

RECOMENDACIONES

SENDERISMO

EN EL FIN DEL MUNDO



#Vení AlSur

VENÍ AL FIN DEL MUNDO



INSTITUTO
FUEGUINO
DE TURISMO

**FINDEL
MUNDO**
**END OF THE
WORLD**
TIERRA DEL FUEGO
PATAGONIA - ARGENTINA

PARA TENER EN CUENTA

- Elegir senderos de acuerdo al tiempo de duración, experiencia y preparación física.
 - Se recomienda realizar las caminatas en compañía de una o más personas.
 - Antes de salir, avisar a alguien externo al grupo qué recorrido realizarán y tiempo estimado de duración.
 - Llamar a Defensa Civil **103** para dejar asentado hacia donde se dirige, y comunicar su regreso.
 - Contratar un guía habilitado especializado, sobre todo si se realizarán actividades en la montaña.
 - Habilitar la función del GPS del teléfono móvil.
 - Llevar un cargador extra, para comunicarse en caso de emergencia.
-
- HORARIOS: Salir temprano en el amanecer asegura al caminante la posibilidad de aprovechar las horas de luz natural.
-
- TIEMPO: Consultá las condiciones climáticas, teniendo en cuenta que en un mismo día puede cambiar la temperatura, y el tiempo (lluvia o nieve en un mismo día).
-
- VESTIMENTA: Se recomienda vestirse “en capas”: campera y pantalón impermeables / buzo térmico/ abrigo de polar o de algodón. Llevar guantes, gorro, bufanda o buff, Calzado: botas o borcegos.



EQUIPAMIENTO

La mochila de todo caminante debe tener como mínimo:

- ropa de repuesto
- silbato
- brújula
- mapa de la zona
- cuchillo
- anteojos de sol y protector solar
- linterna con baterías cargadas
- encendedor y fósforos
- bolsa de residuos
- alimentos e hidratación: Llevar agua y comidas ligeras para consumir durante la caminata (por ej. fruta, barras de cereal).
- botiquín: gasas, vendas, solución fisiológica, curitas, pinza de depilar, aguja. Si estás bajo tratamiento médico llevar la medicación correspondiente.



EN CASO DE PERDERSE

- Mantener la calma.
- Verificar si hay señal telefónica y llamar al 103.
- Tratar de recordar el camino recorrido, chequear en el GPS o Mapa.

EN CASO DE SUFRIR UNA LESIÓN

- Garantizar la inmovilidad de la persona y abrigoarla.
- Llamar al 103.
- Si no hay señal, marcar el punto en el cual me encuentro y moverme en distintas direcciones tratando de encontrar señal telefónica.



DISFRUTÁ DE LOS SENDEROS EN TIERRA DEL FUEGO

Tierra del Fuego ofrece los más diversos circuitos de trekking, los cuales varían en cuanto a exigencia y dificultad. Hay opciones para que el caminante pueda realizar de manera independiente y otra en las que se recomienda ir acompañados por guías especializados

- Respetar los lugares habilitados para hacer fuego.
Usar los fogones o calentador a gas.
- Apagar correctamente el fuego. Verificar que tenga suficiente agua hasta que el suelo quede frío.
 - Regresar con sus residuos.
 - No llevar animales domésticos.

Ante cualquier urgencia llame al

103

VHF 148.615

**FINDEL
MUNDO
END OF THE
WORLD**
TIERRA DEL FUEGO
PATAGONIA - ARGENTINA

turismoTDF    

www.FINDELMUNDO.tur.ar