportan a reducir el estrés, mejorar el estado de ánimo y aumentar la actividad física.

**4.3.4 Convivencia Social:** Al participar al aire libre con otras personas, se fomenta la interacción, el trabajo en equipo y la construcción de relaciones sociales.

## **5. IMPORTANCIA DE LAS ACTIVIDADES RECREATIVAS PARA EL DESTINO Y SUS HABITANTES.**

Por otro lado, la importancia que tienen las actividades recreativas para un destino y sus habitantes, de realizar actividades turísticas de una manera responsable los beneficios se verán reflejados en tres ámbitos: económico, ambiental y sociocultural Lamboglia, J. (2014).

### **5.1 Ámbito Económico**

La recreación no solo se basa en ofrecer servicios o vender, estas actividades contribuyen al bienestar de una sociedad porque mejora su calidad de vida, genera nuevas plazas de trabajo y viabilidad en un destino turístico. Es una herramienta que genera empleos estables o temporales a las personas que ofrecen estos servicios, ya sea en parques, miradores, atractivos naturales o espacios donde las actividades puedan darse de la mejor manera siempre y cuando tenga accesibilidad el turista, mediante esto la

comunidad se mantiene unida, atrayendo a los turistas y desarrollándose comercialmente realizando eventos y actividades en diferentes espacios, deportivos, culturales, entre otros Waichman, P. (2008).

En San Pablo el desarrollo de las actividades recreativas cumple un rol fundamental ya que estas motivan a los turistas a visitar el destino de esta forma fomentan a la economía de la comuna, cabe aclarar que el turismo no es su principal actividad económica sus habitantes, debido que se dedicaban a la pesca y la agricultura sin embargo en la actualidad los lugareños han optado por buscar fuentes de empleos como el comercio y el turismo que se ha venido desarrollando empíricamente Gorotiza, J. (2017).

## **5.2 Ámbito Sociocultural**

El desarrollo de las actividades recreativas tiene gran incidencia en los conglomerados sociales que están expuestos a ella. Es decir que no solo son de beneficio para aquellos que la practican sino también aquellos que la ofertan siendo también parte de ese eslabón de influencia de este fenómeno, entonces en la comuna San Pablo la importancia de las actividades recreativas en el ámbito cultural son: La generación de empleo y por ende una mejora de calidad de vida de las familias que habitan en la comuna; intercambio cultural entre los habitantes con los visitantes; y mejora en la infraestructura de la comuna como carreteras, servicios básicos, comunicaciones, transporte lo que representa mejores condiciones de vida para sus habitantes Medina, J. (2011).

## **5.3 Ámbito medioambiental**

Determinar la importancia de las actividades recreativas en el ámbito medioambiental resulta complejo debido que el turismo es considerada un consumidor específico de recursos naturales, porque estos constituyen la base de su desarrollo, por esto las actividades recreativas que se ejecutan en los sitios naturales se las considera como el principal agravante de la degradación ambiental local junto con otras actividades económicas como la agricultura o la industria Rodríguez, S. (2016).

## CONCLUSIONES

Se concluye que en la comuna San Pablo se ofertan actividades recreativas enmarcadas al deporte, la cultura y el medio ambiente. En cuanto las actividades de índole deportivas se destacan el Kayak, la pesca deportiva y el fútbol playero, mientras que las actividades recreativas culturales resaltan la visita a sus dos iglesias de nombres Capilla Marianita de Jesús y La Iglesia Matriz San Pablo, de igual forma las fiestas patronales celebradas el 29 de junio de cada año donde los comuneros realizan desfiles, conciertos, regatas entre otras actividades que son de gran importancia para los lugareños y de recreación para los visitantes. Respecto a las actividades medioambientales las más representativas son las que se practican en el cerro Pacoa como son el avistamiento de aves y el ciclismo.

Referente a la importancia de las actividades recreativas se determinó que estas causan en primer lugar un beneficio para los turistas, quienes practican las actividades deportivas tendrán alivio al estrés, mejor salud física, desarrollo de habilidades, promoción de la convivencia social, diversión y entretenimiento, mientras que los beneficios de las actividades culturales son el enriquecimiento cultural, calidad de vida y construcción de relaciones, en tanto que los beneficios de las actividades medioambientales son: la conexión con la naturaleza, educación y conciencia ambiental, salud física y mental, y convivencia social.

Respecto a los beneficios para los habitantes y el destino se darán si estas se practican una forma responsable y se verán reflejados en lo económico, gracias a las plazas de trabajo que existen en aquellos establecimientos que si bien son administrados por personas que no residen en San Pablo sus trabajadores son habitantes de la comuna, asimismo los beneficios en el ámbito sociocultural se evidencian en la generación de empleo y por ende una mejora de calidad de vida de las familias que habitan en la comuna, el intercambio cultural entre los habitantes con los visitantes, mejora en la infraestructura de la comuna como carreteras, servicios básicos, comunicaciones, transporte lo que representa mejores condiciones de vida para sus habitantes.

## BIBLIOGRAFÍA

- Acuña, M. y Mauriello, A. (2013). *Recreación y Educación Ambiental: algo más que volver a crear*. Revista de Investigación 37(78):  
[http://ve.scielo.org/scielo.php?pid=S1010-29142013000100011&script=sci\\_arttext](http://ve.scielo.org/scielo.php?pid=S1010-29142013000100011&script=sci_arttext)
- Boullón, R. (1990). *Las actividades turísticas y recreacionales*. 3ra Ed. Editorial Trillas:  
[https://www.academia.edu/40296889/R\\_oberto\\_r\\_Boull%C3%B3n\\_LAS\\_ACTIVIDADES\\_TUR%C3%8DSTICAS\\_Y\\_RECREACIONALES\\_El\\_hombre\\_como\\_protagonista](https://www.academia.edu/40296889/R_oberto_r_Boull%C3%B3n_LAS_ACTIVIDADES_TUR%C3%8DSTICAS_Y_RECREACIONALES_El_hombre_como_protagonista)
- Cabrera, R. y. (2014). *Metodología para la enseñanza-aprendizaje de la técnica de kayak n los atletas de la Academia Provincial de Deportes Náuticos de Santiago de Cuba*. Universidad de las Ciencias de la Cultura Física y el Deporte de Santiago de Cuba: <https://www.efdeportes.com/efd191/metodologia-de-la-tecnica-de-kayak.htm>
- Calzadilla, R. (2011). *Conjunto de actividades recreativas para mejorar el trabajo comunitario en el poblado de Laguna Larga*. Revista Digital Efe Deportes 15(154): <https://www.efdeportes.com/efd154/actividades-recreativas-para-mejorar-el-trabajo-comunitario.htm>
- Castro, M. y. (2020). *Plan de ordenamiento de las actividades turísticas en la comuna San Pablo aplicado a la nueva realidad pos COVID-19*. [Tesis de Pregrado Escuela Superior Politécnica del Litoral]:  
<http://www.dspace.espol.edu.ec/bitstream/123456789/53289/3/T-111432%20CASTRO%20-%20MARI%c3%91O.pdf>
- Chaluisa, M. y. (2020). *Análisis de la demanda gastronómica y su impacto socioeconómico y cultural en la comuna San Pablo, provincia de Santa Elena*. [Tesis de Pregrado Universidad de Guayaquil]:  
<http://repositorio.ug.edu.ec/bitstream/redug/51322/1/BINGQ-GS-20P54.pdf>
- Comunidad Autónoma Castilla de la Mancha. (1999). *Ley de Ordenación del turismo de Castilla de la Mancha* . <https://www.boe.es/boe/dias/1999/07/28/pdfs/A28074-28086.pdf>
- Cuenca, M. (2000). *Ocio Humanista: Dimensiones y Manifestaciones Actuales del Ocio*. Universidad de Deusto Bilbao: <http://www.deusto-publicaciones.es/deusto/pdfs/ocio/ocio16.pdf>
- Desmond, D. (2023). *Atractivo cultural, turístico y gastronómico de la fiesta popular y religiosas de “San Pablo”*. <https://origenesecuador.com/san-pablo/>



- Dumazedier, J. c. (2004). *La animación deportiva. el juego y los deportes alternativos. 1era Ed.* INDE publicaciones :  
<https://books.google.com.ec/books?id=MDvwNPWLaO8C&pg=PA12&dq=dumazedier+1964&hl=es-419&sa=X&ved=2ahUKEwipl9i1uIL9AhUiDEQIHdN2AHkQuwV6BAgCEAc#v=onepage&q=dumazedier%201964&f=false>
- Empresa Municipal de Turismo del cantón Santa Elena. (2022). *Catastro de Establecimientos turísticos del cantón Santa Elena.*
- Federación Nacional Universitaria de Deportes de Chile. (2023). *Futbol Playa* .  
<https://fenaude.cl/secciones/756>
- Google Maps. (2018). *Piscina de Ecuasal Pacoa.*  
[https://www.google.com/search?q=ecuasal+pacoa&sca\\_esv=557467280&sxsrf=AB5stBhwxQEJLKqUfL6iO0o4pas9BAWGHg%3A1692196648222&ei=KN\\_cZPyMDcObwbkPxIut6Ao&ved=0ahUKEwj8wO3gs-GAAxXDTTABHcRFC60Q4dUDCA8&uact=5&oq=ecuasal+pacoa&gs\\_lp=Egxn3Mtd2l6LXNlcnAiDWVjdWFzYWwg](https://www.google.com/search?q=ecuasal+pacoa&sca_esv=557467280&sxsrf=AB5stBhwxQEJLKqUfL6iO0o4pas9BAWGHg%3A1692196648222&ei=KN_cZPyMDcObwbkPxIut6Ao&ved=0ahUKEwj8wO3gs-GAAxXDTTABHcRFC60Q4dUDCA8&uact=5&oq=ecuasal+pacoa&gs_lp=Egxn3Mtd2l6LXNlcnAiDWVjdWFzYWwg)
- Gorotiza, J. (2017). *Las facilidades turísticas como factor condicionante del desarrollo turístico en la comuna San Pablo, cantón Santa Elena.* [Tesis de Pregrado Universidad Estatal Península de Santa Elena]:  
<https://repositorio.upse.edu.ec/bitstream/46000/3881/1/UPSE-TDT-2017-0005.pdf>
- Guerra, S. (2020). *Plan Promocional Turístico para la comuna San Pablo del cantón Santa Elena, provincia de Santa Elena.* [Tesis de Pregrado de la Universidad Estatal Península de Santa Elena]:  
<https://repositorio.upse.edu.ec/bitstream/46000/1765/1/GUERRA%20ROSADO%20SANDRA%20MARICELA.pdf>
- InfoTurismo Santa Elena. (2019). *Actividades Recreativas de la Comuna San Pablo.*  
<https://infstaelena.wixsite.com/san-pablo/actividades-recreativas>
- Infoturismo Santa Elena. (2019). *Infocentro de San Pablo - cantón Santa Elena.*  
<https://infstaelena.wixsite.com/san-pablo/actividades-recreativas>
- Lamboggia, J. (2014). *Análisis del turismo y su importancia en el crecimiento económico en América Latina: El Caso Ecuador.* [Tesis de Posgrado Facultad Latinoamericana de Ciencias Sociales]:  
<https://repositorio.flacsoandes.edu.ec/bitstream/10469/7460/2/TFLACSO-2014JCLO.pdf>
- Medina, J. (2011). *Los efectos socio-culturales del turismo.* Revista de onvestigación en turismo y desarrollo local 4(9):

[https://web.archive.org/web/20180410172835id\\_/http://www.eumed.net/rev/turys/09/jam.pdf](https://web.archive.org/web/20180410172835id_/http://www.eumed.net/rev/turys/09/jam.pdf)

- Ministerio de ambiente, agua y transición ecológica. (2021). *Plan de acción para la conservación de las aves playeras migratorias en el Ecuador*.  
[https://avesconservacion.org/wp-content/uploads/2021/12/1-PACAPME\\_2021.pdf](https://avesconservacion.org/wp-content/uploads/2021/12/1-PACAPME_2021.pdf)
- Ministerio de Turismo del Ecuador . (2018). *El Deporte llegó a San Pablo*. view-source:<https://www.deporte.gob.ec/el-deporte-llego-a-san-pablo/>
- Ministerio de Turismo del Ecuador. (2017). *Guía Metodológica para la jerarquización de atractivos y generación de espacios turísticos del Ecuador*.  
[https://servicios.turismo.gob.ec/descargas/InventarioAtractivosTuristicos/Parte1\\_GuiaMetodologicaInventarioGeneracionEspacioTuristico2017\\_2daEd.pdf](https://servicios.turismo.gob.ec/descargas/InventarioAtractivosTuristicos/Parte1_GuiaMetodologicaInventarioGeneracionEspacioTuristico2017_2daEd.pdf)
- Muñiz, B. y. (2012). *Plan de actividades instructivas, físico-deportivas y recreativas para contribuir a la utilización adecuada del tiempo libre*. Revista Digital Efe Deportes 16(65): <https://www.efdeportes.com/efd165/plan-de-actividades-recreativas-para-el-tiempo-libre.htm>
- Nogueras, M. (2019). *El Deporte y el Turismo. Una Relación de ahora y para el futuro*.  
[https://www.munideporte.com/imagenes/documentacion/ficheros/20100611135518miguel\\_angel\\_nogueras.pdf](https://www.munideporte.com/imagenes/documentacion/ficheros/20100611135518miguel_angel_nogueras.pdf)
- Nuviala, A. R. (2013). *Tiempo libre, ocio y actividad física en los adolescentes. La influencia de los padres*. Revista Federación Española de Asociaciones de Docentes de Educación Física (6) 13-20:  
<https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/2282437.pdf>
- Operadora Ruta del Sol. (2022). *Pesca Deportiva*. <https://www.rutadelsol.com.ec/copia-de-parapente>
- Organización Mundial del Turismo . (2020). *Ética, cultura, y responsabilidad social*.  
<https://www.unwto.org/es/etica-cultura-y-responsabilidad-social>
- Rodríguez, S. V. (2016). *Impactos percibidos del turismo*. Revista estudios y perspectiva en turismo 24(1) 115-134:  
<https://www.redalyc.org/pdf/1807/180732864007.pdf>
- Saavedra, W. (2018). *El Turismo en la comuna San Pablo, cantón Santa Elena, provincia de Santa Elena. Estrategia de desarrollo*. [Tesis de Pregrado Universidad de Guayaquil]:  
<http://repositorio.ug.edu.ec/bitstream/redug/34449/1/SAAVEDRA%20LOPEZ.pdf>
- Salazar, C. (2007). *Recreación*. Costa Rica: Editorial Universidad de Costa Rica.

Soriano, J. (2020). *Gestión del Turismo: Caso comuna San Pablo, provincia de Santa Elena*. [Tesis de Pregrado Universidad Estatal Península de Santa Elena]: <https://repositorio.upse.edu.ec/bitstream/46000/5369/1/UPSE-TDT-2020-0015.pdf>

Waichman, P. (2008). *Tiempo Libre y Recreación*. Editorial CCS: <https://drive.google.com/file/d/0ByOCLxnTzucqbWJQS2paV1dVRXM/view?sourcekey=0-Csx-DTwLBMAXTJUHG3mWnA>

Zalles, J. (2023). *Turismo basado en naturaleza y conservación biológica: decisiones de uso de suelo en Mindo*. *Revista Latinoamericana de Estudios Socioambientales* (23) 178-198: [https://revistas.flacsoandes.edu.ec/letrasverdes/article/download/2861/2211#:~:text=En%20general%2C%20el%20turismo%20basado,\(Tisdell%20y%20Wilson%202012\).](https://revistas.flacsoandes.edu.ec/letrasverdes/article/download/2861/2211#:~:text=En%20general%2C%20el%20turismo%20basado,(Tisdell%20y%20Wilson%202012).)