

Según campistas experimentados, expertos del área y un médico especialista:

¿Camping este verano? Estos son los errores de principiante que afectan la experiencia

Planificar comidas demasiado elaboradas, no probar el equipamiento antes del viaje e incluso olvidar la almohada personal son fallas que se repiten y que pueden repercutir negativamente en la estadía.

JANINA MARCANO

Ir de *camping* y una vez en el lugar notar que no se indagó suficiente sobre el sitio o la carpa no era la adecuada son errores comunes entre quienes acampan por primera vez, aseguran campistas experimentados y especialistas en el área.

¿El resultado? Volver a casa más cansado, sentir que no se disfrutó o incluso enfermarse durante la travesía, advierten.

Ahora en verano, cuando miles de personas aprovechan las vacaciones para disfrutar al aire libre, expertos identifican cuáles son las fallas más comunes entre principiantes del *camping* y aclaran cómo prevenirlas.

■ No indagar suficiente

"Antes del viaje, siempre llamo al *camping* y les pregunto '¿Cuéntame cómo es el clima allá? ¿Hace frío durante la noche? o ¿hay mucho viento?'", dice Alexandra Hernández, campista que viaja por Chile junto a su esposo Manuel Ospino. Las rutas las comparten en el Instagram @viajarycomerfeliz, donde tienen más de 100 mil seguidores.

"Contar con la mayor cantidad de información te permite ir más preparado. De lo contrario, puedes pasarlo mal o viajar sobrecargado. Si sabes que hay parrilla, ¿para qué vas a llevar una? Esto es clave porque la primera experiencia debe ser lo más llevadera posible", advierte Hernández, quien aconseja además revisar reseñas del lugar.

Coincide Sebastián Villar, socio del *camping* Olas de Chile, en Pichilemu. "En la costa, por ejemplo, el clima cambia mucho. Hay que saber eso para venir con capas, cortaviento, impermea-



Instalar la carpa sin evaluar el entorno implica riesgos para la salud, advierte Nicolás Vargas, médico urgenciólogo de la Clínica U. de los Andes. El especialista recomienda evitar zonas con matorrales, donde puede haber roedores y riesgo de hantavirus.

ble, y alguna primera capa".

Indagar sobre el sitio también permite controlar las expectativas, señala Maite Sallaberry, socia de Laguna Esmeralda, donde se puede acampar. "Muchos campistas no se informan y esperan encontrar más comodidad de la que suele haber en un *camping*. Eso hace que estén menos preparados y afecta su experiencia", comenta.

■ Una carpa inadecuada

No se trata de tener lo más nuevo del mercado, sino de saber elegir, plantea Villar. En la práctica, asegura, es común ver carpas demasiado pequeñas para la cantidad de personas o modelos no aptos para el entorno.

"Siempre se debe considerar

una carpa con mayor capacidad que el número de personas que dormirán en ella, considerando que necesitas espacios para dejar tus cosas", explica Villar.

Y agrega: "La mejor es la que sirve para las cuatro estaciones". Esto, debido a que soporta distintas condiciones climáticas y el diseño suele tener estructuras más robustas.

Contar con el equipamiento básico incluye distintos tipos de linterna, botiquín de primeros auxilios con lo necesario para curar alguna herida y repelente contra insectos, señalan los entrevistados. En este punto, otro tema crítico es no revisar el estado de los implementos antes del viaje. Estefanía Fuentealba, encargada del *camping* Valle de las

Incendios

Los expertos son enfáticos en informarse sobre las reglas del lugar. Revisar si se permite hacer fuego o usar cocinillas reduce los riesgos en una temporada marcada por la alta probabilidad de incendios forestales, plantean.

cendios", señala Fuentealba.

■ Mala elección del menú

Llevar demasiados alimentos, cocinar platos muy elaborados y no pensar en la caducidad de los productos pueden afectar negativamente la experiencia y poner en riesgo la salud, advierten los entrevistados.

Así, la recomendación es partir los primeros días con la comida que requiere refrigeración, por ejemplo la carne para el asado o los lácteos, y continuar el resto de la estadía con alimentos tipo *snacks* o no perecibles.

Hernández recomienda llevar porciones cocidas de proteínas, como pollo o carne, para facilitar los procesos. A esto se suma un aspecto clave: el manejo del

agua. Según el médico urgenciólogo y especialista en medicina de montaña de la Clínica U. de los Andes Nicolás Vargas, no se debe asumir que cualquier fuente natural es segura para beber. "No todos los ríos o vertientes son potables, aunque se vean cristalinos", señala. El agua puede estar contaminada por minerales o por deposiciones de animales, por lo que aconseja llevar agua potable suficiente.

■ Subestimar el descanso

"Según duermas, así será tu experiencia", dice convencida Hernández. "Pasar frío o dormir incómodo marca negativamente toda la estadía", agrega.

Desde Olas de Chile concuerdan y señalan que uno de los problemas más comunes es no aislarse correctamente del suelo. "Sale muy barato ir a una ferretería y comprar un *nylon* del tamaño de la carpa. La armas sobre ese material y, solo con eso, ganas muchos grados de temperatura", asegura Pablo Rosés, socio en ese *camping*.

Hernández aconseja contar con colchón inflable lo más alto posible para estar lo más lejos del suelo o, en su lugar, un saco de dormir acorde a las temperaturas. Rosés agrega que "mucha gente no lo considera, pero también es importante viajar con su almohada porque es algo a lo que estamos acostumbrados".

Otro error es no considerar la inclinación del terreno ni la posición al dormir. Según los expertos, muchas personas instalan la carpa sin notar que el suelo está inclinado y terminan durmiendo con la cabeza hacia abajo, lo que dificulta el descanso.

Por otro lado, también es clave fijarse en la dirección del sol antes de ubicar la carpa, para evitar que la luz golpee temprano en la mañana y ventilarla correctamente, dicen los entrevistados.