



GOBIERNO
DE ESPAÑA

MINISTERIO
DEL INTERIOR

GUARDIA CIVIL



062

RESCATE EN MONTAÑA

PREVENCIONES Y
ACTUACIONES EN
CASO DE ACCIDENTE



DIRECCIÓN GENERAL
DE LA GUARDIA CIVIL
SERVICIO DE MONTAÑA



PREVENCIONES EN GENERAL

- Procura conocer con antelación el medio en el que te vas a mover.
- No vayas solo a la montaña. El grupo mínimo aconsejable es de tres componentes.
- Planifica tu actividad con información adecuada (mapas, libros, etc.)
- No empieces tarde y planifica el horario con un margen de seguridad.
- Deja dicho a dónde vas.
- Infórmate de las condiciones meteorológicas
- Asegúrate de que llevas el equipo adecuado a la actividad y cuídalo.
- No sobrestimes tus posibilidades. Elige una actividad acorde con tu nivel físico y técnico.
- Si no estás seguro contrata a un guía profesional.
- Lleva teléfono móvil o emisora en la red REMER (146,175 Mhzs) y comprueba antes la batería.

- Fedérate en alguno de los clubes de Montaña en los que obtendrás conocimientos sobre cómo moverte en el medio y técnicas para aumentar tu seguridad.
- Obtén conocimientos en Primeros Auxilios.
- Si tu estado anímico no es el más adecuado o no estás predispuesto no emprendas actividades de cierta complejidad técnica.
- Mantén la preparación física adecuada. En caso de imprevistos tendrás que hacer uso de toda tu capacidad física para afrontarlos.
- Incluye siempre en tu equipo una linterna, impermeable y manta térmica aunque esté anunciado buen tiempo y no tengas previsto finalizar de noche.

**RECUERDA QUE TIENES QUE SOBREVIVIR
POR TUS PROPIOS MEDIOS HASTA QUE
LLEGUE LA AYUDA**

PREVENCIONES EN BARRANCOS

- Identifica correctamente las vías de escape del barranco para caso de accidente o crecidas.
- Una predicción meteorológica fiable es fundamental.
- En el caso de que existan presas en la parte superior de nuestra actividad informarse de las horas de apertura.
- En los barrancos no suele haber cobertura de móvil, por lo que la actividad no debe ser realizada por menos de tres personas. En caso de accidente mientras uno sale a dar el aviso el otro auxilia a la víctima.
- Utilizar ropa isotérmica (neopreno) y en verano llevar la prensa superior de manga larga en la saca.
- Llevar calzado adecuado, saca, casco, arnés, cabos de anclaje y descendedor además de navaja y silbato.

- La cuerda deberá tener una longitud igual al doble del rápel de mayor desnivel que tenga el barranco.
- Llevaremos una cuerda auxiliar en la saca para situaciones de auxilio.
- Comprobar los puntos de anclaje antes de rapelar.
- Llevar en nuestro equipo material de instalación (burilador, spits, placas y cordinos) por si tenemos que sustituir anclajes deteriorados.
- No saltar a pozas de agua sin asegurarse de que no hay obstáculos o corrientes peligrosas. Para ello el primero siempre debe rapelar.
- Establecer un código de señales entre los miembros de grupo para comunicarse entre el ruido que se forma con la corriente de agua.

- RESPETA EL MEDIO AMBIENTE. RECOGE TU BASURA.

- NO OFREZCAS COMIDA A LOS ANIMALES. CAMBIARÁS SUS HÁBITOS DE ALIMENTO

EN CASO DE ACCIDENTE

- Dar aviso al Grupo de Rescate con los siguientes datos:
 - ¿Qué ha ocurrido?
 - ¿Cuándo ha ocurrido?
 - ¿Dónde ha ocurrido?
 - Estado en que se encuentra la víctima.
 - Localización lo más exacta posible del lugar
 - Meteorología de la zona
 - Personal disponible para ayudar al Grupo de Rescate
 - Material del que se dispone
 - Facilita todos los teléfonos del personal que se encuentra con la víctima para contactar.
- Resguardar a la víctima y proporcionarle los Primeros Auxilios.
- Si se va a hacer uso del helicóptero limpia la zona de objetos que puedan salir volando y engancharse al rotor.

ANTE TODO PACIENCIA. PARA QUIEN ESPERA LA AYUDA EL TIEMPO CORRERÁ LENTAMENTE MIENTRAS PARA EL GRUPO DE RESCATE LO HARÁ RÁPIDO.



SI NECESITO AYUDA



NO NECESITO AYUDA

SEÑALES AL HELICÓPTERO

- Debemos llevar un chaleco reflectante siempre en nuestra mochila para hacernos ver en caso de necesitar ayuda.

www.guardiacivil.org



Edita: Ministerio del Interior
Secretaría General Técnica
<http://publicacionesoficiales.boe.es>
NIPO: 126-12-022-6
D.L.: M-22154-2012

