SENDERISMO SEGURO



EMERGENCIAS

CLUB SENDERISTAS DE CHIVA

EMERGENCIAS

1. DESORIENTACIÓN

2. SEÑALES

3. REFUGIO

4. AGUA

5. FRÍO

6. LLUVIA

7. TORMENTA

8. FUEGO

9. INCENDIO



1. DESORIENTACIÓN



Qué hago si me pierdo en el monte:

- Llama al 112, en la llamada ya va tu posición de coordenadas.
- Si no hay señal, busca sitios altos.
- Llama por el móvil si hay señal, dando la posición con el google maps.
- Conviene llevar una batería externa para poder cargar el móvil o la linterna.

2. SEÑALES



–Por el día: silbato y espejo.
–Por la noche: linterna.
–Día y noche: silbato.

3. REFUGIO

- Tiendas de emergencia.
- Toldos tipo tarp.
- Toldos con las capas de lluvia.
- Vivacs.
- Entrantes cavernas, abrigos.



4. AGUA

Para tener agua potable:
- Filtro portátil pequeño.
- Pastillas potabilizadoras.
- Plástico para recogidas de lluvia.





5. FRÍO

Protección contra el frío:
- Mantas de emergencia, lado dorado fuera para invierno, plata fuera para verano.
- Saco de emergencia.
- Capas de lluvia.



6. LLUVIA

Con lluvias torrenciales:
- Busca sitios altos,rocas, lomas y árboles.
- Sal de vaguadas, ramblas y barrancos.
- No cojas el coche.



7. TORMENTA

Ante una tormenta de rayos:
- Aléjate de zonas elevadas, árboles solitarios u objetos metálicos.
- Aléjate de los miembros del grupo.
- Ponte en cuclillas con los pies juntos y si tienes mochila colocate encima de ella para aislarte, apaga el móvil y alejarse de todo lo que tengas metálico como bastones, navajas, etc.



8. FUEGO

Para hacer fuego:
- Barrita ferrosa de chispas, más yesca.
- Espejo solar, más yesca.
- Lupa, más yesca.
- Cerillas enceradas o mechero.

Para cortar leña:
- Sierra de una navaja multiusos.
- Cable de sierra.



9. INCENDIO



En caso de incendio:
- Llama al 112.
- Escapa cuesta abajo en sentido contrario al viento y humo.
- Busca un área segura, con poca vegetación, terreno ya quemado, rocas, ríos y carreteras.
- Protege tus pulmones cubriéndote boca y nariz con tela humedad.
- Si te rodea el fuego busca un barranco o una zanja, tápate con tierra y usa el pañuelo húmedo para respirar.

