



## EL TURISMO MAYOR COMO UN MEDIO DE SATISFACCIÓN PERSONAL

**José Alberto Rodrigues<sup>1</sup>**

Universidade Portucalense Infante D. Henrique no Porto, Portugal

[jrodrigues@upt.pt](mailto:jrodrigues@upt.pt)

**Ricardo Pocinho<sup>2</sup>**

INTERTECH, Universidade Politécnica de Valencia, España

[pocinho@hotmail.com](mailto:pocinho@hotmail.com)

**Pedro Belo<sup>3</sup>**

Escola Superior de Tecnologia da Saúde de Coimbra, Portugal

[pedrobelo@estescoimbra.pt](mailto:pedrobelo@estescoimbra.pt)

Para citar este artículo puede utilizar el siguiente formato:

José Alberto Rodrigues, Ricardo Pocinho y Pedro Belo (2016): "El turismo mayor como un medio de satisfacción personal", Revista Turydes: Turismo y Desarrollo, n. 20 (junio 2016). En línea:  
<http://www.eumed.net/rev/turydes/20/turismo-mayor.html>

### Resumen

El presente trabajo hace una caracterización de la contribución que las actividades turísticas tienen en la calidad de vida de las personas mayores. Se realizó una encuesta de opinión en tres grupos de edad (jóvenes, adultos y ancianos) relativos al turismo de los mayores. Del mismo modo, se recogió las opiniones de las personas mayores que participaron en los programas de turismo. También se ha hecho la comparación de opiniones en los tres grupos de edad. Las opiniones son similares entre los diferentes grupos de edad y el turismo de los mayores parece tener un impacto positivo en la calidad de vida. Así, el turismo senior puede ser un camino para mejorar la calidad de vida de los mayores, trayendo felicidad, más esperanza hacia el futuro, bienestar, motivación y menos síntomas de depresión y ansiedad.

**Palabras clave:** Mayores, Turistas, Turistas Mayores, Calidad de Vida (JEL: Z30, Z32, I3).

<sup>1</sup> Doctorado en Nuevos Recursos y Sustentabilidad en Turismo por la Universidad de Salamanca.

<sup>2</sup> Doctorado en Psicogerontología por la Universidad de Valencia e en Pedagogía por la Universidad de Salamanca, Pos Doctorado en Ciencias de Educación, Universidad de Coimbra.

<sup>3</sup> Doctorando en Psicogerontología en la Universidade de Valencia.

## **Abstract**

This paper aims to make a characterization of the contribution that tourism activities have on quality of life of older people. A questionnaire was assessed to three age groups (young, adults and seniors) about Senior Tourism. Likewise, it was collected opinions of elders participating in tourism programs. It conducted a comparison of opinions among the three groups, as well as comparing these results with the group of elderly tourists. The opinions are similar among the different age groups, and senior tourism seems to have a positive impact on quality of life. Senior tourism can be a way to improve the quality of life, bringing happiness, more hope for the future, well-being, and motivation, minimizing symptoms of depression and anxiety.

**Key-words:** Seniors, Tourism, Senior Tourists, Quality of Life (JEL: Z30, Z32, I3).

## **1. INTRODUCCIÓN**

El tema del envejecimiento es complejo pues a la vez que se introducen en las rutinas los medios tecnológicos para crecer la expectativa de vida, observamos un efecto social-político combinado donde se aumenta la carga fiscal sobre la masa laboral que debe solventar a la pasiva y se reducen los puestos de trabajo disponibles (Taylor-Gooby, & Zinn, 2006). La población anciana creciente requiere una mayor preocupación por la sociedad para que pueda vivir con mayor calidad de vida. Es necesario entender lo que es envejecer y tener en consideración que esto se experimenta de manera diferente de persona a persona (Simões, 2006).

Se define el envejecimiento como un fenómeno personal y contextual, es decir, depende de nosotros mismos, nuestra carga genética, pero también depende del entorno en el que operamos, así como de nuestras experiencias a lo largo de la vida. Teixeira (2004) añade, refiriéndose a la complejidad del proceso de envejecimiento, como un fenómeno biológico, psicológico y social que produce cambios en la funcionalidad, la autonomía, la movilidad y en consecuencia la calidad de vida de cada uno, comenzando desde el nacimiento (Carvalho, 1999; Serra, 2006; Simões, 2006). También Anthony (2012) caracteriza el proceso de envejecimiento como lento y gradual, con un ritmo divergente de persona a persona y depende de las influencias genéticas, sociales, históricas y psicológicas.

Pero es importante tener en atención a la información de que el envejecimiento no tiene relación con la edad cronológica (Erickson, 1968). El envejecimiento (60 años- muerte) es la última etapa en que se refiere una delicada adultez tardía, o madurez, en que hay la tarea primordial de alcanzar una integridad de desesperanza. Según esta teoría, el cambio con éxito de cada etapa dará lugar a una personalidad sana y a interacciones acertadas con los demás, se alargando el concepto de desarrollo de la personalidad para el ciclo completo de la vida, hasta la vejez. Cada etapa implica una renegociación consigo mismo y dependiendo de cómo

se han cerrado las etapas anteriores, una persona se aferra al pasado o al futuro (Erickson, 1968).

Fonseca (2012) apoya la idea de desarrollar aplicada al envejecimiento, una perspectiva que valora la estimulación de las capacidades individuales (por la edad avanzada y la comunidad) como una manera de beneficiar a la operación individual y como un agente activo en su propio desarrollo. Incrementar el desarrollo personal y facilitar su integración y participación activa en la familia, la comunidad y la sociedad en general.

De este modo, los entornos que rodean los ancianos serán facilitadores y permiten que se desarrolle, proporcionando continuidad con respecto al desempeño de los papeles sociales, las oportunidades. El ocio, envuelve el aprendizaje y el establecimiento de relaciones interpersonales y de la comunidad - con la familia y la comunidad (Fache, 2002).

En los días de hoy, el mayor tiene una posición pendiente de aprobación social. Hay una restricción muy fuerte y compleja, característica de las sociedades diferenciadas. Es en las actividades del ocio donde se originan movimientos en sentido contrario al autocontrol casi automático, quebrando las reglas sociales e teniendo movimientos sin restricción. Cada viaje implica una ruptura con el hogar, por lo tanto debe ser sustentado por niveles altos de confianza. Es necesario comprender que las personas no necesariamente se sienten más felices durante las vacaciones, en muchas ocasiones pueden hasta vivir con alguna tensión que las mismas generan (Elias, & Dunning, 1986).

La educación en una fase posterior del ciclo de vida autoriza enriquecimiento personal de las personas mayores y su instrucción y entrenamiento del nivel cognitivo, afectivo y social (Oliveira, 2008). Debe hacerse este aprendizaje para evitar, en la medida de lo posible, prematuros o patológicas descensos pero también promover un envejecimiento normal y exitoso. Es decir, el empoderamiento de la autoimagen, la inversión continúa en la vida, la intervención y la participación social. Según Oliveira (2008), es importante que la persona siga siendo intelectualmente activo y que pueda vivir de la mejor manera posible. El nivel de educación de la personalidad, las relaciones sociales y en la confrontación con la enfermedad y la mente le ayudará a vivir una vejez exitosa. Este autor, asegura que un envejecimiento exitoso es "uno que las personas sigan funcionando de manera efectiva, tanto desde el punto de vista físico, ya sea psíquica o mental" (Oliveira, 2008: 75).

También Souza (2006) menciona la importancia del ocio en la búsqueda de mejorar la calidad de vida en la vejez como una forma de satisfacer las necesidades psicológicas y sociales que marcan esta etapa de la vida. El resto, diversión, recreación, entretenimiento, desarrollo personal y social, la participación social voluntaria, la posibilidad de la continuidad del crecimiento biopsicosocial y la inversión personal, sólo para ser parte de la definición de ocio (Joffre, & Dumazedier, 1973). Después de retirarse y como la edad avanza, la importancia del ocio en la vida de uno está adquiriendo una dimensión cada vez más importante en la

búsqueda del bienestar y en el mantenimiento de una vida sana y activa. Ocio por lo tanto se puede experimentar en varias maneras. Gomes (2003), se refiere a las prácticas culturales (fiestas, excursiones, viajes), formas de arte y el turismo.

El acceso a oportunidades de recreación es un derecho social, de esta manera se debe considerar las políticas públicas relacionadas con el ocio y el turismo dirigido a la tercera edad, para permitir el acceso y el control en cuanto a la calidad de los bienes y servicios ofrecidos. Al mismo tiempo que permite la sostenibilidad de los atractivos turísticos naturales y culturales (Souza, 2006).

Taylor-Gooby (2014) argumenta que un gobierno que quiera implementar a una sociedad más inclusiva, tiene que implementar políticas que cambien la manera de como las personas piensen su papel en comunidad.

Pero que destinos turísticos elegir para estas personas, es una duda muy actual. Como Baloglu (1999) nos indica, es necesaria una evaluación de la percepción que haga informe de las creencias y de los conocimientos que un turista debe tener del destino.

Viajar tiene un carácter predominante en el "yo" (auto-centrado) produciendo alteraciones que nos permiten un crecimiento personal y una mejor relación inter personal (Alexander, Bakir, & Wickens, 2010).

Así, actualmente es muy importante comprender las imágenes que tienen los turistas, pero también es necesario comprender el papel de los factores internos y externos que hacen su influencia en la formación. Como presenta Suárez (2011) en su estudio, la promoción eficaz de un destino turístico no debe destacar solo los recursos naturales, culturales o humanos del lugar, pero también las emociones o los sentimientos del mismo, ya que se encuentra una asociación significativa entre el origen geográfico-cultural del turista y la dimensión afectiva de la imagen del sitio. Un itinerario turístico debe ser tratado como una representación individual y personal de tratar las expectativas, deseos y experiencias de viajes (Cisne, & Gastal, 2011).

Las responsabilidades públicas, no sólo proporcionan experiencia efectiva de ocio para las personas mayores, así como las prácticas turísticas, lo que permite una mayor armonía social, evitando el aislamiento, proporcionando la inclusión del desarrollo intelectual de edad avanzada, las capacidades físicas y su independencia (Souza, 2006).

Además, el viajar y visitar otros locales esta correlacionada positivamente con mejor nivel de salud (Gump, & Matthews, 2000). Las personas usualmente se sienten más felices, relajadas y activas en sus vacaciones, o en su tiempo de ocio (Bloom, Borsch-Supan, McGee, & Seike, 2011) desde que se sientan confidentes en su desplazo (Elias, & Dunning, 1986). La calidad de vida es un buen predictor del desarrollo turístico (Woo, Kim, & Uysal, 2015)

## **2. METODOLOGÍA**

### **2.1 Objetivos**

Este estudio tiene como objetivo examinar cuál es la contribución que el tiempo de ocio con actividades de turismo tiene en la vida de las personas mayores.

A primera vista, tenemos la intención de encontrar cuál es la opinión de la población portuguesa en relación con las actividades de turismo mayor. El objetivo es comparar las opiniones de los tres principales grupos de diferentes edades: jóvenes, adultos y ancianos. Con esta comparación, el objetivo es ver si las opiniones difieren en cuanto a la contribución de las actividades de turismo mayor, ya sea o no una promoción de la calidad de vida de las personas mayores que se dedican a estas actividades y por lo tanto, si hay una contribución positiva en vida de las personas. ¿Es la calidad de vida percibida de manera diferente dependiendo de la edad de los participantes?

Se pretende también comprobar si los participantes de mayor edad tenían una contribución positiva en sus vidas cuando se involucran en actividades de turismo mayor.

### **2.2 Caracterización de la muestra**

Este estudio presenta tres muestras de población, la primera muestra representada por los jóvenes (18 a 30 años); la segunda muestra representada por los participantes adultos (31-65 años) y una tercera muestra de personas de edad avanzada (mayores de 65 años). Esta tercera muestra, a su vez, se subdivide entre las personas de edad avanzada que nunca han participado en el turismo mayor y de la tercera edad que han participado al menos una vez en su vida o que seguirá participando en este programa de turismo en particular.

Las muestras fueron constituidas de modo que pudiéramos analizar las opiniones prevalecientes de los tres grupos de edad para una posterior comparación posible de los resultados. De esta manera, y para este análisis, hemos aceptado la participación de la población en general, ya que este primer análisis destinado únicamente para verificar y comparar las opiniones a nivel de distintos grupos de edad. Por tanto, el criterio de inclusión se tiene la edad y viven en territorio portugués.

En total, el estudio presenta una muestra general de 1.000 participantes, que consta de 428 hombres y 572 mujeres. La participación en el estudio fue voluntaria, siendo garantizada el anonimato e la confidencialidad de los datos recogidos.

## 2.3 Cuestionario y procedimientos

El cuestionario consta de varias cuestiones que se integran en estas dos partes esenciales. Así, la primera parte está ocupada por la población en general (grupo de jóvenes, grupos adultos y el grupo de ancianos) y tiene la intención de llevar a cabo una encuesta de opinión sobre el turismo mayor. Se compone de preguntas sociodemográficas, las cuestiones relacionadas con el turismo mayor y las preguntas sobre el impacto del turismo en la calidad de vida de las personas mayores.

La colección compuesta de dos maneras: (1) de llenado presencia en papel y en la entrevista personal; (2) en formato digital disponible a través de un cuestionario *online* en la Internet. Obtenidos los dos métodos para lograr la cobertura más personas de diferentes áreas geográficas. El de relleno también era necesario y fundamental como las personas mayores no tienen acceso fácil y rápido, por las restricciones destinadas a ser utilizadas, entonces estos dos métodos para que pudieran recoger una muestra adecuada para el análisis requerido. La colección del hotel, además de cubrir las personas mayores, no sólo los que utilizan la tecnología de la información moderna, presenta otra ventaja: era posible aclarar las dudas que puedan contaminar las respuestas al cuestionario, así como la verificación de que el cuestionario era debidamente cumplimentado.

Después de la recogida y la construcción de la base de datos realiza el análisis descriptivo de las variables sociodemográficas y las respuestas del cuestionario mediante el análisis de frecuencias absolutas y relativas, desviaciones estándar y media. Los datos fueron analizados con el programa SPSS 20.0 (*Statistical Package for Social Sciences*).

## 3. RESULTADOS

La muestra total del estudio 572 (57.2%) mujeres y 428 (42%) hombres (Tabla 1).

Tabla 1. Caracterización de la muestra con respecto al género.

|                            | Hombres |       | Mujeres |       |
|----------------------------|---------|-------|---------|-------|
|                            | N       | %     | N       | %     |
| Muestra "Joven"            | 78      | 36%   | 138     | 64%   |
| Muestra "Adultos"          | 151     | 42.7% | 203     | 57.3% |
| Muestra "Ancianos"         | 199     | 46.3% | 231     | 53.7% |
| Muestra "turistas mayores" | 149     | 43.4% | 194     | 56.6% |

|       |     |       |     |       |
|-------|-----|-------|-----|-------|
| Total | 428 | 42.8% | 572 | 57.2% |
|-------|-----|-------|-----|-------|

La mitad de los jóvenes y los adultos reporta el conocimiento de este tipo de turismo. A su vez, la casi totalidad del informe conocimientos ancianos de este programa de turismo (Tabla 2).

**Tabla 2. Caracterización de la muestra con respecto a la pregunta "¿usted conoce el turismo mayor?"**

|           | Jóvenes | Adultos | Ancianos |
|-----------|---------|---------|----------|
| <b>Sí</b> | 59.5%   | 54.2%   | 90.2%    |
| <b>No</b> | 50.5%   | 45.8%   | 9.8%     |

El turismo mayor parece hacer que los ancianos se sientan menos solos. Podemos analizar que sea los jóvenes, adultos y ancianos consideran que los turistas mayores cuando hacen estas actividades se sienten menos solos (Tabla 3).

**Tabla 3. Caracterización de la muestra con respecto a la pregunta "¿... se sienten menos solos?"**

|                                | Jóvenes | Adultos | Ancianos | Turistas Mayores |
|--------------------------------|---------|---------|----------|------------------|
| Totalmente en desacuerdo       | 0,5%    | 0.3%    | -        | -                |
| Desacuerdo                     | 0,5%    | 0.6%    | -        | -                |
| Ni en desacuerdo ni de acuerdo | 3,7%    | 4.5%    | 1.4%     | 8.7%             |
| De acuerdo                     | 31,5%   | 44.6%   | 55.8%    | 40.8%            |
| Totalmente en acuerdo          | 63,9%   | 50%     | 42.8%    | 50.4%            |

El turismo mayor parece hacer con que los ancianos se sientan menos deprimidos y ansiosos (Tabla 4).

**Tabla 4. Caracterización de la muestra con respecto a la pregunta "¿Se sienten menos ansiosos y deprimidos?"**

|                          | Jóvenes | Adultos | Ancianos | Turistas mayores |
|--------------------------|---------|---------|----------|------------------|
| Totalmente en desacuerdo | -       | -       | -        | -                |

|                                |      |       |       |       |
|--------------------------------|------|-------|-------|-------|
| Desacuerdo                     | 0,5% | 0.3%  | -     | -     |
| Ni en desacuerdo ni de acuerdo | 1,4% | 4.5%  | 2.8%  | 10.5% |
| De acuerdo                     | 36%  | 46.6% | 54.7% | 41.1% |
| Totalmente en acuerdo          | 62%  | 48.6% | 42.6% | 48.4% |

El turismo mayor parece hacer con que los ancianos se sientan más felices. Podemos analizar que sea los jóvenes, adultos y ancianos consideran que los turistas mayores cuando hacen estas actividades se sienten más felices (Tabla 5).

**Tabla 5. Caracterización de la muestra con respecto a la pregunta "¿...se sienten más felices?"**

|                                | Jóvenes | Adultos | Ancianos | Turistas mayores |
|--------------------------------|---------|---------|----------|------------------|
| Totalmente en desacuerdo       | -       | -       | -        | 0.3%             |
| Desacuerdo                     | -       | -       | -        | -                |
| Ni en desacuerdo ni de acuerdo | 0,5%    | 2.3%    | 1.6%     | 7.9%             |
| De acuerdo                     | 32,8%   | 45.2%   | 51.2%    | 36.7%            |
| Totalmente en acuerdo          | 66,7%   | 52.5%   | 47.2%    | 55.1%            |

El turismo mayor parece hacer con que los ancianos se sientan con esperanza en el futuro. La mayor parte de la población, independientemente de su edad, está de acuerdo con la cita (Tabla 6).

**Tabla 6. Caracterización de la muestra con respecto a la pregunta "¿... Siéntese con esperanza en el futuro?"**

|                                | Jóvenes | Adultos | Ancianos | Turistas mayores |
|--------------------------------|---------|---------|----------|------------------|
| Totalmente en desacuerdo       | 0,5%    | -       | -        | -                |
| Desacuerdo                     | 1,4%    | 2.3%    | -        | 0.6%             |
| Ni en desacuerdo ni de acuerdo | 10,2%   | 18.1%   | 9.5%     | 14.6%            |
| De acuerdo                     | 33,7%   | 39.5%   | 54.2%    | 48.4%            |
| Totalmente en acuerdo          | 54,2%   | 40.1%   | 36.3%    | 36.4%            |

El turismo mayor parece hacer con que los ancianos tengan un mayor bienestar percibido, además trae una mejor calidad de vida (Tabla 7).

**Tabla 7. Caracterización de la muestra con respecto a la pregunta "¿... El turismo contribuye a una mejor calidad de vida en la vejez?"**

|                                | Jóvenes | Adultos | Ancianos | Turistas mayores |
|--------------------------------|---------|---------|----------|------------------|
| Totalmente en desacuerdo       | -       | -       | -        | -                |
| Desacuerdo                     | -       | 0.3%    | -        | -                |
| Ni en desacuerdo ni de acuerdo | -       | 2%      | 0.5%     | 5%               |
| De acuerdo                     | 31%     | 44.9%   | 51.9%    | 39.9%            |
| Totalmente en acuerdo          | 69%     | 52.8%   | 47.7%    | 55.1%            |

El turismo mayor parece hacer con que las personas mayores tienen más motivación en sus vidas. Nadie estaba en desacuerdo con la cita (Tabla 8).

**Tabla 8. Caracterización de la muestra con respecto a la pregunta "¿las actividades turísticas dan motivación para los ancianos?"**

|                                | Jóvenes | Adultos | Ancianos | Turistas mayores |
|--------------------------------|---------|---------|----------|------------------|
| Totalmente en desacuerdo       | -       | -       | -        | -                |
| Desacuerdo                     | -       | -       | -        | -                |
| Ni en desacuerdo ni de acuerdo | 1,9%    | 2.3%    | 2.6%     | 9.3%             |
| De acuerdo                     | 31,9%   | 47.5%   | 56.7%    | 45.8%            |
| Totalmente en acuerdo          | 66,2%   | 50.3%   | 40.7%    | 44.9%            |

El turismo mayor parece tener muchas ventajas en la vida de las personas mayores (Tabla 9).

**Tabla 9. Caracterización de la muestra con respecto a la pregunta "¿creo que el turismo mayor muchas ventajas en la vida de las personas mayores?"**

|                          | Jóvenes | Adultos | Ancianos | Turistas mayores |
|--------------------------|---------|---------|----------|------------------|
| Totalmente en desacuerdo | -       | -       | -        | -                |
| Desacuerdo               | -       | -       | -        | -                |

|                                |       |       |       |       |
|--------------------------------|-------|-------|-------|-------|
| Ni en desacuerdo ni de acuerdo | 1,9%  | 2%    | 0.9%  | 2.9%  |
| De acuerdo                     | 30,6% | 46.3% | 53.3% | 45.5% |
| Totalmente en acuerdo          | 67,6% | 51.7% | 45.8% | 51.6% |

#### 4. CONCLUSIÓN

El ocio no puede mejorar la calidad de vida de una persona mayor si esa persona no ha cerrado maduramente sus etapas psicológicas (Erickson, 1968). Mientras envejecemos y nos jubilamos, tendemos a disminuir nuestra productividad, y exploramos la vida como personas jubiladas. Durante este periodo contemplamos nuestros logros y podemos desarrollar integridad si consideramos que hemos llevado una vida acertada. Si vemos nuestras vidas como improductivas, nos sentimos culpables por nuestras acciones pasadas, o consideramos que no logramos nuestras metas en la vida, nos sentimos descontentos con la vida, apareciendo la desesperación, que a menudo da lugar a depresión (Erickson, 1968).

Pero hay que tener algún cuidado, el ocio también puede ser opresivo (Sebreli, 2011). Si el ocio no es hecho con un propósito, un objetivo, una actitud, se puede seguir un estado de alienación y desmotivación por las tareas cayendo en un cotidiano sin ningún sentido.

Los destinos tienen cada vez más un valor duplicado: lo de utilitario (con un valor funcional e valor monetario) e un valor socio psicológico (con un valor emocional), como se puede ver en lo trabajo de Williams e Soutar (2009).

El turismo es un fenómeno en que su esencia se relaciona con el concepto de espacio. No obstante los modelos averigüen identificar las posibilidades de elementos, por su pluralidad y dinámica, siempre podrá surgir otra posibilidad. Los modelos teóricos, espaciales o estructurales, contribuyen significativamente para la comprensión del fenómeno turístico lo que a su vez consiente que las organizaciones lógicas auxilian a la gestión de destinos. Además, se debe estimular la difusión y desarrollo de los modelos teóricos aplicados al turismo con el fin de engrandecer la gestión de la actividad turística (Santos, 2007).

Creemos que el turismo mayor considera aspectos fundamentales como: saneamiento, la calidad, asequibles, reduciendo el riesgo asociado con los viajes y una mayor necesidad de información y apoyo. Y es fundamental para el estudio del turismo mayor en el impacto en la calidad de vida de las personas mayores en una sociedad cada vez más envejecida y cuando las políticas sociales cada vez se dirigen al campo del envejecimiento. El sector del turismo es de hecho relevante en el contexto social y ambiental, por lo que es importante para el estudio de todas las actividades y todos los recursos sociales e institucionales para permitir a las personas mayores y promover la búsqueda activa de que la calidad de vida por el turismo de mayores.

Como nos presenta Campodónico Y Chalar (2011), un instrumento fundamental en este proceso del turismo es la transdisciplina, que por su característica forma de evolución, admite que la realidad es multidimensional y la estructura se da en múltiples niveles. Este estudio tiene como objetivo determinar cuál es la contribución del tiempo de ocio con actividades de turismo que asume en la vida de las personas mayores. En concreto, el objetivo fue analizar las opiniones de los tres grupos de edad (jóvenes, adultos y personas de edad avanzada) para el turismo mayor y el impacto que este programa puede tener en la calidad de vida de los turistas mayores. Con respecto al impacto de estas actividades en la calidad de vida de los turistas mayores en mayoría se sienten menos sentimientos de soledad, más felicidad, más esperanza para el futuro, más bienestar, más motivación y una mejor calidad de vida y, en consecuencia, menos síntomas de depresión y ansiedad. Así pues, este estudio permite presentar las opiniones de los más jóvenes, adultos y personas de edad avanzada que nunca han asistido a este programa en los impactos y efectos, tanto positivos como negativos, del turismo mayor en Portugal. Además, se permite comprobar las mismas percepciones, pero específicamente en las personas mayores que han asistido a la visita de alto nivel, o seguir participando. Se nos permite hacer una comparación de opiniones en tres grupos de edades diferentes y, como para comparar con las opiniones de los que han participado. Además de esta ventaja, el presente estudio tiene limitaciones, específicamente relacionados con el tamaño de la muestra que no es lo suficientemente robusta como para ser representativo. Por lo tanto, podemos decir que esta muestra es, de hecho, una muestra piloto, ya que no podemos cubrir un tercio de la población portuguesa en los distintos grupos de edad. La realización de un cuestionario disponible en el registro en línea se perfila como una ventaja ya que cubriría a más participantes y regiones geográficas. Sin embargo, limitaciones en la recogida de la muestra de este estudio no nos permitió llegar a un número suficiente para que la muestra sea representativa de la población portuguesa. Contudo, los resultados nos permiten concluir, tal como en los estudios de Ferrer, Sanz, Ferrandis, McCabe y Garcia (2016) y McCabe, Joldersma y Li (2010), que el turismo trae nuevas perspectivas para un envejecimiento saludable y activo, siendo que los mayores turistas son más activos y poseen más salud física y mental.

## **BIBLIOGRAFIA**

Alexander, Z., Bakir, A., & Wickens, E. (2010): An investigation into the impact of vacation travel on the tourist. *International Journal of Tourism Research*, 12(5), 2010, p. 574–590. doi: 10.1002/jtr.777

- Baloglu, S. (1999): "A path analytic model of visitation intention involving information sources, sociopsychological motivations, and destination image". *Journal of Travel & Tourism Marketing*, 8(3), 1999, p.81-91.
- Bloom, D., Borsch-Supan, A., McGee, P., & Seike, A. (2011): Population Aging: facts, challenges, and responses. *Benefits and compensation International*, 41(1), 2011, p.22-28.
- Carvalho, J. (1999). Aspectos metodológicos no trabalho com idosos. En: J. Mota & J. Carvalho (Eds.), *Atas do seminário de qualidade de vida no idoso: O papel da atividade física*. Faculdade de Ciências do Desporto e de Educação Física da Universidade do Porto, Porto, pp. 306-327.
- Campodónico, R., & Chalar, L. (2011): Hacia la construcción del conocimiento en turismo. *Estudios y Perspectivas en Turismo*, 20(6), 2011, p.1307-1323.
- Cisne, R., & Gastal, S. (2011): Nueva Visión sobre los itinerarios turísticos: una contribución a partir de la complejidad. *Estudios y Perspectivas en Turismo*, 20(6), 2011, p.1449-1463.
- Elias, N., & Dunning, E. (1986). *Quest for excitement Sport and Leisure in the Civilizing Process*. Oxford-New York: Basil Blackwell Publisher Ltd.
- Erikson, E. (1968). *Identity, Youth and Crisis*. Norton, New York.
- Fache, W. (2002). El aprendizaje como medio para disfrutar del ocio y el aprendizaje como fin del ocio. En: C. Cruz Ayuso, (Ed.), *Educación del ocio: Propuestas internacionales*, Instituto de Estudios de Ocio. Universidad de Deusto, Bilbao, pp. 85-102.
- Ferrer, J. G., Sanz, M. F., Ferrandis, E. D., McCabe, S., & García, J. S. (2016): Social Tourism and Healthy Ageing. *International Journal of Tourism Research*. doi: 10.1002/jtr.2048.
- Fonseca, A. (2012). Desenvolvimento psicológico e processos de transição-adaptação no decurso do envelhecimento. En C. Paúl, & O. Ribeiro (Ed.), *Manual de Gerontologia*. Lidel, Lisboa, pp. 95-106.
- Gump, B. B., & Matthews, K. A. (2000): Are vacations good for your health? The 9 year mortality experience after the multiple risk factor intervention trial. *Psychosomatic Medicine*, 62, 2000, p.608-612.

- Martínez-García, E. (2013): El Turista Sénior en Europa: Actualidad y Futuro. *Revista Iberoamericana de Turismo*, 3(1), 2013, p.38-56.
- McCabe, S., Joldersma, T. & Li, C. (2010): Understanding the benefits of social tourism: Linking participation to subjective well-being and quality of life. *International Journal of Tourism Research*, 12(6), 2010, p. 761–773. doi: 10.1002/jtr.791
- Oliveira, J. (2008). *Psicologia do Idoso*. Legis Editora/ Livpsic, Porto
- Santos, G. (2007): Modelos Teóricos aplicados al turismo. *Estudios y Perspectivas en Turismo*, 16(1), 2007, p.96-110.
- Sebreli, J. J. (2011). *El tiempo de una vida*. Sudamericana, Buenos Aires.
- Serra, A. (2006). Que significa envelhecer? En: H. Firmino, L. C. Pinto, A. Leuschner & J. Barreto (Eds.), *Psicogeriatría*. Psiquiatria Clínica, Coimbra, pp. 21-33.
- Simões, A. (2006). *A Nova Velhice*. Ambar, Porto.
- Souza, T. (2006). Lazer, Turismo e Políticas Públicas para a Terceira Idade. *Revista Científica Eletrônica Turismo*, 4. Disponible en: <http://www.revista.inf.br/turismo04/artigos/art01.pdf>  
Consultado en el 22/06/2014 a las 17:56
- Suarez, M. (2011): La formación de la imagen turística desde la perspectiva de la distancia cultural del viajero: Marco teórico y estudio de caso. *Estudios y Perspectivas en Turismo*, 20(6), 2011, p.1237-1257.
- Taylor-Gooby, P., & Zinn, J. (2006): Current Directions in Risk Research: New developments in psychology and sociology. *Risk Analysis*, 26(2), 2006, p.397-411. ISSN 0272-4332
- Taylor-Gooby, P. (2014). Making the Case for the Welfare State. *Policy and Politics*, 1-18.
- Teixeira, R. (2004). *A qualidade de vida do idoso e as influências que têm sobre a domiciliação e as construções dos idosos sobre os problemas com a família* (Dissertação de Mestrado). Porto: Universidade Fernando Pessoa, Portugal.
- Williams, P., & Soutar, G. (2009): Value, satisfaction and behavioral intentions in an adventure tourism context. *Annals of Tourism Research*, 36(3), 2009, p. 413–438. doi:10.1016/j.annals.2009.02.002

Woo, E., Kim, H., & Uysal, M. (2015): Life satisfaction and support for tourism development. *Annals of Tourism Research*, 50, 2015, p. 84-97.  
<http://dx.doi.org/10.1016/j.annals.2014.11.001>