



## Honores JA – El Arte de Acampar



### **Introducción:**

Acampar es un grupo de personas que salen al monte sin un fin específico, sin disciplina y sin planificación. Cuando esto se hace un arte es cuando ese mismo grupo de personas salen con un fin específico, con orden, llevando un programa y todos los utensilios necesarios. Al hacer el planeamiento de debe de hacer un informe completo sobre el motivo de este campamento, haciendo referencia a la elección del sitio adecuado, las instalaciones sanitarias, las precauciones con el agua potable, el cuidado del campamento en general, e inclusive los utensilios de cocina.

El motivo del campamento debería de ser:

Pasar en el campamento unos días de compañerismo, trabajo y recreación, paseos al aire libre y estudio de la naturaleza. Encontrar el gozo en la vida sana, cerca de Dios, por medio de la naturaleza. Acomodarse con comodidad en medio de la naturaleza, alejado del bullicio de la ciudad y suplir las necesidades básicas de alojamiento y alimentación con el mínimo de abastecimiento externo.

### **Requisitos**

**1. Explicar como y porque el tiempo, la temporada y el agua son consideras cuando se selecciona aun lugar. Explique que cuidados se deben de tomar referente a agua segura, facilidades sanitarias y emergencias.**

Entre los factores mas importantes para la elección de un lugar para acampar están el tiempo y la temporada, ya que esto nos va a dictar que grupo de personas podrá asistir, que tipo de ropa se usara, que actividades se podrán hacer y que tipo de comida se usara. Deberemos de llevar agua o abra lugares donde se puede coleccionar el agua y purificarla.

### **Elección del sitio adecuado para acampar:**

- a) Campo alto, con buen drenaje,
- b) Campo abierto, rodeado de colinas o árboles de abrigo.
- c) Cerca de un lugar donde se puede adquirir provisiones
- d) Bastante lejos como para no recibir visitas. Lejos del alcance de cualquier intruso,
- e) Un lugar libre y alejado de pantanos.
- f) Lejos de riesgos de inundación,
- g) El lugar debe haber sido visitado en diferentes épocas del año.
- h) Que tenga sombra,
- i) Que tenga agua,,
- j) Que sea extenso - lugar adecuado para fogata.
- k) Tener la autorización de la Junta de Iglesia y autorización del dueño del lugar o institución.

### **Debemos de tener en cuenta antes de acampar:**

- a) Evitar la cercanía de pendientes donde se puedan producir derrumbes de piedras.
- b) Evitar los barrancos secos por causa de los deslizamientos de tierra o aludes.
- c) Evitar los caminos polvorientos muy transitados (Son incómodos porque llenan los sacos y las carpas de tierra).
- d) El suelo debe estar seco (permeable) no arcilloso.
- e) Despejar las malezas, zarzas o espinos
- f) Instalarse lejos de las colmenas, avisperos, hormigueros o donde haya riesgo de invasión de zancudos o moscas.

- g) Si el campamento es en la playa, hay que colocarse lejos de la subida de la marea.
- h) Debemos averiguar si cerca donde queremos acampar hay ganado.
- i) No ponga su campamento en lugar donde hay caza.
- j) En los lugares de mucho viento es necesario tomar algunas precauciones. Al armar la carpa hay que orientarlas de espaldas al viento; Pero, si este continuamente cambia de dirección conviene ponerse frente a una roca, montículo u otro tipo de protección natural, que nos sirva de parapeto.

### **Instalaciones Sanitarias.**

#### ***La basura***

- Construir un basurero.
- Ubicar el basurero alejado de las carpas,
- El basurero debe estar a una altura prudencial.
- La basura combustible debe quemarse en la hoguera (papeles, hojas secas, pelos, comidas secas, etc.)
- La basura no combustible, es decir la que no se puede quemar, debe tirarse en un pozo excavado con ese fin (basura muy mojada, latas, etc.)

#### ***Los servicios sanitarios.***

- Ubicado lejos del campamento, pero el acceso a ellos debe ser fácil (tomar en cuenta el viento).
- El pozo debe pasar los 50 cm. de profundidad y 40 cm. como diámetro como mínimo (depende de la duración del campamento y cantidad de acampantes).
- Construir los servicios para varones y mujeres, alejados y opuestos entre sí.
- Construir un servicio por cada 15 acampantes.
- Se debe rodear el pozo con lona.
- Para lograr un excusado a "prueba de moscas" tirar tierra luego de cada uso y de vez en cuando un poco de cal.

### **Precauciones con el agua potable.**

- A. No beber ningún tipo de agua antes hervir o desinfectar por causa de enfermedades mortales como disentería, cólera y otros.
- B. Como hacer potable el agua fangosa, estancada o sucia.
  - Purificar con pastillas purificadoras,
  - Purificar con una o dos gota de cloro por litro de agua y esperar media hora para beberla.
  - Hervir el agua por 15 minutos (contar los minutos desde el momento que comienza a hervir) y después para quitarle el mal sabor o el mal olor hacer cualquiera de las siguientes operaciones: Para restaurarle su buen sabor, revolverla vigorosamente o verterla repetidamente de un recipiente a otro.
  - Echarle una o dos gotas de yodo por cada litro de agua y dejarla asentar por media hora.
  - Filtrarla a través de una tela cubierta de arena, hervirla y para quitarle el mal sabor añadir en el recipiente carbón vegetal y esperar 45 minutos antes de beberla.
  - Si no se puede potabilizar el agua a causa de escasez de elementos o por otro motivo, se puede tomar un sorbo y esperar 8 horas. (siempre que se trate de agua que posea un vegetal, si el agua proviene de un río, no tomarla si no se puede hervir).
- C. Síntomas de agua no conveniente
  - malestar
  - Diarrea
  - Nauseas y vómitos

Recuerda que "Podemos vivir sin comer 3 ó 4 días, sin agua de 24 a 48 hrs."

## **2. Prepare una lista de la ropa que necesita para pasar la noche in clima caliente y frío.**

La vestimenta es tu primera defensa al estar en el campo. Te mantiene caliente en el invierno, fresco en el verano, seco en una tormenta y protegido contra los insectos. Con unas pocas piezas de ropa bien seleccionadas, le puedes hacer frente a cualquier situación que se presente.

Para poder decidir mejor, es bueno saber sobre las telas de las cuales se hace la ropa:

- **LANA.** La lana es durable y resistente al agua, y aun cuando está empapada puede mantener confortable al que la lleva puesta. La ropa de lana es ideal para el clima frío, e inclusive para el fresco de algunas tardes de verano. La lana es excelente para hacer frazadas, medias para caminar, sombreros y guantes. Si alguien descubre que la lana le irrita la piel puede usarla sobre ropa hecha de Otro material.
- **ALGODÓN.** El algodón es una tela fresca, confortable y fuerte, pero a diferencia de la lana, no te mantendrá caliente cuando está mojada. En clima caliente es una ventaja. La ropa interior y las medias, así como las gorras, camisas y pañuelos, son hechas de algodón.
- **SINTÉTICOS.** Las telas hechas por el hombre tienen muchos usos para la actividad al aire libre. Muchas son resistentes al agua y al viento. Son fuertes, livianas y fáciles de limpiar, por lo cual se usan para ropa de lluvia, rompevientos, carpas, mochilas y bolsas de dormir. Siendo que la tela sintética se derrite a altas temperaturas, se debe tener cuidado cuando se la usa cerca del fuego.
- **COMBINACIONES.** Las telas combinadas tienen la ventaja de tener varios materiales en una sola pieza de ropa. Por ejemplo, una tela combinada de fibra sintética y algodón es ideal para el uniforme de Conquistadores; le da buena apariencia y al mismo tiempo es fuerte para las actividades del campo. Una tela combinada de fibra sintética con lana es buena para las medias largas, evita que se encojan las camisas y es buena también para chaqueta de abrigo.

La ropa apropiada para una caminata depende de a dónde vas, la época del año, la clase de clima, y tus preferencias personales. A continuación encontraras dos listas de las necesidades básicas de ropa de alguien que camina con mochila; una lista es para una caminata en un verano normal, y la otra para una caminata en un invierno normal. Escoge ropa que sea fácil de cambiarse si la temperatura varía.

### ROPA PARA LLUVIA.

No importa cuan claro sea el cielo cuando empacas para una caminata, asume que el tiempo puede cambiar y ponerse feo. Esto significa que debes llevar un poncho o impermeable, una cubierta para la mochila, y quizá pantalón para lluvia. Un poncho largo provee seguridad durante la lluvia tanto para el caminante como para su vestimenta. En emergencias el poncho también se puede usar en forma temporal como refugio. Con viento fuerte, sin embargo, se puede volar, y no darla protección completa en montañas elevadas o tormentas fuertes. Los impermeables son muy útiles. Algunos modelos tienen capucha y buenos bolsillos. Deben ser de poco peso. Los pantalones impermeables son buenos pues protegen las piernas de la lluvia, el viento y el fango. La ropa de lluvia debe quedar holgada para permitir que la condensación sea ventilada.

A pesar de que la mayoría de las mochilas pueden repeler la lluvia por algún tiempo es mejor poner una cubierta impermeable para asegurar que la ropa se mantendrá seca. Tú mismo puedes hacer una muy sencilla con una bolsa de plástico o puedes comprar una ya hecha y a la medida de tu mochila.



### CUIDADO DE LOS PIES

Para quien camina con mochila, los pies son tan importantes como lo es el avión para un piloto o el barco para un marinero. Los pies te transportan de un lugar a otro, y cuando están en buenas condiciones puede ser que ni los notes. Pero si se llegan a irritar ellos manifestaran su inconformidad como si fuera una venganza. Debes mantener tus pies limpios y secos, y cortar tus uñas en forma apropiada. Dale atención a cualquier irritación antes de que se convierta en una ampolla. El cuidado apropiado de los pies también incluye la correcta selección del calzado:

### BOTAS.

La mayoría de los que caminan con mochila prefieren unas buenas botas de caminata. Debes recordar sin embargo que un kilo de peso en tus pies equivale a cinco kilos sobre tu espalda, es obvio entonces que tus botas deben ser livianas, aunque fuertes.

Ten siempre botas que sena a prueba de o resistentes al agua, busca botas que puedan "respirar" permitiendo que la humedad de tus pies pueda salir. Los ojillos deben ser fuertes y seguros. Suelas de cuero duro dan más agarre a tus talones de tal forma que se deslicen sólo un poquito. Lleva un par de sandalias para usar en los alrededores del campamento y permitir así que descansen tus pies y piernas

Las botas nuevas generalmente son duras. Necesitas ablandarlas antes de usarlas en una caminata. El proceso lleva un poco de tiempo pero es simple. Primero, aplica



a tus botas la crema recomendada por los fabricantes. Después usa las botas alrededor de la casa y en caminatas cortas. Gradualmente extiende la distancia de estas caminatas y pronto las sentirás como parte natural de tus pies. Cuando las botas se mojan deben secarse a una temperatura normal. Nunca se deben exponer a más calor del que puedes soportar en tu mano. Secar las botas en la fogata es la mejor manera de arruinarlas.

### Medias

Caminantes con experiencia muy a menudo usan dos pares de medias, ya sea dos pares de medias de lana de un grueso normal, o un par de medias delgadas por debajo de un par de medias gruesas de lana. La lana permiten que salga la humedad de tus pies evitando así las molestas ampollas. Te darás cuenta que una combinación diferente de grosor y de tela en las medias es más cómodo. De cualquier manera lleva varios pares en tu mochila para cambiarlas de vez en cuando durante una caminata larga. Medias limpias son un refrigerio para los pies calientes y cansados. Puedes colgar las medias húmedas sobre el exterior de tu mochila para que se sequen al sol mientras caminas



### 3. Conozca y practique las reglas de seguridad en un campamento

Durante el día y la noche:

- Antes de hacer fuego limpiar el lugar y asegurarse de que el viento no lleve el humo hacia las carpas por causa de los olores que se quedan impregnados.
- Guardar la ropa húmeda. Si es necesario retirar del cordel, usa bolsas que tengan ventilación (guardarlo por poco tiempo).
- Mantener una buena provisión de leña, no muy cerca del fuego o fogón.
- En todo momento saber donde se encuentran los conquistadores, los consejeros tienen aquí una gran e importante labor.

En la cocina:

- Lavar y secar completamente todo el equipo de cocina y todo lo que se utilice para comer (con abundante jabón o detergente) y con agua hirviendo se podrán mantener los platos realmente limpios, Lavar primero los platos y sartenes y ollas o sumergirlos en agua hirviendo por varios minutos.
- Los platos lavados colocarlo en un lugar que esté apruebas de moscas.
- Las latas y tarros deben lavarse y después enterrarse. No quemar las latas de spray (pueden ser explosivas)
- Almacenar las comidas dividiéndolo en tres grupos
- Alimento secos: (arroz, granos, azúcar, cacao, cereales, vegetales y frutas secas) cuidando no colocarlo al alcance de animales. Colgarlo en un saco a media altura.
- Alimentos que tienen que guardarle en frío; (leche, queso, mantequilla, otros) en algún recipiente dentro del agua, o si esta cerca al río mejor.
- Alimentos vegetales, frutas Frescas. Y alimentos ahumados pueden, estar alejados de los insectos colocados junto a los alimentos del segundo grupo asegurándonos que reciban aire.
- Extender tolderas o techo para la cocina.

### 4. Enseñe su habilidad en el uso de un cuchillo de campamento, demuestre y explique las reglas de seguridad por su uso y hacer virutas para yesca.

#### Utilidad...

Siempre es importante llevar un Cuchillo a mano ya que uno nunca sabe el momento inesperado que se pueda necesitar, ya sea un viaje al campo, en la playa o en una excursión, es muy probable que en todos esos lugares tengas que usar una de estas herramientas, ya sea para abrir un envase, reparar algún objeto, corta y pelar algún alimento, etc. En fin el principio básico de un cuchillo es poder concentrar en un punto o muy pocos la energía del mismo, a través de su filo y puntas, permitiendo cortar y penetrar objetos. De allí que su manejo debe hacerse con mucho cuidado y por lo mismo los cuchillos poseen una serie de características que permiten proteger al usuario cuando lo esta usando.

#### Afilarse..

[www.masterguides.org](http://www.masterguides.org)



Todas las herramientas de corte, incluso las navajas y cuchillos deben afilarse periódicamente con el aceite y ángulo adecuados. Para evitar que las partículas desprendidas del acero se incrusten sobre la piedra mermando la acción del afilado del cuchillo, recomendamos un poco de aceite. El ángulo ideal de afilado es 12°. Cuanto más se acerque a esa medida, mejor será el filo del cuchillo. Con un poco de práctica le resultará fácil conseguirlo. Un movimiento circular, sin separar la hoja de la piedra durante el proceso, le dará un filo consistente. Dé la vuelta a la hoja del cuchillo o navaja y repita la operación insistiendo en estas operaciones hasta conseguir el filo deseado. Cabe destacar que para el mantenimiento de cuchillos de submarinismo hace falta un cuidado especial. Debido a las características del acero inoxidable de alta calidad empleado, para llegar a conseguir la dureza adecuada que garantiza un perfecto corte, aconsejamos que después de cada uso deben ser lavados en agua dulce, secado y a ser posible protegidos con aceite o silicona para evitar su oxidación.

### Como escogerlos?

Antes de tomar una decisión sobre el tipo de herramienta que necesitas debes preguntarte que actividad harás, donde y que tipo de situaciones serán las más probables de necesitar un cuchillo o cortapluma, ya que muchas veces te puedes comprar un cuchillo para caza pero que no lo vas a usar nunca, el ideal es comprar un producto de calidad y que sea funcional. A continuación te mostramos las variables más relevantes que debes considerar para su compra:

### Partes y Materiales

- **Hoja:** Para la hoja escoge aquellos de material de acero inoxidable o de aleaciones superiores como acero - molibdeno - molibdeno- vanadio, ya que este tipo de material te garantiza un buen desempeño y conservación en el tiempo.
- **Mangos:** En caso de los mango o cacha, escoge aquellos durables y de buena calidad como son materiales de goma texturizada, poliamida (derivado del Plástico) o madera.
- **Vainas o Fundas:** hay de diversos tipos generalmente de cuero, de poliamida ( derivado del plástico) que son de gran calidad y garantizan que la herramienta se encuentre bien enfundada y ajustada evitando que se caiga cuando se porta. También es importante que se pueda colgar a un cinturón.
- **Tamaño:** con respecto al tamaño es posible encontrar una gran diversidad acuérdate que el transporte y la comodidad es una variable importante por lo que recomendamos un tamaño medio a pequeño.
- **Defensas:** Fíjate que tenga defensas entre el mango y la hoja con el fin de proteger la mano y evitar que se corra la mano hacia adelante, es decir hacia la hoja cuando hay cambios de presión( Esto sucede generalmente cuando se entierra el cuchillo).
- **Funcionalidades Adicionales:** Considera las funcionalidades adicionales que poseen como paquete de supervivencia, saca corchos, tijeras, entre otros ya que permiten una mayor flexibilidad en su uso.



### Precauciones...

Nunca juegue con los cuchillos, después de usarlos guárdelos en su funda, corte siempre hacia fuera de su cuerpo. Manténlos siempre limpios. Evita el contacto con la humedad si no son inoxidables. Preocúpate de aprender a usarlos, conocer sus funcionalidades y mañas. Manténlos siempre a la vista y ordenados, recuerde que puede ser usado como un arma de defensa. Evita enterrarlo en el piso y golpear el filo contra zonas duras ya que es fácil que se dañe la hoja.



### Como hacer virutas para la yesca de una fogata

La ilustración muestra la forma de hacer la yesca para una fogata. Se toma un palo firmemente y con el cuchillo corta hacia la madera como si estuvieras haciendo marcas, después puedes ya pelar esas marcas con cortes a lo largo del palo, el resultado serán pedacitos de madera para usar para tu fogata. Recuerda que siempre tienes que cortar hacia fuera de ti

### 5. Preprese para acampar una noche con un grupo haciendo una lista de cosas personales que se necesitaran.



## 6. Prepare un menú balanceado que se cocine para un desayuno, comida, y cena



### Menú

Desayuno Cereales, embutidos y pan

Almuerzo Arroz a la cubana con tomate y huevo frito, filete de pescado yogurt y fruta

Cena Buffet de ensaladas, filete de pollo con patatas fritas, fruta

### Menú para gente diabética:

Desayuno Cereales de trigo con leche lowfat, o sándwich de queso Oaxaca, fruta fresca, yogurt fat free

Almuerzo Sopa de vegetales, ensalada con limón, filete de pescado o spaghetti, fruta, bebida sin azúcar.

Cena Sopa de lentejas, Quesadillas, pico de gallo, frijoles, arroz con leche o fruta, bebida sin azúcar

## 7. Complete los siguientes mientras se acampa una noche.

### A. Prepare el piso para poder dormir confortablemente.

#### Opción 1 - Sobre la tierra

Extiende el plástico sobre el suelo para aislarte de la humedad, localiza los lugares donde necesiten soporte (rodillas, cintura y cuello) En bolsas de plástico o fundas rellénalo con paja (hojas o ramas secas) colócalos en partes ubicado de antemano. En una bolsa de plástico, costalillo o funda rellénalo de paja, hojas secas y úsalo como colchón. Debajo use un plástico. Cavar un hoyo pequeño para que la cadera descansa en el.

#### Opción 2 - Cama Aérea

Construye un catre con palos que encuentres en el lugar y las cuerdas que lleves. (como una mesa, pero de 15 cm. de alto). Debe ser de aprox. 60 cms de ancho y el largo de tu cuerpo. Amarra la lona a los extremos del catre, esta debe ser resistente a tu peso, ya las varas de la orilla de este, trata de "tejer o coser" la lona a la vara horizontal.

### B. Armar y asegurar bien una carpa.

#### Armado de carpa:

- Extender una lona (En el lugar que se plantará la carpa) para evitar que pasa le humedad.
- Extender la carpa evitando arrugas.
- Clavar las estacas esquineras primero y luego las otras. (inclinadas en 45°)
- Armar los parantes y la cumbra.
- Clavar las estacas de los vientos principales, luego de los vientos esquinales y por último la de los laterales.
- Colocar el sobretecho (cubretecho)
- Armar la carpa y ordenar la mochila.

### C. Desarmado de carpa:

- Limpiar dentro de la carpa.
- Sacar las estacas del sobretecho y plegarlo.
- Soltar los vientos laterales y principales.
- Sacar los parentes y cerrar la carpa. (o sacra las varillas de la carpa iglu)
- Dobarla sin arrugas
- Sacar las estacas del piso
- Doblar de acuerdo al modelo (limpiandola mientras se dobla y guardarla en su estuche o bolso correspondiente.

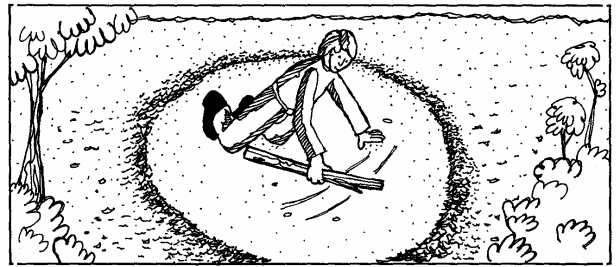
## 8. Preparar una área segura para una fogata. Muestre uso correcto de herramientas para preparar combustible para la fogata.

A veces no se necesita una fogata cuando uno está acampando, **Pregúntese si de veras necesita hacer fuego**. El llevar consigo un abrigo, una capa impermeable y una estufa de acampar liviana eliminará la necesidad de hacer fuego. Las estufas de acampar son el equipo más importante para minimizar el impacto ya que son portátiles, cocinan muy rápido y no dejan huella en el campamento. Los campistas deberán llevar consigo una estufa y suficiente combustible para cocinar todas sus comidas, siempre que sea posible, pero si es necesario antes de que usted construya un fuego, considere esto:



- **Conozca los reglamentos y las condiciones del tiempo.** Siempre que prenda un fuego debe hacerlo tomando en cuenta las reglas existentes, las condiciones del lugar y del tiempo, la disponibilidad de leña y sus propias destrezas. En los meses de mayor lluvia, lleve con usted leña seca o vaya recolectando ramas secas de lugares protegidos de la lluvia mientras camina. En los meses secos, las probabilidades de fuegos forestales aumentan, por lo tanto haga fuegos pequeños y manténgalos controlados. Puede que los fuegos estén prohibidos en las épocas de sequía. Condiciones meteorológicas de mucho viento son un indicador en contra a hacer una fogata ya que el viento fácilmente puede llevar chispas y prender incendios en los alrededores. Como mínimo, procure seleccionar un sitio protegido del viento y considere no use una fogata bajo estas condiciones. Si la reglamentación y el clima son apropiados para hacer una fogata, el próximo paso es determinar si hay suficiente madera seca y tirada en el suelo para proveerle de leña. En algunas áreas, altas tasas de visitación "limpian" el suelo de este tipo de madera. Si encuentra esta situación es mejor postergar su fogata hasta llegar a una área que no está bajo tanta presión. Algunos ambientes, como el desierto y alta Montana tienen tasas muy bajas de producción para plantas y árboles. Aquí es mejor no depender de fogatas para cocinar.
- **En áreas de alto uso haga fogatas solo en lugares ya utilizados para tal fin.** Utilice los anillos de fogatas ya existentes, no construya uno nuevo. Si encuentra que hay varios anillos, destruya los más deteriorados o mal ubicados y deje el que está mejor conservado para el uso de los visitantes. Los anillos o fosas para fuegos se deben dejar intactos para que otros los puedan usar. Si usted los desmantela, siguientes personas harán fuego en un nuevo lugar. Estimule a otros a utilizar el mismo lugar dejándolo limpio. Asegúrese de quemar la madera completamente y remueva cualquier basura residual. Si el lugar para fuegos se está llenando de cenizas, remuévalas y riéguelas sobre un área extensa lejos del lugar de acampar. Estas prácticas ayudarán a prevenir la proliferación de múltiples lugares para fuegos en las áreas más populares.
- **Las fogatas se deben hacer solo donde hay abundante leña y condiciones apropiadas.** Recoja ramitas y ganchos pequeños del suelo. No corte ramas de los árboles ya que esto deja cicatrices y causa impactos visuales adversos. Camine unos minutos lejos del lugar de acampar y recoja leña en un área lo suficientemente grande para que no se note. Evite construir fogatas bajo árboles o suelos con hojarasca.
- **Utilice trozos pequeños de madera** para causar mínimo impacto los fuegos son mucho más pequeños que los tradicionales, pero aún así resultan excelentes para cocinar. La leña debe ser de un diámetro menor al de la muñeca de un adulto. No fragmente la leña hasta que la vaya a quemar. La leña debe poderse cortar a mano al tamaño apropiado para que se consuma totalmente sin desperdiciarla. Esto elimina la necesidad de llevar consigo machetes o sierras, que son muy pesadas de cargar y al usarse dejan cicatrices indeseables. La leña que no se utilice puede volverse a tirar al bosque para evitar impactos visuales poco naturales. Es mejor no coleccionar troncos grandes picarlos ya que estos sirven una función importante en el ciclo de nutrientes en un bosque.
- **Queme su fuego hasta producir solo cenizas o brazas muy pequeñas.** El hacer esto requiere un poco de esfuerzo y tiempo adicional, pero es un paso significativo para minimizar los impactos. Una vez que el fuego se apaga, cualquier brasa o pedazo grande debe ser reducido a un polvo fino simplemente frotándolo uno contra otro con las manos cubiertas por guantes. Después de comprobar que no existe ninguna brasa caliente, este polvo puede ser ampliamente regado sobre suelos cubiertos de vegetación junto a la ceniza y será absorbido en el suelo por los efectos de la lluvia y la vegetación. ¡Nunca deje una fogata prendida o caliente sin supervisión! Si la fogata no esté apagada cuando usted quiere retirarse, tápala con una olla o sartén.
- **Haga su fogata en una plataforma.** Usted puede hacer una plataforma o montículo de arena o tierra mineral que sirva de aislador para el fuego y que se pueda disimular fácilmente cuando termine. Primero, localice una abundante fuente natural de arena o tierra mineral o de gravilla como la que deja un árbol

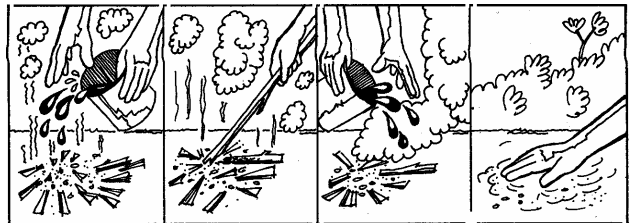
grande en el hueco de sus raíces cuando se cae, o como son los márgenes del río. Utilice cacerolas o sacos para cargar la arena hasta el lugar donde hará el fuego. Construya una plataforma circular de tope plano, de 15 a 20 centímetros de grueso y de 60 centímetros de ancho con la arena. Si puede poner un pedazo de lona o tela gruesa bajo la arena, esto le facilitará luego la limpieza. El grueso del montículo es crítico para aislar la lona o tela debajo del calor de la fogata. Cuando el fuego se apague, las cenizas frías se deben regar y el suelo mineral se debe devolver al lugar donde se tomó y "barrer" para eliminar señales de perturbación. La ventaja de este tipo de fuego es que se puede construir en superficies resistentes tales como roca expuesta, hojas caídas o hasta yerba corta, sin dañar la vegetación o el suelo



Siga estas **reglas simples** para evitar convertir una fogata de campamento alegre en una llama del bosque destructiva.

- Aclare la tierra.** Si usted es incapaz de usar un anillo regular, aclare la tierra de hojas, césped y musgo seco. Aclare hasta que usted alcance la tierra sólida. Ahorre toda la vegetación y hojas de las planta para reemplazar después de que el fuego se limpie. La arena o piedras también hacen una base de fuego conveniente. Sea cierto en aclarar una área bastante grande para el tamaño del fuego que usted piensa construir. Si es posible, rodee el fuego con algunos leños que arden lentamente. Si es posible no use piedras ya que el fuego dejará las marcas
- Controle el fuego** No construya un fuego más grande que el necesario. Nunca deje un fuego in atendido.
- Cuando haya acabado apague el fuego completamente:**

- Método con agua:** Salpique (no vierta) el agua en los tizones. Revuelva con un palo hasta que sólo las cenizas mojadas permanezca. Gire los leños y ramitas y moje ambos lados. Moje la tierra alrededor del fuego. Entierre las cenizas y cubra la mancha con la tierra o el césped que usted quito. Haga que el sitio parezca como si nadie estuvo allí antes. Si estas en una zona en donde es muy difícil obtener agua ocupa el método de asfixia.
- Método de asfixia:** Verificado el tipo de suelo, puedes inicialmente, clavar los troncos más grandes en la tierra o arena hasta asfixiarlos. Si la zona es de suelo pedregoso, limpiarás un pequeño lugar y los enterrarás allí; también puedes extraer tierra, la que rociarás sobre el fuego (Si está húmeda mejor). Una vez que tapaste por completo lo que fue el fuego, aplástalo pisándolo o apisonándolo con un palo u otro elemento para impedir que exista entrada de aire lo que le permitiría seguir encendido. Cuando veas que ya no humea, esparcí otra capa de tierra, apisonándola también, hasta comprobar por segunda vez que no sale humo. No te retires del lugar si no estás **SEGURO** que tu fuego está apagado. Media hora más de trabajo para apagarlo justificará los varios años que le lleva a la Naturaleza a equilibrar sus sistemas dañados.



## Mostrar como cortar madera con seguridad y habilidad.

### Cortando madera con el hacha.

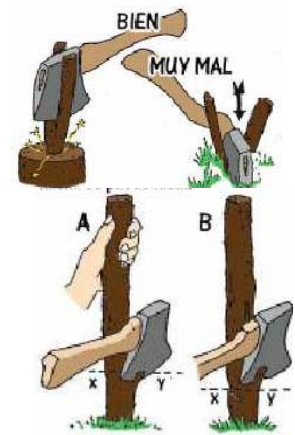
- El **ángulo de corte** ha de ser de unos 60°. El trozo de leña a cortar no se ha de atacar nunca perpendicularmente a su superficie.
- Golpear alternadamente** a izquierda y a derecha del corte. El primer golpe sirve para levantar la astilla y el segundo perpendicular a este último para cortarla. Es evidente que a medida que el tajo se hace más profundo, los golpes han de ser más numerosos de cada lado.
- ¡El apoyo es importante!** El suelo, al no ser consistente, amortigua el golpe e impide el corte. Apoyar una de las puntas del tronco en otro y golpear en el centro tampoco es solución, ya que al encontrar el vacío debajo, oscila y se balancea. Sólo si se apoya la madera que se va a cortar sobre un tronco y se efectúa el corte en el punto opuesto al de apoyo, lograremos salir adelante y sin mayores dificultades. Puede prescindirse del apoyo cuando la rama no es demasiado gruesa. Se sostiene la leña con la





mano izquierda en el aire, en sentido vertical y se golpea oblicuamente un poco debajo de la línea de corte. Después de dar media vuelta a la madera en la mano izquierda y de un segundo golpe encima de la sección a cortar, resultará fácil separar los dos trozos.

- d) Es conveniente, en tiempo demasiado frío, **calentar el filo del hacha** en una llama (nunca entre brasas) antes de utilizarla. El metal puede saltar fácilmente bajo la acción de un golpe violento. En época de heladas, deberás calentar el corte filo antes de utilizar tu hacha, pues el metal a muy baja temperatura puede saltar ante un choque violento..



#### Algunas precauciones:

- Un recurso muy usado por ignorancia y que está "prohibido", es tratar de cortar la leña directamente sobre el suelo. Actuando de esa manera sólo conseguiremos mellar el filo del hacha contra las piedras o arena que casi siempre se encuentran mezcladas con la tierra.
- Está igualmente contraindicado servirse de un bloque metálico o mineral para apoyo de la madera a cortar.
- Mantener la madera con el pie o con las manos del lado hacia el cual se puede deslizar el hierro del hacha, es exponerse a recibir heridas graves. Además de cuidar el hacha, debemos cuidarnos a nosotros mismos para que todo salga como se desea y sin contratiempos.
- Así, por ejemplo, para llevar el hacha de un lado a otro, hay que tener en cuenta lo siguiente:
  - Usar una funda para el hacha. Puede ser de cuero o de plástico flexible y grueso. Además de proteger la herramienta es una buena prevención contra eventuales accidentes.
  - Un error muy difundido: Llevar el hacha sostenida por el mango del lado opuesto al hierro. Cualquier descuido puede causar un mal rato al quedar el hierro libre y sin control. Para evitarlo hay dos soluciones:
    - Tener el hierro en la mano (Cabeza del hacha), y con el filo hacia adelante.
    - En un caso inevitable de necesitar las dos manos para otra cosa, colgar el hacha en el cinturón, detrás. Jamás ha de ponerse delante, ya que un simple traspie puede costar caro.



Dejar el hacha tirada por el suelo es inconveniente, tanto para la posibilidad de accidentes como por la conservación de la misma (humedad, óxido). Siempre ha de dejarse clavada en un tronco seco, ya cortado. Esperemos que al hacer uso del hacha, tengas en cuenta estos consejos.

### 9. Muestre como proteger tu campamento contra animales, insectos, mal tiempo y lluvias.

Almacenar las comidas dividiéndolo en tres grupos

**Alimento secos:** (arroz, granos, azúcar, cacao, cereales, vegetales y frutas secas) cuidando no colocarlo al alcance de animales. Colgarlo en un saco a media altura.

**Alimentos en frío;** (leche, queso, mantequilla, otros) en algún recipiente dentro del agua ,o si esta cerca al río mejor. Cubrirlos con una roca u otro objeto pesado para evitar que los animales lo tomen.

**Alimentos vegetales, y frutas Frescas.** Y alimentos ahumados pueden, estar alejados de los insectos colocados junto a los alimentos del segundo grupo asegurándonos que reciban aire.

Extender tolderas o techo para la cocina para proteger del sol y lluvia. Cubrir los alimentos con mosquiteros.

### 10. Muestre como tomar el cuidado correcto del medio ambiente mientras acampa y dejar el área sin rastro de que estuvo allí.

Las tierras de desierto, bosques, playas, montañas son lugares especiales. Ellos requieren el tratamiento especial de visitantes para conservar las calidades que los hacen tan atractivo.

Las intrusiones humanas y descuido pueden alterar un paisaje natural para las futuras generaciones. Una de las más valiosas habilidades que usted puede aprender es la habilidad de pisar ligeramente" cuando usted explore las montañas, litorales, prados y desiertos. Resumimos esos puntos, en esta lista:

- **Regrese todo lo que usted llevo.** Es el primer mando de viaje del backcountry responsable. Por favor no deje nada de basura detrás, incluso una cáscara de naranja. Por favor

- **Compórtese como un invitado en la casa de un amigo bueno.** Usted no dejaría el pañuelo de papel usado en el suelo de la casa de un amigo; igualmente, recoja después de usted uso. No rompa o jale las ramas de cosas vivientes; no pisotee las flores. Hágale su meta el no perturbar sus ambientes lo menos posible.
- **Quédese en los senderos establecidos.** Cuando camine a campo traviesa (fuera del sendero), escoja caminar sobre piedra o nieve en lugar de la tierra. Extienda su grupo lo mas posible para que no haga un sendero. **Nunca camine en zigzag cortados en los senderos.**
- **Evite el excursionismo en los senderos barrocos.** Si usted encuentra el barro, atraviéselo, no alrededor de él. Sus botas se construyeron para aguantarlo.
- Si usted visita el desierto, aprende a identificar la tierra del cryptobiologica. Parece corteza oscura, pero es muy valioso a un ecosistema del desierto. Evite caminar en él. En segundos uno huella puede destruir un proceso natural que involucra años de crecimiento imperceptible.
- **Acampe en campamentos establecido siempre que sea posible.** Escoja una situación que oculta su presencia de la vista de otros.
- Disponga los desperdicios humanos lejos (por lo menos 200 patios) de las fuentes de agua y senderos.
- **Use una estufa de campamento en lugar de construir un fuego.**
- **Guarde su comida fuera del alcance de la fauna, y nunca alimente los animales intencionalmente;** esto altera sus hábitos de forrajeo naturales.
- **Tome la responsabilidad por sus acciones.** Piense de lo bueno del área globalmente, y de aquéllos que lo seguirán. Sus decisiones impactarán a otros para que puedan disfrutar el área que usted está visitando.
- **Tome tiempo para hacerlo bien.** Las técnicas de viajar con mochila teniendo un impacto mínimo pueden tomar tiempo y un esfuerzo adicional. Simplemente siga recordándose que el pago será tener una experiencia más agradable para todos. Haga su meta el no Dejar Ningún Rastro.

## 11. Saber cuando menos ocho cosas que hacer cuando uno esta perdido.

Ante todo, algo que parece obvio pero que no lo es tanto: darse cuenta que uno está perdido, o reconocerlo. Puede que, por ejemplo, pensemos que estamos caminando en la dirección correcta cuando en realidad no es así. Para esto no debemos olvidar contrastar frecuentemente el rumbo seguido con el mapa, brújula y/o GPS. Por otro lado, conciente o inconscientemente, puede que no queramos reconocer que nos hemos perdido, porque esto implica reconocer que se tiene un problema, problema que puede llegar a ser grave. Hay que dejar a un lado el orgullo y los miedos y enfrentar la realidad, ya que igualmente ella misma, tarde o temprano, se enfrentará con nosotros de una forma mucho menos amigable.

- a) **Mantenga la calma :** Manténgase relajado, tranquilo, en la calma se puede pensar mejor. Recuerde que usted es hijo de Dios y ni un solo cabello será tocado de su cabello, sin que Nuestro Padre Dios lo sepa. Eso es más importante si usted es un líder, debe tranquilizar a los miembros de su grupo, aunque no les este internamente, debe demostrarse tranquilo. Puede ponerse a pensar en cosas terribles, como verse atacado por un animal salvaje, o sentir que se va a morir de hambre. La mayoría de las personas piensan en estas cosas en los primeros momentos de ansiedad, después que se dan cuenta que no saben dónde están. Pero suprima estos pensamientos tan pronto como pueda, porque es una tontería. Alguien lo va a encontrar con toda seguridad. Oblíguese a sentarse hasta que pueda pensar con claridad. No trate de recordar detalles, sino puntos o señales sobresalientes.
- b) **Ore a Dios:** Dios es nuestro Creador y nos ama mucho en gran manera, en cualquier problema, dificultad o tensión debemos acudir a él. Dios siempre nos responderá, muchas veces de maneras inesperadas y milagrosas. Recuerde alguna de sus promesas: "Siempre estaré con vosotros". "El ángel de Jehová acampa en derredor de los que le temen". Jesús lo observa. Los ángeles los cuidarán.
- c) **No se mueva del lugar :** Si tiene comida y agua probablemente será mejor quedarse allí, preferentemente no se mueva del lugar en que se encuentra. (esto es 100% aplicable en caso de accidente en avión o lancha), eso facilitará las labores de rescate. Si obligatoriamente debe moverse, camine no corra para que no tenga un accidente. Puede pasar también que esté nublado u oscuro porque sea de noche, y no convenga seguirse desplazando porque se empeoraría la situación.
- d) **Si necesita moverse a otro lugar,** antes de hacerlo debemos estar suficientemente seguros de donde nos encontramos. deje una señal de donde estuvo y otra indicando hacia dónde fue. Haga una señal en la corteza de un árbol, entierre en el suelo una rama con un pedazo de trapo atado o ponga su gorro en un lugar destacado. Haga algo que señale el lugar. Esto ayudará a los que busquen, a

encontrarlo si usted se aparta del lugar. Tenga en cuenta no agravar la situación perdiendo además sus pertenencias. Al encontrarse perdido puede que olvidemos cuidar el equipo que llevamos con nosotros, o nos desplazamos sin él. Nunca parta dejando su equipo en un lugar, ya sea porque pesa o por cualquier causa, salvo que sea absolutamente imprescindible (haya que transportar a un herido, por ejemplo). Si no sabemos exactamente donde está el lugar en el que nos encontramos será muy difícil retornar a él para recuperar nuestras cosas.

- e) **Busque un lugar alto, árbol o colina** : Aplicable si se ha perdido en una excursión o campamento. Al buscar un lugar alto, puede tener una mejor visión del lugar en que se encuentra, y ver algún posible camino, ciudad o cabaña. Pero si no está seguro de la señal, **QUÉDESE DONDE ESTA**. Al mismo tiempo, cuando haya subido a un lugar alto, busque una señal de humo. Esto, por lo general, indica que hay personas en los alrededores.
- f) **Algunas veces es recomendable seguir el rumbo de un río**, o dirigirse hacia él para poder hacerlo. Si sabemos en que dirección corre el río, y sabemos que siguiendo su curso hacia arriba o hacia abajo llegaremos a nuestro campamento o punto de reunión, hacerlo será lo más sensato. En este caso, existe la ventaja de que los ríos o arroyos suelen escucharse a gran distancia, y nos podremos orientar por su sonido. Sin embargo, debe tenerse en cuenta que encontrar un punto determinado en la orilla de un río es algo muy difícil y por lo tanto poco recomendable. De la misma forma, será igualmente difícil dirigirse directamente hasta un campamento ubicado a orillas de un río. En estos casos lo que hay que hacer es "equivocarse" a propósito. Es decir, dirigimos hacia abajo o hacia arriba del punto en la orilla del río al cual debemos dirigirnos, y una vez encontramos el río, sabiendo con precisión que estamos a un lado del objetivo perseguido, dirigimos hacia él siguiendo el curso de agua.
- g) **No siempre conviene seguir una senda**, no debe tomarse esta elección automáticamente. Las sendas pueden no llevar a donde queremos ir. Salvo que la conozcamos y estemos seguros a donde va o de donde viene, es preferible guiarse con herramientas que garanticen un mejor orientación, ya sea artificiales (mapas, GPS, etc.) o naturales (montañas conocidas, cursos de arroyos o ríos, etc.). Hay que ser particularmente cuidadosos si lo que hemos perdido es precisamente la senda que seguíamos. Volver a encontrarla no sólo será difícil, sino que a veces no será conveniente. Si queremos, por ejemplo, llegar a un punto o un lugar que conocemos y sabemos donde se encuentra (campamento, río, etc.), seguir una dirección general hacia él si la vegetación lo permite será al final más rápido y tendrá mucho más sentido que intentar encontrar una senda
- h) **Haga señales** : Otras veces será recomendable quedarse en el lugar en que nos encontramos o en sus alrededores buscando un claro o un sitio despejado desde el cual hacer señales o eventualmente acampar. Haga señales a través de fuego, luces o ropa blanca (siempre y cuando no haya nieve), puede llamar la atención de los rescatistas, aviones, guardabosques, etc. Las siguientes son algunas señales de rescate y búsqueda :
- Señal pidiendo auxilio: Tres señales juntas, a intervalos regulares.
  - Buscadores tratando de encontrar un compañero perdido: Una señal a intervalos irregulares.
  - Confirmación de señal de peligro: Los buscadores darán una señal.
  - Señal de llamada: Dos señales a corto intervalo, seguidas por un minuto sin señales y luego repetir las.
  - Forma de señales: Las señales se pueden enviar por medio de humo, (ej. tapando el humo de un fuego), dar voces, disparar, chiflar, pitar o hacer señales con luces usando linternas, espejos, etc. La principal característica de este tipo de señales es su regularidad; y cualquier señal repetida a cualquier intervalo regular debiera ser investigada.
- i) **Construya un refugio** : Construya un refugio, si ha caído la noche o si el clima es crudo, le ayudará a esperar mas seguro el rescate. Empiece a buscar u preparar su refugio cuando menos 2 horas antes de que se ponga el sol.
- j) **Ubique los puntos cardinales** : A través de su brújula o por medios naturales para encontrar el mejor camino para volver a la civilización. si está nublado recuerde que de noche las luces de las ciudades se refleja a lo lejos. Use el Mapa y la Brújula. Si ha sido lo suficiente inteligente para llevarlos consigo, úselos. Despliegue el mapa y oriéntese, ya sea con la brújula o verificando las señales importantes. Trate de recordar la última señal de importancia que ha pasado. Quizás un puente, una cabaña, una colina, una vuelta de ángulo agudo en el camino. Búsquelo en el mapa. De nuevo, si no está completamente seguro de dónde está la señal importante en el mapa, o no sabe usar bien la brújula , **QUÉDESE DONDE ESTA**.
- k) **Deje Rastros** : En su búsqueda del camino correcto (después de una razonable espera) debe dejar pistas, señales o rastros indicando hacia que lugar se va y la fecha de su caminar.

- l) **Evalué todas las posibilidades** que tenga en base a lo que sepa y vea, antes de tomar una decisión medítela. Si se encuentra en grupo, haga lo propio con sus compañeros y escuche sobre todo los consejos de la o las personas con más experiencia en este tipo de situaciones.

**12. Acampe un fin de semana de 2 noches, durmiendo bajo las estrellas o en una carpa, sea activo durante la preparación de cuando menos dos de los alimentos.**

**13. Considerando las cosas aprendidas en este honor y las salidas a acampar, cual es la razón del código de acampar de los Conquistadores y Guías Mayores.**

"Deja solamente huellas, y toma solamente fotografías" ha sido el lema de los excursionistas por muchos años, pero ha habido tantos excursionistas que han dejado tantas "huellas" de su paso, que el lema hoy debería decir: "No dejes nada, solamente toma fotografías, aire fresco y recuerdos". Este mundo es el único que tenemos aquí si no lo cuidamos nuestros hijos no lo podrán disfrutar Yo creo que hombre que viaja a través del campo no debe DEJAR NINGÚN RASTRO. "Yo guardaré mi grupo pequeño. Yo guardaré mi estancia en un solo lugar. Yo no cortare árboles o ramas. Yo no construiré fuegos, o si lo hago, yo los haré pequeños y esparciré los restos cuando me vaya. No dejaré ninguna basura u otra evidencia de mi estancia en el campo. Y Yo no DEJARÉ NINGÚN RASTRO".