



Seguir los principios «Leave No Trace» cuando te vas de camping

Posted on Diciembre 31, 2025

Por Ambientum Portal Ambiental

Ir de camping es una de las formas más sencillas de disfrutar de la naturaleza. Dormir al aire libre, cocinar fuera de casa y desconectar del ritmo diario tiene algo muy especial. Pero esta experiencia también **implica una responsabilidad clara: cuidar el entorno en el que nos acampamos.** Los **principios Leave No Trace** recuerdan que nuestro paso por la naturaleza debería ser lo más discreto posible.

No se trata de seguir reglas complicadas ni de renunciar a la comodidad, sino de **actuar con sentido común.** Con una buena planificación y algunos hábitos básicos, es posible disfrutar del camping sin dañar el entorno y dejando el menor impacto posible en el medioambiente.

Planificación y equipo

El primer paso para **practicar un camping con responsabilidad** comienza antes de llegar al destino. Informarse sobre la zona, conocer si está permitido **acampar y respetar las normas del lugar** evita problemas y ayuda a proteger espacios naturales que no siempre están preparados para recibir visitantes.

Elegir bien el lugar donde montar el campamento es clave para reducir el impacto.

El equipo también marca la diferencia. Optar por **carpas camping** del tamaño adecuado y fáciles de montar permite ocupar solo el espacio necesario y evita dañar la vegetación cercana. Siempre que sea posible, conviene instalarse en zonas ya utilizadas o habilitadas para ello, sin invadir otras áreas sensibles.

La planificación de las comidas es otro punto importante. Llevar solo lo necesario y evitar envases innecesarios ayuda a reducir residuos. Para cocinar, una **cocinilla a gas** es una opción práctica y segura, ya que evita encender fuegos en el suelo y reduce el riesgo de incendios. Además, facilita mantener el entorno limpio, sin restos de ceniza ni marcas en el terreno.

Gestos sencillos que protegen la naturaleza



Una vez instalado el campamento, los principios *Leave No Trace* se aplican en cada pequeño

gesto. **Caminar siempre por senderos marcados** ayuda a evitar la erosión del suelo y protege plantas que pueden tardar años en recuperarse. Aunque parezca algo sin importancia, crear atajos acaba dejando huella con el paso del tiempo.

La gestión de los residuos es fundamental. Todo lo que se lleva al camping debe recogerse, incluidos restos de comida y residuos orgánicos. Dejar alimentos en la naturaleza puede alterar el comportamiento de los animales y generar desequilibrios en el entorno. También es importante usar el agua con responsabilidad, lavando utensilios o aseándose lejos de ríos y lagos y con productos biodegradables.

El respeto por el silencio forma parte del camping responsable. **Mantener un tono bajo y evitar ruidos innecesarios** mejora la convivencia con otras personas y reduce el impacto sobre la fauna. La naturaleza no necesita añadidos para disfrutarse. De hecho, uno de los mayores atractivos de acampar es disfrutar del silencio y la tranquilidad.

Antes de marcharte, **revisa bien la zona y asegúrate de no dejar ningún resto.** Si encuentras basura de otros visitantes, recogerla es un gesto sencillo que contribuye a cuidar el entorno. Practicar *Leave No Trace* no consiste en hacerlo todo perfecto, sino en ser consciente. Cada escapada es una oportunidad para disfrutar de la naturaleza y protegerla para quienes vendrán después.