



Material de apoyo:

ACCIDENTES Y EXTRAVÍOS

Importante:

Este material de apoyo está diseñado para primeros intervinientes, No para rescatistas:

CAUSAS DE LOS ACCIDENTES

QUÉ ES UN ACCIDENTE:

Cualquier suceso no esperado ni deseado que ocasiona una pérdida o daño a personas, objetos o ambos.

QUÉ ES UN INCIDENTE:

Evento inesperado y no deseado que no genera daños en personas u objetos, pero que pudo haber ocasionado un accidente.

El objetivo de estudiar los accidentes es que con ello nos permite determinar las causas principales y poder adoptar medidas preventivas o correctoras en nuestras actividades al aire libre.

CAUSAS

En un muy alto porcentaje, siempre no hay una sola causa. Es una sumatoria de causas que gatillan finalmente un accidente.

Podemos encontrar una **Causa Directa**: Que es la que provoca el accidente (tropiezo, caída, avalancha)

Pero lo importante son los **PRECURSORES de los Accidentes**: Estos precursores están relacionados con el entrenamiento, preparación, planificación de la actividad, así como la claridad de sus objetivos.

NOTA:

La mayor parte de los **ACCIDENTES SON EN LA BAJADA**:

Factor que produce esto es el cansancio, mayor complejidad técnica que la subida y el factor psicológico de relax post la consecución de una cumbre.

Distribución de accidentes según las causas en Los Pirineos:

Caída en Roca: 37%

Caída en Sendero: 25%

Caída de piedras: 9%

Agotamiento / frío 8%

Caída en esquí: 4%

Caída en grieta: 2%

Avalanchas 0,7%

Caída de rayos: 0,7%

Enfermedades y otros: 14%

Según un primer análisis bien a la ligera, la principal causa de accidentes son las caídas.

Esto nos puede provocar desde una herida abrasiva, una contusión, esguince, una fractura hasta la muerte.

Pero estos son números de accidentes, pero la principal intervención de los equipos de rescates tiene que ver con **EXTRAVIOS**... y ahí podemos analizar el porqué del extravío.

Y POR QUÉ LA GENTE SE EXTRAVÍA:

Dentro de los factores que llevan a una situación de extravío a una persona o grupo podemos encontrar los siguientes:

- Desconocimiento de la ruta.
- Mala planificación.
- No diseñaron un itinerario.
- No contar con linterna.

- Subestimar la dificultad de una ruta.
- Factores de la meteorología zonal.

La mayoría de los extravíos y accidentes son en zonas o rutas mal llamadas “**fáciles**” y se ve una nula planificación, NO ESTAR EQUIPADOS.

Por lo que un de las primeras conclusiones que podemos señalar es nunca subestimar la dificultad de una ruta, por más sencilla que parezca e independiente de las veces que ya la hayamos recorrido.

POR QUÉ PASAN LOS ACCIDENTES....

Como les dije, son la sumatoria de acontecimientos que conducen a un accidente:

Podemos hablar entonces de:

CAUSAS BÁSICAS O INDIRECTAS:

Tiene que ver con la organización, la planificación, la previsión, la información que recolecto, el equiparme de mala manera, falta de preparación, de entrenamiento, la motivación, los temores.

CAUSAS INMEDIATAS O DIRECTAS:

Son las que se producen justo antes del accidente: caída de piedras, niebla, frío extremo, grietas, agujeros cansancio, deshidratación, fatiga, descuido, conductas temerarias, fallo de materias, empleo de una mala técnica.

Estas últimas son las más fáciles de distinguir.. Muchas veces uno se queda en ellas como la causa del accidente..

MALA TOMA DE DECISIONES....

Según investigaciones de accidentes,
80% causas de fallas humanas
15% Factores ambientales del entorno
5% Fallas de material

Tenemos que pensar que uno normalmente no se entrena para accidentes ya que no pensamos que esto nos puede ocurrir a nosotros a un miembro de nuestro grupo..

QUÉ HACER EN CASO DE..

Antes: PLANIFICACIÓN

Siempre tener protocolos de acción.

Definir encargados en caso de accidentes.

Contar con la colaboración del resto del grupo

(aunque no tengan preparación cosas simples como ofrecer agua, llevar los bastones, cargar una mochila)

Una vez ocurrido un accidente, debe haber un liderazgo claro, siempre comunicar y actuar generando un clima tranquilo. La calma ante todo.

Dependiendo del accidente:

A veces necesitaremos ayuda y debemos dar aviso.

Otras veces no será necesario. Solo con nuestra respuesta.

OCURRIDO EL ACCIDENTE

ESTABLECIMIENTO DEL CONTEXTO: ¿DÓNDE ESTAMOS?

DETENER A PENSAR UN PAR DE SEGUNDOS... ACCIDENTE EN UN MEDIO NATURAL

Entonces nosotros:

Nos detenemos a pensar, MANTENEMOS LA CALMA.

QUE NO se descontrola la situación.

Liderazgo claro. *(Todos van a querer ayudar y opinar)*

Tono suave transmitiendo tranquilidad



Proteger **A**visar Socorrer

OBJETIVO: asegurar todo para que llegue rescate.

Proteger: No empeoren las lesiones, asegurar el grupo

Avisar: Tener la información clara del accidente y qué vamos a decir antes de llamar.

Socorrer: volver a mejorar la situación del accidentado.

Esperar: controlar el medio.

1° Poner al grupo en una zona segura:

No queremos más accidentados o generara una situación de estrés que termine afectando a más participantes.

2° Establecer los “encargados”:

De esa manera ya pueden comenzar a pasar cosa en paralelo y ganar tiempo. Que eso no signifique actuar con apuro y hacer las cosas mal.

PROTOCOLO: P.A.S.

PROTEGER: (a veces no saltamos esto)

Objetivo: hacer segura la escena del accidente, tanto para el accidentado como para nosotros y el resto del grupo

Retirar de los peligros

Proteger de la exposición al medio:

Primeros auxilios - XABCDE

Coloración para ver si voy a pedir ayuda.... Tener calma y tener todos los datos.

AVISAR:

Objetivo: avisar a los servicios de rescate de la forma más rápida, segura y efectiva.

Encargado de pedir ayuda.

Llamado de emergencia: 136 / 2699 4764 (csa)

Probar el llamado de emergencia

Dejar enviado un SMS y un Whatsapp: Información clara que no dé pie a dudas

No exponerse por lugares complejos para hacer la llamada

Comunicación

Teléfono de emergencia

Pantalla de bloque

Conservar las baterías (modo avión)

INFORMACIÓN:

Dónde estás? Informar tu *posición*.

SOCORRER:

Objetivo: atender a la víctima en base a nuestros conocimientos de primeros auxilios.

-Mantener las funciones vitales

Evitar agravar posibles lesiones (si sospechamos de lesión medular porque refiera dolor, parálisis, o si está inconsciente pero ha sufrido un fuerte impacto en la cabeza o la espalda)

Aplicar los primeros auxilios correspondientes a cada problema: requiere de unos mínimos conocimientos y disponer o improvisar ciertos materiales. Un botiquín te será de gran utilidad

Vigilar la aparición de lesiones ocultas, sobretodo hemorragias

QUÉ PASA SI ESTAMOS SOLOS:

- 1 Ponte a salvo y mantén la calma
- 2 solicitar ayuda (uso de teléfono, silbato, señales lumínicas, lo que tengas a mano)

QUÉ HACER EN CASO DE EXTRAVÍO

Los extravíos en si no es lo más complejo.

Normalmente los extravíos no están en las estadísticas de accidentes, pero si muchos accidentes son consecuencia de un extravío que conlleva a una caída, deshidratación, hipotermia, etc.

S.T.O.P.

- 1° Calma
- 2° Asumir pronto que estás perdido
- 3° Piensa y reflexiona ¿puedes volver atrás?
- 4° Observa tu entorno
- 5° Planifica según tus opciones

Si tienes las condiciones para quedarte en el lugar y esperar un rescate, hazlo.

Hazte visible, deja marcas reconocibles.

Refúgiate de las inclemencias del medio: viento, lluvia, nieve. (te estarán buscando en pocas horas si diste aviso de donde estarías)

PLAN DE EMERGENCIA

Se trata de tener respuestas previamente preparadas.

Tenemos que tratar de disminuir las consecuencias negativas de algo que ya ocurrió y aumentar la eficacia de la toma de decisiones-.

1° Determinar cuáles podrían ser nuestras emergencias

EN TERRENO: (respuesta inmediata)

1. Establecer la naturaleza y el alcance de los hechos lo antes posible.
2. Asegurarse de que todo el grupo está reunido y a salvo.
3. Recabar, si es necesaria, la atención médica inmediata.
4. Recopilar los nombres de las víctimas.
5. Asegurar un acompañante de la víctima en todo momento.

DESPUÉS:

- 1 Establecer un encargado de comunicaciones.
- 2 No llamar a familiares de la víctima.
- 3 No firmar ningún documento.
- 4 Guardar todos los recibos.

Siempre tener en cuenta que hay 4 involucrados que necesita nuestra atención:

La víctima

Familiares de la víctima

Los demás participantes

Los guías y organizadores.