

Introducción

Héctor Esteve Ibáñez y Víctor Sánchez Sanz

“La naturaleza no es un lugar para visitar. Es el hogar.”
Gary Snyder, poeta y activista ambiental. Turtle Island (1975)

1. Reflexión inicial

El mundo contemporáneo se enfrenta a una compleja red de retos, que se manifiestan en múltiples dimensiones: ecológicas, sociales, económicas o tecnológicas, por citar algunas. Problemas interconectados que actúan como un sistema dinámico y retroalimentado, donde la solución en un área a menudo influye en las demás. Una sociedad en agresión continua a la naturaleza, disparatada por el consumismo y con un abrazo excesivo al universo digital.

La lista de amenazas es ingente. El aumento del uso de la tecnología, las redes sociales y el ocio digital ha traído consigo desafíos a nivel mundial. En algunos países ya se les considera adicción. A nivel global, se estima que alrededor de 210 millones de personas sufren adicción a las redes sociales. El tiempo promedio de pantalla para adultos en 2025 fue de 7,6 horas al día. Un estudio de la OMS encontró que el 12 % de los adolescentes están en riesgo de desarrollar problemas con los videojuegos.

En resumen, un mundo complejo que, seguro coincidimos, necesita de una nueva mirada... o quizás mejor, podemos hablar de un “enfoque eterno”, pues nuestra propuesta es uno de los clásicos que nunca fallan: naturaleza, educación, valores, cooperación, inclusión, compasión. En resumen, naturaleza y humanismo.

Este es un libro en positivo, propositivo y un poco reaccionario. Un texto con espíritu constructivo que puede ser un pequeño contrapunto a esta sociedad que avanza a una velocidad de vértigo. Y por qué no, quizás podría ser incluso un humilde antídoto. Como destacamos en nuestra contraportada, es una llamada a educar desde las actividades en la naturaleza. Un grito a favor del poder sanador y transformador del ocio al aire libre. Una naturaleza que cura personas tanto física como mentalmente. Que da una segunda oportunidad a adultos o que coloca a niños y jóvenes en el “lado bueno de la vida”. Nuestros bosques, ríos o montañas no son solo un telón de fondo, una foto en nuestro perfil, sino un espacio vital y un maestro inigualable en el proceso de crecimiento, aprendizaje y sanación.

El potencial educativo del libro es evidente. Con tratamiento de apartados clave, con anotaciones prácticas para su aplicación, atendiendo a diferentes grupos sociales (niños,

adolescentes, adultos, tercera edad, personas con discapacidad...), considerando tanto la educación formal como la no formal (primaria, secundaria, universidad, amas de casa, enfermos) y en multitud de entornos posibles (mar, rocódromo, cimas, ferratas, campamento, juegos, deportes, travesías...). Por supuesto, el texto no olvida las referencias a la educación ambiental y la sostenibilidad.

2. Estructura y contenidos del libro

Tras el prefacio del profesor José María Nasarre y el prólogo del profesor Åge Vigane, el lector se adentra en una obra que propone una mirada renovada hacia la educación en la naturaleza. Ambos textos iniciales nos sitúan en un contexto cultural y pedagógico que reivindica el valor de "estar" en la naturaleza, más allá de "hacer" en ella. Desde la crítica a la superficialidad del turismo natural urbano hasta la inspiración del Friluftsliv Noruego, se construye un marco que invita a repensar nuestra relación con el entorno natural en una sociedad cada vez más digitalizada.

A continuación, el libro presenta una colección de capítulos que recogen experiencias reales, innovadoras y evaluadas, desarrolladas en contextos diversos, desde centros educativos hasta programas sociales y comunitarios, dirigidas a diferentes públicos, desde la infancia hasta la tercera edad, incluyendo personas con necesidades especiales.

El lector encontrará propuestas que van desde la utilización de Actividades Físicas en el Medio Natural (AFMN) como la escalada y otras disciplinas de montaña invernales con un formato inclusivo, hasta el surf como herramienta motivacional, pasando por el senderismo y el deporte de orientación con un enfoque educativo, las pruebas multiaventura o Raids, el parkour y gimnasia natural, así como los juegos motrices, e incluso también descubrirá iniciativas sobre la educación ambiental y la terapia de aventura.

Cada capítulo está acompañado de una ficha de potencial educativo elaborada por los propios autores y autoras, fusionada en una ilustración original que representa visualmente la esencia de la intervención, y una valoración del efecto de la propuesta, en algunos casos, con gran rigor científico. Estos elementos permiten al lector comprender no solo el contenido, sino también el impacto y la aplicabilidad de cada experiencia.

La inclusión aparece como un elemento clave y transversal en esta obra, no solo como temática explícita en varios capítulos, sino como principio pedagógico que atraviesa muchas de las propuestas. Las AFMN se muestran aquí como espacios privilegiados para fomentar la equidad, la participación y el respeto a la diversidad, convirtiéndose en herramientas poderosas para transformar la educación desde lo humano y la experiencia.

Es importante señalar que cada capítulo tiene su propia esencia y peculiaridad. Esta diversidad ha impedido agruparlos en bloques temáticos cerrados, lo cual podría dar la impresión de un orden algo disperso. Sin embargo, esta disposición responde a una decisión consciente: destacar que cada capítulo es único, especial y autónomo. El orden, por tanto, responde a una lógica abierta y no jerárquica, y se invita al lector a recorrer la obra de forma libre, dejándose llevar por el interés, la curiosidad o la necesidad educativa del momento.

Más que una recopilación de buenas prácticas, este libro es una llamada a educar desde la experiencia, a reconectar con lo natural y transformar la relación entre las personas y su entorno a través de experiencias educativas en la naturaleza, que promueven el bienestar físico, emocional y social desde una vivencia significativa. En una era donde la inteligencia artificial puede replicar casi todo, esta obra apuesta por lo auténtico, lo humano y lo insustituible.

“En cada paseo con la naturaleza uno recibe mucho más de lo que busca.”

John Muir, naturalista, escritor y activista. *Steep Trails* (1918)