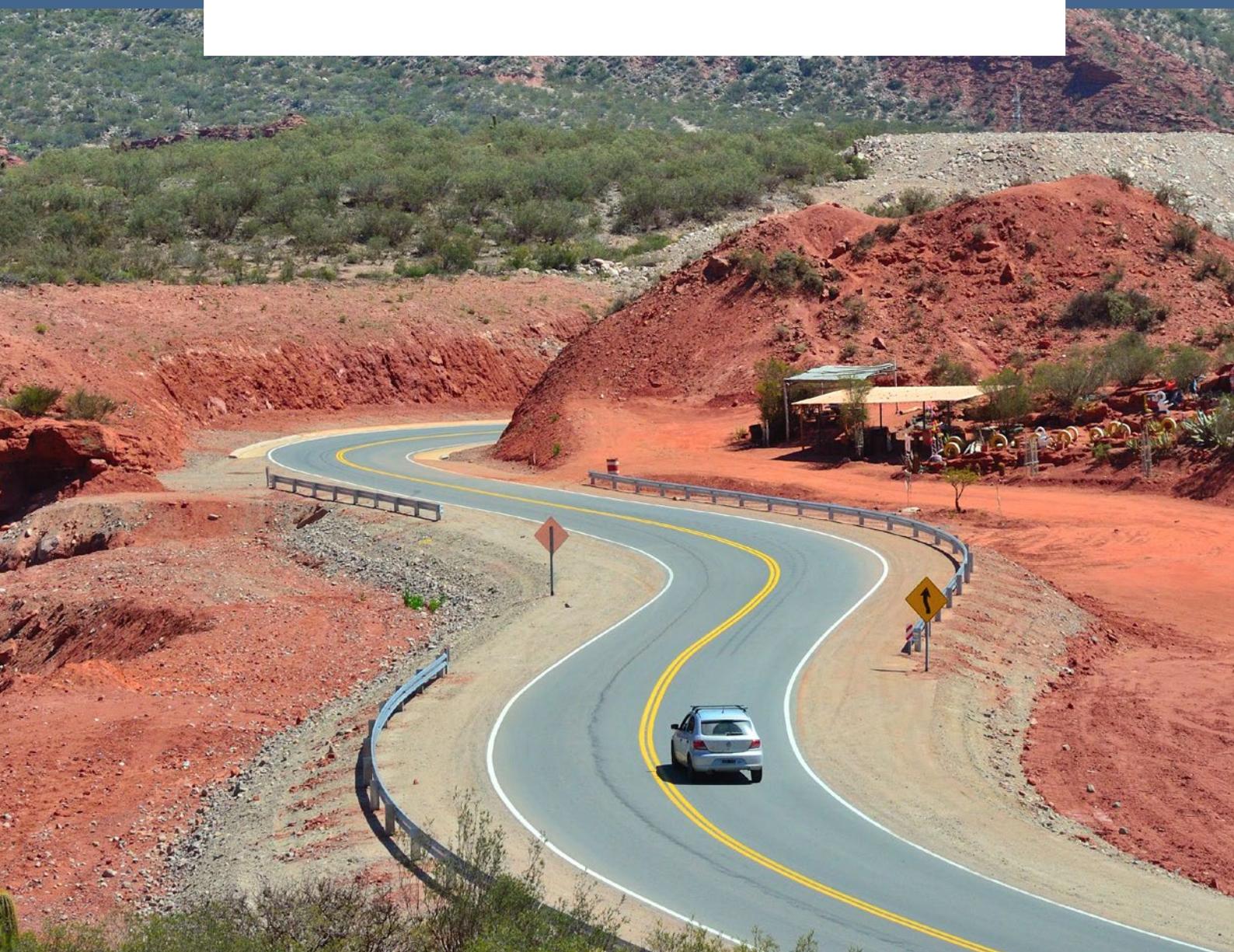

GUÍA DE

Recomendaciones para un Verano Seguro



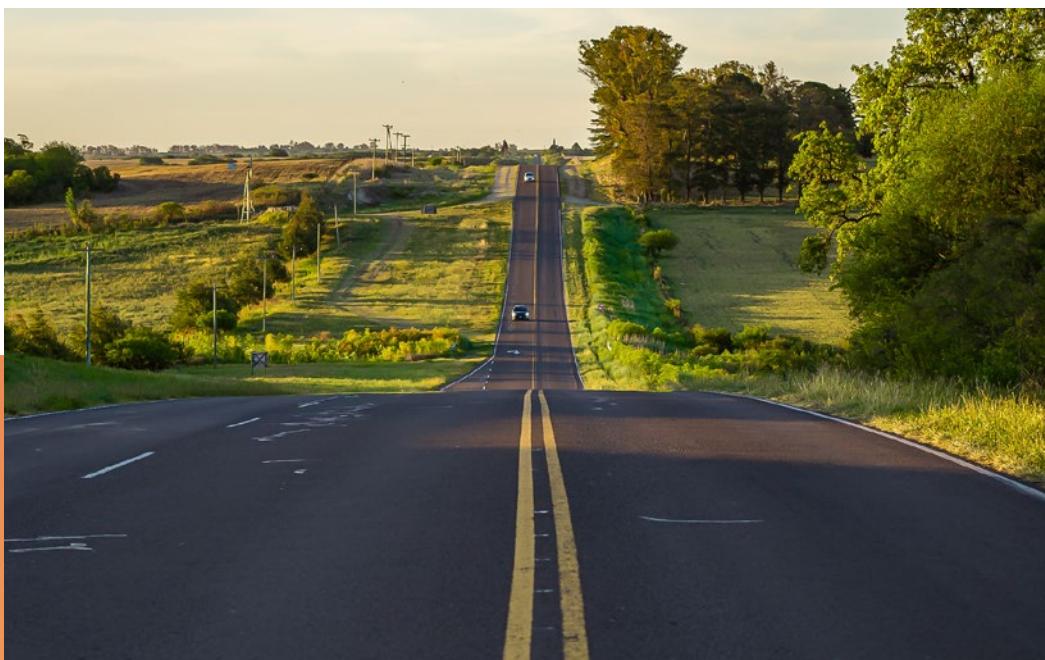
Recomendaciones para un Verano Seguro

La seguridad es parte fundamental de disfrutar el verano.

Esta guía reúne recomendaciones **simples y útiles** para ayudarte a **prevenir situaciones de riesgo** y vivir una experiencia turística **tranquila y placentera** en cada destino.

El objetivo es brindarte información clara para que puedas **anticiparte a posibles imprevistos, saber cómo actuar ante una emergencia y adoptar comportamientos responsables** durante tu viaje.

Viajar seguro no depende solo de quienes te reciben, sino también de **cada viajero**. Por eso, este material está pensado para **acompañarte durante tu estadía, en la ruta y en las actividades que realices**, promoviendo **experiencias responsables, confiables y cuidadas**.





Durante el viaje

- Cuidá tus **pertenencias** en lugares muy concurridos.
- Identificá **puntos de información turística y de seguridad** de tu destino.
- Guardá los números de **teléfonos de emergencia locales**.
- Identificá los **centros de salud cercanos** y disponibles a lo largo de tu recorrido.
- Evitá zonas poco iluminadas por la noche.
- **Verificá los pronósticos de clima** (tormentas, calor extremo, crecidas).
- Cumplí las **normas de seguridad** según la actividad que realices, como el uso de chalecos salvavidas, cascos u otros elementos de protección.
- **Respetá los circuitos habilitados** para 4x4 y cuatriciclos recordá contar con una antena de dos metros de largo con un banderín rojo y, para los cuatriciclos no cabinados, se recomienda utilizar pechera de protección y calzado cerrado, sobre todo en las playas, médanos, salares, lagunas y otros ecosistemas frágiles.



Uso del Fuego

- **No enciendas fuego** en lugares que no están permitidos. Si está habilitado, evitá hacerlo debajo de los árboles.
- Asegurate de **apagarlo por completo**: usá abundante agua, remové las cenizas para que no queden brasas, arroja agua sobre las piedras y alrededores de la fogata y comprobá que el lugar quede frío.
- **Asegúrate que** las colillas de cigarrillos estén apagadas y **llevalas con vos** hasta descartarlas en un cesto de basura en zona urbana.
- Si ves fuego o humo, avisá de inmediato a guardaparques, autoridades locales o vecinos.
- No estacionar sobre pastizales secos (los escapes calientes provocan incendios).



Residuos

- Mantené los **lugares limpios**: lleva siempre una bolsa de residuos para cargar con vos los que generes (incluso orgánicos) hasta los cestos o puntos habilitados al llegar a zona urbana.
- Si en el espacio natural nos encontramos con **plásticos** se recomienda juntarlos y cargarlos en nuestra bolsa de residuos para mantener el ambiente limpio.
- Recordá que las latas y los vidrios pueden provocar un incendio por el efecto lupa.



En la ruta

- Verificá el estado del vehículo antes de salir.
- Contá con la **documentación obligatoria vigente** para circular.
- Usá siempre **cinturón de seguridad**.
- Respetá siempre las velocidades máximas y controles viales.
- **No uses el celular** mientras manejás.
- Llevá balizas portátiles, matafuegos y otros elementos obligatorios.
- **Viajá descansado** y evitá conducir en horas pico o durante las horas de mayor calor.
- Ante la señal de tránsito de presencia de fauna, manejá con calma, no te apures, evitá accidentes.
- Consultá siempre información oficial sobre el estado de las rutas y usá transporte habilitado.
- Al **circular** por **rutas nacionales y autopistas**, mantené **siempre las luces bajas encendidas**, tanto de día como de noche.
- No te detengas en banquinas peligrosas. En caso de emergencia colocá las balizas triangulares a una distancia prudente para advertir a otros conductores.
- Si utilizas anteojos para conducir recordá utilizarlos durante todo el trayecto.



En playas y balnearios

- Seguí siempre las **indicaciones del guardavidas**.
- **No ingreses** al agua en zonas **no habilitadas**.
- Prestá atención a menores y personas mayores.
- Respetá las **banderas de seguridad**.
- Evitá el ingreso al agua desde los muelles o en zonas identificadas como peligrosas y durante el horario nocturno.
- Prestá atención a las crecidas y corrientes.
- No dejes sin cuidado tus artículos personales.





En áreas naturales

- Caminá solo por **senderos habilitados** y zonas señalizadas.
- Recordá completar el registro de trekking que solicita cada área protegida.
- Si emprendés un sendero por tu cuenta, avisá previamente al **guardaparques** o responsables locales al inicio y al fin del recorrido.
- **Informate** previamente sobre la dificultad y duración del sendero.
- **Cuidá y respetá** la fauna, la flora y los recursos naturales.
- Informate siempre sobre el clima y el estado de los caminos.
- **Respetá las indicaciones** del guardaparques y la cartelería.
- Transitá, acampá y nadá sólo en **sitios habilitados**.
- No alimentes a la fauna silvestre ni dañes la flora.

- Evitá zonas de vegetación densa para prevenir las picaduras de insectos; ante cualquier reacción inusual, acudí de inmediato a un centro de salud.
- En lo posible, movete siempre en grupos de dos o más personas.
- No te lleves elementos de la naturaleza (piedras, plantas, etc).
- No ingreses a sitios privados sin autorización.
- No ingreses con mascotas a los **Parques Nacionales**.
- **Usá chaleco salvavidas** acorde a tu peso en caso de realizar una navegación.





En destinos ubicados en altura a más de 2500 msnm

- Consultá con tu médico si recomienda alguna medicación específica antes del viaje.
- **Evitá ascensos rápidos** en pocas horas.
- Tomar **2 a 3 litros de agua por día**.
- **Protegerse del sol** con gorra, anteojos de sol y protector solar.
- Durante los dos o tres primeros días de estar en la altura, realizá **poca actividad física y evitá movimientos bruscos**.
- Si presentás síntomas como dolor de cabeza agudo, mareos, náuseas u otro malestar hacé lo posible para descender de altura y consultá con un médico a la brevedad.
- Consumí hidratos de carbono (azúcares) en pequeñas cantidades y varias veces al día.
- Evitá fumar y consumir bebidas alcohólicas.
- No tomes medicamentos que provoquen sueño.



Salud y prevención

- **Hidratate con frecuencia**, aunque no tengas sed. Llevá siempre una botella recargable con agua potable.
- Evitá la exposición al sol entre las 11 y las 17 horas.
- Usá ropa liviana y clara, gorro, protector solar y repelente de insectos.
- Armá un pequeño **botiquín de primeros auxilios**. Si usás medicación específica, llevala con vos e incluí una dosis extra.

Ante una situación de EMERGENCIA
→ **llamá al 911**

Para realizar DENUNCIAS
→ **llamá al 134**



**Secretaría de
Turismo y Ambiente**
Jefatura de Gabinete de Ministros