

RECOMENDACIONES PARA USAR LA ALTA MONTAÑA SIN DAÑARLA

"LOS AMBIENTES DE ALTA MONTAÑA ESTÁN CATALOGADOS ENTRE LOS MÁS FRÁGILES, POR LO MUCHO QUE TARDAN EN RECUPERARSE UNA VEZ QUE SON DAÑADOS"

Regla general: "No deje signos de que usted haya estado alguna vez en el lugar"

1) Planificación de una salida

- ✓ Planifique las salidas para no más de 10 ó 12 personas. Los grupos grandes generan mayor impacto que varios pequeños, es más difícil manejarlos y encontrar buenos sitios de acampe, y es más problemático el tema de los desechos.
- ✓ Infórmese sobre senderos, sitios de acampe y restricciones de uso del área a visitar consultando en oficinas especializadas y/o con los guardaparques o guardabosques a cargo de la seccional más cercana. Busque información sobre las condiciones climáticas en la zona y escoja el equipamiento necesario para las temperaturas extremas, viento y lluvia. Estos datos ayudaran a hacer un mejor y más adecuado uso del lugar a visitar. Por su seguridad, no salga si el pronóstico es malo.
- ✓ Considere un equipo que ayude a minimizar el impacto. Son elementos indispensables un calentador de montaña (está prohibido hacer fuego en la alta montaña), y envases para transportar y almacenar agua (como botellas grandes de gaseosas) que ofrecen la facilidad de acampar a una distancia apropiada de las fuentes de agua.
- ✓ Lleve comida liviana y nutritiva, en bolsitas de nylon u otros envases livianos. Evite las latas y los envases de vidrio. Recuerde que debe regresar con todos los residuos producidos, tanto orgánicos como inorgánicos. Estos nunca deben enterrarse ni quemarse.
- ✓ Lleve una o dos bolsas para residuos, para recoger su propia basura y la que otros puedan haber dejado. Si lleva la comida organizada en bolsas de tamaño medio, estas se reutilizan unas dentro de otras para bajar la basura; al ponerlas dobles o triples se hacen resistentes y herméticas. Tenga la precaución de llevarlas dentro de la mochila para no engancharlas ni romperlas. Lleve también una palita de mano, o algo similar, para enterrar las deposiciones, y bolsas especiales tipo "zip lock" para excrementos si va a lugares de escalada o alta montaña sin suelo disponible.

- ✓ Evite, a toda costa, introducir especies no nativas del área a visitar.

2- Al caminar

- ✓ Camine en fila sin salir del sendero. Indique al grupo que haga lo mismo. Caminar dispersos usando el borde del sendero, lo ensancha progresivamente aumentando la erosión y alterando el lugar.
- ✓ Evite caminar sobre suelo anegado; el suelo cargado de agua es mucho más susceptible de deterioro. Pero si se encuentra con sectores anegados en el sendero, trate de atravesarlos en lugar de salirse del mismo.
- ✓ No corte camino en los zigzags o caracoles. Circular por la línea de máxima pendiente produce un alto grado de erosión del suelo. Los "atajos" se erosionan severamente.
- ✓ Salga sin mascotas; los perros, por ejemplo, son por naturaleza predadores, y van a tender a perseguir y molestar ejemplares de la fauna.
- ✓ Mantenga lo más bajo posible el nivel de ruido. Los ruidos extraños alteran el comportamiento de la fauna, y deterioran la calidad de la experiencia en la naturaleza para usted y los otros visitantes. Además, cuanto menos ruido haga, verá y escuchará más fauna.
- ✓ Haga los descansos fuera de la picada, en lugares sin o con poca vegetación y con sustrato resistente. Hacer los descansos sobre la picada obliga a otros caminantes a salir de la misma para pasar.

3- Si se debe caminar en zonas donde no hay picadas

Como regla general, debe caminar por los senderos o por trayectos demarcados o señalizados (por ej. con pircas, manchas de pintura, etc.). Pero, si se viera obligado a transitar en zonas sin ellos, lo que se conoce como "a campo traviesa", tenga en cuenta lo siguiente:

- ✓ Esto implica un mayor riesgo para Ud. y su grupo, ya que podrían extraviarse, demorarse, o sufrir un accidente en una zona de difícil rescate.
- ✓ Pese a que para transitar a campo traviesa la recomendación general es dispersarse para evitar la formación de un sendero no deseado, en alta montaña, contemplando la fragilidad del ambiente y la escasa vegetación, haga que el grupo camine en fila para no impactar en un amplio frente.
- ✓ Elija zonas de superficies durables, como roca, pedreros o cursos de arroyos secos.

- ✓ Evite caminar sobre las plantas, algunas de ellas no pueden recuperarse luego de ser pisoteadas. Tenga en cuenta que la cobertura vegetal es lo suficientemente baja en la montaña como para permitir evitar los vegetales sin problemas.
- ✓ Ponga especial atención en los pedreros sueltos, especialmente durante los descensos, ya que las botas entierran y desentierran fácilmente las plantas.
- ✓ Evite atravesar los mallines, la vegetación que allí se desarrolla es sumamente frágil. lo adecuado es rodearlos. Si se hace inevitable atravesar un "mallín blando" conviene no dispersarse; es preferible dejar una cicatriz que muchas cicatrices.
- ✓ Recuerde que está prohibido abrir y señalar nuevas rutas. Por esta razón, si camina fuera de picadas, no señalice con cintas, machetazos, pircas o pintura.

4- Acampe

- ✓ Acampe en lugares permitidos. Normalmente, en los circuitos tradicionales estos son bien evidentes.
- ✓ En las zonas libres (o sea, permitidas pero sin infraestructura ni parcelas) que sean muy frecuentadas, hágalo sólo en sitios dentro del área ya altamente impactados con anterioridad.
- ✓ En lugares poco frecuentados y no impactados, sólo acampe en sitios libres de vegetación (suelo desnudo, arena, pedregullo, nieve), o en lugares con vegetación resistente (como los pastos duros), evitando las áreas más frágiles como laderas con pendiente, mallines y zonas con relativamente abundante cobertura vegetal. Es mejor tratar de acampar cerca de pequeñas elevaciones con algo de bosque. Esos sitios algo elevados son más cálidos que las orillas de arroyos o los pastizales húmedos, donde a la noche baja aire frío y donde la vegetación es delicada y sensible al pisoteo. De este modo, también se evitará interferir con la fauna que necesita acercarse al agua. La zona de la cocina, que es la más frecuentada, debe estar ubicada sobre una superficie dura.
- ✓ Nunca acampe en sitios ligeramente impactados, así se recuperan.
- ✓ No haga canaletas alrededor de la carpa. Las canaletas pueden comenzar erosión y dejar cicatrices muy duraderas.
- ✓ En el sitio de acampe, use calzado de suela blanda como zapatillas o alpargatas para minimizar el daño en el suelo y la vegetación. Ponga mucha atención para no pisar las hierbas y arbustos,

ya que son plantas frágiles que pueden dañarse irreversiblemente con tan sólo una pisada. Lo mismo se aplica a los líquenes.

- ✓ En caso que el área de acampe no tenga sitios notablemente impactados, disperse las actividades en el campamento para no pisotear en exceso ningún punto.
- ✓ Evite generar senderitos espontáneos que se producen al transitar repetitivamente: por ejemplo, al ir a buscar agua piense bien por dónde hacer la aproximación al arroyo o laguna.
- ✓ Evite quedarse en el mismo sitio por más de uno o dos días, para no dañar la vegetación y suelo.
- ✓ Si decide vivaquear utilice pircas o refugios ya construidos y asegúrese de no pisotear las plantas ni encender el calentador arriba de ellas. Evite mover rocas que son el hábitat y refugios de organismos. Si es inevitable improvisar un refugio, antes de partir vuelva el sitio a las condiciones originales (por ejemplo, disperse las rocas empleadas para fijar la carpa).
- ✓ Adáptese Ud. a la naturaleza y no adapte la naturaleza para Ud. Dicen que los buenos lugares de acampe no se hacen, se encuentran..... Antes de irse del lugar, revíselo y asegúrese que no quedan rastros de su visita.

5- Fuego

- ✓ El fuego está prohibido en áreas de alta montaña. Lleve un calentador.
- ✓ NUNCA deje el calentador sin atender, y asegúrese de encenderlo en sitios donde no haya plantas.
- ✓ Si por alguna necesidad EXTREMA (como riesgo de hipotermia o congelamiento) debe hacer fuego, recoja leña caída y no mayor al diámetro de su brazo. Nunca corte leña en pie, ni seca ni muerta (en la alta montaña la leña es muy escasa y los pocos arbustos que pueden proveerla son MUY longevos -en algunas especies leñosas, una rama de 5 cm de diámetro tarda cientos de años en formarse... y lo mismo va a tardar la recuperación-). No haga fuego al lado de arbustos (que pueden arder fácilmente) de grandes rocas (que se ennegrecen con el humo), o en un pastizal o mallín (donde la cicatriz va a permanecer por décadas). Seleccione un punto arenoso o de suelo muy duro. Tenga cuidado con el viento (que hace escapar el fuego fácilmente), y tenga ABUNDANTE AGUA cerca. Desarme luego todo rastro del fogón y disperse las cenizas.

- ✓ Fume sólo en lugares seguros. Apague bien las colillas y no tire las colillas, pues quedan en el ambiente por muchos años. Regrese con ellas. Los tubitos de rollos fotográficos resultan ideales para transportarlas.

6- Aspectos sanitarios

Con relación a los desechos humanos, hay tres principios sanitarios básicos: evite contaminar el agua; evite el contacto de las deposiciones con los insectos, otros animales y otras personas; minimice las chances de impactos desagradables para otros caminantes.

Algunas reglas básicas son:

- ✓ En áreas sin baño ni letrina, busque un lugar con suelo y haga un pocito de unos 20 cm de profundidad (si no tiene palita, se puede hacer con el pie, una rama, una piedra, etc.), tratando de no desenterrar ninguna planta, a por lo menos 60 m de cualquier curso o cuerpo de agua, y cubra las deposiciones con suelo. No haga esto sobre la nieve (pues los excrementos quedarán expuestos en cuanto ésta comience a derretirse y los desechos serán arrastrados por el agua de deshielo), ni sobre el hielo (pues los excrementos pasarán a formar parte del glaciar). En casos de travesías largas por nieve o hielo, o de estar escalando en picos rocosos con mucho tránsito, lo más adecuado es recoger los excrementos, envolverlos en papel y colocarlos en bolsas o recipientes especiales, como bolsas de papel o nylon dentro de bolsas tipo "zip lock" o tubos de pvc con tapa a rosca o incluso un tupper-ware, bajarlos y depositarlos en contenedores para tal fin.
- ✓ En el caso del papel higiénico, recuerde que no se degrada bien en la montaña, ya que el frío retarda el accionar de los microorganismos. Por esta razón lo aconsejable -en vez de enterrarlo con los excrementos- es traerlo de vuelta bien envuelto en bolsas de plástico. Si no puede hacerlo, use papel higiénico biodegradable, blanco y no perfumado y entiérrelo bien en el pocito de los excrementos. No conviene colocarlo debajo de rocas pues de este modo tarda mucho en descomponerse. No orine cerca del agua, el campamento o los senderos.
- ✓ Regrese las toallas femeninas con el resto de la basura.
- ✓ Después de ir al baño, lávese las manos pero no en el arroyo, lago o laguna. Traslade agua en un recipiente y lávese a por lo menos 60 metros de distancia del cuerpo de agua.
- ✓ Si tiene que lavar la vajilla o la ropa (aunque esto puede evitarse) hágalo lejos de cuerpos o cursos de agua, por lo menos a 60 metros. No utilice jabón, pues hasta los biodegradables

contaminan el agua y dañan la vida acuática. La vajilla puede limpiarse refregándola con arena. Cuide de que no queden restos de comida a la vista.

- ✓ Regrese con su basura, tanto orgánica como inorgánica, y la que haya encontrado por el camino. Si planeó bien las cosas, tendrá poca basura para bajar. Recuerde que en la alta montaña la descomposición es muy lenta (una simple cáscara de fruta puede tardar años en desaparecer).

7-Fauna silvestre

- ✓ Especialmente durante el invierno, el disturbio a la fauna es el impacto más crítico; la fauna tiene en esta época del año pocos lugares disponibles y el costo energético de movilizarse es altísimo. No se acerque a los animales si los ve, y mantenga el grupo junto, así los animales evitan el stress de encuentros repetidos con grupos dispersos de gente.
- ✓ Por la misma razón, para la fauna es importante no dispersar el tránsito, manteniéndose en los senderos o trayectos habilitados.
- ✓ Si ve signos de uso por fauna (alimentación, huellas, signos, etc.), evite acampar en el sitio.
- ✓ No alimente a los animales silvestres. Aunque parezca una divertida acción inofensiva y hasta beneficiosa, se altera la dieta y nutrición de los animales, se favorecen posibles contagios mutuos de enfermedades, se introduce en la fauna silvestre la dependencia del alimento artificial, se pueden desencadenar comportamientos agresivos, y se altera el balance entre las especies de fauna en el ecosistema.

8- Escalada

- ✓ Utilice aseguraciones o protecciones fijas artificiales solamente si y donde está autorizado. De todas maneras, trate de no utilizarlas, prefiriendo las protecciones removibles ("escalada limpia").
- ✓ En los afloramientos rocosos, paredes, cornisas y formaciones similares, las escasas plantas y demás organismos luchan por persistir, en condiciones sumamente rigurosas y expuestas. Ponga sumo cuidado en elegir sus puntos de apoyo, pisada, fricción, etc., evitando pisar, arrancar o afectar plantas, o delgadas capas de suelo incipiente.
- ✓ Evite las rutas de escalada en lugares ó en períodos en que hay nidificación o posaderos de

de los nidos. Es más fácil para nosotros, los seres humanos, cambiar de planes, que para la fauna silvestre...

- ✓ Se considera fuera de la ética deportiva de escalada, tallar tomas o aplicar pegamentos.

9-Cortesía

- ✓ Si se encuentran en un sendero gente a caballo y caminantes, estos últimos deberían esperar el paso de los caballos saliéndose del sendero ladera abajo, y sin hablar fuerte, hasta que pasen los caballos.
- ✓ Los caminantes que suben tienen prioridad de paso, los que bajan deben apartarse a un borde y dejarlos pasar.
- ✓ En las áreas silvestres, las radios, grabadores, instrumentos musicales muy fuertes, y los gritos permanentes, están fuera de lugar. Además, si cuida estos aspectos va a ver más fauna.
- ✓ Guarde silencio de noche en los campamentos.
- ✓ En los sitios de acampe, no ocupe todo el lugar disponible. Deje espacio para que los que lleguen más tarde puedan acomodarse también.

**ADMINISTRACIÓN DE PARQUES NACIONALES - DELEGACIÓN REGIONAL
PATAGONIA**

ASOCIACIÓN CIVIL SEMBRAR

CLUB ANDINO BARILOCHE

ASOCIACIÓN ARGENTINA DE GUÍAS DE MONTAÑA