

## 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.



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



GOBIERNO  
DE ESPAÑA

MINISTERIO  
DEL INTERIOR

GUARDIA CIVIL



062

RESCATE EN MONTAÑA

PREVENCIÓNES Y  
ACTUACIONES EN  
CASO DE ACCIDENTE



DIRECCIÓN GENERAL  
DE LA GUARDIA CIVIL  
SERVICIO DE MONTAÑA



## PREVENCIÓN 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 cuidalo.
- 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 Mhz) 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

## PREVENCIÓN 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