



Red de Turismo Rural Comunitario en los Andes Venezolanos

Caminos Posaderos Andinos

Las preguntas más frecuentes

¿Qué debo llevar?

Aconsejamos llevar un morralito "de ataque" para tener a mano sus cosas imprescindibles durante la marcha, entre otras cosas su botella de agua: se produce una pérdida importante de líquido a través la respiración y el sudor. Para mayor comodidad durante las travesías, es bueno apoyarse en un bastón de caminata. No olvide su equipo básico de primeros auxilios con sus medicamentos personales, crema protectora y repelente, barrita humectante para los labios y artículos de higiene personal.

¿Cómo es el clima?

Se cambia relativamente rápido de pisos altitudinales por la topografía de los Andes, de un clima caliente y húmedo a frío y seco o viceversa. En un mismo día, existe gran amplitud térmica. Aunque el sol se esconda detrás de las nubes y el aire esté fresco, las radiaciones están presentes y pueden causar daño a la piel sin protección suficiente.

¿Cómo me debo vestir?

Ropa cómoda en capas según clima. La primera capa debe ser una franela de algodón. Privilegiar las fibras sintéticas, más livianas y rápidas en secar. Pantalones anchos y cómodos, nada de jeans. Sombrero y lentes. Impermeable resistente y chaqueta de fibra polar. Para las zonas más frías, se recomienda llevar guantes.

¿Cómo me debo calzar?

Con buenos zapatos de marcha, de caña alta de preferencia, con una suela resistente. Es recomendable traer dos pares de calzados para alternarlos. Unas sandalias deportivas son ideales para el descanso de los pies durante las paradas. Las medias deben ser fuertes y cómodas, de un textil que permite que la piel respire. Cuidado con textiles muy sintéticos que pueden producir roces y ampollas.

¿Qué me recomienda para dormir?

Lo más cómodo y de más abrigo para dormir en el páramo y las acampadas son los monos deportivos (ropa térmica) con unas buenas medias calientes.

¿Se puede llegar en carro?

Sí. Para iniciar las excursiones en los Andes, puede llegar en su vehículo particular hasta cierto punto con vías asfaltadas. Será necesario estacionarlo en un lugar seguro vigilado y solicitar sus traslados hasta el punto de partida.

¿Cómo llego al punto de partida si llego en autobús?

Si llega por autobús, podemos organizar su traslado desde el terminal de pasajeros hasta el punto de partida de su ruta y luego, el traslado desde su punto de llegada hasta un terminal de pasajeros nuevamente.

¿Cómo llego al punto de partida si vengo en avión?

Si llega por avión, podemos organizar su traslado desde el aeropuerto hasta el punto de partida de su ruta y luego, el traslado desde su punto de llegada hasta un aeropuerto nuevamente.

¿Pueden ofrecerme servicios de traslado?

Sí. Disponemos de una red de chóferes locales calificados y experimentados, con pericia para manejar en terreno accidentado y competencia para atender amigablemente al visitante.



Red de Turismo Rural Comunitario en los Andes Venezolanos

Caminos Posaderos Andinos

Las preguntas más frecuentes

¿Debo cargar mi equipaje yo mismo durante las excursiones?

No, animales de carga siempre llevan el equipaje del visitante. Solamente se carga el morral de ataque con los efectos personales del día durante la excursión.

¿Qué tipo de equipaje debo llevar?

Es recomendable empacar en un morral no mayor de 60 litros, con sus efectos organizados y protegidos en bolsas de plástico tipo zip lock. Puede forrar internamente su morral con una bolsa grande de plástico para mayor efectividad: todo el contenido se mantendrá seco.

¿Hay un peso máximo permitido por persona?

Sí, es limitado a 20 kg.

¿Qué comida consigo?

En todos los puntos de las rutas, las comidas se preparan con alimentos frescos de la zona, a menudo producidos en las mismas finquitas donde se hospeda. La oferta es auténtica y tradicional.

¿Si tengo una dieta especial, me pueden atender?

Sí, basta con avisar con antelación acerca de las limitaciones y/o necesidades específicas.

¿Cuáles son las horas de salida para las excursiones?

Por lo general, entre ocho y nueve de la mañana.

¿Cuántas horas al día se camina?

Depende de la dificultad del terreno y de su forma física, puede variar entre cuatro a ocho horas como máximo.

¿Debo llevar agua potable?

Es recomendable llevar su cantimplora cargada para cada salida. En algunos sitios, es posible comprar agua mineral y por lo general existen suficientes arroyos cristalinos y frescos en los caminos para recargar su botella. En todas las mucuposadas, puede pedir agua hervida.

¿Debo llevar lencería?

Solamente su toalla de baño. Las mucuposadas le suministran sábanas y cobijas.

¿Cuando hay acampadas en la ruta, qué debo llevar?

Si la ruta seleccionada indica una acampada, debe llevar su aislante y su saco de dormir siempre. El baquiano se encargará de la carpa, al menos que Ud. prefiera llevar su propio equipo.

¿Hay algunas normas que debo respetar?

Sí, todas las mucuposadas tienen un reglamento interno a la vista en las habitaciones. Igualmente, los baquianos se rigen por una serie de normas que se aplican en todas las rutas. Fomentamos el respeto mutuo y una conducta acorde a los frágiles ambientes atravesados.



Red de Turismo Rural Comunitario en los Andes Venezolanos

Caminos Posaderos Andinos

Las preguntas más frecuentes

¿Hay señales de telefonía?

Algunas mucuposadas disponen de telefonía fija., otras de radiocomunicación. En parte de las rutas, se puede hacer uso de su teléfono celular. Se puede obtener información detallada para cada sitio.

¿Hay electricidad?

Existen sistemas de flujo eléctrico alimentados por energía solar en la ruta de Sta María a Gavidia pero su capacidad es mínima. En la ruta de El Quinó no hay flujo eléctrico sino en la Hacienda El Carrizal. En la ruta de Mesa Julia hasta La Toma, solamente los puntos de partida y llegada disponen del servicio de electricidad. Mucumpis tiene electricidad así como las mucuposadas del páramo. En todos los casos es recomendable cargar una linterna, y es aconsejable llevar pilas para su cámara y otros implementos.

¿Hay agua caliente?

Sí, en todas las mucuposadas del páramo es una constante. En el piedemonte, no es indispensable por tener un clima benigno y el agua sale a temperatura ambiente.

¿Hay calefacción en las mucuposadas del páramo?

No, no es parte de la cultura del andino. La fuente de calor en las casas es el fogón o la estufa y la familia se reúne en torno a la lumbre del hogar.

¿Qué es el mal de páramo?

En las alturas, el organismo habituado a otras condiciones rutinarias trata de adaptarse a un aire enrarecido (disminución del oxígeno), acompañado de una temperatura baja, y no siempre lo logra: cada persona tiene facultades de adaptación diferentes. Puede padecer frío, dolor de cabeza, náuseas, deshidratación, andar con paso vacilante. Lo recomendable es guardar mucha calma y reposar, eventualmente bajar a una altitud menor, en todo caso respirar profundo y despacio, consumir bebidas calientes azucaradas (evitar el café y el chocolate en este momento) y cubrirse con ropa caliente. El cuerpo poco a poco se aclimatará.

Antes de salir al campo, asegúrese de que haya comido lo suficiente y no emprenda la ruta con un ritmo demasiado rápido y forzado.

Para caminar con comodidad y luchar contra la pérdida de potasio y agua a través del sudor, es importante consumir cambures (frescos o deshidratados), pasitas, mandarinas o naranjas, sin olvidar los líquidos.