



Jerson Zapata "Tijuana Argentina"

Hace un par de años, un accidente en motocicleta por poco detiene mi sueño, ahora con ganas de vencer todos los obstáculos, comienzo una travesía que recorrerá toda Latinoamérica en bicicleta de "TIJUANA A ARGENTINA"



facebook

JERSON ZAPATA

www.jersonzapata.com

¿Cómo comenzar un viaje en bicicleta?

¿Cómo Iniciar un viaje en bicicleta?



De Tijuana a Argentina

¿Cómo iniciar un viaje en bicicleta?

Por Jerson Zapata.

PROLOGO

Conocí a Jerson en abril de 2021, Ciudad de México. Fueron 10 minutos de conversación para preguntarle. ¿Y si nos vamos hasta Tijuana juntos? Respondió, en 24 horas te respondo, y así fue que comenzamos juntos un viaje por los estados del norte, recorriendo la Ciudad de México, estado de México, Hidalgo, Querétaro, Guanajuato, Jalisco, Aguascalientes, y Zacatecas. Al siguiente día me dice- “vamos juntos hasta Tijuana, te dejo en la frontera y yo voy hasta Argentina”. Jerson siempre con una sonrisa, improvisando y a veces planificando hemos compartido más de dos mil kilómetros, hoy somos grandes hermanos, aprendemos, lloramos y nos enamoramos cada día más de México.

Jerson, con 32 años, Ingeniero en logística y transporte, compositor, cantante, escritor, fotógrafo y productor de audiovisual va mostrando las bellezas y el valor de los sueños, a pesar de su incapacidad física, su bicicleta de 450 pesos, le sonrío a la vida, a las personas, recolectando historias por la noche en cada ciudad, pueblo. Nunca se te ocurra decirle a Jerson, que no puede. Desde sus primeros años recibe, “no estás listo”, “no puedes”, “no sabes”. Jerson es el número uno en mostrar que. “No necesitas nada más que un sueño con propósito para luchar por tu vida.”. En este libro encontraras en primera persona, como iniciar un viaje desde cero, como enfrentar los miedos y resolver cualquier problema que se vaya presentando en un viaje en bicicleta.

Tabaré Alonso

¿Qué llevar?, ¿Cómo generar ingresos?, ¿Tengo que entrenar?, ¿Cómo planifico mi ruta?, Y ¿si me roban?, ¿si me quedo sin agua, sin alimentos?, estas preguntas llegaron a mi mente cuando comencé este viaje, las dudas de ese primer pedaleo eran infinitas

Índice

Todo comenzó por un accidente vehicular...

¿Qué llevar para un viaje en bicicleta?

Ropa, repuestos, accesorios.

¿Qué Comer?

Primeros Auxilios (Botiquín)

¿Cómo Generar ingresos?

Entrenamiento ¿cuántos kilómetros debo de recorrer para estar listo?

¿Cómo planificar la ruta?

¿Aplicaciones esenciales para un viaje?

App's (aplicaciones para dispositivos móviles)

Clima.

Redes sociales ¿cómo apoyarte de ellas?

¿Qué hacer en caso de emergencia?

¿Me robaron mi bicicleta y todos mis documentos?

¿En dónde dormir?

¿Cómo Viajar con Lluvia?

¿Qué saber de tu bicicleta?

¿Viajar solo o acompañado?

Todo comenzó por un accidente vehicular...

En la primavera de 2018, tras un accidente del cual solo recuerdo, un automóvil que golpeó la parte posterior de mi motocicleta y el muro de contención. Cuando reaccioné, solo pude abrir los ojos, una multitud de gente rodeaba mi cuerpo tendido en el asfalto.

Una mujer, aún recuerdo su rostro, tomaba mi mano en señal de paz y aliento, susurrando decía “No te preocupes, estas bien, ya viene la ambulancia”.

Enseguida pregunte ¿Qué paso?, no recibí respuesta, en ese momento intenté ponerme de pie, de inmediato mi cuerpo no reaccionaba a esa orden que le acababa de dar, miré mis piernas como de reojo, con mis manos toqué mi pecho, mi cabeza (aunque mi casco estaba colocado) e intenté por segunda ocasión levantarme, sin lograrlo.

En el asfalto hirviendo, escuche a lo lejos el sonido de la ambulancia, de inmediato el paramédico tomó mis signos vitales y preguntó ¿Qué te duele?, Fue fácil responder “TODO”, miró mi pierna y de inmediato con voz grave dijo, amigo tiene una fractura en el tobillo, necesito enderezarlo a su posición, sin pensarlo coloco sus instrumentos y realizó la inmovilización del mismo no puedo negarlo se me salió una lagrimita.

Al subirme a la camilla llegaba a mí un dolor incontrolable, algo que jamás había sentido, mi espalda me pedía a gritos, “por favor ayuda” fueron los 30 minutos más largos de mi vida.

Llegué a la unidad médica, de inmediato me tomaron una radiografía, la cual mostró las huellas de esta batalla, que apenas comenzaba.



Fractura de vértebra A2, una más expuesta de tibia, peroné y por último de clavícula, tardé siete días en ingresar a quirófano la primera de 5 operaciones comenzaba.

Mis familiares y amigos siempre estuvieron cerca de mí, recuerdo a mi hermana y madre durmiendo en una silla, tan incómoda que les destrozaba la espalda, dormir ahí era casi imposible, metían todos los días de contrabando las golosinas y panquesitos que yo más amaba, llamadas cortas pero llenas de amor por parte de mis seres queridos que a la distancia me deseaban mejora.

Mi madre me contaba anécdotas de ella cuando era pequeña, perdíamos el tiempo platicando, mirando películas en un viejo televisor portátil con el que nos divertimos por horas, siempre me ayudaba con mis necesidades físicas ir a algo tan simple como el baño era un gran reto.



Después de 20 días, de esas platicas interminables risas, inyecciones en el ombligo por la mañana y comida que antes para mí era insípida comenzó a tener el mejor sabor de la tierra.

La rehabilitación llegó, el doctor David Lozano muy puntual como siempre, siete treinta de la mañana, revisó mi avance, aunque aún era poco en realidad, me pido ponerme de pie algo que aún era imposible, después de 45 días hospitalizado el diagnóstico final: placa y tornillos en Columna vertebral, tibia y peroné, clavícula con fractura, pero sin instrumentación.

Todos los días platicaba con ahora mi buen amigo David, me contaba cosas de huesos rotos, mandíbulas destrozadas a causa de peleas de otros que a mi lado solo pedían algo para aliviar el dolor.



En silla de ruedas comenzó mi primera rehabilitación, recuerdo bien una tina de metal, con agua caliente y a todo chorro bajo mi espalda, ahí después de 2 meses por fin pude ponerme de pie, tomando con firmeza los barandales, ya que mi clavícula aún no tenía fuerza para sostener mi peso.

Mi abuela que para ese entonces tenía la dicha de compartir silla de ruedas con ella, nos divertíamos como los más grandes y mejores amigos, nos dirigíamos al súper a toda velocidad, como si de una carrera se tratara, aunque ella siempre era más veloz, nunca le pude decir lo mucho que aprendí de ella de la gran lucha que tuvo desde muy corta edad, que cada día que regresábamos de la escuelita, me tenía mis cincuenta centavos para comprar los caramelos que ya desde esa edad me encantan, poco a poco me di cuenta como decaía, su cuerpo según yo pedía descanso después de haber soportado años con una enfermedad que nunca pudo curar, venció el cáncer, la hipertensión, el miedo a quedarse sola a cargo de hijas que tarde o temprano partirían a buscar su camino.

Sin duda las mejores y peores lecciones de la vida las aprendí a su lado, ahora no dejo de llamarle a mi viejo y renegrado suéter “CHIPITURCO” a mi bufanda para la cabeza le llamo “CHAL” y como olvidar esa vieja frase que hasta la fecha digo y nunca olvidare “ME LATE CACAHUATE”.



Cuatro meses ya habían transcurrido, cuando en una sesión pregunté por primera vez, ¿Podré volver a mi vida como era antes? El DR. David ya era mi gran amigo y solo me dijo.

“Jerson da un paso a la vez, ya NO podrás jugar al fútbol, Andar en tu amada CLETA y mucho menos practicar algún deporte de riesgo, tu columna acaba de perder su fuerza, digamos que estás a un sesenta por ciento, así mismo la rigidez en tu pierna te imposibilita a correr, cuida tu columna, es lo que sostiene esa cabeza loca que tienes”

Regresé a casa a recuperarme, mis sobrinas nunca dejaron que nada me pasara en mi recuperación, la más pequeña me ayudaba con una pequeña botella improvisada le llamaba (tu bañito) para hacer como le digo yo del uno (PIPI), mientras que la más grande todos los días tenía una sorpresa para mí, desde un pan con mermelada, un plátano con nutella, hasta un sándwich con siete rebanadas de jamón, ella siempre decía “tío te tienes que recuperar quiero volver a salir a jugar” a sus pocos años ya era una gran enfermera aunque no entendía, que yo no podría cargarla más, subir a esa antigua res baladilla era el acto más peligroso en esa condición

Cuando me metían a bañar, ponían un banquito para sentarme mientras entre risas, aventadas de jabón y resbalones tallaban mi cuerpo con una esponja, aun para esa fecha salía sangre de mi espalda por un tubo que tenía conectado para no coagular mi sangre.

Pasaron dos meses más y regrese a la rutina, esa que ya me mantenía preso de cumplir mi gran sueño, ahora argentina se alejaba más.



trabajo de oficina, rutinario, aun usando un bastón para sostener el peso de mi cuerpo al caminar, mi vida, aunque no había cambiado, era completamente diferente.

Recuerdo un domingo, bien tempranito llegaron mis sobrinas, ese par de soles que siempre alegran mi día, con voz animosa me gritaban, “Tío, Tío, ¿quieres salir a dar una vuelta en la CLETA?” Fue ahí donde comenzó mi verdadera rehabilitación.

Salimos solo al parque a un par de cuadras, por fin regresó mi alma al cuerpo, esa libertad que sentí había perdido, a mi memoria llego un viaje que había planeado hacía ya mucho tiempo, quería conocer Oaxaca en mi bicicleta.

Así comenzó este viaje...

Como todos en esta nueva era de tecnología, con las benditas redes sociales. En google, escribí la palabra Ciclistas con maletitas, suena gracioso, pero así fue, ahora sé que esas “maletitas” se llaman alforjas y las personas me llama Cicloviajero, aunque me gusta describirme como un “vagabundo a bordo de su bicicleta”. Y te preguntarás ¿Por qué?, muchos vagabundos son personas supuestamente renunciando de la vida mundana, así que deambulo por grandes ciudades y bosques en busca de LIBERTAD.

Con esa sencilla búsqueda comenzó mi gran amor por este que ahora, es mi estilo de vida.

No sabía a quién quería parecerme, quería tener su mismo equipo, sus mismas aventuras, eran tantos los viajeros, que decidieron hace muchos años, lo que para mí era un mundo nuevo. Con el tiempo comprendí, que no tenía que parecerme a ninguno, pues cada quien forja su propia historia, así que amarré una mochila, mi guitarra a mi bicicleta y di ese primer pedalazo.

Sería imposible de negar que tuve miedo, no sabía la reacción que tendría mi cuerpo a tan grande desafío, comencé un pequeño entrenamiento, mi mejora física me sorprendió y solo no deje de pedalear.

Ahora entiendo que puedo continuar mi sueño a lado de mi amadísima, vieja y como yo le digo pedorra bicicleta, la cual sin duda me ha demostrado que somos el uno para el otro, no se vence y no se dejara jamás



1 Arcos del sitio Tepotzotlán Edo, de Mex.

¿Qué llevar para un viaje en bicicleta?

Esta es la pregunta que llegó a mi tres o cuatro veces al día y esta tenía otras 5 y así sucesivamente. Cuando entre a buscar respuestas no sabía que en realidad estaba encontrando más preguntas, ver a tantos viajeros, con estilos tan diferentes de viaje era algo insólito para mis ojos en ese momento, que si alforjas, un carrito, Bikepacking, una mochila agarrada al manillar, bueno hasta con el perro andan cargando, infinidad de formas,

¿quién quería ser yo?, pero como podía identificarme con alguno si yo no me consideraba y sigo sin ser ciclista, eso es un deporte y yo no comparto con nadie ni nada solo tomo mi bicicleta y voy lento

¿Qué ropa?

En mi primer viaje llevé 3 mudas de ropa, una para el frío, una para el calor y una más, porque mi rumbo fue la playa, así que un buen short no tenía que hacer falta.

A los 300 kilómetros, después de 5 días de pedaleo, sentí que mis piernas estaban destrozadas, llegué a un pueblito muy bonito ya pasando el atardecer, ahí me acerqué al quiosco de la plaza central y pregunté al oficial más cercano si es que podría pernoctar ahí esa noche para continuar mi camino al día siguiente, sin dudar me dijo, “sí, claro, solo agarra bien tu bicicleta no te la vayan a ganar en la noche aquí la banda es bien viva” cosa que no me preocupó aunque ahí estaban 4 jóvenes que venían de Centroamérica, con los que después de un cigarrillo y una charla de 15 minutos me contaron, estaban en búsqueda del llamado “Sueño Americano” y sonriendo me dijeron “a qué vas al sur si en el norte está la mera MONEY”, ellos aún no sabían que realizó mi sueño, un sueño en donde el hambre, la sed, la soledad, siempre estarán ahí, a un costado tuyo, pero mi sueño no es de riquezas tangibles, pues cada kilómetro que recorro con mi amada CLETA me estoy haciendo millonario en experiencias que con suerte puedo retratar con mi ya viejo y destruido teléfono móvil.

A la mañana siguiente, levanté mi bolso de dormir, lo metí a mi mochila que ya gritaba en ese momento “quítame algo por favor que ya estoy por romperme”

Ahí me despoje por primera vez de una muda de ropa, la de calor fue la indicada, no sentí un gran cambio en realidad, pero supuse que eran unos cuantos gramos que podía restar al peso que llevaba.



Ahora, tras más kilómetros recorridos, solo viajo con una bermuda, dos playeras de algodón y una chamarra para el frío. Cuando me baño, aprovecho para lavar la muda que llevo puesta y la cuelgo en mi bicicleta, así el sol y el viento hacen el resto del trabajo.

Lleva ropa sencilla, ligera y no caigas en el exceso, ya que lo que lleves de más, "tú lo vas a cargar". Piensa al empacar, lo voy a ocupar en un lapso no mayor a tres días. Ese es mi gran secreto.

¿Qué repuestos llevar?

Una cámara de repuesto, una llave universal, un juego de parches, pegamento, una bomba de aire y dinero, ¡el maldito dinero!, que en un rato más, te voy a contar cómo lo consigo.

Y te preguntarás en este momento ¿y los repuestos para frenos?, ¿las llantas?, ¿los chicotes? Para esto hay una respuesta muy sencilla, "prevención"



Todos los días antes de dar el primer pedalazo, hay que verificar las condiciones físicas y mecánicas de nuestra amada, con esto evitarás llegar al máximo desgaste, siempre teniendo en cuenta la ruta y las condiciones de la misma, pero eso lo veremos más adelante, mayoría ciudades podrás encontrar repuestos y mecánicos calificados, aunque otro gran secreto es auto repararse y saber todo de tu bicicleta.

¿Qué comer?

Esto es algo que me preocupaba a cada momento, pues es de saber, que una buena alimentación es necesaria para tan gran desafío.

De este tema hay cantidad de vídeos e información escrita por profesionales, pero...

En palabras no profesionales puedo contar:

Como lo que mi bolsillo pueda pagar, no siempre es fácil costear una comida saludable, una ensalada es mucho más cara que una orden de taquitos de pastor con una coquita de vidrio.

Por lo regular como en frío, bolillo con cualquier cantidad de rellenos, desde un plátano hasta un buen trozo de carne, salchichas y frijoles nunca faltan en mi alimentación, para comer pasta o arroz, por lo regular lo compro ya preparado, solo la porción que pienso comer en uno o dos días.

Pero cuando mi ruta lo permite y llegó a un espacio abierto, en donde pueda hacer una pequeña fogata, sin dudarle es el día del festín.

Nopales, papa, cebolla, champiñones, espinaca, pollo y un buen chilito, todo eso dentro de un pedazo de aluminio, lo echas al fuego, pones en tu

pocillo a calentar agüita para tu café. Y como siempre un bolillito para acompañar tu buena cena, que muy seguido se convierte en tu desayuno.

No olvides beber y cargar el agua suficiente, es el líquido más vital de tu travesía.



2 Los Cardos Zacatecas México

Primeros auxilios (botiquín)

Antisépticos, vendas, pastillas para cualquier cantidad de síntomas, hasta una manta térmica por si me daba hipotermia, según yo, quería ir prevenido para cualquier situación

¿Esto llevé a mi primer viaje y a los 1000 kilómetros, después de entender, que no estoy en una carrera, que no compito con nadie, porque me preocupaba de caer o de enfermarme en el camino? Si no soy un doctor para auto-recetarse, no sé hacer un torniquete con un cinturón, no sé cazar pájaros con un popote, aunque llevara las cosas, no las sabría ocupar y pensé, claro, puedo aprender y por fin ocupar mi botiquín.

3000 kilómetros después, puedo contar que sí aprendí, a seguir avanzando sin miedo a esto, cuando enfermé del estómago por una comida regional, no dude, fui al médico y descansé un par de días, cuando caí, solo me raspe un poquito, no es que puedas ir a 100 kilómetros por hora con 120 kilos arrastrados solo por tus piernas, (contado tu carga y tu peso), gripa y tos a todos nos da, solo cuida cualquier resfriado y continúa tu camino, o qué, algo tan sencillo te va a detener?

Poco a poco te vas a dar cuenta que circular sin prisa, te permite observar las cosas de otro modo. Recuerda “aunque el mundo lleve prisa, tú debes de ir lento”

¿Cómo generar ingresos?

(Dinero, ese papel que vale más que un pasaporte lleno de experiencia)

Hay millones de formas de costear un viaje en bicicleta alrededor del mundo, si tienes alguna habilidad manual como: fabricación de artesanías en general, fotografía, músico, mesero, mecánico, vendedora, trabajos online, etc. Cualquier habilidad es efectiva para emprender un viaje, porque recuerda, estás realizando tus sueños. Estar dispuesto a aprender una nueva habilidad también es un buen paso, te llenarás de nuevas experiencias que más adelante seguro ocuparás.

Te cuento, en esta travesía alrededor de México con rumbo a la Patagonia Argentina, he trabajado como ayudante de pizzería, apoyo en la construcción de una casa de permacultura, desove de tortuga, auxiliar de fuente de sodas, venta de postales de los sitios por los que tránsito, artesanías con madera e hilos y por ahora este libro que muy amablemente me has regalado el tiempo de leer.

Pienso que lo principal es continuar cumpliendo tu propósito, cueste lo que cueste.



3 Obsequio de artesanía (Geoda sin gravedad)

Entrenamiento ¿cuántos kilómetros debo de recorrer para estar listo?

Viajar en tu bicicleta, no solo se trata de recorrer grandes distancias en el menor tiempo posible, se trata, según yo, de disfrutar ese pequeño instante de libertad.

Así que el primer entrenamiento no pienso que sea físico, es un poco más psicológico, "plantearse un objetivo". Ahí viene el ¿por qué quiero viajar en mi bicicleta? Y no, como el resto de la gente, en un avión, un autobús, de mochilero, en fin, ¿Por qué en bicicleta? ¿por qué exponer mi salud? ¿Mi seguridad?

Cuando tengas la respuesta a ese ¿por qué?, entenderás que lo importante no es cuántos kilómetros puedas recorrer en un día, si no la cantidad de experiencias que puedes encontrar a tan solo centímetros de ti.

Aunque siendo técnicos, puedes comenzar con 10 kilómetros al día e ir incrementando poco a poco, notarás cambios a los pocos días, solo no olvides ser constante, eso te llevará al éxito de la travesía que estás por comenzar, puedes ir equipando tu bicicleta con una pequeña parilla, una canastilla y poco a poco ir añadiendo peso, aunque el gran secreto es no pensar en que no podrás. "Solo inténtalo"



¿Cómo planificar la ruta?

¿A dónde voy?, ¿de qué tiempo dispongo?, ¿cuál es la mejor temporada para viajar?

Saber ¿a dónde voy? ¿Cómo quiero viajar? ¿Tramos con o sin peaje? ¿Estoy dispuesto a acampar en cualquier sitio?, otra vez millones de preguntas y comienzas a ver, que, en lugar de ser una increíble experiencia, podría ser algo desastroso no saber hasta el más mínimo detalle.

Si te contara lo sencillo que es planificar una ruta, no hay más que saber en dónde te encuentras y hacia dónde vas.

Puedes despertar muy temprano por la mañana, levantar la mirada y observar el imponente sol frente a ti, así sabrás que estás en dirección al este. Si tu rumbo es el Norte, solo hay que girar a la izquierda e ir en ese camino.

Saber qué tiempo tienes disponible para tu aventura, te llevará al éxito de la misma.

Así podrás contemplar la distancia que puedes recorrer en un día y el tiempo que te tomará llegar a tu destino final, siempre contemplando tu regreso, que, por cierto, hay muchas formas de regresar de tu primer viaje.

La principal es, en tu misma bicicleta: esa es la mejor. "así que contempla el tiempo"

Un autobús: en la mayoría de opciones en esta modalidad, puedes subir tu bicicleta a la porta equipaje, sin bajarle tu equipo, sin embalarla.

Un avión, si tu economía permite tu regreso en este modo, solo tienes una pequeña complicación, "excedente de peso y embalaje", si sobrepasas el peso te cobrarán un pequeño excedente y te solicitarán embalar tu bicicleta, ¿qué es embalar? Poner tu bicicleta con cartoncitos y plástico protector (playo - papel film), y así la podrás subir y proteger de posibles daños.

Hay miles de apps para comenzar, pero la planificación de tu viaje no es en base a una aplicación, es en base a tus gustos, costumbres, estilos de viaje etc.

Pero siendo técnicos estas son aplicaciones que podrán ser muy útiles para analizar más a detalle tu ruta.



4 Aguascalientes, México

¿Aplicaciones esenciales para un viaje?

Lo más básico, y no debe faltar, es un mapa físico (en papel), en cualquier ciudad del mundo lo encontraras, este será tu gran salvavidas y segundo mejor amigo en el futuro.

La mejor y más grande aplicación ya la tienes, “comunicación”. No hay nada más seguro y de fiar que preguntar, acercarte a lo más valioso de tu viaje, la GENTE, la cual sin lugar a duda podrá guiar tu camino.

Pero si te da un poco de pena preguntar, no te preocupes poco a poco tu ruta te pedirá que te comuniques.



App's (aplicaciones para dispositivos móviles)

Relive (conocer los objetivos logrados en el día)

Su funcionamiento es sencillo y consiste en recopilar los datos a través del GPS de tu teléfono móvil para que después la propia aplicación crea un vídeo de la misma.

Strava (consume batería tremendamente)

Es una red social basada en Internet y GPS enfocada a ciclistas y corredores en concreto, es una aplicación de seguimiento GPS deportiva.

Google Maps (ubicación y dirección)

Es una herramienta de búsqueda de ubicaciones que permite geolocalizar un punto concreto, calcular rutas, encontrar los lugares de interés más cercanos o ver la apariencia de un lugar.

Kamoot (altimetría, apoyo general en ruta, específico para cada estilo de manejo)

Planifica rutas detalladas en tus mapas tanto si practicas ciclismo en carretera, senderismo, bikepacking o ciclismo de montaña

Maps.me (Mapas sin internet)

Proporciona mapas descargados, sin necesidad de datos, aunque es sencilla te servirá mientras tu teléfono móvil o Tablet tenga batería.

Block de notas: aunque parezca sencilla y casi inútil esta aplicación será muy útil para la mayoría de propósitos.

Grabadora de audio: parece demasiado, pero te servirá para hacer anotaciones rápidas y si no conoces algún idioma puedes pedirle a alguien grabe un saludo y como pedir agua en ese idioma que no conoces, te salvará la vida.

Hay miles de aplicaciones, aunque estas son básicas, en realidad puedes comenzar sin ninguna de ella, es más fácil improvisar que planear, no creo que sea el mejor consejo, aunque si es muy útil

Clima.

Aunque es predecible, también es variable, en la televisión, radio, páginas de Internet y App's podrás encontrar información específica de cada lugar, pero el mejor consejo, como siempre será levantar la mirada, observar el rumbo y decidir.

Para este dato vuelvo a Google, solo escribo clima de (el lugar al que me dirijo) y contemplo dos días hacia adelante.

O un poco más específico clima en mapa satelital.

Aunque el gran secreto es que estés preparado para cualquier clima, te va a tocar lluvia, sol, nieve, de todo, no olvides disfrutar de ese momento.

Recuerda que son un conjunto de fenómenos atmosféricos (temperatura, presión, lluvia y viento) que caracterizan un lugar por largos periodos de tiempo, determina el tipo de vegetación y la fauna predominante, depende de diversos factores y es inevitable.

Todos estos factores son importantes para saber cuál será el tiempo o el clima de nuestra tierra o de nuestra ciudad para cruzar en nuestra bicicleta, contemplar el uso de bolsas plásticas, un impermeable, o una simple pero muy coqueta sobriilla.



5 ¿sombriilla, poncho o impermeable?

Redes sociales ¿cómo apoyarte de ellas?

En la actualidad ya se cuenta con toda una red de apoyo a Cicloviajeros.

No puedo decir si las recomiendo o no, en experiencia propia opté por otro tipo de viaje, aunque he leído acerca de:

Red de apoyo a Cicloviajeros en México (RACMX),

Es una organización ciudadana que da apoyo a las y los Cicloviajeros que se encuentren recorriendo nuestro país en bicicleta, Nace en mayo de 2018 a raíz de la pérdida de nuestros compañeros viajeros Holger y Krzyztof en Chiapas, México. Un grupo de Cicloviajeros mexicanos identifican la necesidad de cuidarnos como personas soñadoras y apasionadas de conocer México y el mundo sobre una bicicleta (información obtenida en la página oficial de esta red, 2021)

Grupos de cicloturistas y ciclistas en redes:

Cuando estés seguro de ¿a dónde quieres ir? Puedes informarte en Facebook, Instagram, Google, en fin, son millones de sitios los involucrados, en donde podrás auxiliar tu gran aventura, estos son nombres de algunos grupos de los que me he apoyado.

Cicloviajeros en el mundo.

Cicloturismo México, Colombia, Uruguay, Brasil, Argentina, Perú, Bolivia, Chile, etc.

Turismo con alforjas.

Biciviajeros.

En todos ellos, puedes enviar un mensaje directo, así conocerán tu trayecto y los posibles lugares en donde te brindarán cobijo y resguardo.



6 Presa Linares, Fresnillo, Zacatecas

¿Qué hacer en caso de emergencia?

Esta pregunta engloba muchos contextos, como ¿me quedé sin dinero?, ¿me robaron?, ¿estoy enfermo?, ¿me perdí? ¿Qué difícil se pone esto, ¿verdad?

Es aquí donde te acuerdas lo que tu mamá te decía cuando eras pequeño "ahorre mijo", cada centavo que ganes con el sudor de tu frente, trata de gastarlo únicamente en lo necesario para continuar tu viaje.

Comida, agua y repuestos, eso es lo importante... Y si no tienes dinero no importa, puedes trabajar por alimentos y un poco de dinero para continuar tu travesía, solo no tengas miedo de pedir agua, de seguro nadie te negará un vaso. Toca puertas.



¿Me robaron mi bicicleta y todos mis documentos?

no te compliques lo primero y más adecuado es guardar la calma, el desapego es la parte más difícil de tu camino, sentir que lo has perdido todo, te llevará a la locura, por eso guarda la calma, acércate a la unidad policiaca o embajada más cercana y sin temor, cuenta tu problema, aquí nadie está solo y de seguro te ayudarán. “Recuerda que mientras tengas aliento, aún no has perdido nada”.

Cuando todo comenzó, tenía una bicicleta prestada, la bauticé como Cleto 1.8, en el transcurso de mi aventura al pasar de un año, pude comprar mi primera bicicleta, bueno solo sus accesorios, ya que el cuadro tiene una historia diferente.

En ciudad de México, al despertar una mañana, mi nueva Cleto 2.0, que solo tenía un par de kilómetros recorridos, había desaparecido, se robaron todos mis sueños, mis proyectos y mi vida completa.

Ahí tomé mi temor a que me robaran, lo tire al bote de basura, revise mil bolsillos que ya solo contaba con 200 pesos mexicanos, pague mi pasaje con destino a casa de mi hermana.

Llegué ya pasada la tarde y ahí estaba, era “cleto 1.8” nos volvimos a ver después de mucho tiempo, le conté mi problema y sin dudar me contestó, “Jerson, estoy lista para llevarte a tus sueños”. (no sé si es de locos hablar con los objetos, pero si es así, yo cuento como un loco),

Le retiré el polvo, la aceité y le puse una parrilla de 160 pesos, amarré la guitarra, una mochila con dos mudas de ropa y regresé para continuar este reto.

¿Estoy enfermo?

Conocer tu estado de salud es importante, las comidas típicas de cada región no están hechas para cualquier estómago, así que puedes cargar unas buenas pastillitas para la diarrea y como de seguro te vas a mojar en el camino, ten en cuenta unas para la gripa o tos, no olvides ir al doctor, no te auto diagnostiques es muy peligroso y sobre todo no intente herbolaria no tienes conocimientos en el área puedes terminar más mal de como comenzaste

¡Chin! ¿Estoy perdido?

Con una brújula de esas baratitas que encuentras en el mercado y el mapa de papel que te conté hace un ratito, ya la hiciste. no llevo brújula, ¿Qué hago?

Levantar la mirada el sol, te va a dar toda la respuesta. ¿Ya se metió el sol? Pero salió la luna, que también te dirigirá. ¿Y cómo hago eso? No soy un maestro, yo solo sé que ambos entran por el este y salen por el oeste, de ahí todo es fácil.

¿En dónde dormir?

Otro millar de preguntas, pero te diré que depende de tu presupuesto o estilo de viaje.

Como en definitiva no te puedes perder la experiencia de dormir al aire libre una casita de acampar está de lujo, aunque yo ahora solo utilizo una hamaca y mi saco o bolso de dormir.

Si tu gusto es no perder la comodidad, hay hostales, hoteles, moteles, casas de huéspedes y muchos más sitios con costos accesibles, si gustas de acampar, hay miles de sitios para esto, no olvides que los balnearios, los geos sitios y Bosques en tu camino podrán ser buen refugio.

Sitios públicos, aquí viene lo bueno, en un viaje autosustentable no te puedes dar ese lujito, así que ahí te van unos tip's, las iglesias, bomberos, hospitales, casa del peregrino y gasolineras, siempre te brindan la mano y te permiten pernoctar, no te piden nada a cambio, pero si puedes contribuir con algo, hazlo, (barriendo la entrada, aseo general del baño o cocina, algún detallito) no te tomará ni un minuto.

No olvides dejar las cosas igual o mejor de lo que estaban.



¿Cómo acampar al aire libre?

Si ya te animaste a acampar en tu recorrido, debes de recordar que tú y tu bicicleta, ahora son una misma pieza de ingeniería, así que no olvides tenerla en un lugar seguro, si tienes oportunidad, que duerma a tu lado, bien amarrada a tus pies o manos y tu equipaje bien resguardado, puedes acampar en casi cualquier lugar, un quiosco, una casita abandonada, un parque, un auditorio, el bosque y muchos lugares más, pero ten en cuenta las condiciones de clima y fauna de la región, no te vaya a picar algún animalito o te agarre una tormenta y no olvides pedir permiso de ser posible.

Si poner una fogata es lo tuyo, no olvides tener la precaución adecuada y confirmar que está bien apagada cuando te retires.

¿Cómo Bañarte?

Yo soy de tres opciones:

Baño con toallitas húmedas, es económico, rápido y lo puedes realizar en casi cualquier sitio, desde un baño público, la carretera, dentro de tu casa de campaña con esta técnica por doquier podrás bañarte

Con una botella de un litro de agua: es fácil te enjabonas o en un trapo lo mojas le colocas jabón, limpias tu cuerpo y listo

En los ríos no te preocupes siempre hay oportunidad para bañarte, no todos los ríos son aptos, también en las estaciones de servicio de gasolinera, parking, aunque el mar no te lo recomiendo, siempre será necesaria el agua dulce para aliviar tu cuerpo del picor que provoca el agua salada

Por último y repetitivo la gente, puedes acercarte y ofrecer algún servicio o solo paga por que te dejen echar un buen regaderas, por cierto en ciudades grandes existen los baños públicos, son económicos solo debes teclear “regaderas publicas”



Medidas de seguridad

En la medida de lo posible investiga acerca del sitio al que te diriges, checar las noticias solo te preocupará más, por todo el mundo hay nota roja, no dejes que esto distraiga tu camino, acercarte a la gente será tu mejor estrategia y observar eso es lo más importante.

Auto-presentarse con la autoridad, este método NO es completamente infalible, en algunos sitios públicos es, en definitiva, imposible quedarse y acampar, pero las autoridades pueden orientarte o inclusive apoyar a la búsqueda de un refugio.

Cargar con los números de emergencia locales, bomberos, Protección Civil, Seguridad Pública, en esta opción te recomiendo el papel. Anota estos números ya que en caso de emergencia podrás encontrar ayuda rápidamente.



¿Cómo Viajar con Lluvia?

En este viaje la lluvia es un factor que ayuda y perjudica, solo debes mirar las cosas desde una perspectiva diferente.

Cuando llueve, podrás sorprenderte con los campos llenos de color verde, al término de cualquier lluvia, viene la calma, la paz que genera ese rico olor a preticor (tierra mojada), el respirar de un aire más puro.

No debes detener el inicio de tu viaje por este factor, es simple solucionarlo, comprar unas bolsas para basura te salvará, aunque te recomiendo un impermeable de capucha, así podrás continuar rodando sin peligro de enfermar.

Hay ropa impermeable, aunque es un poco costosa y no te brinda una protección 100% efectiva, puedes también detener tu marcha hasta que el clima te permita continuar, “no hay peor lucha que la que no se hace”.

Tu sistema de frenado es esencial al momento de lluvia, tu llanta en buenas condiciones y no olvides proteger tus equipos electrónicos.

Si ya fue imposible y te mojaste, no te preocupes disfruta de ese momento, cuando tengas oportunidad cambia tu ropa por una seca, espera a que pare y continúa.

Climas extremos

No pierdas el control, El AGUA es esencial para cualquier clima, en cualquier circunstancia que te encuentres el AGUA no te debe faltar.

Comenzaremos en el frío, el planificar tu ruta te servirá para llevar la ropa adecuada, en este caso una chamarra o campera, la más abrigadora que tengas, una bufanda, gafas transparentes, guantes y calcetas extras, si es extremo el frío, puedes ocupar una bolsa de agua caliente o papel Periódico, este es un aislante térmico que te permitirá mantener tu temperatura corporal, así como reducir la humedad provocada por la transpiración.

Evita usar bolsas plásticas ya que estas solo te harán sudar, ten cuidado con el sudor en climas fríos, será como traer una bolsa de hielo sobre la espalda.

Para el calor, utiliza prendas ligeras, mallas, camisas de licra en manga larga y si es posible, gorra o cachucha, la insolación es un mal que puedes evitar, si te sientes demasiado acalorado, detén tu marcha a la sombra de algún árbol, descansa y toma fresco de ser posible, si no encuentras nada parecido, tú y tu bicicleta son uno mismo, ocupa el 100% de sus utilidades y amarra tu tienda de campaña a el manillar y un par de piedras al piso, puedes generarte una sombra para descansar.

No claudiques en tu misión, llegar al final tiene un gran sabor a éxito.

¿Cómo enfrentar situaciones de riesgo?

En su mayoría las puedes evitar, la prevención será tu aliada.

Información es lo que debes buscar siempre, pregunta a los pobladores del lugar sobre su flora y fauna, situaciones de seguridad social y distancias, sabiendo esto, evitarás ponerte en riesgo.

Aunque si en riesgo ya te encuentras, mantener la calma será tu principal aliado, un asalto, es sencillo, no pongas resistencia eso te perjudicará.

Tus pertenencias no valen nada si lo comparas con el precio de continuar tu travesía.

Recuerda “mientras respires, aún no has perdido nada”

¿Qué saber de tu bicicleta?

No se necesita ser mecánico, solo aprender para que sirve cada pieza.

Aunque las bicicletas de alta gama tienen diferentes componentes y cuentan con mejores sistemas de rendimiento, el funcionamiento de una bicicleta es muy sencillo.

Llantas: aquí es donde te recomiendo rodado 26" este rodado es universal, en casi cualquier lugar podrás encontrar repuestos, así como cámaras y rayos, el exceso de peso puede romperlos, mi recomendación es la llanta que tu bolsillo pueda costear, siempre ten en cuenta qué kilometraje promete cada marca, así harás la mejor elección.

Frenado: encontraras tres opciones, de Cantiléver o Cangrejo, V-Brake y disco.

Cangrejo: es un sistema que regularmente lo portan bicicletas de ruta, su sistema es a través de la tensión de chicotes, son sencillos, aunque un poco complicados de conseguir.

V-Brake: esta fue la opción que decidí tomar, son fáciles de colocar, sus repuestos o gomas las encuentras en cualquier tienda de bicicletas son universales y se adaptan a casi cualquier tipo de bicicleta, su funcionamiento, al igual que el cangrejo es por tensión de chicotes, no olvides llevar un cable de repuesto.

Disco: Este es el mejor sistema de frenado que conozco, solo que no lo ocupo, ya que los repuestos de balatas son poco complicados de conseguir en algunos países.

Si te quedaste sin frenos y aun no encuentras repuestos, para no exponerte, puedes caminar o pedalear a marcha lenta, no intentes bajar montañas sin frenos.

Talla: el tamaño de tu cuadro es importante, este tema es muy técnico, hay medidas específicas para cada tipo de cuerpo y altura, ahí la rodada de tu bici es un factor importante, pero yo opté por una bicicleta sencilla de medida estándar y regular, la altura del asiento o sillín es la clave para evitar dolores de espalda, rodilla y pelvis.

Hay miles de métodos para saber la altura correcta del asiento, escucharás que, a la altura de tu cadera, que un libro entre las piernas y saques la medida multiplicada por quien sabe cuánto, la verdad aún no sé si está a la altura correcta, yo lo regulo según mi comodidad, que mis piernas estiren casi por completo y que no choquen mis rodillas con el frente, esa es mi altura.



7 Leon, Guanajuato (Foto, Tlahuilli-foto)

¿Viajar solo o acompañado?

Los primeros años de esta travesía viaje solo, fue algo sensacional la primera vez que vi el mar, que llegué gracias al impulso de mis piernas y mi gran amada CLETA. Las aventuras fueron increíbles, la soledad me dejó conocer cosas que no sabía de mí.

Ahora puedo contar acerca de un “loco uruguayo” que conocí en Ciudad de México, fui por curiosidad de preguntar acerca de las grandes hazañas que ha sorteado a lo largo de su travesía, a los segundos sentí que me entrevistaba, me preguntaba acerca de mis viajes que eran pocos en realidad en comparación y como de la nada me dijo, “Che, querres ir conmigo a Tijuana”, temeroso respondí, “te digo mañana va, déjame terminar unos asuntos antes de continuar esta travesía”.

A los dos días llegue con él a Ciudad de México, sonriente me recibió con un MATE algo de lo que nunca había escuchado hasta ese momento, ahí platicamos acerca de la ruta con rumbo a Tijuana y escucho mi sueño, el cual es llegar a la Patagonia Argentina en mi Bicicleta, sin dudarle me dijo “listo CHÉ vámonos” a los pocos días formamos CICLOVAGABUNDOS, aunque esa es otra historia que pronto les contare...

Agradecimientos:

A mi madre que con gran sacrificio me forjo y sigue la huella que voy dejando a cada paso, Abuela sigo luchando como ese día que diste el último soplo de aliento y en voz baja dijiste no te preocupes sigo aquí. mis hermanas y sobrinas que son el gran amor de mi vida, Alan Vera que sin duda me ha levantado de las caídas más duras.

Tabaré Alonso por brindarme su mano, confianza y dejar una gran lección de vida. ¡Eres único Ché !

Y a todos ustedes amables lectores que siguen esta travesía con rumbo a Argentina...