

# ¿Qué significa hablar de regeneración en el turismo rural en Costa Rica?

Hablar de **regeneración** en el turismo rural en Costa Rica implica un cambio de paradigma que supera la sostenibilidad tradicional y propone un modelo capaz de **restaurar, revitalizar y fortalecer** los sistemas vivos —naturales, sociales, culturales y económicos— de los territorios rurales. Este enfoque reconoce que muchos de estos territorios han experimentado procesos de **degeneración** asociados a la presión sobre los ecosistemas, la desigualdad territorial, la migración juvenil y la pérdida de prácticas culturales y productivas tradicionales.

La literatura reciente sobre turismo regenerativo en Costa Rica subraya que este paradigma surge precisamente como respuesta a la degradación ambiental y social generada por modelos extractivos y por una cultura de consumo que beneficia a pocos y deteriora los sistemas de soporte de la vida. Según Reyes Rojas y Casasola Guerrero (2021), tanto el turismo sostenible como el regenerativo nacen como reacción a la **degeneración** provocada por “elevadas tasas de extracción del capital natural” y por la desconexión del ser humano con los sistemas naturales que sostienen la vida.

## 1. La regeneración como proceso de “curar sistemas vivos”

La regeneración no se limita a minimizar impactos; busca **curar, restaurar y activar el potencial** de los sistemas vivos —humanos y naturales— para generar condiciones que permitan una transformación positiva del territorio.

Reed (2007), citado por Reyes Rojas y Casasola Guerrero (2021), afirma que no puede existir regeneración si no se reconoce y activa un “potencial más profundo de relaciones vivas” entre las personas y la naturaleza.

En el contexto rural costarricense, esto implica:

- recuperar suelos, bosques, fuentes de agua y biodiversidad;
- revitalizar prácticas culturales, agrícolas y artesanales;
- fortalecer la cohesión social y la identidad territorial;
- reconstruir relaciones entre actores locales, instituciones y visitantes.

## 2. La comunidad como núcleo del modelo regenerativo

El turismo rural y rural comunitario en Costa Rica tiene una larga tradición de participación local, pero la regeneración exige ir más allá: **la comunidad no solo participa, sino que lidera, decide y co-crea el futuro del territorio.**

Este enfoque se alinea con la visión de los sistemas socioecológicos (SES), donde las comunidades, los ecosistemas, las actividades productivas y el turismo forman un entramado interdependiente. Estudios recientes sobre ecoturismo en Costa Rica muestran que las actividades turísticas operan dentro de sistemas complejos donde

interactúan recursos naturales, actores locales, instituciones y mercados. Miller et al. (2023) destacan que el ecoturismo costarricense funciona como un **sistema socioecológico** con interacciones bidireccionales entre niveles sociales y ecológicos, lo cual exige enfoques integrados de gestión.

La regeneración, por tanto, reconoce que:

- el turismo debe fortalecer la gobernanza local;
- los beneficios deben quedarse en el territorio;
- las decisiones deben surgir de procesos participativos reales;
- el turismo debe contribuir a la resiliencia comunitaria.

### 3. Regeneración como creación de valor múltiple

Un proyecto regenerativo deja el territorio **mejor que antes**, generando valor ambiental, social, cultural y económico.

En Costa Rica, esto se traduce en:

- **restauración ecológica:** recuperación de bosques, suelos y cuencas;
- **dinamización económica local:** encadenamientos productivos, empleo rural, diversificación;
- **fortalecimiento cultural:** revitalización de saberes, gastronomía, artesanías, tradiciones;
- **resiliencia territorial:** capacidad de adaptación ante crisis climáticas, económicas o sociales.

Este enfoque coincide con la tendencia nacional hacia servicios turísticos “modernos, creativos e innovadores” basados en conocimiento y alto valor agregado, como señala la literatura sobre competitividad turística en Costa Rica.

### 4. Mirada sistémica del territorio: el turismo como tejido, no como sector

La regeneración entiende el territorio como un **sistema vivo**, donde el turismo interactúa con:

- agricultura,
- conservación,
- cultura,
- educación,
- movilidad,
- gobernanza,
- economía local.

Esta visión coincide con el enfoque de sistemas socioecológicos aplicado al ecoturismo costarricense, donde las interacciones entre niveles ecológicos y sociales son múltiples, complejas y dinámicas. Miller et al. (2023) señalan que este enfoque es más representativo de la realidad del turismo de naturaleza en Costa Rica que los modelos tradicionales centrados únicamente en impactos humanos.

## 5. Lo valioso y lo desafiante del turismo regenerativo en Costa Rica

### Aportes del enfoque regenerativo

- Reactiva economías rurales con arraigo territorial.
- Mejora ecosistemas y paisajes.
- Fortalece la identidad y la cohesión comunitaria.
- Genera experiencias auténticas y de alto valor.
- Aumenta la resiliencia ante crisis climáticas y económicas.

### Desafíos reales

- Requiere procesos participativos profundos y sostenidos.
- Demanda articulación institucional y continuidad política.
- Puede generar tensiones entre mercado y comunidad.
- Exige capacidades técnicas y liderazgo local.
- Necesita tiempo, paciencia y visión de largo plazo.

### Conclusión

Hablar de regeneración en el turismo rural en Costa Rica es hablar de **futuro territorial**. Es reconocer que el turismo puede ser una herramienta para **curar, revitalizar y fortalecer** los territorios rurales, siempre que se construya desde la comunidad, con una visión sistémica y con un compromiso profundo con la vida en todas sus formas.

La regeneración no es un conjunto de buenas prácticas: es un **cambio de paradigma**, un modelo que busca activar el potencial de los territorios para que florezcan ecológica, social, cultural y económicamente.

### Bibliografía citada

- **Reyes Rojas, G. & Casasola Guerrero, K. (2021).** *Turismo regenerativo: más allá de la sostenibilidad*. Revista Ambientico, Universidad Nacional de Costa Rica.
- **Miller, A. B., Cox, C., & Morse, W. C. (2023).** *Ecotourism, wildlife conservation, and agriculture in Costa Rica through a social-ecological systems lens*. *Frontiers in Sustainable Tourism*.

- **SciELO Costa Rica (s.f.).** *Servicios modernos, creativos e innovadores en el turismo costarricense.*

Si deseas más información no dude en comunicarse con nosotros, al:

Jorge Fallas C  
Presidente Ejecutivo  
Cámara de Experiencias Rurales  
+506 87513076