



Cada acción cuenta

Cuidemos la montaña: conozca los siete principios para no dejar rastro en ella

Son una guía indispensable para quienes exploran la naturaleza: desde planificar las expediciones hasta llevarse la basura y respetar a la fauna. Se trata de prácticas que buscan garantizar la conservación de los ecosistemas.

Es un día cualquiera cerca de la cumbre del imponente Cerro El Plomo. La nieve brilla bajo el sol y el viento helado acaricia el paisaje. Sin embargo, un detalle interrumpe la armonía: una botella de bebida isotónica abandonada junto a heces humanas. La escena no es aislada y nos recuerda el impacto que los visitantes pueden arrojar en los entornos naturales si no aplican los principios básicos de "No Dejar Rastro".

EDUCAR
 "Nuestra presencia genera un impacto inevitable, pero lo importante es reducirlo al mínimo y educar a otros para que también lo hagan".

"En la naturaleza, somos visitantes. Es un privilegio estar aquí", reflexiona Vicente Verdugo, cofundador de Puma Adventures, una agencia de montaña que, entre sus ejes de acción, promueve la educación ambiental. "Nuestra presencia genera un impacto inevitable, pero lo importante es reducirlo al mínimo y educar a otros para que también lo hagan".

Los siete principios de "No Dejar Rastro" son una guía indispensable para quienes exploran la montaña y la naturaleza. Desde planificar las expediciones hasta llevarse la basura y respetar a la fauna, estas prácticas bus-

can garantizar la conservación de los ecosistemas. "No solo es una cuestión de disfrutar la vista, sino de cómo actuamos para que esa vista se mantenga intacta para todos", explica Javiera Vidal, cofundadora de Puma Adventures.

Entre los principios, destaca la importancia de manejar los desechos adecuadamente. Esto incluye empacar toda la basura, enterrar las heces humanas a profundidad suficiente y evitar que queden rastros visibles. "No hay un equipo de limpieza detrás", señala Verdugo. "Cada uno debe ser responsable de no dejar huellas, excepto las de sus botas".

Cultura de respeto

La educación es otro pilar fundamental. Compartir estos principios con compañeros de excursión, amigos y familiares amplifica su alcance. "Si cada persona que aprende estos principios los comparte con dos más, el impacto positivo se multiplica exponencialmente. La clave está en crear una cultura de respeto por

la naturaleza", destaca Vidal.

Asimismo invita a reflexionar sobre el respeto hacia la flora y fauna local. Los ecosistemas de montaña son frágiles y pueden tardar décadas en recuperarse del daño humano. "El verdadero éxito de una expedición no está en llegar a la cumbre, sino en volver sin haber dañado el camino", señala Verdugo.

El llamado es claro: aplicar los siete principios de "No Dejar Rastro" es un acto de responsabilidad y amor por la naturaleza. Cada acción cuenta y puede marcar la diferencia para preservar lugares tan espectaculares como el Cerro El Plomo. "Proteger la montaña es proteger nuestro futuro", concluye Vidal.

Estos son los siete principios para dejar una huella mínima:

- 1. PLANIFIQUE Y PREPÁRESE:** Asegúrese de estar listo para enfrentar cualquier situación, como cambios bruscos de clima o emergencias inesperadas.
- 2. ACAMPE EN TERRENOS ADECUADOS:** Busque lugares ya establecidos para descansar. Evite modificar el entorno natural; lo mejor es adaptarse a lo que encuentre en la ruta.



DESECHOS.— Entre los principios, se destaca la importancia de manejar los desechos adecuadamente: empacar toda la basura, enterrar las heces humanas a profundidad suficiente y evitar que queden rastros visibles.

- 3. MANEJE SUS DESECHOS CORRECTAMENTE:** Deposite sus desechos orgánicos en agujeros de 15 a 20 cm de profundidad, lejos de fuentes de agua, campamentos y senderos. Tape y disimule el agujero y llévese el papel higiénico y las basuras.
- 4. DEJE TODO COMO LO ENCONTRÓ:** No altere el ecosistema llevándose piedras, plantas u otros elementos. Lo que pertene-

ce al lugar, déjelo ahí.

- 5. MINIMICE EL IMPACTO DE LAS FOGATAS:** Opte por alternativas como cocinillas portátiles para preparar alimentos. Use linternas o velas pequeñas para iluminar en vez de alumbrarse con fogones grandes, que pueden causar daños permanentes en la naturaleza.
- 6. RESPETE LA FAUNA:** Evite

alimentar a los animales, ya que puede afectar su salud, o alterar su comportamiento y ponerlos en riesgo frente a depredadores.

- 7. SEA RESPETUOSO CON OTROS VISITANTES:** Dé espacio a quienes comparten el entorno. Tome descansos y monte su campamento en lugares alejados de los senderos principales para no interrumpir la experiencia de otros.

LUDMILA CHERNETSKA