

# El Agua para la Recreación

***¿Sabías que el agua también nos sirve para recrearnos?  
¿Se te ocurre algún ejemplo de cómo lo hace?***

Las actividades recreativas que usan el agua, normalmente están ubicadas en ambientes públicos como los lagos, las cataratas, las aguas termales o medicinales, los ríos para hacer canotaje o la playa. Estas actividades pueden servir para el esparcimiento, el deporte o el turismo. Como verás, estas aguas con fines recreativos también contribuyen a nuestro bienestar y desarrollo ya que podemos disfrutar de ellas. Por ello es necesario cuidarlas con responsabilidad.

Las aguas en la recreación se pueden clasificar de tres maneras:

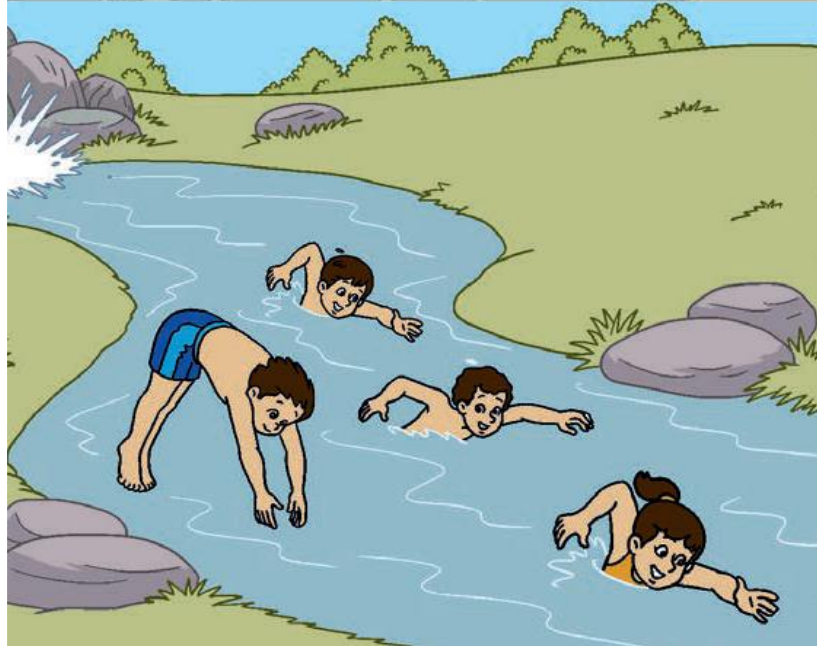
- Según su salinidad, se dividen en agua dulce, de lagos, ríos o aguas termales, o en agua salada, en las playas y mares.

**El Agua para la Recreación**

- Según su temperatura, si son de temperatura ambiente y de temperaturas termales, llamadas así si pasan los 30° grados.
- Según su origen, si son naturales y son aguas artificiales.

Las aguas recreativas ofrecen beneficios para la salud porque permiten hacer ejercicios y favorecen el descanso y la relajación. Estos beneficios son evidentes en las aguas de origen natural.

Estas actividades recreativas en lugares naturales son muy populares en el mundo, y alientan mucho el turismo. Estamos hablando, por ejemplo, de las aguas medicinales o de las piscinas en clubes o centros campestres, como los baños termales de Cconoc, Pincahuacho, entre otros.



## El Agua para la Recreación

Sin embargo, el uso de estos espacios, muchas veces transmite enfermedades o infecciones a través del agua. Esto se da:

- Por tragar aguas contaminadas con desechos fecales al nadar.
- Por contacto de nuestra piel con aguas contaminadas con microorganismos.
- Por contacto de aguas contaminadas con heridas superficiales, facilitando la expansión de gérmenes por el torrente sanguíneo.
- Por inhalación de aerosoles en las aguas termales o baños de vapor, contaminados con bacterias, que pueden provocar neumonía u otras afecciones .



**El Agua para la Recreación**

Por ello, cuando se participa en actividades recreativas con agua, es necesario seguir las siguientes recomendaciones:

- Usar siempre chaleco salvavidas cuando estás a bordo de pequeñas embarcaciones.
- Evitar el contacto con aguas contaminadas y con arena o tierra sucia.
- Usar zapatos o sandalias adecuadas al andar por las orillas, de ríos y terrenos con lodo.
- Evitar tomar el agua del ambiente donde te sumerges.

De igual forma, así como las aguas recreativas pueden representar algo positivo en el turismo mundial, también es importante reconocer el impacto que pueden tener sobre el ambiente.

Hay deportes como la natación, la vela o el remo que no usan motor, y por tanto no utilizan aceites ni combustibles. Pero hay otras actividades como los paseos en lancha a motor, que sí afectan los ecosistemas, porque dejan en el agua residuos de combustible y la contaminan.

En cualquier caso, cuando realicemos esas actividades, es muy importante no dejar tiradas las botellas, bolsas, papeles o cualquier tipo de basura.





**El Agua para la Recreación**

## *¿Sabías que?*

En nuestro país no existen leyes ni estándares que regulen en forma completa y segura la calidad del agua destinada a actividades recreativas. Incluso en el ámbito internacional las regulaciones existentes aún son escasas.