

MANUAL WEB SCOUT

FORMAS SEGURAS PARA UNA EXCURSION

FICHA TECNICA

05-04-2006

El líder del grupo

Cada grupo debe tener un líder capacitado. Los miembros del grupo deben apoyarse entre sí y también a su líder. El líder debe conocer a cada uno de los miembros de su equipo. El o ella deben organizar, chequear y asignar al grupo el equipo o pertrechos y mantenerlos informados sobre las rutas y detalles del viaje. En los grupos con más de cuatro integrantes, fije un excursionista experimentado en la cola o retaguardia para ayudar a los últimos en caso de rezagarse por cansancio u otras causas. Mantenga unido a su grupo.



Planificación

Al planear su viaje, asegúrese que está actividad este dentro de las capacidades físicas de cada miembro del grupo. Aprenda e infórmese del lugar a explorar, con mapas del área, fotografías y de la información que puedan proporcionarle las personas que hayan estado allí. Permita a expertos locales o a otras personas fiables saber de sus planes ya que le pueden aportar un mayor conocimiento del área. Obtenga por adelantado los permisos necesarios y/o el permiso de hacendado o dueño del sector a visitar. El buen estado físico es esencial para que la excursión sea agradable y segura.



La Comida y Equipo

Asegúrese que su comida sea apetitosa, satisfactoria y con suficiente valor nutritivo. Ceñirse a una comida liviana y de gran variedad. Utilice ropa que mantenga el calor, junto con los vestidos exteriores para protegerse contra la lluvia, viento y nieve. Tenga un equipo de primeros auxilios adecuado y sepa usarlo. Lleve su equipo de supervivencia en todo momento. Verifique la condición de su equipo y vestimenta. Para estar cómodos y seguros, usted debe tener buena comida, ropa adecuada y equipo apropiado.



El Cruce del río

Todos los cruces de río deben ser cuidadosamente considerados. Escoja el vado más fácil. Si el río tiene una crecida o aumenta su caudal, espere en el campamento, considere este contratiempo en su programa. Una ruta para cruzar puede ser sobre el curso superior del río por el bajo caudal en su nacimiento, considere esta alternativa. El cruce de un río puede hacerse con el apoyo mutuo pero una soga siempre debe llevarse como un resguardo en el cruce. Es esencial usar un método reconocido y seguro para cruzar o vadear. Evite la el exceso de confianza.



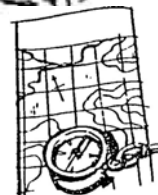
La Fuerza del grupo

Un número seguro para un grupo depende de la naturaleza del país o zona que se va a explorar. Cuatro son el número mínimo para la seguridad. La velocidad del miembro más lento determina la velocidad del grupo. Las paradas deben ser en forma regular pero no prolongado, a intervalos bien seleccionados. Muévase con un ritmo firme pero con el mínimo esfuerzo. Realice su salida temprano cada día, así permite contar con un tiempo suficiente por cualquier eventualidad. No se relaje y considere siempre las precauciones de seguridad apropiadas, sobre todo al final de un día duro.



El Hallazgo de la ruta

Antes de partir, estudie el mapa del país o zona que va a cruzar. Siempre debe llevarse mapa y compás. El mejor trayecto se hará siguiendo el borde de una colina o de un valle. Un buen estímulo llevará al grupo a la cima. En un lugar rural desconocido use un compás con un mapa, manténgase siempre unido al grupo y muévase decididamente. Esté atento.



Acampando

Escoja el sitio del campamento cuidadosamente en tierra con buen drenaje. Evite la tierra que probablemente pueda inundarse con una lluvia torrencial. Busque un resguardo para protegerse de los vientos. Si usted no tiene ninguna tienda, protéjase bajo el alero de piedras o de algún árbol caído. Un simple vivac puede hacerse rápidamente con un trozo de plástico que uno debe llevar en su equipo de supervivencia. Guarde los fósforos en un recipiente hermético y lleve un pedazo pequeño de vela. Sepa encender un fuego bajo cualquier condición. Guarde comida y el vestido personal en bolsas de plástico. Un sitio del campamento cuidadosamente escogido, bien preparado agrega el goce al excursionismo seguro.



La exposición

La exposición puede ser su peor enemiga. Aprenda a reconocer los síntomas de exposición en el comportamiento colectivo. Tenga particularmente cuidado con el viento, sobre todo la niebla o lluvia. Reconozca las señales de tiempo locales y permita un margen grande de seguridad. Esté alerta y concéntrese en lo que usted está haciendo en la nieve, hielo o trabajo. Evite la exposición dondequiera que viaje protegiéndose lo más posible del viento. El uso la ropa de protección adecuada y la ingestión de suficientes bocados y dulces. Ningún tipo de alcohol debe consumirse. Cuando cualquier miembro del grupo muestre señales de exposición, hacer un refugio protegido del viento o conseguir bajarlo.



<http://www.manualscout.cl>