

Turismo volcánico: investigador entrega recomendaciones para ascensos a gran altura

EXPERIENCIA. En San Pedro de Atacama se pueden encontrar variados tours que ofrecen servicios de ascenso a volcanes como el Lascar o el Licancabur, sin embargo, hay que considerar ciertos aspectos importantes antes de atreverse con un desafío de esta envergadura.

Redacción

cronica@mercurioantofagasta.cl

San Pedro de Atacama cuenta con algunos de los volcanes a mayor altitud de todo el mundo, como el Lascar o el Licancabur. Lo anterior, ha atraído a visitantes de todas partes, quienes buscan algo más que solo descansar durante las vacaciones de verano.

Si se está pensando en un panorama así, es importante saber que se deben tomar precauciones y prepararse como corresponde. Es por esto que el geólogo e investigador del Instituto Milenio de Investigación en Riesgo Volcánico - Ckelar Volcanes, Mauricio Aguilera, quien cuenta con múltiples ascensos en volcanes y monta-

ñas a lo largo de todo el país, entrega recomendaciones y advierte sobre dicha actividad en esta parte del mundo.

"Si no tienes experiencia en montaña, no es recomendable que algunos de estos volcanes sea tu primer ascenso. Estamos hablando de volcanes sobre 5000 metros sobre el nivel del mar, es decir, nos referimos a una gran altitud. También a condiciones áridas, vientos fuertes, un sol muy duro durante el día, pero también bajas temperaturas en la noche. Hay condiciones climáticas muy especiales en el norte de Chile", sostiene Aguilera.

CONDICIONES

En ese sentido el volcanólogo indica que se debe ser respon-



CON UNA ALTURA DE 5916 METROS, EL VOLCÁN LICANCABUR ES PARTE DE LA CORDILLERA DE LOS ANDES.

trabajando.com

CONSULTORÍA

MINIMIZA EL RIESGO EN CADA CONTRATACIÓN

Soluciones profesionales para decisiones de contratación más seguras.

Evaluaciones Psicolaborales por Competencias

Información clara, objetiva y accionable para tomar mejores decisiones de contratación.

¿Qué incluye?

- ✓ Entrevista por competencias (metodología STAR)
- ✓ 1 test psico lógico validado



sable y considerar, por ejemplo, que el volcán Lascar se encuentra a 5592 metros sobre el nivel del mar, mientras que el Licancabur a 5916. Altitudes donde el cuerpo se ve seriamente exigido.

"La altura lo que hace es reducir la disponibilidad de oxígeno. Entre más altura menos oxígeno y, por ende, te fatigas más rápido, aumenta tu ritmo cardíaco, aumenta tu respiración y pueden comenzar dolores de cabeza, náuseas, e incluso, vómitos. Lo que se conoce como mal de altura o 'puna', que, en casos muy extremos, podría ser fatal", advierte el científico.

No obstante, estas dificultades que presenta la altura pueden ser mitigadas con una buena preparación física, una alimentación ligera y balanceada, además de un período de aclimatación, de mínimo tres días, que acostumbre al cuerpo a funcionar con una menor disposición de oxígeno.

"Lo que recomendaría sería llegar a San Pedro y notar cómo te sientes. Luego quizás ir al Tatio, que es un tour que no tiene exigencia física pero ya estás a mayor altitud y ver cómo se comporta tu cuerpo. Después subir algún cerro cerca, y posterior a todo eso, intentar algo más intenso", agregó el investigador del Instituto Ckelar.

También instó a informarse respecto si estos destinos se encuentran en reservas indígenas protegidas o en parques nacionales, puesto que, de ser el caso, cuentan con reglas y exigencias propias de cada lugar.

"Se debe saber si el volcán es parte de una reserva, si es un parque o es patrimonio, que reglas tiene, cuales son sus valores de entrada. Hacer todo de manera correcta, respetuosa y como corresponde", sentenció.

Finalmente, el geólogo llamó a no realizar estos ascensos por cuenta propia y hacerlo siempre con guías que pertenezcan a agencias que cuenten con toda la reglamentación, el equipamiento y la preparación necesaria para estos fines.

También instó a informarse respecto si estos destinos se encuentran en reservas indígenas protegidas o en parques nacionales, puesto que, de ser el caso, cuentan con reglas y exigencias propias de cada lugar.