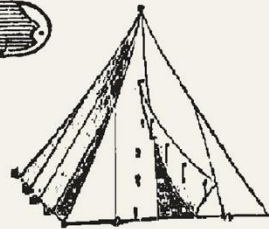


—*Bestseller de The New York Times*—



El ABC del **BUSH CRAFT**



Guía de campo para
— SOBREVIVIR —
en la NATURALEZA



Dave Canterbury



El ABC del **BUSHCRAFT**

Guía de campo para
SOBREVIVIR en la NATURALEZA

Dave Canterbury

La guía de supervivencia en la naturaleza n.º 1, por fin en español

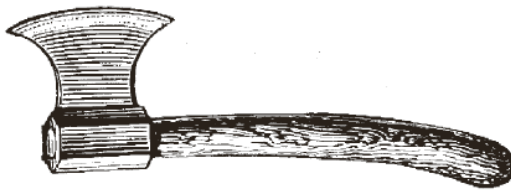
En un momento en el que todo resulta cómodo y accesible, en cualquier rincón del mundo, está de moda la supervivencia: todo un reto para los acomodados urbanitas. Programas como Supervivientes triunfan en todo el mundo.

Escrito por el experto en supervivencia Dave Canterbury, *El ABC del bushcraft* es el manual perfecto e imprescindible para emprender una aventura en la naturaleza con consejos para aprovechar al máximo el tiempo al aire libre. Basada en las **5 Cs indispensables del bushcraft** (herramientas de corte, cubiertas, dispositivos de combustión, contenedores y cuerdas), esta valiosa guía explica las habilidades de supervivencia más importantes para ayudar a buscar recursos en nuestro entorno y a experimentar de verdad la belleza y la emoción de la naturaleza. El libro contiene además información sobre:

- Cómo elegir los artículos imprescindibles para un kit de supervivencia.
- Cómo fabricar las herramientas y accesorios necesarios
- Cómo conseguir y cocinar alimentos
- Cómo protegerte de los elementos.

La guía de David Canterbury, no solo ayuda a prepararse para cualquier clima y situación, sino que también enseña a usar el arte del *bushcraft* para reconectar con la naturaleza de una forma totalmente nueva.

«Canterbury lo abarca todo: preparar ese el propio kit de supervivencia, fabricarse herramientas y suministros, recolectar alimentos, cocinarlos y protegerse de los elementos. Es una gran guía para todo aquel que quiera estar preparado de verdad para la aventura en plena naturaleza.» CoolMaterial.com



INTRODUCCIÓN

«Las ideas preconcebidas, sobre todo cuando uno se ha criado bajo su influencia, son las más difíciles de desaprender.»

Stewart Edward White, *Camp and trail*, 1907

Bushcraft es un término que designa la práctica de la supervivencia en plena naturaleza y el conjunto de habilidades para desenvolverse en ella. Para la práctica correcta del *bushcraft* es necesario dominar una serie de habilidades que incluyen hacer fuego, orientarse, trampear, construir refugios, rastrear y usar herramientas, tanto modernas como primitivas. Los buenos exploradores llevan consigo el mínimo material esencial en sus rutas; en lugar de cargar con material extra, tienen los conocimientos y las habilidades para fabricar cualquier utensilio que necesiten a partir de lo que les ofrece el entorno. Para desenvolverse bien en la naturaleza sin las comodidades modernas hace falta determinación. Como cualquier otra afición, exige dedicación y conocimientos que, en determinadas circunstancias, incluso pueden salvarnos la vida. Muchas de las habilidades del *bushcraft* son esenciales para sobrevivir en plena naturaleza en caso de emergencia.

Si nos remontamos a un pasado no muy lejano, veremos que algunos de los hombres más influyentes de la historia se tomaron la vida en la naturaleza como una empresa seria, además de como un pasatiempo euforizante. Reconectaron con el mundo natural, aprovecharon sus recursos y trabajaron para preservar la naturaleza. Theodore Roosevelt quizá sea el presidente de Estados Unidos más famoso relacionado con la exploración, la conservación y la vida en plena naturaleza. Junto a John Muir, fundador del Sierra Club, mejoró la protección de las maravillas naturales al preservar 230 millones de acres de hábitat de vida salvaje. En los treinta años que siguieron al cambio de siglo la gente de Estados Unidos redescubrió lo que era pasar tiempo en la naturaleza y liberarse de la vida cotidiana. Autores como Horace Kephart y E. H. Krepes captaron esa nueva moda acuñando términos como *woodcraft* [cono-



cimiento del bosque] y *camping*. Seguían los pasos de sus predecesores, gente como George Washington Sears, «Nessmuk», un innovador del excursionismo y las rutas recreativas en plena naturaleza sin el componente de supervivencia. Más recientemente, Les Hiddins, el «Bush Tucker Man» australiano, Mors Kochanski, instructor canadiense de *bushcraft* y supervivencia, y Ray Mears, el famoso hombre de bosque e instructor inglés, han acercado la práctica del *bushcraft* al público contemporáneo.

¿Por qué alguien, en esta época de comodidades modernas y tecnología increíble, abandonaría su vida confortable en pos de otra más sencilla, pero potencialmente peligrosa en el bosque? Hay muchas razones y los beneficios son múltiples. Practicar el *bushcraft* es una forma estupenda de disfrutar del aire libre. Si alguien se siente atrapado en un entorno urbano, una buena ruta por las montañas le permite reconectar con la naturaleza, apagar los dispositivos electrónicos y escapar de la presión constante de la sociedad. Además, las capacidades que se perfeccionan en el monte pueden convertirse en habilidades que salvan vidas en situaciones de emergencia y supervivencia.

Nessmuk lo dijo muy claro: «No vamos a los bosques verdes y a las aguas cristalinas a sufrir, vamos a disfrutar». Es toda una declaración de intenciones, sobre todo en esta época de comodidades modernas. Mucha gente cree que para «disfrutar» o estar cómodo necesitamos un montón de cosas. En realidad, se necesita muy poco para sobrevivir en la naturaleza. En lugar de cosas, lo que necesitamos es un buen conocimiento del mundo natural. Este libro ofrece ese conocimiento en pocas palabras, pero debe complementarse con práctica y tiempo en el monte, y así poder obtener el «doctorado en conocimientos forestales» (término acuñado por Mark Baker).

Este libro es el compañero ideal para los entusiastas de las aventuras al aire libre, y también para quienes se inician en la práctica del *bushcraft*. Está escrito a partir de la experiencia personal, la investigación y muchos días y noches en el monte, por terrenos y ecosistemas diferentes. Guiado por mi experiencia, el lector descubrirá todo lo que necesita para sus expediciones, desde cómo preparar la equipación hasta cómo montar el campamento o escoger herramientas y provisiones. El libro también incluye instrucciones claras para orientarse, hacer fuego, trampear y buscar comida en el bosque, entre otras cosas. El lector aprenderá cuál es la mejor forma de conservar los recursos, tanto naturales como artificiales. Las instrucciones, consejos y trucos de este libro, testados y comprobados, proporcionan las habilidades más importantes del *bushcraft* necesarias para pasar de la vida en casa a la supervivencia —y el disfrute— en plena naturaleza.

Estoy convencido de que conocer los recursos naturales y aprender lo que marca la diferencia entre la comodidad y la penuria permite disfrutar de una experiencia casi pletórica cuando se pasa un tiempo en ruta o en el monte. Por ello presento al lector este libro, inspirado en mis héroes y mentores del pasado, como reclamo y como una versión más contemporánea del *bushcraft* desde mi experiencia en el este de Estados Unidos.

Dave Canterbury

El autor combina una escritura directa con instrucciones útiles para construir una guía de supervivencia sencilla de seguir y fácilmente aplicable a todo tipo de escenarios.» NY Daily News



LAS 5 C

las cinco c

Hay **cinco elementos esenciales para la supervivencia**. Estos cinco elementos son todas las herramientas y conocimientos que uno necesita para estar preparado ante cualquier emergencia, así como para independizarse de las trampas de la jungla urbana. Son elementos que no pueden reproducirse con materiales naturales, cuya fabricación requiere de muchísima habilidad y que controlan las condiciones que afectan de una forma más directa a la temperatura de nuestro cuerpo (también pueden utilizarse para procesar materias primas que ayuden a regular la temperatura corporal). Estos elementos, junto con la capacidad para vestirse según las condiciones del momento y el conocimiento de la naturaleza, permiten llevar un equipaje ligero y disfrutar de la ruta.

Las cinco C son:

1. Herramientas de **corte** para fabricar utensilios necesarios y procesar comida.
2. Elementos de **cobertura** para crear un microclima que proteja de la intemperie.
3. Dispositivos de **combustión** para encender fuego, no solo para conservar y cocinar alimentos, también para elaborar medicinas y proveerse del calor necesario.
4. **Contenedores** para transportar agua o proteger alimentos.
5. **Cordajes** para atar y sujetar.

Estos elementos, sumados a un buen conocimiento del entorno y algunos utensilios para conservar los alimentos, son la clave de nuestra equipación. Les podemos añadir un puñado de útiles de primeros auxilios, de orientación y para posibles reparaciones, y hacernos la vida «fácil» durante la ruta. ¿Significa eso que necesitamos un montón de cosas, que vamos a ir muy cargados y que nos arrepentiremos nada más echarnos a andar? No. Lo que hay que hacer es elegir los utensilios adecuados y procurar que sean de la mejor calidad. Además, debemos procurar que sirvan para llevar a cabo varias tareas.



CÓMO CALCULAR LA HORA DE DÍA

Habrà ocasiones en las que necesitemos saber cuántas horas de luz nos quedan. Es prudente montar el campamento al menos dos horas antes de la puesta del sol en verano y cuatro horas antes de la puesta del sol en invierno, porque debemos proveernos de los suministros que necesitamos para pasar una buena noche, como la leña. Para calcularlo sin un reloj, levantamos la mano con el pulgar doblado y los dedos juntos. Colocamos la mano debajo del sol. Cada mano que podamos colocar hacia abajo entre el sol y la línea del horizonte equivale a una hora, y cada dedo equivale a 15 minutos.



geoPlaneta



TRUCOS Y CONSEJOS PARA COCINAR EN EL MONTE

1. A la hora de cocinar cualquier tipo de carne, hervirla permite conservar sus propiedades más nutritivas. Es bueno beberse el caldo, porque contiene grasas vitales.
2. Las piedras que se usen para cocinar o para la hoguera no deben proceder de lechos de arroyos o ríos. Aunque parezcan secas, pueden contener humedad y pueden resquebrajarse cuando se calienten, por lo que son un peligro, pues pueden estallar en mil pedazos.
3. El fuego es para calentar y las brasas, para cocinar. Siempre hay que dejar que el fuego arda del todo para conseguir un buen lecho de brasas para cocinar.
4. Siempre hay que escoger el lugar donde hacer fuego con extremo cuidado, teniendo en cuenta la dirección y la fuerza del viento, de modo que la hoguera no se nos vaya de las manos.
5. Al abandonar una zona siempre hay que extinguir el fuego por completo, de modo que no salga humo de las brasas. Se debe machacar el carbón del todo y repartirlo.

RECETAS SILVESTRE PARA LA SUPERVIVENCIA: GALLETA DE MAR

4-5 tazas de harina común

2 tazas de agua

3 cucharaditas de sal

1. Precalentar el horno a 200 °C (o 180 si es un horno de convección o reflector).
2. Mezclar la harina, el agua y la sal en un bol grande y asegurarse de que la masa esté bien seca. Añadir más harina si es necesario.
3. Extender la masa con un rodillo hasta obtener un grosor de algo más de 1 cm y darle forma de rectángulo. Cortarla en cuadrados de 7 x 7 cm y hacer agujeritos en ambos lados con un tenedor o un cuchillo.
4. Colocar sobre una bandeja de horno sin engrasar y hornear 30 minutos por cada lado.

«Todo el material de supervivencia del mundo no sirve de nada si no sabes cómo utilizarlo. Escrito por el experto en supervivencia Dave Canterbury, esta guía tiene por objetivo asegurarse de que sabes lo que haces (...) Aunque no huyas del apocalipsis y solo vayas a la montaña para escapar de la vida moderna unos días, esta es la guía indispensable para tus aventuras en la naturaleza.» Uncrate.com

«Con este libro pasarás de novato a experto.» Secrets of Survival

SUMARIO

Introducción

Primera parte: LOS PREPARATIVOS

Capítulo 1: La equipación

Las cinco C

Temperatura corporal, confort y artículos de uso personal

Mochilas y bolsas en general

Mantas de lana

Mochilas

Bastidores

Cestas

Bandas de carga

Macutos

Kit personal para viajar a pie

Trucos y consejos para la equipación

Capítulo 2: Herramientas

Cuchillos

El manejo del cuchillo

Batoning

Muestras

Cortes de cizalla

Cuidado del cuchillo

Sierras

Manejo de la sierra

Cuidado de la sierra

Hachas

Afilado

Manejo del hacha

Partir leña

Trocear troncos

Talar un árbol

Desramar

Partir troncos

Batoning con hacha

Cuidado y afilado del hacha

Cuñas, siempre

Trucos y consejos sobre las herramientas

Capítulo 3: Cuerdas, cordones, cinchas y nudos

Cordón

Cuerda

Eslingas

Cinta de poliéster

Cómo hacer cordón natural

Nudos de campamento básicos y prácticos

Amarres, ataduras y cazonetes

Trucos y consejos sobre cuerdas y cordones

Capítulo 4: Recipientes y utensilios para cocinar

Botellas y cantimploras

Tazas

Ollas

Colgadores de ollas

Sartenes

Palos asadores

Tablas

Utensilios para manejar alimentos

Hierros para cocinar

Hornillos y quemadores

Trucos y consejos para cocinar en el monte

Capítulo 5: Refugio

Tarps y tiendas

Polipropileno y silnailon

Lona

Hule

Colchonetas

Bolsas de forraje

Mantas térmicas de emergencia

Hamacas

Sacos de dormir

Mantas de lana

Refugios naturales

Trucos y consejos para el refugio

Capítulo 6: Combustión

Encendedores

Ferrocieros

Lupa (lente de aumento)

Hoja de cuchillo/hacha

Encendido de fricción

Latas carbonizadas

Trucos y consejos para un fuego seguro y provechoso

Segunda parte: EN EL MONTE

Capítulo 7: Montar el campamento

Los cuatro elementos
La higiene en el campamento
Tarps y configuraciones
Fuego
Iniciadores de fuego
Tipos de hogueras
Hoguera larga
Hoguera Dakota
Hoguera de cerradura
Trucos y consejos para el campamento

Capítulo 8: Orientación sobre el terreno

Brújulas
Uso básico de la brújula
Interpretar el terreno y los mapas
Cómo orientar el mapa
Medir distancias y orientarse
Cinco métodos de orientación que todo *bushcrafter* debe conocer
Azimuts inversos
Calcular distancias al viajar
Automapeo
Obstáculos
El método PAUL (Positive Azimuth Uniform Layout)
Cómo calcular la hora del día
Trucos y consejos para orientarse bien

Capítulo 9: Árboles, el recurso de las cuatro estaciones

Pinos
Sauces y chopos

Nogal negro
Sasafrás
Robles
Trucos y consejos para el uso de árboles

Capítulo 10: Trampeo y procesado de las presas

Partes de una trampa
Cómo hacer postes de señalización
Cebos para trampas
Trampas modernas
Trampas improvisadas
Trampas terrestres: conceptos básicos
Trampas de cebo
Trampas acuáticas
Configuraciones especiales
Trampas primitivas
Trampas por aplastamiento
Trampas para aves
Pequeños kits de trampeo
Pesca con cañas improvisadas y *tenkara*
Cómo procesar la caza menor
Cómo procesar otras presas
Cómo conservar la carne
Trucos y consejos para trampear
Conclusión
Apéndice A: El concepto *pathfinder*: Cómo conservar y reutilizar los recursos
Apéndice B: Alimentos silvestres y plantas medicinales
Apéndice C: Recetas silvestres
Apéndice D: Glosario

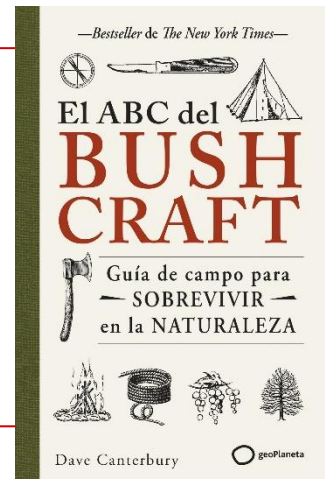
SOBRE EL AUTOR



Dave Canterbury es veterano del Ejército y copropietario e instructor supervisor de la Pathfinder School de Ohio, considerada por USA Today una de las doce mejores escuelas de supervivencia de Estados Unidos. También es director de la revista Self Reliance Illustrated. Su canal de YouTube cuenta con casi 800.000 suscriptores y sus vídeos acumulan más de 40 millones de visionados.



El ABC del Bushcraft
Guía de campo para sobrevivir en la naturaleza
Dave Canterbury
Geoplaneta, 2023
14 x 21 cm / 256 páginas
Rústica con solapas
PVP c/IVA: 19,95 €
A la venta desde el 10 de mayo de 2023



[Para más información a prensa, imágenes o entrevistas con el autor:](#)

Lola Escudero. Directora de Comunicación Geoplaneta/ Lonely Planet

Tel: 619 212 722

lescudero@planeta.es