

Caída de piedras desde lo alto de una pared

¿Y ahora que hacemos?

- **Monitores:** 3
- **Menores:** 20
- **Tipo de actividad:** Senderismo
- **Época del año:** Verano
- **Meteorología:** Día despejado y buena temperatura.
- **Otros:** En el punto del accidente no hay cobertura, aunque sabemos que había hace pocos minutos en una campa.

- **Descripción de la situación:**

El grupo camina por una senda, junto a unas paredes verticales. De repente unas piedras caen desde lo alto de la pared. Alertados por el ruido todos se apartan rápidamente, sin embargo una de las piedras rebota y golpea en la pierna a uno de los participantes, que comienza a quejarse muchísimo del fuerte dolor...parece que se ha roto algún hueso y no puede andar. Cuando vamos a acercarnos a auxiliarle, observamos que en lo alto de la pared hay unas cabras que más que probablemente hayan sido las causantes de la caída de la piedra. Y ahora: ¿Qué hacemos?

Protocolo de actuación:

1. Debemos mantener al grupo en un lugar seguro a salvo de la caída de más rocas.
2. Tratar de sacar al accidentado de la zona de peligro para evitar que le caigan más piedras, pero siempre tratando que la persona que le ayuda no sufra daños (alguien podría estar al tanto de la caída de piedras y avisar a la persona/s que se acercan a auxiliar)
3. Ya en zona segura, comprobar el estado del herido y valorar si puede continuar. Como no puede seguir, uno de los monitores irá a pedir auxilio al 112 regresando a la última zona de cobertura.
4. Mientras, inmovilizar la pierna del herido y asegurarse de que su estado no empeora.
5. Uno de los monitores podrá encargarse de calmar al grupo, mientras el otro se encarga del herido.

Conclusiones:

- Ante un accidente, debemos seguir el protocolo PAS (proteger, auxiliar y socorrer) siempre tratando que ni el herido ni el resto del grupo sufra más daños.
- Actuar en equipo y de forma coordinada en situaciones de riesgo ayudará a resolver los problemas.
- La disponibilidad de cobertura a la hora de pedir ayuda es muy importante. El tener un teléfono satelital o un transceptor portátil pueden agilizar la petición de ayuda. En cualquier caso siempre es importante conocer la cobertura durante nuestra ruta, por lo que la planificación es vital.

¡Pero que calor hace!

¿Y ahora que hacemos?

- **Monitores:** 6
- **Menores:** 45
- **Tipo de actividad:** Ascensión a un pico
- **Época del año:** Verano
- **Meteorología:** Día soleado de muchísimo calor
- **Otros:** Llevamos agua y comida en las mochilas

- **Descripción de la situación:**

De camino a la cima, a uno de los participantes le empiezan a dar mareos. Estamos en una zona expuesta al sol y no tenemos sombra cerca. Tampoco tenemos agua cerca, ya que nos encontramos muy altos. ¿Qué hacemos ahora?

Protocolo de actuación:

1. Sin descartar otras opciones, es muy probable que los mareos deriven de una deshidratación. No obstante comprobar que no le pase nada más y que solo es un mareo.
2. Le daremos de beber y le aportaremos azúcares y otros electrolitos (bebidas isotónicas, polvos isotónicos o sal y azúcar en el agua, alimentos ricos en azúcares...).
3. A la vez, trataremos de crear una zona de sombra con lo que llevemos (ropa, bastones, etc.) o incluso haciendo una pantalla humana para protegerle del sol.
4. Además le refrescaremos la cabeza, nuca y muñecas con algún paño mojado para rebajar su temperatura corporal.
5. Descansaremos un poco para ver su evolución y ver si mejora o no. En caso de que persista el agotamiento, no nos quedará otra que descender, buscando una zona más fresca al cobijo del bosque.

Conclusiones:

- En días de mucho calor y alta radiación debemos comenzar pronto nuestras actividades para evitar estar expuestos al sol en las horas de más insolación.
- Siempre tenemos que comer cuando empezamos a tener hambre y beber antes de sentir sed, para evitar deshidratarnos, perder excesivos electrolitos o tener falta de energía.
- Igualmente, protegernos del sol con gorra/o, y ropa adecuada, será imprescindible.
- Por otro lado, deberemos darnos protección solar igualmente de forma periódica.

El puente ha desaparecido

¿Y ahora que hacemos?

- **Monitores:** 5
- **Menores:** 30
- **Tipo de actividad:** Senderismo
- **Época del año:** Verano
- **Meteorología:** Buena meteorología y buena previsión para el resto de la jornada.
- **Otros:** Los menores no son muy asiduos a hacer actividades de montaña y aunque son ágiles en general, alguno va más torpe.

- **Descripción de la situación:**

Al poco de empezar la ruta, vamos a cruzar por un río, pero el puente ha desaparecido. Las tormentas de días pasados han debido de aumentar el caudal del río y este se ha llevado el puente.

Parece que cerca de donde estamos, hay una zona donde podríamos intentar pasar por unas piedras, además el río no baja con mucha fuerza. Pero...¿Cómo nos organizamos?

Protocolo de actuación:

1. Buscamos una zona del río más ancha donde la fuerza de la corriente sea lo menor posible.
2. Si podemos cruzar de piedra en piedra, un monitor pasará delante para enseñar el camino correcto y marcar una zona segura al otro lado del río. Luego otros monitores se pondrán a lo largo del paso para poder ayudar al grupo en caso de que lo necesitasen. Siempre quedará un monitor junto al grupo para ir dándoles paso de forma ordenada y escalonada.
3. Si no puede cruzarse por rocas, nos descalzaremos para cruzar, evitando que se nos moje el calzado. En cuanto a los roles de los monitores, serán idénticos al caso anterior.

Conclusiones:

- Los pasos complejos, deben realizarse de manera muy organizada y coordinada.
- En caso de que cruzar un cauce pueda suponer un riesgo para el grupo, siempre escogeremos una alternativa.
- Debemos prestar atención a los partes meteorológicos. Lo que ahora es un cruce fácil, a la vuelta y tras tormentas, puede resultarnos imposible de cruzar.
- Evitar siempre que se nos moje el calzado por dentro, pues esto podrá desembocar en rozaduras, ampollas e incluso en hipotermias si el día es muy frío y caminamos con los pies mojados y fríos.

No vemos tres en un burro

¿Y ahora que hacemos?

- **Monitores:** 5
- **Menores:** 30
- **Tipo de actividad:** Alta montaña. Ascensión a un pico.
- **Época del año:** Verano
- **Meteorología:** Era buena hasta que se ha metido la niebla y ha dejado de haber visibilidad.
- **Otros:** Disponemos de GPS, móviles, silbatos y chalecos reflectantes (los monitores). Además todos los participantes tienen frontal.

- **Descripción de la situación:**

Estábamos de subida al pico y todo iba bien, pero de repente se nos ha metido niebla y ahora no vemos nada. El terreno en el que estamos es muy pedregoso y los caminos no son nada claros. Además sabemos que cerca de donde estamos existen zonas escarpadas con algún precipicio.

Por suerte tenemos material suficiente para salir de este aprieto, pero...¿Cómo actuaremos?

Protocolo de actuación:

1. El terreno en el que estamos no es adecuado para continuar hacia arriba sin visibilidad. Por ello podemos esperar unos minutos a ver si la niebla es transitoria o persiste.
2. Pasado ese margen de tiempo, subir hacia arriba no es una opción, por lo que haciendo uso de todo el material que llevamos (GPS, chalecos, frontales y silbatos) descenderemos de forma ordenada y muy poco a poco, manteniéndonos siempre unidos.
3. Si llegara un momento en que la visibilidad es tan mala y persistente en el que ni con todos los medios posibles conseguimos avanzar con seguridad, llamaríamos al 112.

Conclusiones:

- Aun con todo bien organizado, los imprevistos pueden ocurrir y siempre hay que actuar con calma y de forma razonada: las prisas nunca son buenas.
- Ir correctamente equipados puede salvarnos en este tipo de situaciones. Aquí el GPS cumple una función vital para orientarnos y el silbato, los frontales y los chalecos nos ayudan a avanzar siempre agrupados.
- En estas situaciones, si la seguridad del grupo está en entredicho, ante la duda, no debemos dudar en dar aviso al 112 de que estamos desorientados. Avanzar sin estar seguros de a dónde vamos puede traer consecuencias fatales.

Vamos lentos y se acerca la tormenta

¿Y ahora que hacemos?

- **Monitores:** 3
- **Menores:** 15
- **Tipo de actividad:** Senderismo. Ascensión a un pico.
- **Época del año:** Verano
- **Meteorología:** Inicio de día despejado con bastantes nubes de evolución durante el día.
- **Otros:** La previsión meteorológica anunciaba probabilidad de tormentas de evolución a lo largo de la tarde.

- **Descripción de la situación:**

El día anterior acabamos reventados. Hoy nos ha costado mucho levantarnos para la excursión y empezamos a caminar muy tarde. Uno de los menores va cada vez más cansado y está pidiendo parar todo el rato, por lo que avanzamos muy lentamente. Solo nos quedan 200 metros de ascenso hasta la cima, pero parece que no llegamos nunca y ya son las 5 de la tarde. Además durante el día hemos ido viendo como se ha ido cubriendo bastante el cielo y ahora las nubes son bastante oscuras. Y ahora...¿Qué hacemos?

Protocolo de actuación:

En rutas de montaña y más aún en zonas expuestas cercanas a picos, debemos evitar las tormentas de evolución, ya que no solo estaremos expuestos a fuertes precipitaciones, sino también a tormentas de aparato eléctrico. Si la previsión era negativa en este sentido y observando la evolución meteorológica, las previsiones parece que se están cumpliendo, daremos la vuelta y descenderemos a zonas menos expuestas.

Conclusiones:

- Durante las actividades en montaña, es imprescindible estar al tanto de los partes meteorológicos y además observar la evolución meteorológica a lo largo de la ruta.
- Las tormentas de evolución pueden resultar muy peligrosas en montaña. Por eso siempre debemos evitar que nos cojan y más aún en zonas elevadas y expuestas.
- Siempre debemos primar la seguridad del grupo por encima del interés personal de conseguir el objetivo de llegar a la cima.
- Madrugar y comenzar pronto la excursión nos permitirá en muchas ocasiones terminar la actividad antes de que lleguen las tormentas de evolución.

¿Y ahora que hacemos?

- Monitores:
 - Menores:
 - Tipo de actividad:
 - Época del año:
 - Meteorología:
 - Otros:
-
- Descripción de la situación:

Protocolo de actuación:

Conclusiones: