

# **TRADITIONAL MOUNTAINEERING**

www.TraditionalMountaineering.org y también www.AlpineMountaineering.org

## **INSTRUCCIÓN GRATUITA SOBRE ALPINISMO BÁSICO Y AVANZADO**

### **CUATRO RESPONSABILIDADES BÁSICAS DE QUIENES SALEN AL CAMPO**

- 1.** Notifique a una persona de confianza a donde va a salir, que es lo que va a hacer y cuando va a regresar. El personal de Protección Civil para su búsqueda y rescate necesita conocer donde planea iniciar su travesía, la descripción y placas del vehículo en el que se transporta y los nombres de las personas que lo acompañan. Por supuesto que se compromete a avisarle a su persona de confianza, cuando ya esté de regreso en casa.

La persona de confianza debe de aceptar la responsabilidad de llamar a Protección Civil, Emergencias ó a la Autoridad que tenga capacidad de realizar una búsqueda o rescate en la localidad más cercana, si usted no se reporta dentro de un período de tiempo acordado. La experiencia ha mostrado que la persona de confianza generalmente no entiende la importancia de esa responsabilidad. Su vida puede depender de una llamada oportuna a los Servicios de Emergencia de la localidad.

- 2.** Lleve los "Diez esenciales" básicos tradicionales. Vaya equipado con una mochila y ropa extra de acuerdo a la estación que lo mantenga seco, abrigado y protegido de las inclemencias del tiempo; suficiente agua y comida que lo mantengan hidratado mientras repone los carbohidratos y que le permitan permanecer en un lugar si se encuentra perdido, lesionado, o a pasar la noche fuera sin problemas de hipotermia. El equipo Esencial incluye: botiquín de primeros auxilios, cerillos a prueba de agua o un encendedor de gas butano, una navaja pequeña, una linterna con baterías extra, anteojos y bloqueador solar, un silbato y un pequeño cojín.
- 3.** Lleve un mapa del área, una brújula y conozca la corrección a la declinación magnética del área ( Actualice la declinación de su localidad consultando el sitio [www.ngdc.noaa.gov/seg/geomag/declination.shtml](http://www.ngdc.noaa.gov/seg/geomag/declination.shtml) ) y opcionalmente, utilice un GPS como le hacen los mejores excursionistas y cazadores de la actualidad. Un GPS Garmin eTrex cuesta \$ 119.00 dólares y es muy preciso. Pero no lleve el GPS solo, se necesita también un mapa, una brújula y el conocimiento para emplearlos.
- 4.** Lleve un teléfono celular apagado en su mochila, pero con la batería a plena carga para poder encenderlo! esta puede ser una opción personal, pero considere las alternativas. La cobertura ya es muy amplia y solo en pocas zonas se pierde la señal.

**Proporcionado por:**

**TRADITIONAL MOUNTAINEERING**

[www.TraditionalMountaineering.org](http://www.TraditionalMountaineering.org)

**z 2002-2005 por Robert Speik. Todos los Derechos Reservados**