

## Experiencia de acampada salvaje en Escocia: de la decepción a la aventura con CampWild

La última vez que acampé de forma salvaje en Escocia, la experiencia fue tan tranquila que no he podido quitármela de la cabeza década y media después. El equipo equivocado, combinado con una helada tardía, hizo que empacara a las 3 de la mañana y me dirigiera a un drive-through en las afueras de Glasgow para entrar en calor, viendo el amanecer sobre un café de tomaraway en lugar de un lago solitario.

Menos Raynaud que Ray Mears, la experiencia no hizo mucho por mis credenciales al aire libre, pero me convierte en el conejillo de indias perfecto para los Wild Trails de CampWild. La iniciativa es de la plataforma de acampada salvaje CampWild; la idea es dar a más personas la confianza para disfrutar de las aventuras fuera de la red en el Reino Unido e intentar realizar caminatas autoguiadas de varios días.

### Caminatas salvajes en Perthshire: descubre la naturaleza en estado puro

Inspiradas en los senderos fuera de la red en Canadá y los EE.UU., las caminatas no están marcadas pero utilizan corredores de senderos, destacando zonas en las que elegir una ruta en lugar de señalar un camino preciso. El primer sendero es en Perthshire, en Invergeldie, cerca de Comrie. Un antiguo dominio deportivo de 4.856 hectáreas (12.000 acres) comprado en una adquisición de capital natural por Oxygen Conservation el año pasado, ahora alberga una mezcla de restauración de turberas, plantación de árboles, ganadería de colinas y energía hidroeléctrica, gestionada por SSE Renewables.

No es completamente salvaje, pero es lo suficientemente salvaje para el propósito en cuestión. Hay tres senderos en Invergeldie: todos senderos de dos o tres días diseñados para hacerse en un fin de semana o un fin de semana largo. El más accesible es el sendero de 12 millas (20 km) Moors Trail, que en gran parte está en antiguas pistas de caza y de SSE, y es adecuado para usuarios de sillas de ruedas de aventura. El más desafiante es el sendero de 21 millas (35 km) Peaks Trail, un recorrido de nivel superior casi completamente fuera de pista. Entre los dos está el sendero Lochs Trail, un recorrido de 12 millas a pie en parte en parte fuera de pista que mi amiga Helen y yo hicimos una recorrida antes del lanzamiento del sendero el mes pasado.

Lago Lednock. [jogar cartas online](#)

Todos los senderos comienzan en el aparcamiento de Ben Chonzie, a cuatro millas al noroeste de Comrie. Los excursionistas reciben un mapa de ruta personalizado (a través de la app OS), una guía de senderos que enumera las destacas de la vida silvestre y las ubicaciones sugeridas de acampada, y un "paquete de aventura" con lista de equipaje y código de conducta.

Los beneficios de la soledad en la naturaleza son profundos, pero acceder a ellos puede ser intimidante. Si eres muy experimentado, simplemente continuarías tú mismo. Pero solo una fracción de la población se siente segura haciéndolo.

Además de inspirar y apoyar a la gente a salir al aire libre, también se trata de educación.

"Puedes acampar en casi cualquier lugar de Escocia, pero eso no significa que debas", dice Backhouse, señalando el impacto de la basura y las fogatas, y el daño involuntario a la ecología local. En cambio, el modelo de CampWild tiene como objetivo mantener y crear un acceso responsable a estos espacios.

### Estados Unidos considera advertencias en redes sociales

# por efectos en salud mental de adolescentes

El cirujano general de Estados Unidos, Vivek Murthy, impulsará la creación de una etiqueta de advertencia en las plataformas de redes sociales que advierta a los padres sobre el efecto dañino que puede provocar su uso en la salud mental de los adolescentes.

Las etiquetas de advertencia serían similares a las que aparecen en los productos con tabaco y alcohol, pero Murthy no puede exigir las unilateralmente; la medida requiere la aprobación del Congreso.

## Efectos de las redes sociales en niños y adolescentes

Murthy califica los efectos de las redes sociales en niños y adolescentes de riesgo para la salud pública, al mismo nivel que las muertes en carretera o los alimentos contaminados. Según investigaciones, los adolescentes que pasan más de tres horas al día en las redes sociales corren un riesgo significativamente mayor de sufrir problemas de salud mental.

Los adolescentes de EE. UU. pasan un promedio de 4,8 horas al día en plataformas de redes sociales como YouTube, TikTok e Instagram.

## Llamado a la acción

Murthy insta a los padres a empezar a poner límites al uso de las redes sociales por parte de sus hijos inmediatamente, y a mantener las horas de las comidas libres de dispositivos.

Con su petición de una etiqueta de advertencia, Murthy aumenta aún más el tono de urgencia, señalando que "en caso de emergencia, no puedes permitirte el lujo de esperar a tener la información perfecta".

---

### Informações do documento:

Autor: symphonyinn.com

Assunto: casino telegram

Palavras-chave: **casino telegram - symphonyinn.com**

Data de lançamento de: 2024-09-30